

Effektive Zusammenarbeit im Team

Dozent: Ferdinand Soethe

Format: 2 Tage in Präsenz

Inhalt

Zu Team-Building und Zeitmanagement gibt es viele Seminare und noch mehr kluge Ratgeber. Warum erleben wir dennoch immer wieder Tage, an denen wir lange bei der Arbeit waren, am Ende aber nichts Greifbares geschafft haben?

In diesem Training werden die Teilnehmenden individuell herausarbeiten, welche Störfaktoren sie im Alltag Zeit und Aufmerksamkeit kosten und ihrer effektiven (Zusammen-)Arbeit im Team im Wege stehen.

- Wie funktionieren Aufmerksamkeit, Konzentration und Flow?
- „Kannst Du mal gerade...“ - Wie kleine Störungen einen Arbeitstag kosten.
- Einfach mal anfangen? Verschieberitis und Prokrastination.
- „Da kriege ich so ‘nen Hals!“ - Schwelende Konflikte als lähmender Stressfaktor.
- Die Dosis macht das Gift - Perfektionsdenken und andere Fallstricke

Darauf aufbauend, erarbeiten wir individuelle Ansätze für effektiveres Arbeiten

- Geschützte Räume für konzentriertes Arbeiten.
- Störungen effektiv managen und nachhaltig abstellen.
- Konflikte sichtbar machen und kompetent auflösen.
- Respektvoll Grenzen setzen und halten.
- Realistischer Planen, Raum für Unvorhergesehenes

Zur praktischen Umsetzung lernen wir neue Anwendungen der Werkzeugkiste non-verbaler Kommunikation kennen und üben diese in Rollenspielen ein.

- Spielräume wirksam nutzen.
- Toxische Handlungsmuster wirksam abstellen.
- Kompetent und respektvoll zu guten Lösungen führen
- Schwierige Themen visuell klären und moderieren

In der Transferphase nach dem Training setzen die Teilnehmenden ihre individuelle Strategie im Arbeitsalltag um und erhalten dazu auf Wunsch in den Workshops Feedback und Hinweise zur weiteren Optimierung ihrer Strategien.