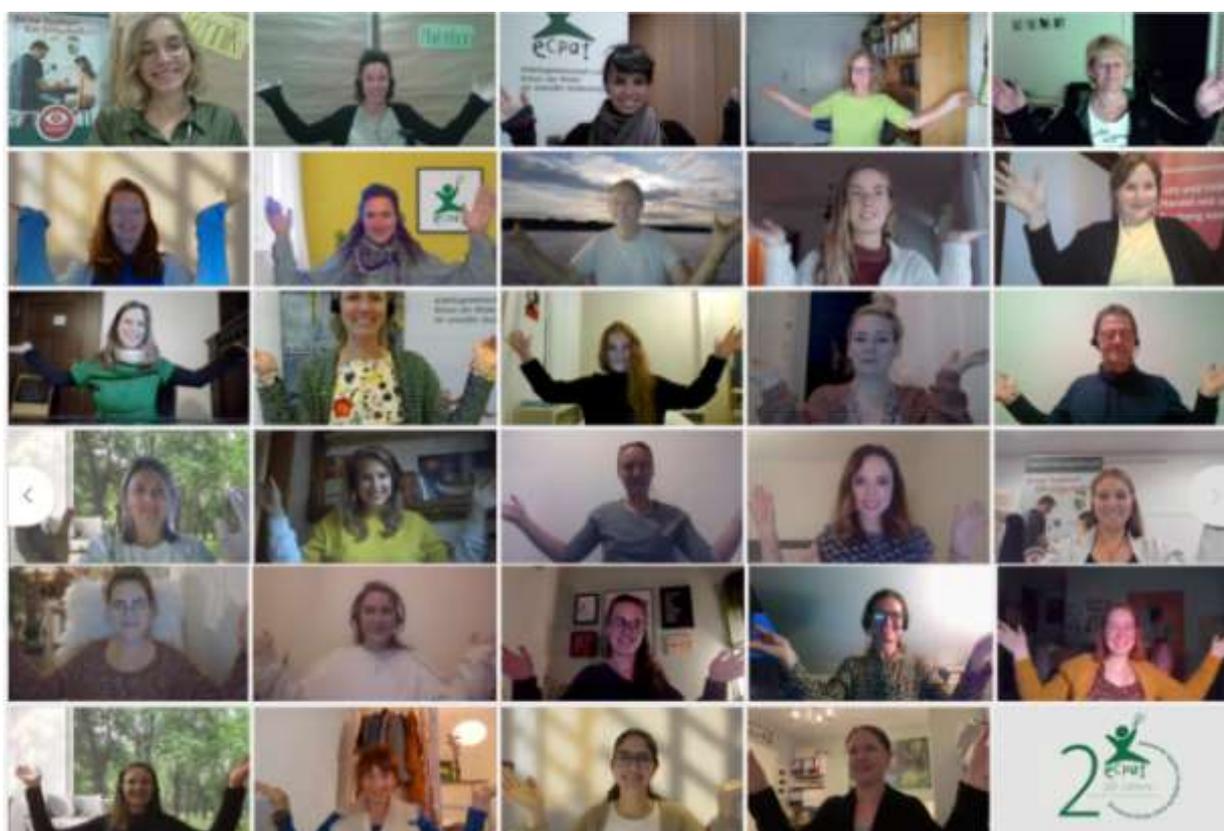


BERICHT

Train-the-Trainer Workshop

29.-30. Oktober 2021



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Impressum: ECPAT Deutschland e.V., Andrea Wagner (V.i.S.d.P.), www.ecpat.de
Protokoll: Theresa Stecklum und Selina Schneider

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Diese Veranstaltung wurde finanziell durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend unterstützt. Für den Inhalt des Berichts ist allein ECPAT Deutschland e.V. verantwortlich. Das Dokument gibt nicht den Standpunkt des BMFSFJ wieder.

Inhalt

Einleitung: Train-the-Trainer Workshop 2021	1
1 Tag	2
1.1 Virtuelles Ankommen in Gather Town	2
1.2 Begrüßung und (Wieder-) Sehen	3
1.3 ECPAT Deutschland e.V. - Auf dem neusten Stand!	4
1.3 Austausch in den Fachgruppen – Teil 1	5
1.4 20 Jahre ECPAT – Sehen und Mitmachen in Gather Town	5
1.5 Tagesfeedback	5
2 Tag	6
2.1 Workshop: Beratung, Schulung, Vernetzung – Wie es losgeht, darauf kommt es an!	6
2.2 Workshop: Beratung, Schulung, Vernetzung – Das macht gute Moderation aus!	6
2.3 Methodenkoffer packen	7
2.4 Austausch in den Fachgruppen – Teil 2	7
2.5 Internationale Entwicklungen – Auf dem neuesten Stand!	8
2.6 Feedback	8
3 Anhang	11
3.1 Umgang mit schwierigen Situationen	11
3.2 Methodensammlung	13

Einleitung: Train-the-Trainer Workshop 2021

Der diesjährige Train-the-Trainer Workshop fand wie auch im vergangenen Jahr aufgrund der aktuellen Corona-Beschränkungen im Online-Format statt. Am 29./30. Oktober trafen sich die Referent*innen und Trainer*innen zum Austausch im digitalen Raum auf den Plattformen *Gather Town* und *Webex*. Insgesamt nahmen 29 Teilnehmer*innen aus unterschiedlichen Themen-Feldern sowie aus Deutschland, Österreich und Luxemburg an dem Workshop teil.

Inhaltliche Schwerpunkte und Ziele des Train-The-Trainer Workshops waren:

- **Sprachfähig zu ECPAT sein**
Informationen zur Arbeit von und zu aktuellen Entwicklungen bei ECPAT Deutschland und Ecpat International
- **Vernetzung und Erfahrungsaustausch**
die Vertiefung von und der Austausch zu einzelnen Themen in den Fachgruppen
- **Rollenstärkung und Erweiterung des Methodenrepertoires**
zwei methodische Workshops mit dem Schwerpunkt der Online- und Präsenz-Moderation



1 Tag

1.1 Virtuelles Ankommen in Gather Town

Zu Beginn des Workshops machten sich die Teilnehmer*innen mit dem Online-Tool *Gather Town* vertraut, erkundeten den virtuellen Seminarraum, tauschten sich mit anderen Teilnehmer*innen aus und bearbeiteten die verschiedenen *Willkommens-Murals*.



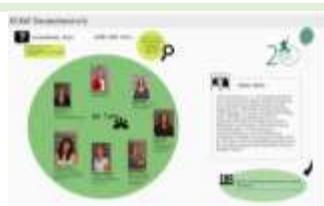
TOOL Mehr Informationen zu *Gather Town & Mural* befinden sich im Anhang sowie auf dem Hub: <https://ecpat.de/trainthetrainer-2020-hub/>

METHODE (online): EINSTIEGSAUFGABEN

Zur Aktivierung und Einbindung der Teilnehmer*innen wurden Einstiegsaufgaben gewählt. Diese Aufgaben fanden auf verschiedenen Whiteboards auf Mural statt.

Methodischer Hinweis: Auch unabhängig von Gather Town kann vor Online-Schulungen eine solche Mural an alle TN verschickt werden, z.B. mit der Frage, was die TN von der Schulung erwarten, oder mit Fragen zur persönlichen Vorstellung.

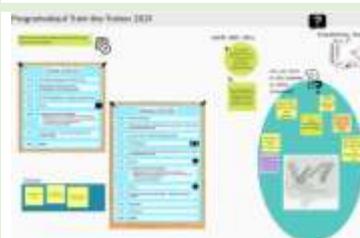
Vorstellung des [ECPAT-Team](#) auf einem Whiteboard



Persönliche Vorstellung aller TN auf einem [TN-Whiteboard](#)



Festhalten eigener Erwartungen auf der [Agenda](#)



Schaut hier gerne nochmal rein. Es sind interessante Links hinterlegt, gerne dürft ihr auch jetzt noch etwas ergänzen.

1.3 ECPAT Deutschland e.V. - Auf dem neusten Stand!

Anschließend erhielten die Teilnehmer*innen einen Überblick über die Arbeit von ECPAT Deutschland im letzten Jahr. In vier Themenblöcken bekamen sie einen Rück- und Einblick in vergangene Veranstaltungen, veröffentlichte Materialien/Kampagnen und besondere Aktivitäten.

Weiterführende Informationen hierzu befinden sich im Anhang bzw. im bereits versendeten Jahresbericht.

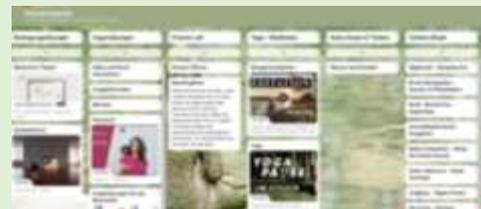
- **Entwicklungen bei ECPAT & übergeordnete Advocacyarbeit:** 1. Jahr Geschäftsführung, Arbeit unter Pandemiebedingungen, neuer Vorstand, Positionspapier, Nationaler Rat
- **Schutz von Kindern vor Handel und Ausbeutung:** Stand Umsetzung BKK und Schulungen, Vernetzung BKA
- **Kinderschutz auf Reisen und im Tourismus:** Stand der Schulungen, Zusammenarbeit Roundtable, Stand der unterzeichnenden Unternehmen, Kampagnen 2021
- **Institutioneller Kinderschutz:** Beispiele Schulungen und Beratungen, neue Mikroseite

METHODE (Online): Aktivierung durch Körperübungen

Gerade bei Online-Trainings mit viel Input ist es hilfreich, die TN darin zu begleiten, den Körper zu aktivieren und somit die Konzentration zu fördern. Dazu gibt es eine Reihe von Körperübungen. Vorschläge dazu befinden sich im Anhang sowie auf dem geteilten Padlet (als PDF im Anhang).

METHODE (Online): Pausenimpulse

Gerade bei langen Online-Trainings kann es wertschätzend sein, Teilnehmer*innen ein paar gute Ideen für die Pause mit an die Hand zu geben. Diese wurden auf einem Padlet zusammengetragen und befinden sich als PDF im Anhang.



 **TOOL** Mehr zum Tool **Padlet** befindet sich auf dem HUB (unter Anleitung zu den technischen Tools): <https://ecpat.de/trainthetrainer-2020-hub/>

1.3 Austausch in den Fachgruppen – Teil 1

Der Austausch in den jeweiligen Fachgruppen fand auf *Webex* statt. Die Fachgruppen waren:

1. **Kinderschutz im Tourismus und auf Reisen**
[Josephine Hamann]
2. **Bekämpfung von Handel mit und Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen**
[Verena Keck & Marilena Müller]
3. **Sichere Orte für Kinder – Beratungen und Schulungen von Institutionen/Organisationen, Umsetzung von Kinderschutz-Konzepten**
[Carlota Harmsen]

Anmerkung: Protokolle zu den jeweiligen Fachgruppen erhalten die Teilnehmer*innen separat.

1.4 20 Jahre ECPAT – Sehen und Mitmachen in Gather Town

Am 22.10.2001 wurde der Verein ECPAT Deutschland e.V. gegründet. Dieser Gründung zu einer Arbeitsgemeinschaft zum Schutz der Kinder vor sexueller Ausbeutung stand, bereits seit Entstehung



des internationalen Netzwerkes von ECPAT im Jahre 1990, eine erfolgreiche Arbeit zu Kinderschutz in Freiburg voraus und wurde durch die Gründung zu einem Verein verstetigt. Anlässlich dieses 20-jährigen Jubiläums von ECPAT Deutschland e.V. konnten sich die Teilnehmer*innen in *Gather Town* auf einer *Mural* wichtige Meilensteine von Ecpat Deutschland der letzten 20 Jahre anschauen. Zudem konnten sich die Teilnehmer*innen in Kleingruppen über persönliche Meilensteine, die sie mit ECPAT erlebt haben, austauschen und diese auf Whiteboards festhalten.

1.5 Tagesfeedback

Der Tag endete mit einem Tagesfeedback auf einer *Mural*.

METHODE (Online): Feedback

Am Ende eines Workshops lohnt es sich, ein Feedback von den Teilnehmer*innen einzuholen. Dies kann sich auf verschiedene Aspekte beziehen. Entweder auf die Gestaltung des Workshops, auf dessen Inhalt oder auf den persönlichen Erkenntnisgewinn der oder Nutzen für die Teilnehmer*innen. Mehr zur Methoden befindet sich im Anhang.

2 Tag

Referent*innen, Trainer*innen und Inputgeber*innen stehen - in virtuellen und Präsenzveranstaltungen – oftmals vor der Herausforderung, Teilnehmende motivierend anzusprechen und die Gruppe/oder auch Einzelne dort abzuholen, wo sie stehen. Zudem wird von Ihnen erwartet, Wissen und Diskussionen zu bündeln und diese zusammenfassend ins Plenum zurück zu spiegeln.

Zur Stärkung der Rollen- und Methodenkompetenz der Referent*innen und Trainer*innen fand am zweiten Tag in *Gather Town* ein zweiteiliger Workshop zu folgenden Themen statt:

- **Teil 1:** „Beratung, Schulung, Vernetzung: Wie es losgeht, darauf kommt es an.“
- **Teil 2:** „Beratung, Schulung, Vernetzung: Das macht gute Moderation aus“.

2.1 Workshop: Beratung, Schulung, Vernetzung – Wie es losgeht, darauf kommt es an!

Die Theaterdozentin Nada Degrell leitete den Workshop mit einigen Lockerungsübungen ein. Sie gab diverse Inputs zur Körperhaltung, Gestik und Mimik sowie zum Einsatz der Stimme als Trainer*in/Referent*in.



In zwischenzeitlichen Übungen erprobten die Teilnehmer*innen selbst, welche Wirkung sie als Sprecher*in auf andere Personen haben und tauschten sich über persönliche Erfahrungen aus.

2.2 Workshop: Beratung, Schulung, Vernetzung – Das macht gute Moderation aus!

Im zweiten Teil des Workshops tauschten sich die Teilnehmer*innen in Kleingruppen über deren Ängste und Herausforderungen in der Rolle als Referent*in/Trainer*in aus und sammelten gemeinsam Handlungsmöglichkeiten zum Umgang mit diesen. Daraus entstanden ist eine Liste [Anhang Dokumentation], mit möglichen Ängsten/Herausforderungen als Trainer*in/Referent*in.

✍ Wer möchte kann die Liste gerne für sich selbst bearbeiten und eigene Handlungsmöglichkeiten hinsichtlich bestehender Herausforderungen notieren.

2.3 Methodenkoffer packen

Die Ergebnisse und methodischen Ideen aus den beiden Workshops sind auf zwei Whiteboards (Murals), sogenannten „Methodenkoffern“ zusammengefasst. Diese sind über nachfolgende Links aufrufbar und als PDF im Anhang der Mail einsehbar.

Eine Mural zu [Methoden-Tipps in Präsenz](#)
(auch als PDF im Anhang)



✍ Schaut hier gerne nochmal rein. Es sind interessante Links hinterlegt, gerne dürft auch jetzt noch etwas ergänzen.

Eine Mural zu [Methoden-Tipps für Online-Schulungen](#)
(auch als PDF im Anhang)



✍ Schaut hier gerne nochmal rein. Es sind interessante Links hinterlegt, gerne dürft auch jetzt noch etwas ergänzen.

Methoden, die während des Train-the-Trainer-Wochenendes eingesetzt wurden, sind zudem im Anhang der Dokumentation ausführlich beschrieben.

2.4 Austausch in den Fachgruppen – Teil 2

Im zweiten Teil des Fachaustauschs hatten die jeweiligen Gruppen die Möglichkeiten, an bereits begonnen Themen weiterzuarbeiten und in den vertieften Austausch miteinander zu gehen.

1. **Kinderschutz im Tourismus und auf Reisen**
[Josephine Hamann]
2. **Bekämpfung von Handel mit und Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen**
[Verena Keck & Marilena Müller]
3. **Sichere Orte für Kinder – Beratungen und Schulungen von Institutionen/Organisationen, Umsetzung von Kinderschutz-Konzepten**
[Carlota Harmsen]

2.5 Internationale Entwicklungen – Auf dem neuesten Stand!

Im letzten Programmpunkt informierten die Mitarbeiterinnen von ECPAT Deutschland e.V. über aktuelle Entwicklung und Aktivitäten auf internationaler Eben, verbunden mit Einblicken in die Arbeit von Ecpat International.

Video zu den neuen ECPAT Mitgliedern	https://www.youtube.com/watch?v=jjdesEwjIMQ
Der neue Direktor von Ecpat International stellt sich vor	https://ecpat.org/meet-the-new-ed-guillaume-landry/
Vorstellung von vorläufigen Studienergebnissen	Beispiel-Frage an alle: „Ich habe das Gefühl, dass Kinder das Internet sicher nutzen können, ohne von Erwachsenen angesprochen zu werden, die ihnen schaden wollen.“ – https://ecpat.de/wp-content/uploads/2021/11/PM-Childprotect_On-ECPAT-DE.pdf

Die Teilnehmenden nutzten die Gelegenheit, um auf für sie interessante Dokumentation aufmerksam zu machen:

Sendung „Der Feind in meinem Kinderzimmer“ zum Einfluss von Social Media im Kindes- und Jugendalter.	https://www.puls24.at/video/der-feind-im-kinderzimmer-wie-krank-macht-social-media (Isabelle) https://www.puls24.at/news/chronik/puls-4-spezial-der-feind-im-kinderzimmer-gefahr-social-media/242914 (Anna Kodek)
Film "Gefangen im Netz" bei welchem sich erwachsene Mädchen mit kindlichem Aussehen als Schauspielerinnen für einen Versuch zur Verfügung gestellt haben	https://gefangenimnetz.de/ (Kuni)
Eine Dokumentation „Made to Measure: Eine digitale Spurensuche“ zum Umgang mit Daten im Netz,	https://www.ardmediathek.de/video/wdr-dok/made-to-measure-ein-datenexperiment/wdr-fernsehen/Y3JpZDovL3dkci5kZS9CZWl0cmFnLWYwZGQwNTgwLWMyNDUtNGlwZC1iNjE5LTljY2YwNDM5NmVhMQ/ www.madetomeasure.online

2.6 Feedback

Eine Anleitung zur persönlichen Selbstreflexion sowie ein gemeinsames Gruppenfoto rundeten das gemeinsame Workshop-Wochenende ab.

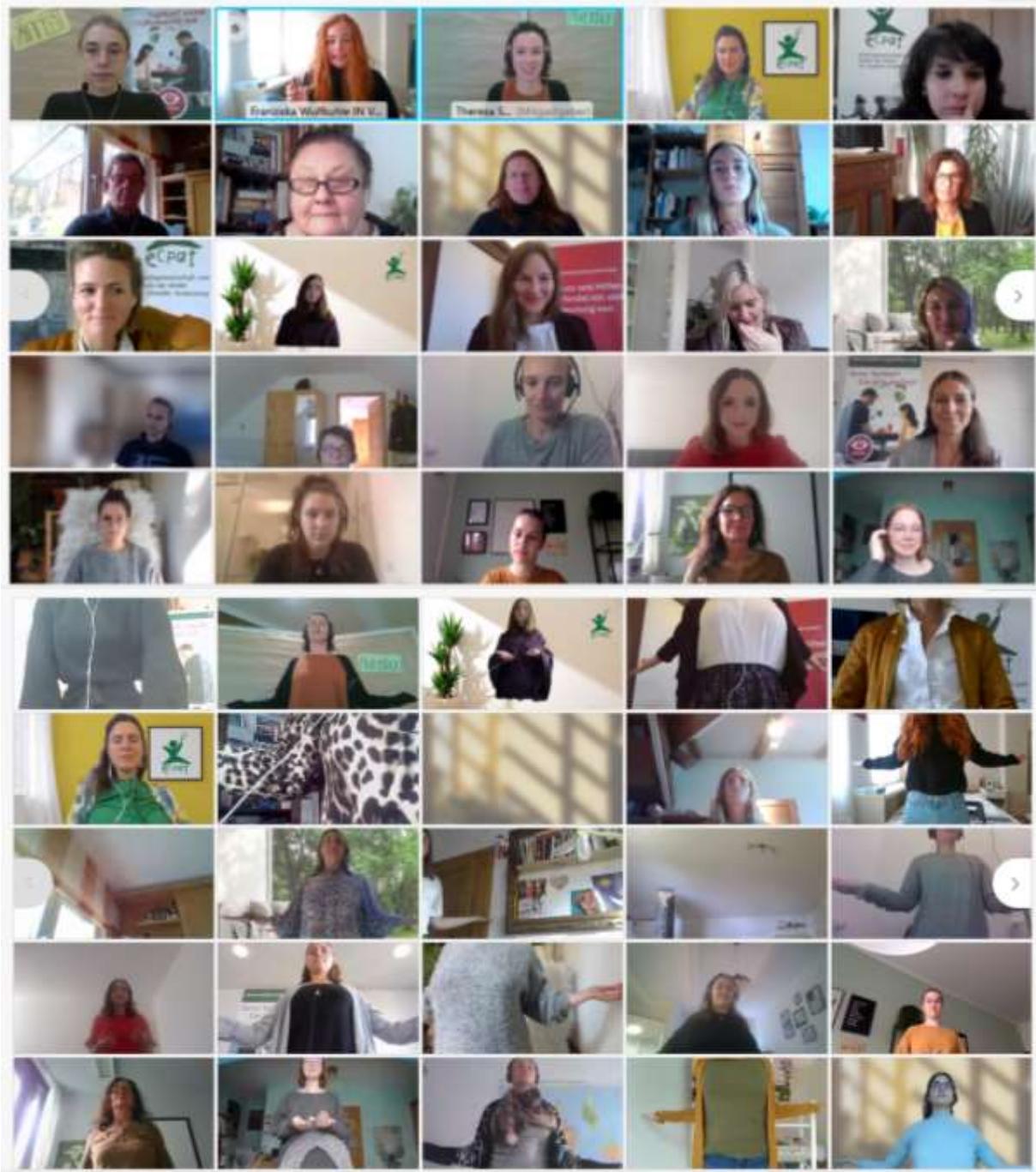


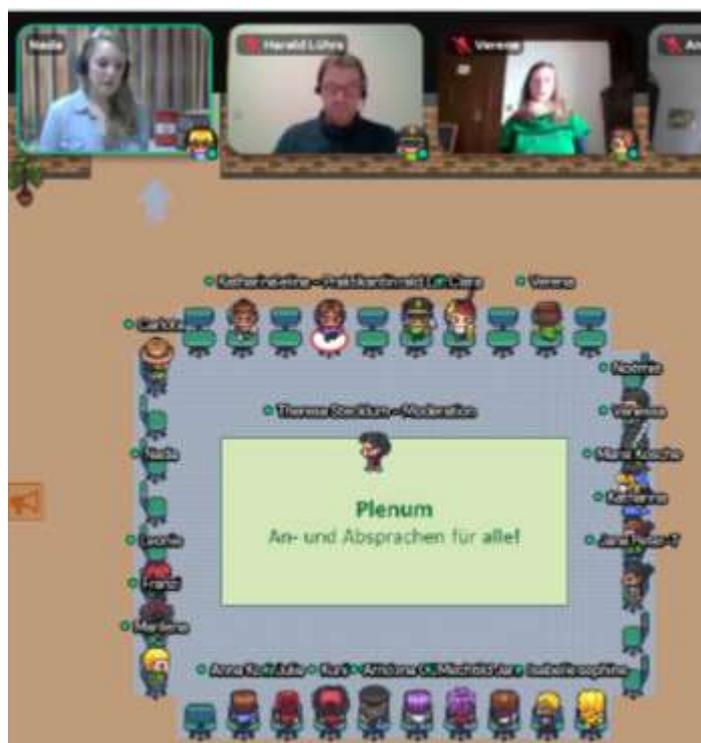
METHODE (Online): Feedback – Hand drauf

Die genaue Methoden-Beschreibung befindet sich im Anhang.



Mit herzlichem Dank für das „Draufeinlassen“ im digitalen Raum miteinander zu arbeiten, die Offenheit für neue Online-Tools, die Ausdauer und vielen wertvollen Hinweise.





3 Anhang

3.1 Umgang mit schwierigen Situationen

An verschiedenen Stellen wurde im Training über Ängste und Herausforderungen in der Trainer*innen-Arbeit gesprochen und entsprechende Handlungsmöglichkeiten erarbeitet.

Heike & Harald bieten sich als Ansprechpartner*innen an für neue angehende Trainer*innen, um untenstehende Fragen als „Erfahrende“ zu beantworten. *Bei Bedarf kommt auf ECPAT zu.*

Zudem werden im aktuellen Leitfaden für Trainerinnen und Trainer die Themen:

- Umgang mit Konflikten innerhalb des Trainerteams, Umgang mit Konflikten zwischen Trainerteam und Teilnehmenden und Umgang mit Betroffenheit thematisiert. *Wer diesen noch nicht vorliegen hat, gerne bei ECPAT (Carlota) melden.*

 Gerne kannst du die Liste für dich bearbeiten und deine Best-Practice und Ideen eintragen.

Ängste – Herausforderungen	Handlungsmöglichkeiten
Technik – Online	
<i>Ausfall der Technik und daher langweiliger Vortrag</i>	
<i>Technik versagt /technische Schwierigkeiten</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Erfahrung schult • eigene Fehlerfreundlichkeit
<i>Niemand hat die Kamera an</i>	
Eigenes Vorgehen	
<i>Angst vor einem Blackout von Frage/Thema eines Teilnehmers vollkommen überrumpelt werden und keine Ahnung haben</i>	<ul style="list-style-type: none"> • gute Vorbereitung: z.B. Wer sind die Teilnehmenden? • bewusst auch "Nicht-Wissen" "zugeben": Antworten nachliefern • "man muss nicht alles wissen": Welche Expertise gibt es bei den Teilnehmenden? • Ungeplante Pausen einbauen
<i>Inhaltliche Unsicherheit /keine Klarheit im Ablauf</i> <i>Den Faden verlieren</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Flexibler Ablauf, 1-2 Punkte die ggf. weggelassen werden können / Diskussionen zulassen / eher PPT weglassen / nicht immer zeitlicher Ablauf
<i>Sich persönlich angegriffen fühlen</i>	
<i>offener Streit zwischen Referent*innen</i>	
Desinteresse der Teilnehmer*innen	

<i>Desinteresse</i>	
<i>Niemand macht mit</i>	
<i>Es kommt keine Diskussion/keine Gespräche auf, die Teilnehmenden machen nicht mit</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Mit Sitz- und Raummöglichkeiten experimentieren, um andere Gruppendynamiken herzustellen • Offene Fragen
<i>TN nicht abholen zu können</i>	
<i>Keine Antwort im Plenum</i>	<ul style="list-style-type: none"> • direkt auffordern zu antworten; • Methode wechseln;
Schwierige Teilnehmer*innen	
<i>Zwischenrufe aus dem Publikum</i>	
<i>eine Person dominiert die Diskussion</i>	
<i>bewusste Störung des Trainings</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Feel Good Guide vorher gemeinsam klären und darauf verweisen, wenn nicht eingehalten wird • Am Anfang die „Regeln“ klar benennen • Umgang miteinander besprechen • Bei Störfall z.B. hinter die Person stellen • recht strikt sein bei Störungen • Methoden parat halten im Falle von Störungen/Unruhen
<i>jemand verlässt den Trainingsraum (wütend; genervt)</i>	
<i>ein Justiziar sitzt im Publikum & versucht mich rechtlich auseinanderzunehmen</i>	
Besondere Situationen	
<i>Thema als Trigger für Betroffene</i>	
<i>Lehrkräfte/Influencer, die das Thema verharmlosen</i>	

Online Tools

ONLINE TOOL – GATHER TOWN (interaktive Plattform)

BESCHREIBUNG: Gather Town ist ein interaktives Tool für Online-Videokonferenzen und Netzwerkveranstaltungen. Mit einem Avatar (einer virtuellen Figur) können sich die Teilnehmer:innen durch eine virtuelle Welt - z.B. durch ein virtuelles Konferenzsetting - bewegen. Sie können sich dort hören und sehen, sich zu weit oder in kleinen Gruppen unterhalten sowie interessante Materialien und Inhalte entdecken und selbst aktiv werden.

ZUGANG: <https://www.gather.town/> (Anmeldung als Organisator:in erforderlich)

KOSTEN: kostenlos für bis zu 25 TN, bei mehr TN entstehen Kosten pro Person & Tag

HINWEIS: Da sich die Server von Gather Town außerhalb der EU befinden, entsprechen die **Datenschutzbestimmungen** nicht den hiesigen Datenschutzerfordernissen (nicht DSGVO-konform). Der Anbieter gibt aber an, keine Text-, Audio-, oder Videodaten zu speichern.

ONLINE TOOL – MURAL (Whiteboard)

BESCHREIBUNG: Mural ist ein virtuelles Echtzeit-Whiteboard, über das verschiedene Nutzer:innen zeitgleich an einem Dokument arbeiten, sich schriftlich austauschen, Kommentare erstellen sowie Texte, Klebezettel oder Symbole einfügen können. Das Tool eignet sich für Brainstorming, Vorstellungsrunden, Visualisierungen, Präsentationen,...

ZUGANG: <https://www.mural.co/> (Anmeldung als Organisator:in erforderlich)

KOSTEN: Gratisversion verfügbar

HINWEIS: Daten werden in den USA gespeichert. **Datenschutzrichtlinien** in Übereinstimmung mit DSGVO. Keine sensiblen Daten über Mural weitergeben.

ONLINE TOOL – PIXABAY (kostenl. Bilder)

BESCHREIBUNG: Pixabay ist eine Internetseite, die kostenloses Bild-, Ton- und Videomaterial lizenzfrei zur Verfügung stellt. Der Einsatz von Bildern im Training öffnet neue Zugänge und fördert die Intuition.

ZUGANG: www.pixabay.de

KOSTEN: kostenfrei

ONLINE TOOL – MENTIMETER (Umfragen)

BESCHREIBUNG: Mentimeter ist eine einfach zu nutzende Präsentationssoftware. Über eingebaute Umfragen kann das Publikum einbezogen werden kann.

ZUGANG: <https://www.mentimeter.com/> (Anmeldung für Organisator*in erforderlich)

KOSTEN: Gratisversion verfügbar

HINWEIS: Nicht DSGVO-konform. Umfragen können auch bei Webex oder Zoom erstellt und durchgeführt werden.

Methoden für den Einstieg

EINSTIEG – ELEVATOR PITCH (Vorstellung)

BESCHREIBUNG: Ein Elevator Pitch (auch Elevator Speech) ist eine Art Kurzvorstellung – zeitlich begrenzt für die Dauer einer Fahrt im Aufzug (elevator). Er eignet sich dazu, sich in wenigen Sätzen (60 Sekunden) überzeugend, spannend und präzise vorzustellen und zu erklären, wer man ist und was man tut. Die Teilnehmer:innen bekommen die Aufgabe, sich anhand relevanter Fragen kurz und knapp vorzustellen.

ZIEL: Die Teilnehmer:innen stellen sich kurz und knapp vor.

DAUER: 60 Sekunden pro Pitch (Je nach Gruppengröße: Anzahl x 60 Sek.)

GRUPPENGROÖBE: bis zu 25 TN

EINSTIEG – AGENDA (Erwartungen)

BESCHREIBUNG: Um zu Beginn des Trainings die Erwartungen der Teilnehmer:innen abzufragen, kann die Agenda genutzt werden. Die Teilnehmer:innen haben die Aufgabe, die Agenda in Bezug auf Fragen zu kommentieren oder zu bepunkten. Dies ist **online** über Mural möglich. **Offline** werden Karten und/oder Klebepunkte verteilt. Beispielfragen:

- Wofür möchtest du den Workshop an diesem Wochenende nutzen? Auf welchen Programmpunkt in der Agenda freust du dich am meisten? Was fehlt dir?

ZIEL: Die Teilnehmer:innen verbinden sich mit dem Thema des Trainings.

DAUER: 5+ min Bearbeitung; zusätzlich Zeit für die Besprechung der Rückmeldungen

GRUPPENGROÖBE: beliebig; Besprechungszeit muss an Gruppengröße angepasst werden

MATERIAL:  Mural vorbereiten;  Karten und Stifte

EINSTIEG – THEMA (Interesse wecken)

BESCHREIBUNG: Mit Fragen, die bei den Teilnehmer:innen einen klaren Bezug zur eigenen Tätigkeit haben, kann man eine gute Verbindung mit dem Thema des Trainings aufbauen. Es empfiehlt sich, auf mögliche Ergebnisse, Fragen, Ideen im Laufe des Trainings einzugehen. Die Fragen können **online** auf einer Mural hinterlegt werden oder in den Chat geschrieben werden. **Offline** bieten sich Murmelgruppen oder Kartenabfragen an. Beispielfragen:

- Was stellt dich als Trainer:in immer wieder vor eine Herausforderung (online/offline)? Was macht dir als Trainer:in besonders viel Freude? Welche Methode funktioniert in deinen Trainings garantiert? Was ist dir in deinen Trainings im letzten Jahr besonders gut gelungen?

ZIEL: Die Teilnehmer:innen steigen gedanklich ins Thema ein und aktivieren ihr Vorwissen.

DAUER: pro Frage ca. 3 min; Besprechungszeit einplanen

GRUPPENGROÖBE: beliebig

Methoden zum Kennenlernen

KENNENLERNEN – SPEED-DATING

BESCHREIBUNG: Beim Speed-Dating treffen sich die Teilnehmer:innen als Paar oder in Kleingruppen (bis vier Personen) und unterhalten sich für mind. 5 Minuten zu vorab gestellten Fragen. Diese Methode ermöglicht einen Einstieg in die Veranstaltung auf verschiedenen Ebenen. Sie ermöglicht ein persönliches Kennenlernen und einen inhaltlichen. **Online** benötigt man ein Videokonferenzsystem, welches die Einteilung in Untergruppen zulässt. Beispielfragen:

Runde 1: Wie bist du heute hier? Auf was freust du dich? **Runde 2:** Deine aktuell größte Herausforderung als Trainer*in? **Runde 3:** Was beschäftigt dich thematisch? Welche inhaltliche Frage hast du?

ZIEL: Die Teilnehmer:innen werden aktiv und lernen einander kennen. Sie verbinden sich mit dem Thema, Inhalt und Ablauf des Workshops.

DAUER: beliebig, je nachdem wie viele Fragen gestellt werden

GRUPPENGROÖBE: beliebig,

VARIANTE: Je nachdem, welche Fragen für das Zusammentreffen gewählt werden, kann man den Fokus eher persönlich oder inhaltlich halten.

ERGEBNISSICHERUNG: Z.B. ein Wort oder Satz aus dem Gruppengespräch oder eine wichtige Message in den Chat

KENNENLERNEN – VORSTELLUNG (auf Mural)

BESCHREIBUNG: Bei Online-Formaten kann man die persönliche Vorstellung der TN auf einem Whiteboard organisieren. Das Whiteboard muss entsprechend vorbereitet werden. Der Link hierzu kann entweder schon vor dem Training an alle TN verschickt werden oder während des Trainings. Eventuell braucht es eine kleine Einführung in das Tool.

ZIEL: Die Teilnehmer:innen werden aktiv und lernen einander kennen.

DAUER: ca. 5 min; eventuell Zeit für Besprechung einplanen

GRUPPENGROÖÖE: beliebig

VARIANTE: Je nachdem, welche Fragen gewählt werden, kann man den Fokus eher persönlich oder inhaltlich halten.

Methoden zur Aktivierung

AKTIVIERUNG – CHAT-WASSERFALL

BESCHREIBUNG: Auf eine Frage hin sollen die Teilnehmer:innen eine Antwort in den Chat schreiben. Es empfiehlt sich hier, zunächst die Frage zu stellen (gerne auch visualisiert), dann einige Sekunden Zeit zu geben, die Antwort in den Chat zu schreiben, ohne diese abzuschicken. Erst nach Ablauf der Bearbeitungszeit sollen alle Teilnehmer:innen ihre Antwort in den Chat schreiben. Die Fragen können lustig, persönlich oder inhaltlich sein.

ZIEL: Der Chat-Wasserfall dient dazu, die Teilnehmer:innen zu aktivieren und einzubinden.

DAUER: wenige Minuten

GRUPPENGROÖÖE: beliebig

AKTIVIERUNG – Körperübungen

BESCHREIBUNG: Gerade in Online-Trainings (aber auch offline) bedarf es immer wieder einer Aktivierung des Körpers. Durch kurze anmoderierte Bewegungseinlagen können die Teilnehmer:innen hierzu eingeladen werden. Bewegungsübungen können bspw. sein: Strecken, Gesichtsbewegungen, Gähnen, Ausschütteln, ..., Augen palmieren.

ZIEL: Die Teilnehmer:innen werden körperlich aktiviert.

DAUER: je nach Übung, max. 5 min

GRUPPENGROÖÖE: beliebig

AKTIVIERUNG – AUGENTLASTUNG

BESCHREIBUNG: Bei Online-Trainings werden Augen sehr einseitig belastet. Gegen diese einseitige Belastung können immer wieder kurze Augenübungen zur Entlastung eingebaut werden. Dazu eignet sich beispielsweise das Palmieren, das Blinzeln, usw. Anregungen dazu gibt es hier: <https://www.envivas.de/magazin/auge/augentraining/>

ZIEL: Die Teilnehmer:innen entlasten ihre Augen und aktivieren ihren Körper.

DAUER: ca. 1-5 min

GRUPPENGROÖBE: beliebig

AKTIVIERUNG – Pausenimpulse

BESCHREIBUNG: Gerade in Online-Trainings bedarf es öfter einer kurzen oder längeren Pause. Dabei ist es empfehlenswert, die Pause bewusst einzuleiten oder einen Impuls für die Pause mitzugeben. Dies kann ein Bild sein (PPT) (Hängematte, Natur,...). Das Bild kann mit einem passenden Geräusch oder Lied verknüpft werden. Es kann auch ein Zitat oder eine kurze Geschichte sein. Weitere Pausenimpulse sind hier zu finden:

<https://padlet.com/assistenz5/sa7vy9z0fn9mg649>

ZIEL: Die Teilnehmer:innen werden für eine bewusste Pausengestaltung sensibilisiert.

DAUER: ca. 1-5 min

GRUPPENGROÖBE: beliebig

MATERIAL: Bilder und Geräusche (entweder selbst machen) oder auf www.pixabay.de

Methoden zur Erarbeitung von Inhalten

ERARBEITUNG VON INHALT (Brainstorming)

BESCHREIBUNG: In Kleingruppen werden Rollen vergeben: Träumer:in (kreativ, enthusiastisch, unrealistisch), Macher:in (hinterfragt alles auf Machbarkeit), Kritiker:in (Worst-Case-Perspektive, Suche nach Schwachstellen), Neutrale (Beobachtung von außen). Aus der jeweils eigenen Perspektive sprechen die Teilnehmenden über ein vorgegebenes Thema/Fragestellung und versuchen möglichst viele Ideen zu entwickeln und zu notieren.

ZIEL: Die Teilnehmer:innen entwickeln Ideen zu einem Thema.

DAUER: 15-30 min

GRUPPENGROÖBE: beliebig

Methoden für den Ausstieg

AUSSTIEG – HAND DRAUF (Selbstreflexion)

BESCHREIBUNG: Die Teilnehmer:innen bekommen die Aufgabe, ihre Hand auf einem Blatt Papier zu umkreisen. Anschließend werden sie darum gebeten, die einzelnen Finger sowie den Handrücken zu beschriften:

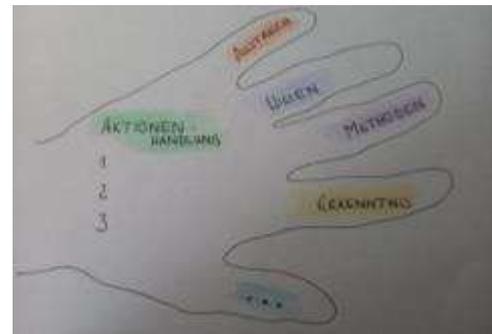
- Auf die Finger kommen 5 Dinge, die die TN aus dem Workshop mitgenommen haben. Dies können bspw. Wissen, Austausch, Methoden, Erkenntnisse,... sein.
- Auf den Handrücken kommen Handlungsvorhaben: 1-3 Aspekte, die in Zukunft umgesetzt werden wollen oder worauf geachtet werden will.

ZIEL: Die TN reflektieren ihren Lern- und Erkenntnisprozess während des Seminars.

DAUER: 5 min zur Erklärung + 5-10 min Reflexionszeit + 10 min im Plenum

GRUPPENGROÖÖE: beliebig; falls anschließender Austausch erwünscht, können Kleingruppen gebildet werden

MATERIAL: Stift und Papier



AUSSTIEG – ERSTE HILFE (Selbstreflexion)

BESCHREIBUNG: Die Erste-Hilfe-Reflexion eignet sich besonders gut für den Umgang mit herausfordernden Situationen. Die Teilnehmer:innen haben zum Ende der Veranstaltung hin Zeit, ihren Notfallkoffer zum Umgang mit herausfordernden Situationen (bspw. im Training) mit Botschaften, Ideen, Aussagen, Gegenständen zu füllen.

ZIEL: Die Teilnehmer:innen entwickeln Ideen zum Umgang mit herausfordernden Situationen.

DAUER: ca. 5-10 min für die Bearbeitung; falls erwünscht, Zeit für Austausch einplanen

GRUPPENGROÖÖE: beliebig

MATERIAL: Stift und Papier

AUSSTIEG/FEEDBACK – TIL, TWIL (Selbstreflexion)

BESCHREIBUNG: TIL steht für „Today I learned“, TWIL steht für „This weekend I learned“. Diese Buchstabenkombinationen eignen sich dafür, von den Teilnehmer:innen ein Feedback sowie eine Lernreflexion einzufordern. **Online** kann dieses Feedback auch über eine Umfrage oder den Chat organisiert werden.

ZIEL: Die TN reflektieren ihren Lern- und Erkenntnisprozess während des Seminars.

DAUER: 5 min Bearbeitungszeit; zusätzliche Dauer für Besprechung bzw. Präsentation einplanen.

GRUPPENGROÖBE: beliebig; ausreichend Zeit für die Besprechung der Ergebnisse einplanen

MATERIAL: Karten und Stifte

FEEDBACK – 4L

BESCHREIBUNG: Die Buchstabenkombination 4L eignet sich dafür, von den Teilnehmer:innen ein Feedback zur Veranstaltung und eine kurze Lernreflexion einzufordern.

- **Liked:** Was hat dir gut gefallen? **Learned:** Was hast du gelernt? **Lacked:** Was hat dir gefehlt? **Longed for:** Wonach hast du dich gesehnt?

VARIANTE: Man kann die vier Fragen auch in einem Quadrat (Flip-Chart oder Whiteboard) notieren und von den TN ausfüllen lassen. Online eignet sich Mural dafür.

ZIEL: Die TN reflektieren ihren Lern- und Erkenntnisprozess während des Seminars und geben eine Rückmeldung zum Veranstaltungsgeschehen.

DAUER: 5 min für Bearbeitung; Zeit für Nachbesprechung (auch in Kleingruppen möglich)

GRUPPENGROÖBE: beliebig

MATERIAL: Online: Tool Mural, Offline: Karten und Stifte

AUSSTIEG – GRUPPENFOTO (online)

BESCHREIBUNG: Die TN bekommen die Aufgabe, die Hände nach links und rechts auszustrecken, sodass die Hände die Bildschirmwand berühren. So ergibt sich ein Gruppenfoto, bei dem sich alle die Hände halten. Man kann die Positionen für das Foto beliebig verändern: Arme hoch, Sprung, Grimasse....

ZIEL: Die TN verabschieden sich im virtuellen Raum.

DAUER: 5 min

GRUPPENGROÖBE: Beliebzig