

Was mir wichtig ist:

Weiterentwicklung

Im Laufe der letzten 10 Jahre in denen ich Seminare gebe, hat sich meine Arbeitsweise verändert. Auch die Haltung gegenüber den Teilnehmenden und ganz besonders meine Inhalte. Ich entwickle mich und das gebe ich auch weiter. Überhaupt ist lernen für mich wie atmen. In einer perfekten Welt würde ich mein ganzes Leben lang studieren. Aktuell studiere ich Religion und Kultur an der Humboldt Universität Berlin.

Offenheit und Interesse und Zuwendung

Ich bin total interessiert an Themengebieten unterschiedlichster Art und genauso an Menschen, die so unglaublich vielfältig und inspirierend sind. Ich glaube daran, dass mir jeder Mensch aus einem Grund begegnet. Und genauso wie Menschen etwas von mir lernen können, genauso lerne ich Tag für Tag von anderen Menschen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass allein durch ein offenes Interesse, das von Zuhören und Wertschätzung begleitet ist, Menschen einen Schritt nach vorn gehen können.

Freude am Lernen und Teilnehmenden- und Anwendungsorientierung

Kein Seminar ist wie das andere. Genauso wie kein Mensch wie der andere ist. Daher verstehe ich meinen Job als Seminarleiterin eher als Gastgeberin und Zuhörerin. Powerpoints sind zwar manchmal hilfreich, aber das versuche ich zu vermeiden. Lieber gebe ich den Raum einen direkten Bezug zur Lebensrealität der Teilnehmenden herzustellen, indem ich Zeit für Reflexion und Austausch gebe. Mir geht es um die Anwendung und nicht um bloße Wissensvermittlung. Mein Anspruch ist es mich den Themen zu zuwenden, die für die Teilnehmenden wirklich interessant sind. Wenn es mir möglich ist, passe ich die Inhalte noch am selben Tag an. Und: Lernen soll Spaß machen und ich glaube, das merkt man mir auch an. :)

Elemente eines gelungenen Workshops

Willkommen

Wertschätzung steht für mich an erster Stelle. Ich freue mich aufrichtig über jeden Teilnehmenden, der sich für meine Inhalte interessiert.

Warmup

Eine gute Lernatmosphäre ist wichtig. Daher verwende ich meine Aufmerksamkeit gerade am Anfang darauf, was es braucht, damit jede/r sich wohlfühlt und seine Anliegen äußern kann. Dabei ist mir wichtig darauf hinzuweisen, dass Verschwiegenheit eingehalten wird und jede/r für sich selbst sorgt.

Onboarding

Gerade in Gruppen, in denen sich die Teilnehmenden noch nicht kennen, ist der Kennenlernprozess sehr wichtig. Aber selbst in Gruppen, in denen man sich schon über einen längeren Zeitraum kennt, kann der erneute Kennenlernprozess überraschende Erkenntnisse bringen. Ziel ist hierbei (kultursensibel) Hemmschwellen abzubauen und eine Haltung der Wertschätzung füreinander zu entwickeln. Nur so können wir gemeinsam gut lernen.

Erwartungsabfrage

Um die größtmögliche Zufriedenheit herzustellen, möchte ich natürlich wissen, warum jede/r einzelne in meinem Seminar sitzt. Durch das Teilen der persönlichen Motivation ist es mir leichter, Inhalte auf Bedürfnisse anzupassen. Dies geschieht in der Regel schon vorab des Seminars per Email, wird in dem Seminar jedoch wiederholt. Meine Erfahrung hat gezeigt, dass sich innerhalb eines Kurses diese Erwartungshaltung anpassen kann.

Einatmen

Humor steht für mich im Zentrum der Wissensvermittlung. Lernen soll Freude machen und deshalb werde ich, bei aller Ernsthaftigkeit der Themen, dies nicht aus den Augen verlieren. Freude, Teilnehmenden- und Anwendungsorientierung stehen zu jedem Zeitpunkt im Vordergrund. Inhalte werden radikal gekürzt, wenn ich merke, dass das Interesse nachlässt oder die Freude den Raum verlässt. Und Pausen sind genauso wichtig wie die Möglichkeit zu jeder Zeit Fragen zu stellen.

Ausatmen

Selbsterfahrung, Reflexion und Austausch sind essenzielle Elemente meiner Seminare. Inhalte mit sich selbst in Verbindung zu bringen ist der sichere Weg zu einem nachhaltigen Lernen und zur Zufriedenheit der Teilnehmenden. Dies führt auch zu einem Zusammengehörigkeitsgefühl, dass gerade im Arbeitskontext häufig als mangelhaft wahrgenommen wird. Hier gibt es für mich auch die Möglichkeit, Inhalte nachzuliefern, Missverständnisse aufzulösen und individuell auf Fragen einzugehen.

Optional: Coaching

Gerade bei den Themen "Emotionsmanagement" und "Umgang mit schwierigen Situationen" kann es hilfreich sein, individuelle Gespräche zu führen. Meine Erfahrung als Seelsorgerin kann zur Klärung beitragen - allein das Zuhören und die Aufmerksamkeit ist eine gute Erfahrung für die Teilnehmenden. Dies geschieht aus Freiwilligkeit und stellt kein zwingendes Element eines Workshops dar.

Feedback

Für mich ist es wichtig in jedem Seminar dazu zu lernen, daher ist Feedback ein wichtiger Bestandteil.

Abschluss

Ein guter Abschluss gehört für mich dazu. Die Teilnehmenden haben sich Zeit genommen, um sich auf ein Thema einzulassen und sich in der Gruppe geöffnet. Ein Ausblick für die nahe Zukunft kann erleichtern, auseinander zu gehen und das Thema weiter zu verfolgen.

Lassen Sie uns darüber miteinander ins Gespräch kommen.

Herzlich

Tanja Rathmann