

Familienrat in 15 Minuten

Ein Thema. Jede Stimme. Ein kleiner nächster Schritt.



WORUM ES GEHT

Der Familienrat ist ein ruhiger Gesprächsraum. Es geht ums Verstehen - nicht darum, wer recht hat oder alles sofort zu lösen.

Unsere drei Gesprächsregeln



Wir hören zu.

Eine Person spricht.



Jede Sicht darf da sein.

Es geht ums Verstehen.



Kleine Schritte reichen.

Ein nächster Schritt genügt.

So läuft eine kurze Runde ab



1 ANKOMMEN

Ruhig werden und Regeln lesen.



2 THEMA

Kurz sagen, worum es geht.



3 STIMMEN

Jede Person darf sprechen oder passen.



4 MITNEHMEN

Eine kleine Vereinbarung reicht.



WICHTIG

Niemand muss sprechen. Kurze Antworten, Pausen und unterschiedliche Sichtweisen dürfen dazugehören. Beginnt mit nur einem Thema.



Unsere kurze Familienratsrunde

Nehmt euch etwa 15 Minuten. Stichworte genügen, und jede Person darf auch passen.

UNSER THEMA

Worum geht es heute?

WER IST DABEI?

1 Was ist los?

Was hat jede Person erlebt?

2 Was war schwierig?

Was hat gestört oder belastet?

3 Was brauchen wir?

Was wünscht sich jede Person?

4 Was könnten wir probieren?

Welche kleine Idee passt für uns?

UNSERE KLEINE VEREINBARUNG

Was probieren wir konkret aus?

WER ACHTET WORAUF?

WANN SCHAUEN WIR WIEDER?

WORAN MERKEN WIR, DASS ES GEHOLFEN HAT?

