

„Reden wir über das Frau-sein in der Pension.“

Frauenstärkende Gesprächsgruppen für Frauen in Pension

Was ist eine „Tischleiterin“ und was macht sie?

Eine Tischleiterin im Pensionistinnenforum ist jene Frau, die eine Gruppe von 4-8 Pensionistinnen einlädt. Sie kümmert sich um die Organisation (Ort, Zeit) und bereitet den Inhalt grob vor (Auswahl der Inhalte mit den Karten). Das geschieht in Abstimmung mit der Projektleitung im Freiraum.

In der Tisch-Umsetzung sorgt sie für ein angenehmes Gesprächsklima und moderiert die Gruppe mit dem Werkzeug des zur Verfügung gestellten Kartensets. Dabei achtet sie auf die Zeit. Sie dokumentiert den Tisch nach den Vorgaben (Teilnehmerinnen-Liste, Foto, Kurzbeschreibung). Nach dem Tisch gibt sie die Dokumentation bei der Projektleitung ab und ist eingeladen, von den Erfahrungen zu erzählen. Sie hat den Rückhalt der Frauenberatung Freiraum, um gut und gestärkt weiterzumachen. Die Tischleiterinnen kommen auch vereinzelt zusammen, um über die Tätigkeit zu sprechen. Dafür gibt es eine methodische, inhaltliche und bestärkende Einschulung, um selbstbewusst und freudig Frauengruppen zu leiten.

Aufgaben:

- Rahmenbedingungen des Tisches organisieren (Ort, Datum)
- 3-7 zusätzliche Frauen finden/einladen
- Tischleiterin-Schulung besuchen (100 Euro Aufwandsentschädigung)
- Tisch-Gespräch moderieren (im Zeitrahmen)
- Im Austausch mit dem Freiraum bleiben (Supervision)
- Nach der Schulung mindestens 1 Tisch abhalten
- Dokumentation: TN-Liste, Foto (Achtung Datenschutz), Feedbackbogen, qualitative Rückmeldung, welche Karten verwendet
- Für ein angenehmes Gesprächsklima sorgen
- Für ein Getränk sorgen (z. B. 1. Getränk in Gastwirtschaft). Keine umfangreiche Verköstigung!
- Abstimmung mit der Projektleitung

Kompetenzen, die Sie in der Schulung vertiefen oder erlernen:

- Verlässlichkeit
- Neugierde
- Umgang mit Kartenset
- Basiswissen der Gruppenleitung/Moderation
- Sensible Situationen meistern
- Frauenpolitischer Blick auf unser Tun – Reflexion der eigenen Sicht
- Umgang mit Anonymitätswunsch

Welche Vorteile habe ich?

- Kompetenzerwerb in Gruppenführung und Gesprächsführung
- Neue Kontakte knüpfen, Netzwerk erweitern
- Über mich hinauswachsen
- Gesellschaftlich wirksam werden.
- Aufwandsentschädigung: 100 € für die Schulung, 80 € für jeden Tisch (inkl. Dokumentation)