



## **DAV Service** Informationen für Mitglieder

---

### **Thema Online-Seminare**

**17.08.2020 Videokonferenzen und ihre Gestaltung**

Online-Seminare gibt es schon lange, aber Corona hat Videokonferenzen nochmals einen Riesenschub gegeben. Mehr oder weniger freiwillig haben nun auch viele AstrologInnen oder Ausbildungszentren ihr Angebot diesbezüglich erweitert. Grundsätzlich ist das ein Angebot mit Zukunft, aber es beinhaltet Vor- und Nachteile.

Hier einige interessante Infos, die in der Vorbereitung und Durchführung einer astrologischen Online-Beratung oder eines Online-Seminars sehr hilfreich sein können:



Untersuchungen ergaben, dass es für eine gute Zusammenarbeit in virtuellen Gruppen besonders wichtig ist, dass sich die TeilnehmerInnen vertrauen.



In einem virtuellen Meeting fällt es manchen Personen schwerer spontan zu sprechen. Ein guter Tipp: Mehr Fragen stellen und die Beteiligten direkt ansprechen.



Studien ergaben, dass sich Personen in Online-Treffen seltener beim Sprechen abwechseln und auch jeweils länger am Stück redeten. Diese Unterschiede verschwanden nach drei bis vier Sitzungen. Anscheinend gibt es hier einen Lerneffekt.



Untersuchungen ergaben, dass durch die ständige Kameraaufnahme die Eigenwahrnehmung offensichtlich verstärkt wird und somit das emotionale Erleben intensiviert wird.



Online-Meetings lassen wohl viele Menschen „müde und leer“ zurück, da die zwischenmenschlichen Beziehungen irgendwie wirklichkeitsfremd erscheinen und die Realität nur vorgaukeln. In der wissenschaftlichen Diskussion wird das als „Zoom Fatigue“ bezeichnet.

---

Wir bitten um Verständnis, dass der DAV e.V. keine Haftung für die Vollständigkeit oder Qualität der Angaben übernimmt.

Für Rückfragen, Hinweise oder Anregungen stehen wir natürlich gerne zur Verfügung.

Einfach anrufen oder eine E-Mail schreiben [dav@astrologenverband.de](mailto:dav@astrologenverband.de)

[www.astrologenverband.de](http://www.astrologenverband.de)



In einem Online-Treffen gehen viele Signale verloren, die wir in der Realität unbewusst wahrnehmen, z.B. Geruch oder die Umgebung. Diese zusätzlichen Informationen helfen dem Gehirn jedoch, verschiedenen Zusammenhängen Sinn zu verleihen. Online muss das Gehirn deutlich härter arbeiten, um diesen Informationsverlust auszugleichen.



Studien ergaben: Wer ein Seminar via Video-Konferenz besucht, konzentriert sich tendenziell stärker darauf, ob ihm der Redner sympathisch ist. Der Fokus jener, die tatsächlich mit dem Dozenten in einem Raum saßen, lag hingegen mehr auf dessen Argumentationsqualität.



Es gibt Möglichkeiten den digitalen Austausch weniger stressig zu gestalten, z.B. mögliche Außenreize reduzieren um sich so besser konzentrieren zu können. Auch Pausen und Auszeiten vom Bildschirm sind hilfreich, um sich zu sammeln oder kurz durchatmen zu können.



Um unnötige Ablenkung zu vermeiden kann das eigene Bild am Monitor verdeckt werden und das Gesagte tritt so in den Vordergrund.



Hilfreich kann es außerdem sein, zur Abwechslung auch mal andere Kommunikationsmittel zu wählen. Telefonkonferenzen ohne Bild haben den Vorteil, dass Informationen genauer weitergegeben werden als in einer Video-Unterhaltung.

**Viel Erfolg!**