

# Team-Kommunikation reflektieren

## Ziel: intensive Auseinandersetzung mit Aspekten der Teamkultur

Selbstreflexion, Paargespräche, Plenargespräche im Team  
60 bis 120 min. Zusammenstellung: Paul Lahninger

Dies ist die Einladung zu einem Prozess, in dem die Teammitglieder einander hören, sich in die Wahrnehmung anderer einfühlen und reflektieren, was sie beitragen wollen. Es braucht dazu keinerlei Diskussion, keine gemeinsame Deutung von Ereignissen und keine gemeinsamen Beschlüsse. Solche können bei Bedarf später erfolgen.

### 1) EINZELREFLEXION:

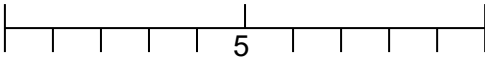
Jedes Teammitglied ist eingeladen, – am besten schon vor dem Zusammenkommen zum Thema Teamkommunikation - sich Gedanken zu diesen beiden Fragen zu machen.

- Erwähne Dich an eine konkrete Situation, in der du die Kommunikation im Team als gelungen oder angenehm erlebt hast: Beschreibe DEINEN Anteil an gelungener Kommunikation.
- Erwähne Dich an eine konkrete Situation, in der du die Kommunikation im Team als ineffektiv oder unangenehm erlebt hast. Beschreibe DEINEN Anteil an ineffektiver Kommunikation im Team (auch als Schweigen, Ignorieren oder in anderen Formen von nonverbaler Kommunikation).

### 2) INTERVIEWS: 2mal 10 bis 15 min

Teammitglieder bilden Paare (A und B) und interviewen einander. A stellt die Fragen 1 bis 4, fasst das Gehörte (ohne Kommentar!) zusammen, fragt bei Bedarf nach.

Danach wechseln die Rollen, B interviewt A.

- Schätze Deine Zufriedenheit mit der Team-Kommunikation auf dieser Skala ein:  
völlig unzufrieden = 0  10 = maximal zufrieden
- Was bist du bereit anzubieten/beizutragen, um die Kommunikation zu verbessern? Notiere dazu ein Stichwort auf einem Kärtchen, mit deinem Namen, gut lesbar mit dickem Stift.
- Beschreibe, was du dir von anderen Personen im Team wünschst, um die Kommunikation zu verbessern und formuliere einen konkreten Wunsch als Bitte an etwa 3 Personen in einer positiv beschriebenen Handlung (ohne Verneinung, also z.B. statt „Ich mag es nicht, wenn du mich unterbrichst.“, „Ich bitte dich, dass du mit deiner Antwort wartest, bis ich meinen Beitrag abgeschlossen habe.“
- In welchem Ausmaß (auf der Skala in Pkt.1) kannst du selbst auch durch Aussprechen deiner Wünsche zur Verbesserung der Team-Kommunikation beitragen?

### AUSSTELLUNG:

die persönlichen Einschätzungen zu Frage 1 werden in eine gemeinsame Skala eintragen, die Stichworte zur Frage 2 (persönliche Beiträge mit Namen) werden auf Pinnwände gehängt.

### AUSSPRECHEN DER WÜNSCHE: je Gespräch maximal 2 mal 3 min.

Paare finden sich zusammen, um einander ihre Wünsche mitzuteilen. Eine Person erzählt, die andere hört zu, ohne das Gesagte zu kommentieren! Sinnvoll ist, Gespräche mit möglichst vielen Personen zu führen.

### RUNDE: persönliche Beiträge, auch als Antwort auf Feedback.

Im Kreis erzählt jede Person, was sie bereit ist beizutragen, auch indem sie gehörten Wünschen entgegenkommt. Zurückweisen von Wünschen oder Rechtfertigungen sind hier nicht gefragt, sondern nur das Aussprechen von Beiträgen.