

# “Angst? Aber sicher!” Veranstaltungsformat Elternabend | Ablauf

**Hinweis: In den Folien sind die Videos mit einer alternativen URL verlinkt, um Ausfällen vorzubeugen.**

<b>Zeitplan</b>		<b>Programmpunkt</b>
00:00	5 Min	Begrüßung Vorstellung und kurze Info zu Veranstalter und Familien begleiten Infos zu Ablauf und Räumlichkeiten
00:05	5 Min	Warm-Up I: Zustimmung und Ablehnung
00:10	10 Min	Warm-Up II: Vorstellungsrunde
00:20	10 Min	Video 1: Angst?! Aber sicher!
00:30	10 Min	Reflexion und Austausch
00:40	10 Min	Video 2: Angst in der kindlichen Entwicklung (10 Min)
00:50	10 Min	Reflexion und Austausch (10 Min)
01:00	5 Min	Pause
01:05	8 Min	Video 3: Über Ängste der Erwachsenen reden.
01:13	12 Min	Reflexion und Austausch (10 Min)
01:25	9 Min	Video 4: Die Spirale der Angst.
01:44	10 Min	Reflexion und Austausch (10 Min)
01:54	5 Min	Feedback und Abschluss

**Material:** Beamer, angepasste PPP (inkl. Video 1-4) , Handouts, Snacks und Getränke  
**Aufbau:** In Tischgruppen, so dass Austausch möglich ist.  
Büchertisch mit Informationsmaterial

# “Angst? Aber sicher!” Veranstaltungsformat Elternabend | Moderation

# 1

Moderation “Angst? Aber sicher!” Elternabend

5 Min *Folie 1 zu Beginn einblenden*

## **Begrüßung**

Herzlich willkommen

*(Folie 2) Ich bin ... (Vorname) und darf euch heute durch den Abend leiten.*

*einige Sätze zum Veranstalter/der Veranstalterin des Abends ergänzen*

Für den Abend nutzen wir Material von Steffi Haug.

Sie vermittelt mit ihrem Unternehmen “Familien begleiten” in Seminaren, bei Gesprächsrunden und in der Beratung online und offline ungewöhnte Perspektiven, die Aha-Erlebnisse schaffen und Mut machen.

Zum Beispiel hat sie diesen Videokurs erstellt, zusammen mit Hannah, einer Gast-Referentin. Den Kurs kann man sowohl als Privatperson kaufen als auch als Organisation und wir schauen ihn uns heute abend gemeinsam an und sprechen über die Inhalte. Das ist Teil von Steffis Konzept: gemeinsam unterwegs sein bedeutet, sich auszutauschen und miteinander und voneinander ermutigt zu werden.

*(Folie 3) Wir wechseln also heute zwischen Videos zu diesen vier Titeln und Reflexions- bzw. Austausch-Zeiten ab. Dafür habt ihr schon das Handout vor euch liegen, in dem einige Take-Aways schon drin sind und Platz für eure Gedanken ist.*

*ggf. Informationen zu Räumlichkeiten, Snacks, Getränken oder ähnlichem ergänzen*



Material: Beamer, angepasste PPP Folie 1-3, Handouts, Snacks und Getränke

# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten



# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten



## "Angst? Aber sicher!" Veranstaltungsformat Elternabend | Moderation

### 5 Min (Folie 4) Warm-Up I

Um ins Thema reinzukommen, starten wir mit 4 Sätzen und ihr dürft ganz bequem von eurem Platz aus signalisieren, ob ihr dem Satz zustimmt - dann den Daumen hoch, das kennen wir -, ob ihr ihn ablehnt - Daumen runter, auch das kennen wir, oder ob ihr nichts dazu sagen möchtet. Dann macht ihr eine Faust und haltet sie hoch. Los gehts:

*(nach jeder Runde bedanken, ggf. kommentieren, wenn etwas auffällig ist, aber sonst einfach stehen lassen)*

*(Folie 5) Angst ist für meine Kinder ein Thema.*

*(Folie 6) Die Angst meiner Kinder fordert mich heraus.*

*(Folie 7) Angst ist ein Thema in meinem Leben.*

*(Folie 8) Über Angst zu reden, fällt mir schwer.*

Vielen Dank fürs Mitmachen bei diesem ersten Eindruck dazu, wie das Thema uns hier beschäftigt - für unsere Kinder und für uns. Wir wollen euch jetzt an euren Tischen kurz die Gelegenheit geben, euch etwas besser kennenzulernen.

### 10 Min (Folie 9) Warm-Up II

Dafür erzählt euch kurz, wie ihr heißt, wie alt ihr seid (natürlich nur, wer will) und wie eure Familiensituation ist und vervollständigt den Satz "Ich bin hier, weil..."

## “Angst? Aber sicher!” Veranstaltungsformat Elternabend | Moderation

10 Min (Folie 10) **Video 1 “Angst? Aber sicher! Impulse zu Angst”**  
Wir starten jetzt mit dem ersten Video.

---

Dieses Video wollen wir beim Stationentag auch mit den Kindern anschauen als Grundlage für das Gespräch über Angst. Sicher ist es nicht für alle Altersgruppen zu 100% geeignet und auch für manche Kinder zu lang. Wichtig ist auch nicht, dass alle alles mitbekommen, sondern dass ihr ein gemeinsames Erlebnis mit dem Video habt, auf das ihr Bezug nehmen könnt.

10 Min (Folie 11) Jetzt für heute aber erst mal Zeit für **Reflexion und Austausch**. Hier vorne ist eine Auswahl der Fragen aus dem Handout eingeblendet. Ihr könnt euch daran halten und wenn ihr mögt, das Handout zum Mitschreiben und als Gedankenstütze zu den Inhalten nutzen, aber das bleibt euch überlassen, wie es für euch am besten ist.

---

10 Min (Folie 12) **Video 2 “Angst in der kindlichen Entwicklung”**  
Es klingt, als ob dieses erste Video euch schon gut miteinander ins Gespräch gebracht hat. Im zweiten Video ordnet Hannah Angst in der kindlichen Entwicklung ein und gibt Anregungen dazu, wie man mit Kindern über Angst sprechen kann.

---

10 Min (Folie 13) Und auch hier nehmen wir uns wieder Zeit für **Austausch**.

# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten



# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten





## “Angst? Aber sicher!” Veranstaltungsformat Elternabend | Moderation

### 10 Min (Folie 14) **Video 3 “Über Ängste der Erwachsenen reden”**

Vielleicht seid ihr im Gespräch schon darauf gekommen, dass es ja eine Sache ist, über die Ängste der Kinder zu sprechen - oder über eigene. Im dritten Video spricht Hannah über die Frage, wie wir mit Kindern über unsere Ängste sprechen können.

---

### 10 Min (Folie 15, falls keine Handouts verteilt wurden, evtl. Folie 16 einblenden) Jetzt ist wieder Zeit für **Reflexion und Austausch**.

---

### 10 Min (Folie 17) **Video 4 “Die Spirale der Angst”**

Ein letztes Video hat Steffi noch vorbereitet. In diesem Video stellt sie ein Modell von Grundängsten vor, das uns dabei helfen kann, unser Verhalten in sozialen Situationen besser zu verstehen. Denn auch dabei spielen Ängste eine Rolle.

---

### 10 Min (Folie 18) Eine letzte Runde **Austausch**.

## "Angst? Aber sicher!" Veranstaltungsformat Elternabend | Moderation

### 10 Min (Folie 19) Feedback und Abschluss

In Steffis Seminaren sagt sie am Ende immer: Welche eine Sache möchtest Du Dir mitnehmen? Wir haben vieles gehört, gesprochen und über manches nachgedacht. Das ist super. Und manches klingt auch noch länger nach. Aber was ist die eine Sache, der eine Gedanke, der Dir am meisten hilft, den Du mitnehmen möchtest? Wir nehmen uns einen Moment Zeit, diesen Gedanken festzuhalten für uns selbst. Und wer mag, darf diesen einen Gedanken dann gern auch mit allen teilen.

*1-2 Minuten Stille*

Mag jemand einen Gedanken teilen? Vom Platz aus oder von vorne?  
*(Bei jeder Wortmeldung bedanken, nur bei sehr kritischen Aussagen kommentieren)*

Ja, dann war es das für heute schon.

*(Folie 20)* Eine Einladung spreche ich im Namen von Steffi noch aus, denn sie veranstaltet am kommenden Dienstag, den 23.4. ein Webinar zu der Frage "Reicht es aus, wie ich mein Kind begleite?"

Hier vorne ist ein QR-Code zu der Webseite mit mehr Informationen, ihr findet den Link auch direkt, wenn ihr auf die Webseite [www.familienbegleiten.de](http://www.familienbegleiten.de) geht.

*ggf. weitere Informationen ergänzen*

Wir bedanken uns ganz herzlich, dass ihr gekommen seid und wünschen euch einen guten Heimweg und eine angstfreie Nacht!

# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten



# Angst?

Aber sicher!

**Moderation**

Familien  
begleiten

