

# Kurse und Workshops geben



ALS BABYCOACH, DOULA, MÜTTERPFLEGERIN



# Inhalt

Materialien / Vorbereitung

---

Unterschied Kurs / Workshop

---

Teilnehmer-Charakter

---

Aufbau

---

Interaktion



# Materialien / Vorbereitung



# Was gehört in die Vorbereitung?



## HANDOUT UND PRÄSENTATION

Überlege auch Notfall-Pläne (insb. Alternative zur Präsentation)



## ANSCHAUUNGSMATERIAL

Was möchtest du in die Hand geben können?



## INTERAKTIONS-IDEEN

Wie belebst du den Kurs / Workshop?

# Auch das Bewerben gehört in die Vorbereitung!



## FLYER

Wo kannst du Flyer  
auslegen?



## INTERNET

Unterseite für das  
Angebot, Instagram,  
Facebook, regionale  
Gruppen



# Wo findet dein Kurs / Workshop statt?



# Räumliche Möglichkeiten



eigener Kursraum



Hebammenpraxis,  
Physiotherapie,  
Arztpraxis



Kindergärten und  
Schulen





# Die Anmeldung





PER EMAIL /  
KONTAKTFORMULA  
R /  
FLYER-ABSCHNITT



KIKUDOO

<https://www.kikudoo.com/>



EDOobox

<https://www.edoobox.com>



# Was ist der Unterschied zwischen einem Kurs / Workshop?



# Unterschied Kurs / Workshop

## KURS

Geht oft über mehrere Termine

Mehr "Frontalunterricht"

Weniger Interaktion

Umfangreicher

## WORKSHOP

Wenige Stunden / ein Termin

Mehr Interaktion / Ausprobieren /  
Teilnehmeraktivität

Infos auf Mindestumfang reduziert

Mehr Redeanteil der Teilnehmer



# Die verschiedenen Teilnehmer



# Die Teilnehmer: Unterschiedliche Charaktere

| DER / DIE SCHÜCHTERNE                                                                 | DER / DIE DOMINANTE                                                                   | DER / DIE AUSGLEICHENDE                                       | DER / DIE UNZUFRIEDENE                                                               | DER / DIE SKEPTISCHE                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Die Möglichkeit, erst zu überlegen, anzukommen, erst Mal kleiner Kreis ("Murmelfase") | nicht das Zepter aus der Hand nehmen lassen, Grenzen aufzeigen, Redeanteil eingrenzen | vertragen keine Disharmonie                                   | ernst nehmen, aber sich nicht so verbiegen, dass der Kurs nicht mehr authentisch ist | Unsicherheit ist oft der Grund                                   |
| kleine Gruppen zwischendurch                                                          | sich bewusst machen, dass man selbst den Kurs leitet:)                                | aufpassen, dass die nicht zu kurz kommen / zu viel "arbeiten" | Unterschied: Kritik am Kurs / Kritik an euch als Mensch                              | manchmal Eigenart des Berufes                                    |
| ggf. den Raum bieten sich mitzuteilen                                                 | "Schrei nach Aufmerksamkeit"                                                          |                                                               | Am Anfang des Kurses Erwartungen abfragen hilft prophylaktisch                       | Referenzen haben (und deren Bücher kennen)                       |
| aber gut dosiert ansprechen                                                           | einbinden, ohne zu viel Führung abzugeben                                             |                                                               | Bei der Anmeldung Erwartung abfragen                                                 | Fragen woher Skepsis kommt:) (Gerüchte zum Beispiel über Themen) |
|                                                                                       |                                                                                       |                                                               |                                                                                      |                                                                  |



# Die Teilnehmer: Unterschiedliche Charaktere

| DER / DIE<br>EINBRINGENDE                                                                            | DER / DIE<br>UNKONZENTRIERTE             | DER / DIE<br>ALLESWISSENDE                       | DER / DIE<br>UNFREIWILLIGE              | DER / DIE<br>??? |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------|
| aufpassen dass ausgewogen geredet wird, dass der Mitteilungsbedarf wahrgenommen wird bei den anderen | Raum anbieten zeitlich für den Austausch | Ernst nehmen, mit einbeziehen an manchen Stellen | Willkommen heißen und positiv bestärken |                  |
| nicht immer als erstes dran nehmen                                                                   | Ansprechen                               | gut dosieren                                     | Falsche Bilder korrigieren              |                  |
|                                                                                                      | Aufhören zu reden                        |                                                  | HUMOR!                                  |                  |
|                                                                                                      |                                          |                                                  | Belohnung in Ausblick stellen           |                  |
|                                                                                                      |                                          |                                                  | Ablauf erklären                         |                  |



## Projektionen

Menschen haben ein großes Bedürfnis nach Sicherheit. Und so haben wir die Tendenz uns in den Gruppen, in denen wir uns aufhalten, unsere Familie zu integrieren, in dem wir unsere Familienmitglieder in bzw. auf die passenden Gruppenmitglieder projizieren. Dies geschieht je nach „Angebot“ nach ähnlichem Aussehen, Mimik, Gesten, Stimme, Verhalten.

Dies gilt vor allem auf die Rolle des Kursleiters, auf ihn wird häufig, die Mutter bzw. der eigene Vater projiziert. Und wenn die eigenen Eltern ggf. nicht so verständnisvoll oder emotional waren, dann sind es die Eltern (Mutter oder Vater) die sie sich gewünscht hätten (und umgekehrt).

Nicht wenige KursleiterInnen verfallen der Vorstellung, selbst wenn sie sich diesen gegenüber freundschaftlich verhalten, als „FreundIn“ gesehen zu werden. Von den TeilnehmerInnen wird man/frau immer auch als Leiter/Führungsperson/Verantwortlichen gesehen.



## Umgang mit Projektionen

Als KursleiterIn ist es wichtig, sich diesen Projektionsmöglichkeiten bewusst zu sein. Dies ermöglicht uns als Kursleiter die Chance die damit verbundenen Erwartungen und/oder Urteile nicht persönlich zu nehmen.

Dabei kommt es nicht selten zu dem „Phänomen“, dass Kursteilnehmer den bzw. die Kursleiterin auf einen „Sockel“ stellen und ihn bei nicht Erfüllung der zum größten Teil unausgesprochenen Erwartungen wieder runterzustoßen.

Kritische Aussagen eines Teilnehmers (aber auch generell) sagen mehr über den Sender als über den Empfänger aus und bieten so einen Hinweis darüber, wie es dem Sender geht und wovon er sich „verletzt“ fühlt. Gemäß des Mottos „Alles was nicht Liebe ist, ist ein Schrei nach Liebe“.

Generell ist bei Kritikgesprächen mit Teilnehmern an die Haltung der Gewaltfreien Kommunikation zu denken.



# Aufbau der Inhalte



# Aufbau eines Kurses

## KURS EINHEIT 1

Vorstellungsrunde / Inhalte ankündigen / Ablaufplan / Regeln für den Kurs / Erwartungen: Gerne Interaktionsmöglichkeiten einbringen

Erste Kursinhalte ?

Bevor Inhalte zu einem Thema angezeigt werden, Gruppe zu der Überschrift befragen: was denkt die Gruppe was die Antwort sein könnte?

Aufgabe für den Zeitraum bis zum nächsten Treffen

Abschlussrunde

## ALLE WEITEREN EINHEITEN

Wiederholung der letzten Inhalte / ggf. Erfahrungen beim ersten Umsetzen außerhalb des Kurses?

Inhalte der Lektion

Zusammenfassung (Aha-Momente sammeln) und Abschlussrunde



# Aufbau eines Workshops

Vorstellungsrunde / Inhalte ankündigen / Ablaufplan / Regeln für den Workshop / Erwartungen: Gerne Interaktionsmöglichkeiten verwenden

Erste Inhalte

Praxis: Materialien ausprobieren lassen, Handgriffe üben, mit Puppen arbeiten etc., hier ggf. am Platz und "Herumreichen" ?

Theorie II

Praxis mit Bewegung im Raum

Theorie III

Abschlussrunde Feedback und "Was nehmt ihr mit nach Hause?"



# Interaktionsmöglichkeiten



# Beispiel Kurse: Vorlagen?