

2 Teil: Verstehen



Ausbildungsaufbau 1. Modul

- **1. Teil: Übersicht**

Verfahren, Verrottung der Mediation, Definition, erster Eindruck. Mediation als Verstehensvermittlung

- **2. Teil: Verstehen**

Zugang zum Verstehen.

Warum muss es vermittelt werden? Was ist daran so schwer?

- a) Wahrnehmung,
- b) Kommunikation

- **3. Teil: Loopen**

das Schweizer Taschemnesser der Mediation (Universalwerkzeug)

Bewusstsein

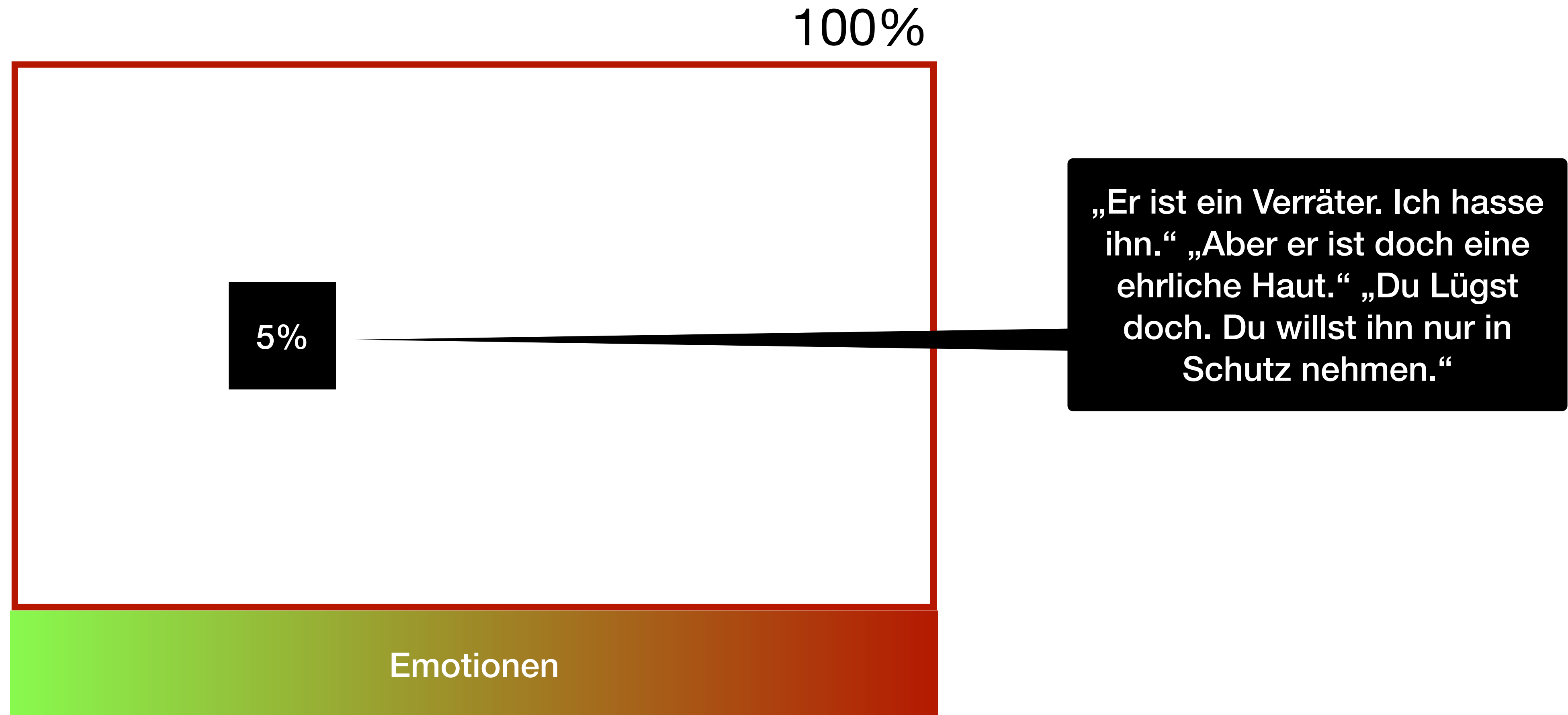
Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?

100%



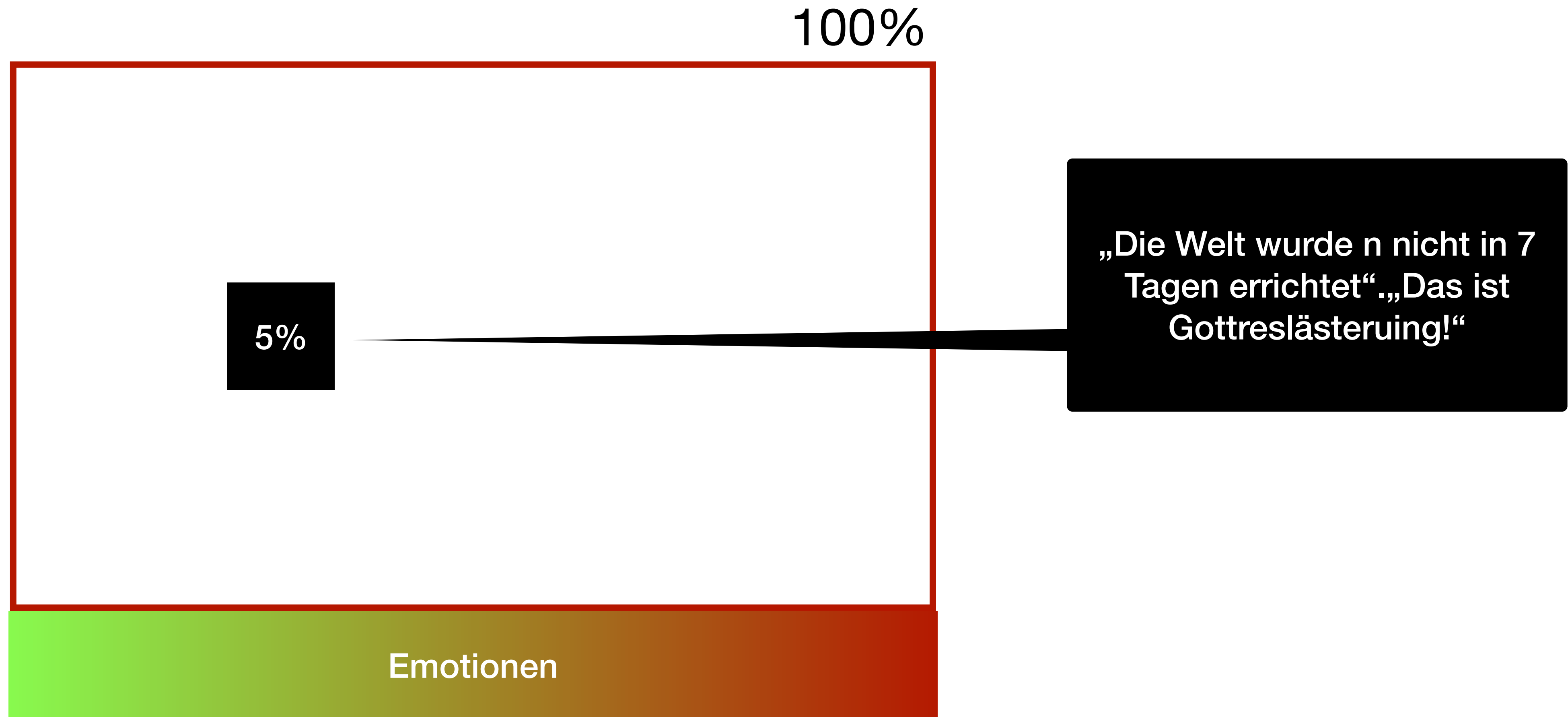
Einfluss von Emotionen

Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?



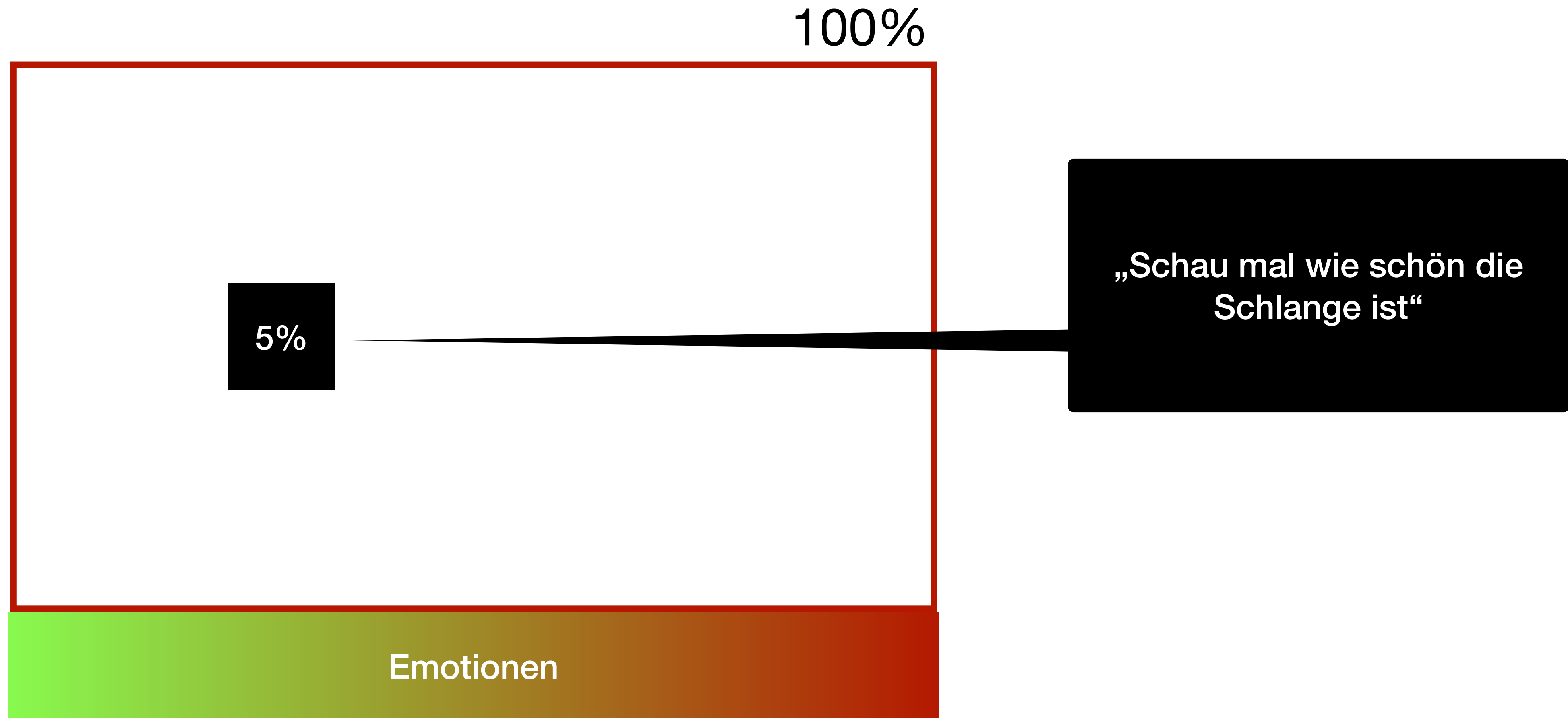
Einfluss von Prägungen

Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?



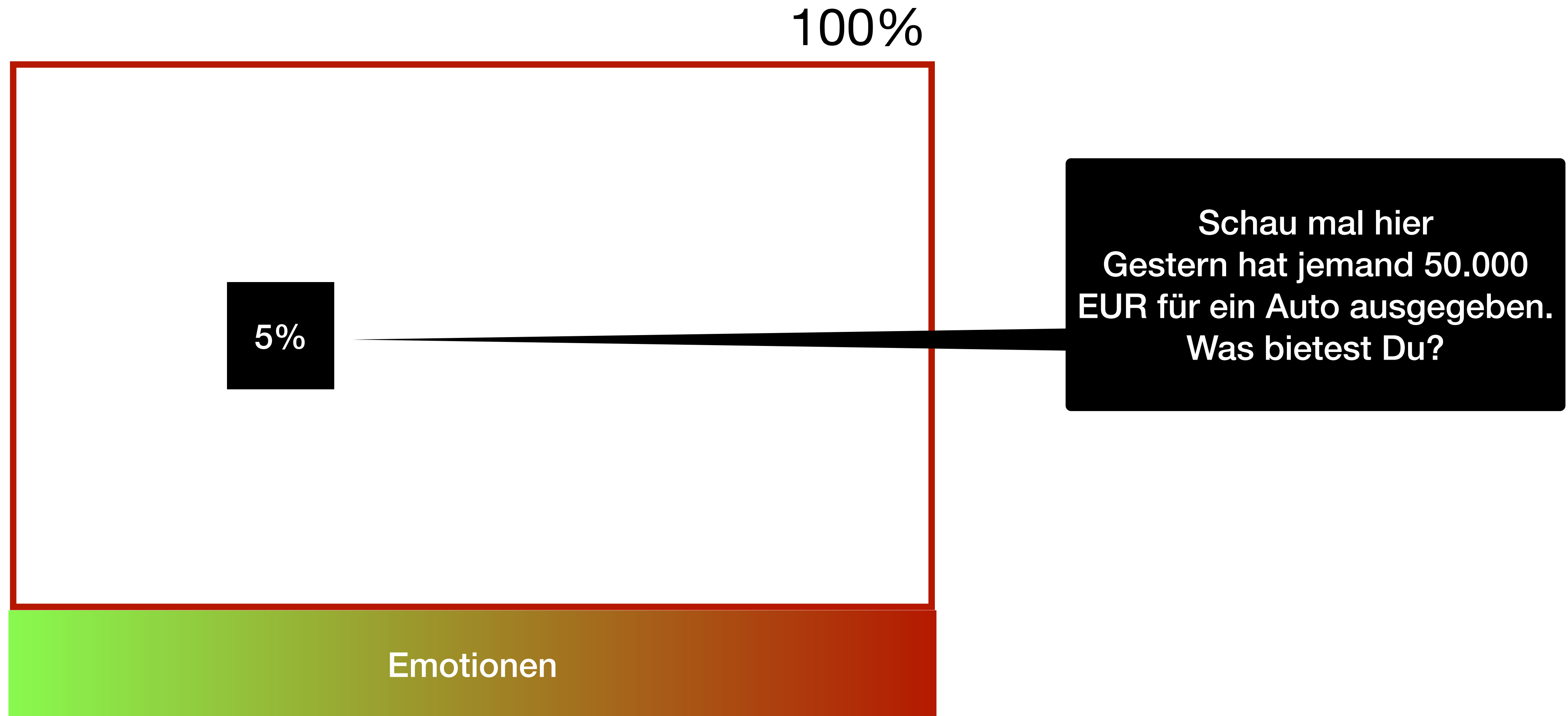
Einfluss von Attraktionen

Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?



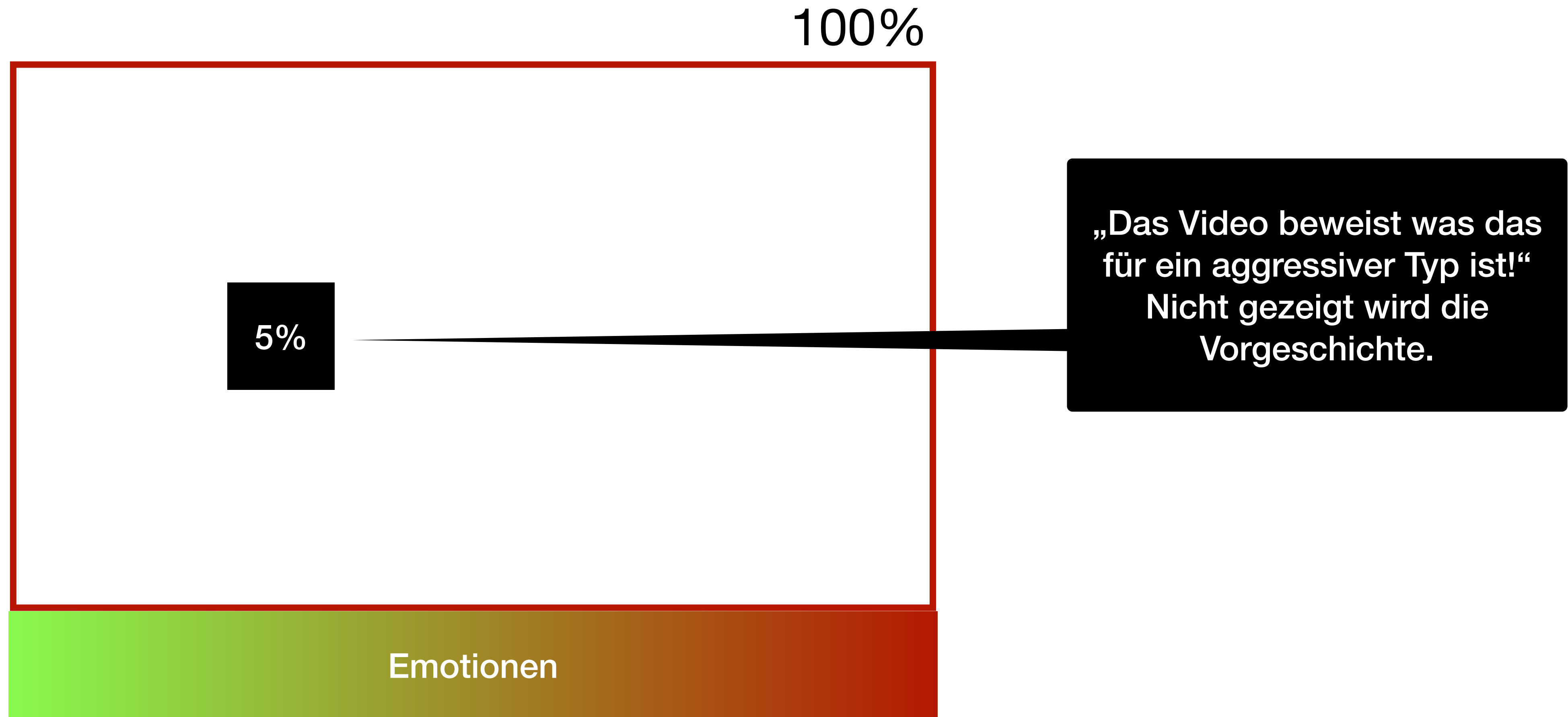
Einfluss von Steuerung

Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?



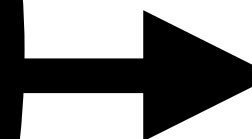
Einfluss von Vorstellungen

Wieviel % der Realität dringt ins Bewusstsein?



Gehirn

Wer entscheidet?



Neokortex



Limbisches System

Reptiliengehirn

Wahrnehmungsphänomene

- Selektiv <https://youtu.be/9hV8-tEka4E>
- Fehlerhaft (fundamentaler Attributionsfehler, Halo-Effekt, ...)
- Unbewusst (wie Google)
- bewertend (verkürzend)

Alles sind Überlebensmechanismen, mit denen die mangelnde Leistungsfähigkeit des Bewusstseins kompensiert wird. Mediatoren fallen darauf nicht herein (sollten sie wenigstens nicht :))

Was sehen Sie?



Mediation, 1. Semester, 1. Präsenz

Und jetzt?



Mediation, 1. Semester, 1. Präsenz

3-er Schritt der Wahrnehmung

Die Wahrnehmung besteht aus drei Schritten, die stets zusammengefasst werden.

- Objektive Beschreibung
- Interpretation
- Emotion

Wir tun das ab jetzt nicht mehr :)

Fakten, Meinungen, Emotionen

Das Universaltool zur Korrektur der Wahrnehmung.
Worüber lohnt es sich mehr zu streiten?

1. über Fakten?
2. über Meinungen?
3. oder über Emotionen?

Wahrheit und Wirklichkeit

Was ist jetzt noch wahr?

Meinungen werden als Fakten verkauft. Bedeutungen als Wirklichkeit.

Kommunikation

- Anleitung zur Nachvollziehung einer Wirklichkeit