



# Haltung zeigen?

**Praxisgruppe Moderation  
Treffpunkt Freiburg,  
14.03.2022**

Karin-Anne Böttcher  
[textprojekt@aol.com](mailto:textprojekt@aol.com)

Peter Herrmann  
[PeHerrmann@gmx.de](mailto:PeHerrmann@gmx.de)

Welche Rolle spielt die Haltung der Moderatorin/ des Moderators im Prozess?

Was ist der Unterschied zwischen „Rolle“ und „Haltung“? Was können wir beeinflussen, was sollten wir beachten, woran wollen wir arbeiten?

# Zum Ankommen ....

**5 - 4 - 3 - 2 - 1**  
A Grounding/Calming Strategy

5 things you can see  
4 things you can feel  
3 things you can hear  
2 things you can smell  
1 thing you can taste  
(or 1 thing you love about yourself)



## Thinking Pairs (5 Minuten)

In Paaren – kurzer Austausch:

- Wie bist du angekommen ?
- Was hat sich durch die Übung verändert?



## Check in (Circle)

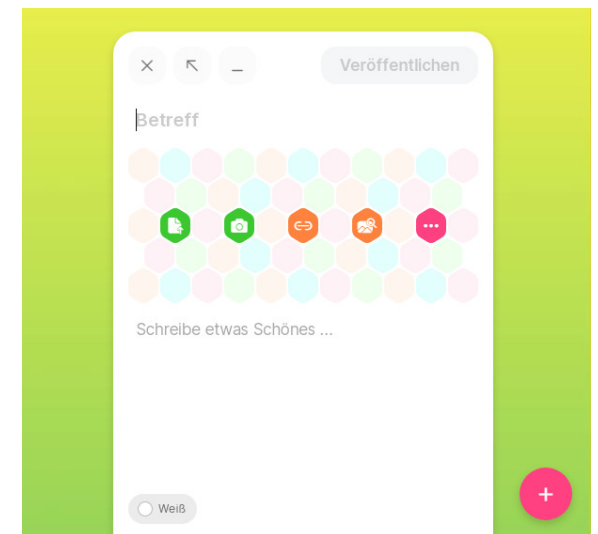
- Mein Name
- Mein Bezug zu Moderation und zur „Übungsgruppe“
- Meine Motivation in einem Wort: Warum bin ich heute Abend dabei?
- Mir geht es gerade...

# Gute Moderation – Einzelarbeit am Padlet + Plenum

- Was macht für dich gute Moderation aus?  
Erinnere dich:

Ich als TN in für mich gut moderierter Sitzung: Was genau war da? Was hat das ausgemacht? Was noch?

- Alle schreiben Posts im „Padlet“ (jede/r für sich)
- Danach: Kurzer Austausch im Plenum



# ERGEBNIS-Sammlung (Padlet 1)

padlet

peherrmann@gmx.de + 9 • 11h

## Haltung in der Moderation

... Sammlung

Störungen gehen vor

Vielfalt von Methoden

Protokoll

Die Ergebnisse wurden visualisiert und festgehalten, so dass sie weiter verwendet werden können

Gute Balance zwischen Plan und Spontaneität

Ehrlichkeit

Gut zuhören

Alle wissen, was das Ziel der aktuellen Diskussion ist. - Klarheit schaffen, was gerade passiert

lebhaft gestalten

den TN transparent machen, wenn nicht alle Themen mehr drankommen können: Tn Votum für Prio nutzen

Es war ein geschützter Rahmen mit klaren Regeln und damit Freiraum

Wahrnehmen anderer Standpunkte wurde ermöglicht

Die Inhalte übersichtlich gestalten

Fokussieren, zusammenfassen

motivierender Einstieg  
alle mitnehmen/für das Thema gewinnen

die "Lauten" im Griff behalten

Subtile Lenken

Dienstleister für Gruppe sein ...

Unparteiisch

Keine eigenen inhaltlichen Ziele verfolgen

Gastgeber Qualität

Gefühl von Leichtigkeit  
Die Kunst ist, als Moderator\_in nicht angestrengt/gestresst rüberzukommen

Beispiele aus TN-Kreis nutzen

Gemeinsam hat man

## ERGEBNIS-Sammlung (Padlet 2)

lebhaft gestalten

Standpunkte wurde ermöglicht

die "Lauten" im Griff behalten

Gastgeber Qualität

Beispiele aus TN-Kreis nutzen

Ganz im Jetzt sein, bei mir und der Gruppe gleichzeitig ...

Weiche Übergänge

TN wahrnehmen und ernstnehmen

aktiv

Gemeinsam hat man etwas erarbeitet und es hat meinen Horizont erweitert.

es war überraschend, was sich ergab - ein richtiges "AHA-Erlebnis"

im Zeitplan bleiben

passende Stimmlage

strukturiert aufbauen

Strukturiert

roten Faden verfolgen

Zwischenschritte und Ziel vor Augen haben.

authentisch

keine Partei ergreifen

alle haben sich beteiligt

Offenheit

Transparenz

es war interaktiv

Souveränität

Ruhe ausstrahlen

die Diskussion beruhigen und wach den kollektiven Gedankengang begleiten

<https://padlet.com/peherrmann/qpghtbg689yqmcz>

# Centering Practice

Quelle: Wendy Palmer:  
„Recover Your Center“



**B**reath & posture

*Inhale uplifted posture, Long exhale releasing tension into gravity*

**E**xpand presence

*Extend personal space equally in all directions, like a bubble*


**S**mile & settle

*Think of someone or something that makes you smile and*

*Rest in the expanded space*

(Leadership Embodiment)





# Haltung in der Moderation – Gruppenarbeit + Plenum

## **Austausch in 3er- Gruppe (12 min)**

- Was ist für mich „Haltung“ in der Moderation? Hat sich da durch die Übung etwas verändert?
- Gibt es einen Unterschied zwischen „Rolle“ und „Haltung“?
- Was prägt meine Haltung als Moderator\_in? Was ist mir da wichtig?
- Wie hab ich „meine Haltung“ bekommen/erworben?



# Impulse: Haltung in der Moderation

*„Haltung ist geronnene Erfahrung“ (Josef W. Seifert)*

Die eigene Meinung, der eigene Standpunkt, der persönliche Eindruck, treten zugunsten einer offenen, „Neugierdehaltung“ in den Hintergrund. Im Zentrum des Interesses stehen die Haltungen der zu Moderierenden, die durch Fragen herausgearbeitet werden. Der Moderator nimmt **eine „neutrale“ oder „fragende“ Haltung** ein.

„Während die Haltung den Inhalten gegenüber, von den Beteiligten als „neutral“ erlebt werden sollte, gilt es, den Menschen gegenüber bewusst eine **„bedingungslos wertschätzende“ Haltung** einzunehmen. Ziel ist es, nicht fachlich zu dominieren, sondern die beteiligten Menschen zu ermutigen und ihnen die inhaltliche Arbeit durch geeignete Kommunikations- und Moderationsmethoden zu erleichtern. Je klarer dabei die Haltung des Moderators ist, desto leichter ist die Orientierung für die Gruppe.“

*Quelle: <https://blog.moderatio.de/wie-halten-sie-es-eigentlich-mit-der-haltung>*

# Impulse: Art of Hosting

## Innere Haltung und Qualität des Gesprächs

Im Art of Hosting gehen wir davon aus, dass wir es bei Organisationen und Gruppen von Menschen mit lebendigen Systemen zu tun haben. Wie andere lebendige Systeme in der Natur bringen auch sie unter idealen Bedingungen überraschende und neue Ergebnisse hervor. Um dies zu ermöglichen, schaffen wir bestimmte Rahmenbedingungen für einen sicheren Raum der Entfaltung.



# Impulse: „Einfach mal NICHTS tun!“

Quelle: Marvin Weisbord & Sandra Janoff (Westkreuz-Verlag, 2. Aufl. 2011)

## 4. Leitsatz: „Verantwortung wahrnehmen – gemeinschaftlich“ (S. 93 - 106)

- Einfach mal „Nichts tun“! (Stehen – Atmen – Vertrauen!)
- Weniger tun, damit andere mehr tun – „Raum für die Gruppe“ schaffen, Verantwortung delegieren.
- Halte deine\_n „Innere Kritiker\_in“ im Zaum: Entwickle Vertrauen in die Selbststeuerungs-Fähigkeit der Gruppe.
- Gehe davon aus, dass alle ihr Bestes tun.
- Alle Sichtweisen und Ideen haben ihre Berechtigung.
- Wenn das nächste Mal bei einer Moderation etwas Unerwartetes passiert: Einfach mal Nichts tun, nur dastehen! Atme einmal tief durch und achte auf deine Gedanken und was dein Körper tun möchte.



## Wenn es schwierig wird...

Quelle: Marvin Weisbord & Sandra Janoff: **Einfach mal NICHTS tun!** (2. Auflage 2011), S.155

- Stehen Sie einfach nur da und halten Sie Ihre Gefühle im Zaum
- Nehmen Sie Ihre Anspannung wahr, Ihre Ängste, die Kontrolle zu verlieren und Ihren Impuls, die Dinge möglichst schnell zu regeln.
- Waren Sie ab. Schauen Sie sich um.
- Atmen Sie so viel Luft aus wie möglich.
- Atmen Sie ganz tief ein.
- Halten Sie für ein paar Sekunden die Luft an.
- Wiederholen Sie die einzelnen Schritte, bis jemand sagt, was gerade gesagt werden muss.



## Gehe mit einer klaren Haltung in deine Moderation...

Quelle: Marvin Weisbord & Sandra Janoff: **Einfach mal NICHTS tun!** (2. Auflage 2011), S. 161f.

- Führe dir vor Augen, dass dein Beitrag wichtig ist, damit die Veranstaltung ihr Ziel erreicht.
- Ist das Ziel klar? „Nur wenn wir uns über die Ziele im Klaren sind, wissen wir, wann in dem komplexen Ablauf unser aktives Handeln erforderlich ist und wann wir einfach Nichts tun.“
- Was sind meine Grundsätze, von denen ich keine Abstriche mache?
- Was sind meine Ängste? „Ängste sind unverzichtbare Reisegefährten und erweitern die Toleranz für natürliche Zustände wie Verwirrung, Vieldeutigkeit, Unsicherheit...“



## Weniger tun – mehr ermöglichen

Quelle: Jutta Weimar: mini-handbuch Facilitation (Beltz 2021), S. 41  
(nach Marvin Weisbord & Sandra Janoff)

- Jeder tut in jeder Minute mit den ihm bzw. ihr zur Verfügung stehenden Mitteln das Beste, was er oder sie kann.
- Menschen tun nur das, wozu sie bereit sind, was sie können und wozu sie willens sind.
- Zustandsbeschreibungen und Erklärungen erhöhen nicht die Bereitschaft von Menschen zum Handeln.
- Wir bewegen uns durch Veränderung des Standpunkts – wenn sich Menschen in Workshops bewegen, dann ändern sie dadurch den Energiefluss, die Gestalt und die Handlungsoptionen im Raum.

# Impulse: Harrison Owen (Open Space)

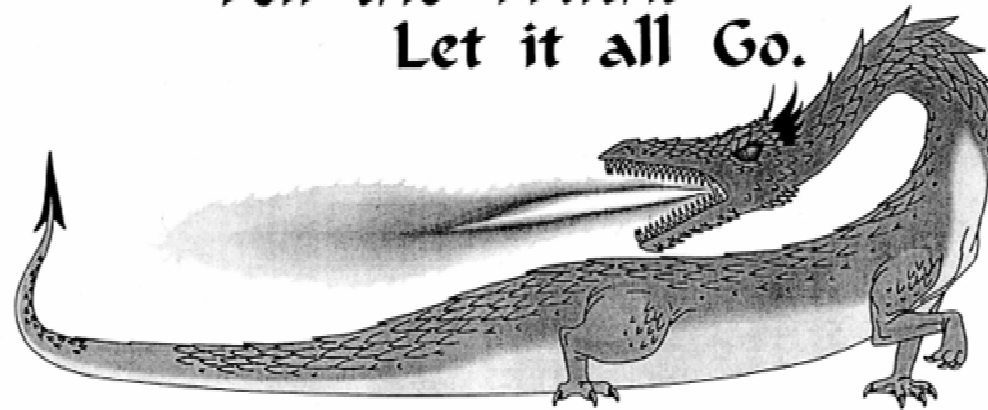
## The Way of Spirit

Show up.

Be Present.

Tell the Truth.

Let it all Go.





# Eine Frage der Haltung...



# Effekte der „Centering Practice“

(nach: Wendy Palmer, Leadership Embodiment)





# Meine Haltung als Moderatorin/ Moderator

**(vorgesehen war Gruppenarbeit, aus Zeitgründen integriert in den CHECK-OUT)**

- Was gelingt mir gut?
- Was will ich noch "optimieren/ weiter entwickeln/ lernen/ erfahren/ ...

## Check out (Plenum )

- Was nehme ich mit?
- Was lasse ich da?



# Literatur

Jutta Weimar: mini-handbuch Facilitation (Beltz-Verlag), Weinheim/Basel 2021

Marvin Weisbord & Sandra Janoff: Einfach mal NICHTS tun! (Westkreuz-Verlag), Berlin/Bonn 2011 (2. Auflage)

Wendy Palmer / Janet Crawford: Leadership Embodiment. How the Way We Sit and Stand Can Change the Way We Think and Speak (The Embodiment Foundation) 2013



# Links

<https://www.gew.de/aktuelles/detailseite/neuigkeiten/inklusion-wie-haeltst-dus-mit-der-haltung/>

<https://blog.moderatio.de/wie-halten-sie-es-eigentlich-mit-der-haltung>

<https://www.brightpicture.at/wp-content/uploads/e-Book-Art-of-Hosting.pdf>

<https://www.ph-freiburg.de/zelf/fortbildungen/paedagogik-psychologie/barcamp-lernraeume-alle-schularten-praesenz.html>

<https://www.barcamp-freiburg.de/barcamp2019/>

<https://vimeo.com/92366794> (Wendy Palmer „Basic Centering“)

<https://www.youtube.com/watch?v=KL1O6dIMtmQ> (leadership embodiment)

<https://www.all-dimensions.com/seminare/leadership-embodiment-level-1/>