

„Brücken bauen - Vielfalt stärken“

Lehrgang für interkulturelle Mediation,
Antidiskriminierung und Konfliktkompetenz

Du wolltest schon immer wissen, wie du besser mit Konflikten umgehen kannst?

Wie du ruhig bleibst, auch wenn es schwierig wird? Wie du moderierend eingreifen kannst? Wie du deine Erfahrungen mit Diskriminierung einordnen und neue Kraft daraus schöpfen kannst? Dann ist dieser Lehrgang genau richtig für dich.

Hier bekommst du Raum, um dich selbst besser zu verstehen – mit deiner Geschichte, deinen Stärken und deiner Zugehörigkeit. Gemeinsam mit anderen Menschen mit Migrationsbiografie reflektierst du, wie Diskriminierung wirkt, welche Handlungsmöglichkeiten du hast und wie du dich stärken kannst. Du lernst, wie Konflikte entstehen – und wie du sie fair und klar ansprechen kannst.

Mit vielen praktischen Übungen entwickelst du deine **Konfliktfähigkeit**, deine **Haltung** und deine **Kommunikationskompetenz** weiter.

Der Lehrgang ist interaktiv, lebendig und persönlich.

Am Ende bekommst du ein **Teilnahme-Zertifikat**.

Zielgruppe: Menschen mit Migrationsbiografie, die

- ihre Konfliktkompetenz stärken möchten
- sich mit Handlungsoptionen bei Diskriminierung auseinandersetzen möchten und
- üben möchten eine vermittelnde Rolle bei Konflikten einzunehmen

ANMELDUNG 

Der Lehrgang wird auf Deutsch angeboten. Ab drei Personen einer anderen Sprache können wir eine Dolmetschung organisieren.

Bedarf an Kinderbetreuung bitte bei der Anmeldung bekanntgeben. Lass uns auch wissen, falls du andere spezielle Bedürfnisse hast. Für Snacks ist gesorgt.

Anmeldung bis 29. September per Mail an alina.lueckl@gmx.at



„Brücken bauen - Vielfalt stärken“ - Lehrgang für interkulturelle Mediation, Antidiskriminierung und Konfliktkompetenz

Modul 1 „Diskriminierung erkennen und eigene Erfahrungen verstehen“

Dienstag, 11.11.2025 17:00-20:00 Uhr / Antidiskriminierungsstelle Steiermark, Mag. Daniela Grabovac

Was ist Diskriminierung? Welche Erfahrungen hast du gemacht – und wie wirken sie noch heute? Welche Möglichkeiten hast du, dich zu schützen und zu stärken?

Ort: Spacelend, Neubaugasse 24, 1. Stock, 8020 Graz

Modul 2 „Was Konflikte mit dir machen – und du mit ihnen“

Freitag, 28.11.2025 17:00-20:00 Uhr / Friedensbüro Graz, Anna Kollreider MA und Mag. Katharina Kolaritsch

Was genau ist ein Konflikt – und wie fühlt er sich für dich an? Welche Arten von Konflikten gibt es? Wie kannst du Konflikte früh erkennen und besser damit umgehen?

Ort: Lichtenfelsgasse 21, 8010 Graz

Modul 3 „Klar kommunizieren – besser zuhören“ und Modul 4 „Versöhnen und abschließen“

Samstag, 29.11.2025 10:00-16:00 Uhr / Friedensbüro Graz, Anna Kollreider MA und Mag. Katharina Kolaritsch

Wie sagst du, was dir wichtig ist – ohne zu verletzen? Was ist der Unterschied zwischen Beobachtung und Bewertung? Wie funktioniert aktives Zuhören – und warum ist es so kraftvoll?

Wie kann Wiedergutmachung gelingen? Was hilft bei der Versöhnung – mit anderen und mit dir selbst?

Ort: Lichtenfelsgasse 21, 8010 Graz

Modul 5 „Identität, Zugehörigkeit und Empowerment“

Dienstag, 9.12.2025 17:00-20:00 Uhr / Antidiskriminierungsstelle Steiermark, Mag. Daniela Grabovac

Wer bist du – und was macht dich stark? Wie gehst du mit deinen verschiedenen Zugehörigkeiten um? Welche Vorbilder inspirieren dich? Wie kannst du deine Ressourcen nutzen und weitergeben?

Ort: Spacelend, Neubaugasse 24, 1. Stock, 8020 Graz

Die Module sind aufbauend, die Teilnahme am gesamten Lehrgang wird empfohlen. Falls das für dich nicht möglich ist, melde dich bei uns, wir finden bestimmt eine Lösung.