



Teamentwicklung

Gemeinsame Schlüssel-Suche

Teambuilding im Warmen

Mit „Live Escape Room“ ist *nicht* der ganz normale Wahnsinn am Arbeitsplatz gemeint. In einen solchen Raum lassen sich Menschen freiwillig einschließen. Innerhalb von 60 Minuten müssen die Teilnehmer alle Rätsel lösen, um den Schlüssel in die Freiheit zu finden. Bei Bedarf erhält das Team Hinweise über einen Monitor. Nach 60 Minuten öffnet sich die Tür wieder, auf Wunsch natürlich auch schon früher.

Die Idee zum gemeinsamen Schlossknacken stammt ursprünglich aus der Online-Gaming-Szene. Der erste, kommerzielle Live Escape Room wurde 2010 in Japan eingerichtet. Inzwischen gibt es weltweit rund 1.000, in Deutschland aktuell etwa 240 Anbieter. Ob im Klettergarten, beim Floßbau, Kochen eines Drei-Gänge-Menüs oder bei der Schlüssel-Suche, aus einer Gruppe wird am ehesten ein Team, wenn die Teilnehmer gemeinsam etwas erlebt und geschafft haben, auf das sie stolz sein können. Sind Kontext und Aufgabe ungewohnt, kann dies zudem eine Chance sein, ungeahnte Fähigkeiten an den Kollegen zu entdecken.

Erster Hinweis zur Lösung: Gemischte Teams aus Frauen und Männern, die gut miteinander kommunizieren, haben die besten Chancen, das Rätsel in der vorgegebenen Zeit zu entschlüsseln.

Ein Tapetenwechsel tut jeder Teamentwicklung gut. Ob und welche Art von Teambuilding-Maßnahme für Ihre Einrichtung sinnvoll ist, klären wir am besten in einem Vorgespräch.

>> www.impulsstark.de/leistungen/teams-entwickeln.html

Mediation

So funktioniert die Kopfstandtechnik

Es geht noch schlimmer

Bestimmt fällt Ihnen auf Anhieb ein, was alles nicht funktioniert, schief läuft oder einfach nur nervt. Etwas länger müssen Sie wahrscheinlich überlegen, wenn Sie gefragt werden, wie die optimale Lösung oder der Idealzustand aussehen könnte.

Das erscheint paradox, ist aber einfach zu erklären: Fehler, Stolpersteine und Probleme haben wir schon vor Augen. Die Lösung müssen wir erst noch finden.

Die Kopfstand-Methode macht sich dieses Phänomen zunutze. Hier zeigt sich, welche Kreativität in uns steckt, wenn die Aufgabe zum Beispiel lautet: „Was müssen wir beachten und tun, damit es zu keiner Einigung kommt?“

Der Vorteil an der umgekehrten Sichtweise ist, dass auf Anhieb mehr Ideen produziert werden und gerade das Absurde mehr Spaß macht.

- ➔ Ziel der Kopfstandtechnik ist es, die Negativideen am Ende wieder ins Positive zu drehen und als Inspirationsquelle für die eigentliche Lösungsfindung zu nutzen.

Die Schritte im Einzelnen:



>> www.impulsstark.de/leistungen/konflikte-loesen.html

Coaching für Führungskräfte

Risiken der Rastlosigkeit

Pausen erwünscht

Keine Zeit für eine Pause, weil viel zu tun? – Durchpowern gehört insbesondere auf der Führungsebene vieler Organisationen zum guten Ton. Dabei zeigen Studien, dass schon kurze Pausen reichen, um produktiver zu arbeiten und bessere Entscheidungen zu treffen. Wenn sich erst einmal eine „pausenlose Unternehmenskultur“ etabliert hat, fühlen sich viele Mitarbeiter unter Zugzwang, auf ihre verdiente Pause zu verzichten, auch wenn Körper und Geist ihnen etwas anderes signalisieren.

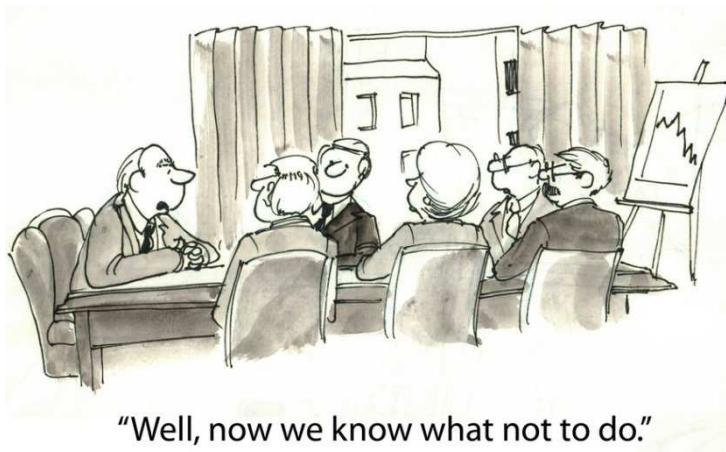
Die Folge: Überlastung. Am Feierabend fehlen die Kräfte, um noch etwas zu unternehmen. Abschalten wird immer schwieriger. Die Erholung fehlt. Dann muss noch mehr Energie aufgebracht werden, um das Pensum zu schaffen. Am Ende werden die Arbeitstage immer länger, auch ohne Pausen.

Tipps für erholsame Pausen – bitte weitersagen!

1. Planen Sie kleine Pausen ein, in denen Sie nichts erledigen, sondern sich etwas Gutes tun.
2. Schaffen Sie in den Pausen einen Kontrast zu Ihrer Arbeit: Wer viel auf den Beinen ist, setzt sich für ein paar Minuten hin. Wer viel sitzt, bewegt sich.

>> www.impulsstark.de/leistungen/fuehrungskraefte-coachen.html

Organisationsberatung



**Ein guter Arbeitstag
beginnt mit Zielen.**
Götz Werner

>> <http://www.impulsstark.de/leistungen/organisationen-beraten.html>

/ Buchtipps /

Jetzt gibt's keine Ausreden mehr

Ihr Pferd ist tot? Steigen Sie ab!

*Wie Sie sich die innere Freiheit nehmen,
beruflich umzusatteln*

Tom Diesbrock

Sich selbst an die Hand nehmen

Selbst in Führung

Achtsam die Innenwelt meistern

Ingeborg Dietz, Thomas Dietz

Aufruf zum Handeln

Die Menschheit schafft sich ab

Die Erde im Griff des Anthropozän

Harald Lesch, Klaus Kamphausen

/ Aktuelles /

ImpulsStark spendet an Scouting Bonn e. V.

Stark machen – für starke Kinder

ImpulsStark unterstützt als Pate Scouting Bonn e. V. Der Verein organisiert Outdoor-Aktivitäten, Werkprojekte und City-Abenteuer für Kinder und Jugendliche ab der 3. Klasse. Zum Programm gehören unter anderem wöchentliche Gruppenstunden in Bonn und Umgebung sowie Wochenend- und Ferienfreizeiten. Die Scouter unterstützen seit 2015 ein Sozialprojekt in Nepal, auch aktiv vor Ort.

Noch keine Idee für Ihre Weihnachtsaktion 2016? – Werden Sie auch Pate!

>> <http://www.scouting-bonn.de/website/>



Genießen Sie den bunten Herbst!

Ihre

Lena Schröder-Dönges

Bildquelle: fotolia/cartoonresource