

Checkliste Familienratsitzung

Vorbereitung

- Wählen Sie für die Familienratssitzung einen Tag aus, an dem alle Familienmitglieder Zeit haben. Führen Sie den Familienrat in regelmässigen Abständen durch, zum Beispiel alle 2 Wochen.
- Legen Sie gemeinsam die Regeln fest, wie der Familienrat durchgeführt werden soll. Sie sollen helfen die Sitzung in einem geordneten Rahmen abzuhalten. Fragestellungen wie zum Beispiel «Was tun, wenn jemand von der Sitzung davonläuft?» – «Was ist, wenn eine Sitzung boykottiert wird?» – «Wie geht man mit Störenfriede um?» sollten vorgängig geklärt werden, damit es während der Sitzung nicht zu unnötigen Diskussionen kommt.
- Ämter wechseln regelmässig. Auch Kinder können diese gut übernehmen.
 - Vorsitz Leitet die Sitzung; Schaut, dass alle zu Wort kommen und niemand unterbricht; erstellt die Traktandenliste und ist für deren Einhaltung besorgt.
 - Protokollführer Schreibt alle genannten Lösungsvorschläge auf und hält Schlussentscheide fest.

Durchführung

- Der Familienrat beginnt mit einer positiven Feedbackrunde.
- Auf die Traktandenliste gehören nur Familienangelegenheiten wie zum Beispiel
 - Probleme, die im Zusammenleben entstehen
 - Gemeinsame Freizeit- und Feriengestaltung
 - Gemeinsame Regeln des Zusammenlebens (Sackgeld, Essenzeiten, Ausgang etc.)
 - Arbeitsaufteilung (Ämtliplan)
 - Terminkalender (Informationen, Kollisionen etc.)
- Vorgehen Problembesprechung
 - Herausfinden, wo das eigentliche Problem genau liegt. Alle Familienmitglieder dürfen ihren Standpunkt mitteilen.
 - Es werden Lösungsvorschläge gesucht, ohne diese zu werten. Protokollführer notiert die Lösungsvorschläge.
 - Die Problembesprechung gilt nicht als Gerichtshof. Es werden Ich-Botschaften verwendet, es wird nicht ins Wort gefallen und alle Beteiligten bleiben sachlich.
 - Nach dem Sammeln der Lösungsvorschläge wird abgestimmt.
 - Alle Beteiligten haben das gleiche Stimmrecht. Gültig sind nur einstimmig angenommene Entscheide. Mehrheitsentscheide gelten nicht!
 - Können sich die Familienmitglieder nicht einigen, bleibt alles beim Alten.
 - In der nächsten Familienratssitzung wird überprüft, wie weit die Abmachung funktioniert hat.
- Beenden Sie den Familienrat mit etwas Positivem, wie das Planen von Familienausflügen.



Gestalten Sie Ihre Familienratsitzung aus!

- **Ort.** Halten sie die Sitzung am Tisch ab, oder setzen sie sich auf den Boden mit bequemen Kissen? Entscheiden Sie sich für die bequeme Polstergruppe?
- **Dauer.** Wird eine Zeit vorgegeben oder Ratssitzung mit open end?
- **Beschäftigung.** Dürfen die Kinder während der Sitzung zeichnen oder puzzeln? Was stört, was ist erlaubt?
- **Einstieg und Schluss.** Gibt es am Anfang oder Schluss eine Geschichte oder ein Spiel? Geniessen Sie gemeinsame nach Sitzungsende einen Film?
- **Kommunikation.** Braucht es Hilfsmittel wie zum Beispiel eine Feder oder ein Mikrofon für die Gesprächsführung? Werden Gesprächszeiten mit einer Sanduhr begrenzt? Gibt es ein «Rednerpult»?
- **Problembesprechung.** Werden die Ideen bildlich dargestellt (praktisch für die kleineren Teilnehmer), auf Zettel notiert oder doch lieber in einem Mindmap aufgezeichnet? Wie ist die Form der Abstimmung: Per Handzeichen, Umengang oder Sammeln von Strichen auf den Ideen-Zetteln?
- **Verpflegung.** Früchte, Süßes, feine Getränke, Dinge die es sonst nicht gibt oder doch ganz nüchtern mit Wasser und Brot?
- **Ablauf festlegen.** Was kommt zuerst, welche Punkte folgen? Zum Beispiel: Problembesprechung, Ämter festlegen, Aktivitäten planen.
- **Traktanden sammeln.** Wird ein Briefkasten gebastelt oder doch lieber Post-it am Kühlschrank geheftet? Gibt es eine offene Traktandenliste zur Ergänzung, die neben dem Familienkalender an der Wand baumelt?
- **Protokoll.** Wird das Protokoll am Ende der Sitzung von allen Teilnehmern unterzeichnet? Kommt eine Kopie des Protokolls in einen Ordner, der für alle zugänglich ist?
- **Sonst noch was?** Seien Sie kreativ! Gestalten Sie den Familienrat nach Ihren Bedürfnissen aus. Verbeissen Sie sich dabei nicht in Ihre Vorgaben. Haben Sie den Mut Neues auszuprobieren und mit Bewährtem zu kombinieren.

