



VAMV NRW

IN GUTEN HÄNDEN

Sie befinden sich hier:

VAMV NRW

Workbook #vernetzteuch

Vernetzung vor Ort ist einfach, macht Spaß und bringt echte Entlastung. Die Erfahrungen unserer Netzwerker*innen haben wir in einem Arbeitsbuch gesammelt. Unser „Workbook für Alleinerziehende Netzwerker*innen“ bietet praxisnahe Tipps, Best-Practice-Beispiele und Checklisten.



[Hier](#) kannst du dir das Workbook als PDF herunterladen.

[Hier](#) geht es zu den bestehen Netzwerkgruppen

Hier sind einige Einzelseiten aus dem Workbook, die du anklicken und vergrößern kannst.



WORKBOOK

FÜR ALLEINERZIEHENDE

NETZWERKER*INNEN



Inhalt

WOHIN SOLL'S GEHEN? S. 6	Schritt 1: Was ist deine Motivation? S. 8	Schritt 2: Entwickle eine Vision S. 10	Schritt 3: Male dir deine Mitstreiter*innen aus S. 12	
SO FUNKTIONIERT'S S. 16	Schritt 4: Richte eine Facebook-Gruppe ein S. 18	Schritt 5: Mache deine Gruppe bekannt S. 24	Schritt 6: Lernt euch kennen! S. 26	Schritt 7: Werdet öffentlich S. 30
LOS GEHT'S! S. 38	Plane deine Schritte S. 39	➤		

Du schaffst das!



Schritt 4:

RICHTE EINE FACEBOOK-GRUPPE EIN.

Gleichgesinnte finden im Netz

Die Erfahrung der Netzwerker*innen in der VAMYNRW-Community zeigt: Eine Facebook-Gruppe ist der effektivste Weg, Gleichgesinnte und Mitstreiter*innen zu finden. Sie bietet Raum für Austausch und ein erstes Kennenlernen, aus dem – je nach den Vorstellungen und Wünschen der Mitglieder – Verabredungen, Freundschaften und Initiativen entstehen können.



So geht's:

1. Den Namen deiner Facebook-Gruppe solltest du so wählen, dass deine Zielgruppe dich über die Suchfunktion gut finden kann. Überlege, welche Suchwörter sie eingeben könnten. Erfahrungsgemäß funktionieren Namen wie „Allerleiabend in Aachen“ sehr gut.
2. Für eine Facebook-Gruppe bräuchst es mindestens zwei Mitglieder. Du musst jemanden aus deiner Freundesliste hinzufügen, um die Gruppe zu erstellen. Wir leisten, falls nötig, gerne Strohhalfe. Schreibe uns dazu eine Nachricht auf www.facebook.com/vamnrv, wir schicken dir eine Freundschaftsanfrage.
3. Wähle ein entsprechendes Titelbild. Es fungiert als Willkommensschild, auch Nichtmitglieder können es sehen. Vorfällige Fotos oder Zeichnungen eignen sich sehr gut, den Gruppennamen setzt Facebook selbst auf die Grafik.
4. Verfasse eine kurze, klare und einladende Gruppenbeschreibung. Benutze dazu unsere Formulierungshilfe auf der nächsten Seite.
5. Vergiss nicht, unter „Gruppeneinstellungen bearbeiten“ eine individuelle URL (= Adresse im Web) zu hinterlegen. Am besten entspricht sie der (endgültigen) Gruppenbezeichnung.

Schritt 6:

LERNT EUCH KENNEN!

Für ein funktionierendes Netzwerk ist Beziehungsarbeit enorm wichtig! Es reicht nicht, irgendwelche Leute um dich herum zu versammeln. Es müssen die Richtigen sein. Lerne sie kennen und bring sie miteinander in Kontakt. Wie das funktioniert, haben wir Lena und Nadja gefragt, die in Essen erfolgreich ein lebendiges Netzwerk aufgebaut haben.

Ein Interview mit erfolgreichen Netzwerkerinnen

VAAWNRW: In eurer Facebook-Gruppe geht es sehr lebendig zu. Wie habt ihr das geschafft?

Lena: Wir wollten eine Kultur des Miteinanders etablieren, die offen für Neue und Neues ist. Alle sollen sich eingeladen fühlen, mitzumachen und sich einzubringen. Wir wollten eine Plattform bieten, aber nicht Alleinunterhalter sein. Das sind wir ja oft genug zu Hause bei den Kids. Dass in der Gruppe reger Austausch stattfindet, ist ein toller Erfolg für uns! Ich glaube dazu haben viele Faktoren beigetragen.

Wie vermittelt ihr neuen Mitgliedern diese Haltung?

Nadja: Wenn wir Neue in die Gruppe aufnehmen, verfassen wir einen Begrüßungsbeitrag. Wir bitten um eine kurze Vorstellung und fragen, was sich die Person von der Gruppe erhofft. Uns ist es wichtig zu hören, welche Anliegen und Interessen neue Mitglieder haben. Die anderen steigen dann gleich in die Begrüßungsrunde ein. Zu Beginn haben wir da Verbindungen hergestellt, indem wir geschrieben haben, wer in der Gruppe in einer ähnlichen Situation ist oder in der Nähe wohnt. Jetzt läuft das meist wie von selbst.

Gibt es bei euch Zugangsvoraussetzungen? Wer wird in eure Runde aufgenommen?

Lena: Generell sind alle Alleinerziehenden aus Essen oder der Nähe von Essen willkommen. Wenn wir uns bei einem neuen Mitglied mal unsicher sind, sprechen wir uns kurz ab. Zu Beginn wussten wir nicht genau, wie offen oder exklusiv wir in der Gruppe sein wollen. Ich denke, wir haben mittlerweile einen guten Weg gefunden: Wir sind grundsätzlich offen, erwarten aber, dass die Leute bereit sind, sich anzusehen, wofür wir stehen. Sie sollen sich damit identifizieren können und uns das auch mitteilen.

Sorgt ihr so auch dafür, dass sich alle in der Gruppe sicher fühlen?

Nadja: Ja, genau! Auch das versuchen wir. Unsere Vorgehensweise machen wir ja auch in der Gruppe transparent. So wissen alle, woran sie sind! Wir betonen auch in der Gruppe immer wieder, wie wichtig uns die Vorstellung der Neumitglieder ist. Wenn sich jemand nach längerer Zeit immer noch nicht vorgestellt hat, fragen wir noch mal nach. Leute, die das dann nicht nachholen, werfen wir wieder raus. Die Vorstellung in der Gruppe ist also Mindestvoraussetzung, um drinzubleiben.

Wie haben die Gruppenmitglieder sich persönlich kennengelernt?

Lena: Wir wussten, wir wollen ein regelmäßiges Treffen organisieren. Bis es so weit war, haben wir uns, so wie wir Zeit und Lust hatten, auf Spielplätzen, zum Eisessen oder im Park verabredet.

Wir haben dazu in der Gruppe einen Termin gesetzt. Dann sind mal ein oder zwei dazugekommen und selten mal sieben. Mit allen, die zugesagt haben, haben wir über eine private Nachricht Nummern getauscht und die Verabredung verbindlich gemacht. Jede von uns hat sich auch mit einzelnen Frauen verabredet. Zum Beispiel, um ein interessantes Gespräch, das auf Facebook entstanden ist, bei einem Kaffee zu vertiefen.

Sich persönlich zu kennen schafft Vertrauen. Das hat sicher auch dazu beigetragen, dass unser monatliches Treffen im Familienzentrum von Anfang an ein großer Erfolg ist.

Da sind immer mindestens zehn Frauen mit ihren Kindern. Verabredungen zwischendurch finden aber immer noch statt.

Was tut ihr, um das Kennenlernen online anzuregen?

Nadja: Wir posten immer wieder Beiträge, um Austausch anzuregen. Die meisten Reaktionen gibt es, wenn ich nicht nur einfach irgendeinen Artikel teile, sondern auch einen persönlichen Kommentar dazu schreibe und frage, was die anderen davon halten. Oder ich schreibe, was mich heute bewegt hat: „Wieder kaum einen Moment der Entspannung. Was macht ihr, um euch ein paar Minuten freizuschaffen, und wie nutzt ihr die dann?“ – oder was gerade aktuell ist.

Ich glaube, wenn man sich authentisch zeigt, dann regt das die anderen an, das auch zu tun. Wichtig finde ich auch, in der Facebook-Gruppe von Verabredungen und Treffen im wirklichen Leben zu berichten. Da entsteht ja oft so eine positive Dynamik, die man so da noch mal reintragen kann. Anerkennung zeigen für den guten Austausch. Die Kontakte tun ja allen total gut. Wenn man das benennt, dann motiviert das idealerweise auch andere, beim nächsten Mal zu kommen oder selber was zu initiieren.

Wie seid ihr als Administratorinnen so ein gutes Team geworden?

Lena: Wir ergänzen uns gut! Bevor wir in der Gruppe irgendwas machen oder reagieren, sprechen wir uns – meist über WhatsApp – ab. Und wir machen uns keinen Druck. Vor allem nicht gegenseitig. Wenn es bei einer von uns eng ist, übernimmt die andere. Wenn es bei uns beiden nicht passt, dann muss manches eben warten. Wir gehen gelassen und mit kleinen Schritten aufs Ziel zu, so wie wir es zwischen Arbeit, Kindern und Haushalt können.

