


The background of the slide is a close-up photograph of a lemon slice floating in a glass of water. The water is filled with numerous small, clear bubbles. The lemon slice is partially submerged, showing its yellow pulp and white pith. The lighting is bright, creating a fresh and vibrant atmosphere.

Digital ist Zitrone - oder: Digital ist mehr...?

Auf Ressourcensuche mit
Astrid Dobmeier & Veronika Sweet

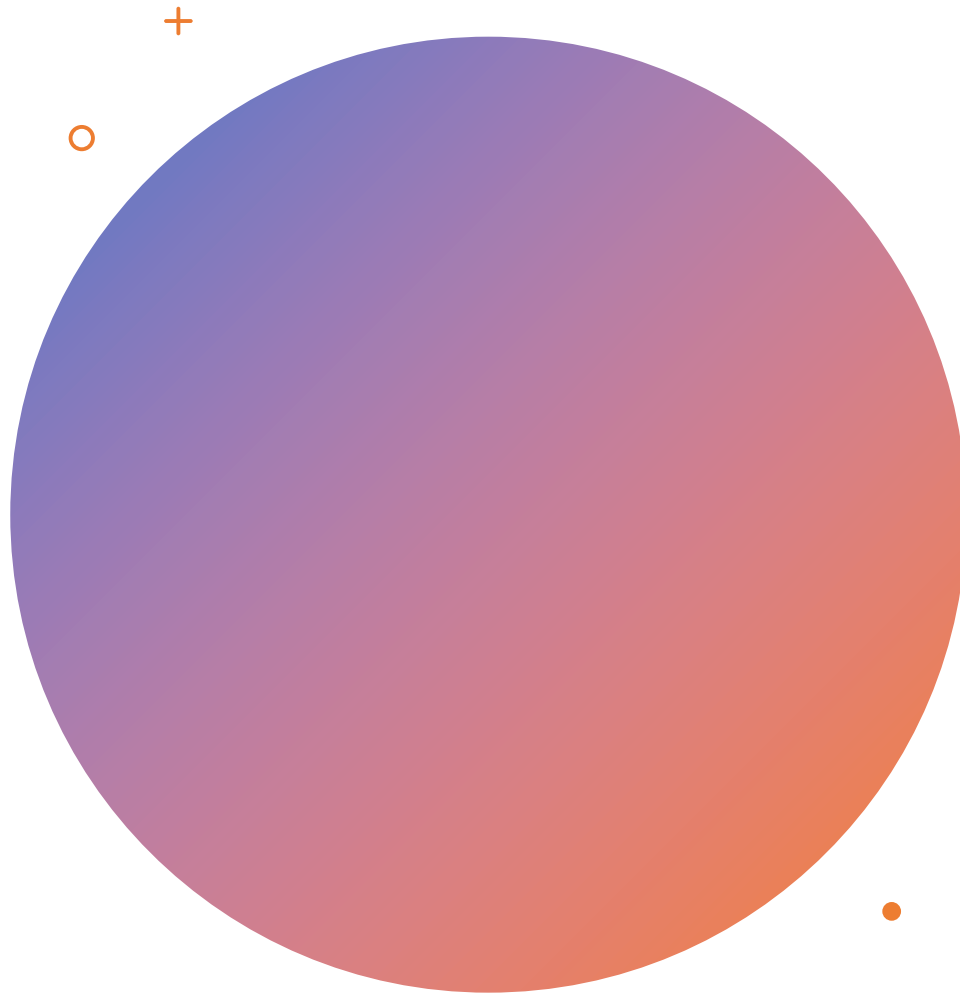
- 
-
- Start: 10.05 Uhr
 - #Hören, Sehen, Denken
 - #Dialog in Kleingruppen
 - #Sammeln und Früchte-Ernten
 - Ende: 11.05 Uhr



Dialog in Kleingruppen zur Leitfrage:

An welche stärkende Erfahrung
im virtuellen Raum erinnere ich mich
wirklich gerne?

Was hat Freude, oder ein "Mehr",
in mir ausgelöst?



.

Willkommen zurück!

Wir hoffen, Sie hatten viel Freude beim Dialog.

Nun interessiert uns:

Wie wirkt der Austausch bei Ihnen nach?





**Der Austausch in der Gruppe
über unsere Erfahrungen...**

Das macht Erleben im digitalen Raum
für mich jetzt wie ...

...zeigen Sie es uns, indem Sie Ihren
Namen entsprechend
umbenennen...

Für mich sind Digitale Settings
nach wie vor sauer wie eine:
#Zitrone

1



Najaaa – ich bin so mittendrin –
Digitales Erleben ist für mich eher
wie eine #Orange
= ein bisschen süß

2

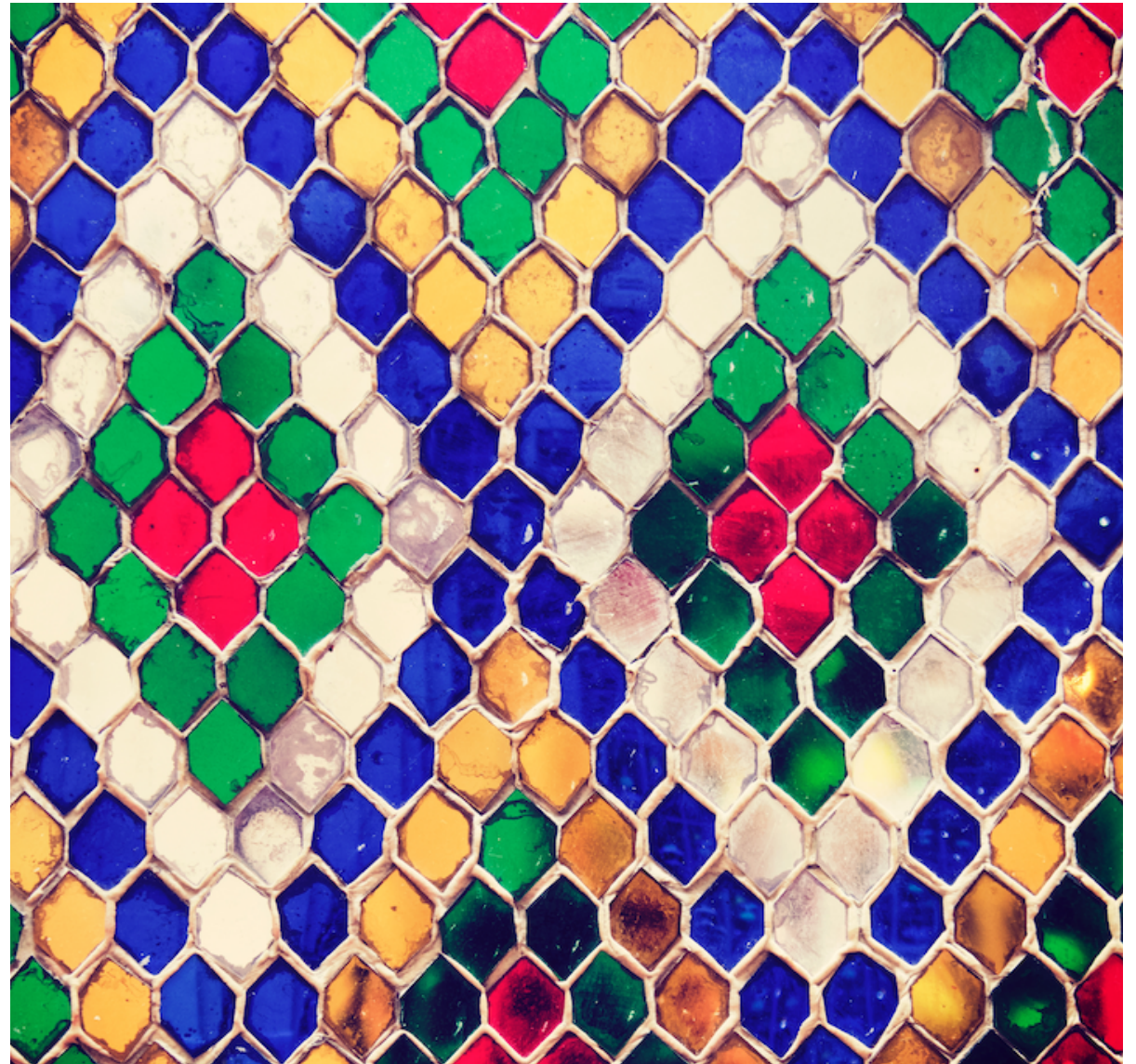



Für mich ist ein digitales Setting wie das hier
so vielfältig, bunt, reichhaltig
wie ein #Smoothie
(ist sogar ein bisschen Gemüse drin...☺)

3



Und das sind unsere
**“Glorreichen
Sieben”**
für gelingende
Settings – und
“Digital ist mehr“





1. Heiße die Technik „Herzlich Willkommen“ und gib ihr einen freundlich gesonnenen Platz im System

2. Achte auf einen guten Kontakt zum Gegenüber – das würdest Du in Präsenz genauso tun

3. Schaffe viel Raum für gute Atmosphäre – und Sorge dafür, dass Dein Gegenüber es genauso tut

4. Gib eine klare methodische Orientierung vor, wenn Du kollaborative Tools benutzt

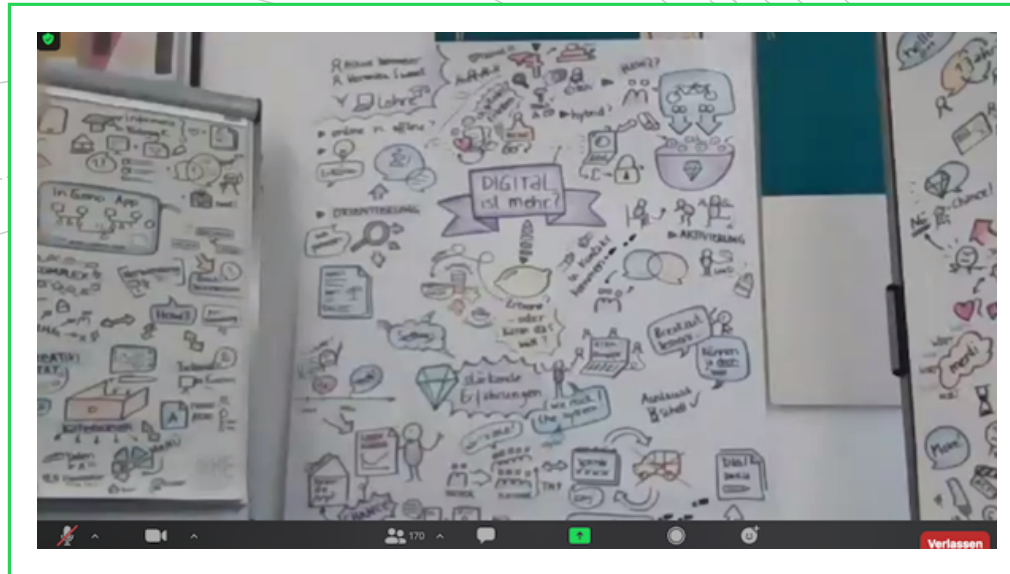
5. Setze Deine Stimme noch gezielter ein als in Präsenz und beschreibe genau, was Du am Bildschirm tust

6. Fördere bei Gruppen Interaktivität auf 3 Ebenen

7. Betreibe gute Selbstfürsorge: Digital Detox

Worauf freue ich mich besonders, wenn ich auf das blicke, was der Verbandstag jetzt im Folgenden ermöglicht...?





Graphic Recording zu Digital ist mehr...?

Danke an Franziska Brauner

DANKESCHÖN!

Es hat sehr viel Freude gemacht, mit so vielen systemischen Profis am DGSF-Verbandstag zu arbeiten.
19.3.2021

Astrid Dobmeier:
astrid.dobmeier@deselfie.de

Veronika Sweet:
mail@sweetandpartners.com



alle Bilder: pexels.com