

Lichtblick

Magazin für praktizierende

Herausforderungen meistern

Inhalt Heft 115

- Vom Anfang bis zum Ende
- Die liebe Familie
- Generation und Gesellschaft
- Veränderungen durch Corona
- Elan, Freude, Tatkraft
- Entschlossen und fürsorglich
- Der „Jammerlappen“ hilft

Ein Kind der Krise: Familienrat-Training online

Tamara Büttner, Julia Strohmmer und Ulrike Strubel beantworten Fragen zum Online-Familienrat-Training und geben Tipps für die Entwicklung eigener virtueller Angebote.



Wie kam es zu dem Projekt?

Tamara: Es ist ein Produkt der Pandemie. Ich hatte gerade ein Familienrat-Training als Präsenzkurs laufen, als der erste Lockdown im März 2020 kam. Julia hatte im Oktober 2019 ihr Zertifikat als Familienrat-Trainerin in der Tasche und wollte nun durchstarten. Daraufhin lud Ulrike alle Familienrat-Trainer:innen (FRT) zu Online-Netzwerktreffen eingeladen, die immer gut besucht waren. Hier erzählte Tamara von ihren guten Erfahrungen mit der – aus der Not geborenen – Online-Fortsetzung des Familienrat-Trainings. Ulrike stellte uns dann ihre innovative Idee vor, eine Dreier-AG zu gründen, mit dem Ziel, eine Online-Variante des Trainings auf die Beine zu stellen.

Worin genau bestand die Herausforderung?

Ulrike: Herausfordernd in der Vorbereitung war die Überlegung: Wann und wie kann ein Rollenspiel online stattfinden? Dies gelang durch einen Familienrat-Übungstisch, gestaltet mit Clip-Arts im Schreibprogramm Word. Diesen Tisch konnten im Seminar dann alle Teilnehmenden auf dem Bildschirm sehen, sie nahmen quasi „virtuell“ Platz. Das Ergebnis war wunderbar. Die Teilnehmer:innen ließen sich darauf ein und spielten ihre Rollen, wie in einer Präsenzveranstaltung. Es gab vielleicht etwas mehr zu lachen als sonst :)

Wie verlief der Prozess? Wer machte was bis wann?

Julia: In einer ersten Zoom-Konferenz steckten wir den zeitlichen Rahmen ab. Wir sprachen offen darüber, wie viel Energie und welche Ressourcen jede von uns gerne und mit Freude ehrenamtlich in das Projekt einbringen will. Ulrike holte sich grünes Licht bei den Konzeptentwickler:innen, lieferte die notwendigen Handbuch-Dateien, kürzte die Entspannungen und formulierte die Trainingsaufgaben für die Teilnehmer:innen als Brief.

Tamara brachte ihre Fähigkeiten vor allem im visuellen Bereich ein. Sie suchte Bilder aus, stellte den von ihr entwickelten virtuellen Familienrat-Tisch zur Verfügung und formulierte eine kleine Anleitung dazu. Ich kümmerte mich vor allem um die technische Umsetzung, entwickelte ein passendes Layout in den VpIP-Farben und wandelte am Ende alle Dateien ins pdf-Format um. Gemeinsam haben wir methodische Überlegungen angestellt und den Leitfaden der Präsenzversion an die Online-Möglichkeiten angepasst.

Das Grundgerüst stand erstaunlich schnell, weil jede von uns mit ihren Stärken das Projekt bereicherte, mit Fleiß und Eifer bei der Sache war. Die meiste Arbeit war mit dem Feinschliff verbunden, damit alle Dokumente übersichtlich und für die zukünftigen Online-FRT einfach zu handhaben sind. Wir entschieden uns für den Datei-Versand per Stick, da wir davon ausgehen können, dass in absehbarer Zeit auch wieder Präsentationen per Beamer bei Präsenzseminaren möglich sein werden. So haben nun die Trainer:innen ihren ganz persönlichen 16-GB-Stick mit Logo, der jederzeit aktualisiert und ergänzt werden kann. Darauf gibt es noch genügend freien Platz für eigenes Bild- oder Videomaterial rund um das Thema Familienrat.

Was ist neu und anders als im bisherigen Handbuch Familienrat-Training?

Ulrike: Geblieben ist der Aufbau der Einheiten und auch die Inhalte sind identisch, bis auf Einheit 6. Hier haben wir das Thema Familienkonstellation neu mit hineingenommen. Wir haben aussagestarke, einprägsame Bilder für die Zitate der Einheiten und die ermutigenden Qualitäten ins Online-Training eingebaut. Für die irrtümlichen Nahziele durften wir dankenswerterweise die Cartoons aus dem STEP-Elternhandbuch nutzen. Die mündlichen und schriftlichen Trainingsaufgaben gibt es nun in Briefform und in unserem Online-Design zum Verschicken nach der jeweiligen Einheit. Für den Familienrat-Tisch online gibt es eine eigene Anleitung. Die Leitfäden der Einheiten enthalten alle Informationen in Tabellenform: Was ist im Vorfeld, während des Trainings und danach zu tun? Wie sagte eine FRT treffend: „Ihr habt uns da ja ein Rundum-sorglos-Paket geschnürt.“

Wie ging es dann weiter?

Tamara: Julia und Ulrike haben ein Schulungskonzept von 3 x 2 Stunden entwickelt, um die Inhalte allen daran interessierten FRT über die Plattform Zoom vermitteln zu können. Der Pilotkurs startete im Oktober 2020, das Interesse war groß, Julia und Ulrike haben die Schulungen im Team-Teaching durchgeführt. Die Atmosphäre

war in beiden Gruppen wertschätzend, unterstützend, wohlwollend und konstruktiv. Manches konnte noch anwenderfreundlicher gemacht werden. Einig waren sich alle: Das Online-Training soll eine Erfolgsgeschichte werden.

Wie ist der aktuelle Stand? Und wie geht es weiter?

Ulrike: Inzwischen können 19 FRT das Online-Training anbieten. Eine Online-FRT hat es bereits erfolgreich durchgeführt, eine weitere hat das Online-Angebot im Programm einer Familienbildungsstätte gleich für 2021 platzieren können. Im Frühsommer werden wir die Schulung zum dritten Mal anbieten, da einige FRT der aktuellen Ausbildungsgruppe stark interessiert sind an dem Konzept. Hier werden dann die Anregungen aus den ersten beiden Schulungsgruppen mit aufgenommen. Auch das Online-Sichtbarwerden als FRT ist uns ein wichtiges Anliegen. Julia hat ihre Kompetenz auf diesem Gebiet schon zweimal online allen daran interessierten FRT zur Verfügung gestellt. Zudem entsteht eine FRT-Community, die sich auf den derzeit wichtigen Social-Media-Kanälen gegenseitig unterstützt.

Welchen Rat habt ihr für Berater:innen, Trainer:innen und Coaches, die ihr bisheriges Angebot als Online-Variante umbauen wollen?

Julia: Ich glaube, die wichtigste Empfehlung ist: tätig werden. Um zu testen, ob die Online-Welt einem gefällt oder nicht, empfehle ich, zum eigenen Bereich passende virtuelle Angebote als Teilnehmer mitzuerleben. Ganz häufig gibt es Schnupperkurse gratis. Es gibt so viele Varianten der Online-Arbeit (etwa Videokurse, Live-Kurse, Podcasts, Einzelberatung oder Gruppen-Supervision), dass einem klar sein sollte, was man eigentlich möchte und was man braucht, um das umzusetzen. Das Format, das einem am besten gefällt, kann dann getestet wer-

den. Anfangen kann man gut mit einem Schnupperkurs, um zu schauen, ob das Angebot bei der Zielgruppe ankommt. Danach setze ich auf den Weg: Qualität vor Quantität – schrittweise das Angebot erweitern, damit alles, was man anbietet und somit mit dem eigenen Namen verbunden wird, auch eine hohe Qualität haben kann. Und dann zu guter Letzt: Mut zur Unvollkommenheit zeigen, sich selbst als gleichwertigen Lernenden ansehen. Somit schließt sich der Kreis zu meiner ersten Empfehlung: tätig werden.

Ulrike: Inhaltlich braucht es gute Bilder und eine Dramaturgie, die den Klienten oder die Teilnehmer:innen motiviert, dabeizubleiben. Es braucht Zeit, um sich mit der Technik vertraut zu machen und vor allem braucht es das Wort mit drei Buchstaben: MUT.

Tamara: Einfach loslegen! Nur Mut, der Weg ist das Ziel! Im Tun kommen die besten Ideen und ich erlebe es, dass mit jedem weiteren Online-Seminar der Umgang mit der Technik einfacher wird und meine Aufregung geringer. Die Menschen, die an einem Online-Kurs teilnehmen, sind offen und neugierig. Die meisten sind selbst nicht so geübt und nehmen einem Fehler nicht krumm. Mir persönlich gefallen diese Online-Kurse sehr, denn der Aufwand ist für mich als Referentin wesentlich geringer. Ich brauche nur einen Computer mit PowerPoint (und/oder anderen Programmen zum Präsentieren bzw. Kommunizieren) und eine gute Internetverbindung. Stuhlkreis und Utensilien für die „Mitte“ sowie Fahrtzeiten zum Seminarraum entfallen. Online-Seminare zu geben, macht mir wirklich sehr großen Spaß und ich bin dankbar für diese Erweiterung meiner beraterischen Möglichkeiten.

Julia, Tamara & Ulrike: In diesem Sinne wünschen wir Ihnen und Euch viel Freude beim Beginnen!

Die Fragen stellte Nicole Weisheit-Zenz

The screenshot shows the website for Familienrat-Training. At the top, there is a navigation bar with links: Home | Rudolf Dreikurs | Downloads | Kooperationen | Lesetipps | Erfahrungen | Presse | Info-Film. The main navigation menu includes: FAMILIENRAT, TRAINING (highlighted), AUSBILDUNG, and TRAINER/-INNEN. Below this, there are sub-menus: FAMILIENRAT IN CORONA-ZEITEN, ONLINE-ANGEBOTE, and FÜR SOZIALE EINRICHTUNGEN. The central banner features a young girl pointing upwards and a group of hands forming a circle around a family drawing. Text on the banner reads: "Entscheidungen werden gemeinsam beschlossen – Beschlüsse sollten einstimmig sein." and "Jeder darf sein Meinung sagen, wird gehört – und nicht unterbrochen." At the bottom, it says: "Weitere Infos und aktuelle Termine: www.familienrat-training.de/training/"

Verein für praktizierte Individualpsychologie



Verein für praktizierte
Individualpsychologie e. V.

Vorstand

1. Vorsitzender, Werner Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: w.strubel@vpip.de

2. Vorsitzender, Johannes Ott

Künkelsgrasse 19 / D-98574 Schmalkalden / Tel.: +49(0)3683-665383 / e-mail: j.ott@vpip.de

Vorstandsmitglied, Carina Haindl Strnad

Hermann-Müller-Str. 20 / D-04416 Markkleeberg / Tel.: +49(0)341-3501903 / e-mail: c.haindlstrnad@vpip.de

Kassiererin, Ingrid Czerwinski

Enzstr.12 b / D-76344 Eggenstein-Leopoldshafen / Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: i.czerwinski@vpip.de

Schriftführerin, Ulrike Strubel

Alleestr. 16 / D-67105 Schifferstadt / Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: sekretariat@vpip.de und u.strubel@vpip.de

Themenschwerpunkt der nächsten Ausgabe:

Alles ist BEZIEHUNG ist alles

Redaktionsschluss: 15. Juni 2021

AnsprechpartnerInnen

Johannes Ott

Tel.: +49(0)3683-665383 / e-mail: j.ott@vpip.de
Kontaktperson für Kooperationspartner des VpIP

Erika Becker

Tel.: +49(0)9727-907313 / e-mail: e.becker@vpip.de
Buchversand *Familienrat nach Dreikurs – Ein Gewinn für alle*

Ingrid Czerwinski

Tel.: +49(0)7247-28 12 / e-mail: regionen@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-RegionalleiterInnen

Anja Heine

Tel.: +49(0)351-32 95 02 09 / e-mail: a.heine@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-Seiten bei Facebook

Ulrike Strubel

Tel.: +49(0)6235-92 09 26 / e-mail: u.strubel@vpip.de
Kontaktperson für die VpIP-Webseiten und Öffentlichkeitsarbeit

Carina Haindl Strnad

Tel.: +49(0)341-350 19 03 / e-mail: ip-forum@vpip.de
Information und Anmeldung zum IP-Forum und VpIP-Fortbildungen

Lichtblick

Magazin für praktizierte
Individualpsychologie

Impressum

Das Magazin für praktizierte Individualpsychologie Lichtblick ist das offizielle Organ des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP), mit dem Schwerpunkt auf der Beschreibung und Darstellung praxisorientierter Individualpsychologie. Herausgeber ist der Vorstand des Vereins für praktizierte Individualpsychologie e.V. (VpIP).

Redaktionsleitung: Nicole Weisheit-Zenz / e-mail: nwz.texte@gmx.de; **Schlussredaktion und Satz:** Roland Reischl / www.rr-koeln.de

Zuschriften bitte nur an die E-Mail-Adresse: magazin@vpip.de

Mediadaten mit allen Informationen zu Anzeigen finden Sie unter: www.vpip.de/downloads

Das Copyright aller namentlich gekennzeichneten Artikel liegt bei den Autoren. Das Copyright aller übrigen Beiträge liegt beim Verein für praktizierte Individualpsychologie e.V. Nachdrucke sind in jedem Fall genehmigungspflichtig. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche Meinung der Autoren wieder. Eingesandte Beiträge aller Art haben kein Recht auf Veröffentlichung. Die Redaktion behält sich Kürzung und Bearbeitung der eingesandten Manuskripte sowie Kürzung der Leserbriefe vor. Für die Rücksendung unverlangt eingesandter Manuskripte kann nicht garantiert werden. Zur Veröffentlichung gelangen nur Artikel, die per e-mail oder auf CD an die Redaktion gesandt werden.

Das Magazin Lichtblick erscheint vier Mal im Jahr und kann zum Preis von jährlich 25 Euro (Ausland: 40 Euro) abonniert werden. Bestellungen bitte an das Sekretariat. Mitglieder des Vereins für praktizierte Individualpsychologie erhalten die Zeitschrift kostenlos. Das Magazin Lichtblick wird gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.