

5-Tage-Corona-Motivation: **TEAM EDITION**

UNSER PLAN FÜR EINE WOCHE

Eine Woche lang werden wir gemeinsam an unserer **Teamstärke** und unserem gegenseitigen Verständnis arbeiten, um eine positive Basis für die **Zukunfts-ausrichtung** unseres Unternehmens zu schaffen. Corona und seine Auswirkungen wollen wir dabei als positiven Motivator und Beschleuniger unserer eigenen Veränderung begreifen.

Wir haben dafür ein **Team-Tool** mit vier zentralen Fragestellungen geschaffen, das uns durch diese Zeit begleitet. Jeden Morgen um 8.30 Uhr laden wir das gesamte Team im Home-Office (28 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter) zu einer **Zoom-Konferenz** ein, um die Fragen gemeinsam zu besprechen.

Tag 1: Projektvorstellung & Chancen erkennen

Tag 2: Verhalten verstehen

Tag 3: Ängste akzeptieren

Tag 4: Potenziale entwickeln

Tag 5: Ergebnispräsentation und Reflexion

In unserem ersten Meeting werden wir das Plakat vorstellen. Danach werden wir **jeden Tag ein Thema** davon in unserem 10-minütigen Zoom-Meeting gemeinsam bearbeiten. Anschließend bekommt jedes Teammitglied 10 Minuten eigene Bearbeitungszeit zu unseren Fragestellungen im Home-Office. Die Antworten trägt jeder in unser online **Kollaborationstool** ein.

Wer kein solches Tool (z. B. Protonet, Slack, Microsoft Teams) hat, kann auch ein Google Doc erstellen. Wer nicht im Home-Office ist, kann ein **Mitmach-Plakat** im Unternehmen aufhängen und Post-it-Zettel, Stifte und Desinfektionstücher auslegen.

Am letzten Tag werden wir die gesammelten Ergebnisse präsentieren und ein gemeinsames Resümee ziehen.

Geplanter Zeitumfang pro Tag:

10 Minuten Online-Meeting, 10 Minuten eigene Bearbeitungszeit

Tag 1: Montag

Im heutigen Zoom-Meeting stellen wir dem Team unseren Prozess 5-Tage-Corona-Motivator vor. Wir präsentieren via **Screen Sharing** das Plakat und erklären, wie wir den Prozess die Woche über gemeinsam gestalten wollen. Außerdem erklären wir dem Team, wo sie ihre Ergebnisse festhalten können.

CHANCEN ERKENNEN

Der Mensch lernt. Und zwar immer wieder und immer mehr. Gleichzeitig leben wir im Zeitalter der digitalen Revolution. Das bedeutet für uns, dass Veränderungen durch Technologien viel schneller zunehmen als unsere Fähigkeiten, damit umzugehen. Die Fähigkeiten (Skills) kann man lernen – in Schulungen, Tutorials und Büchern. Beim benötigten Mindset für die Zukunft, also dem Verständnis um die eigene, innere Haltung zur Veränderung, verhält es sich anders. Was jeder Einzelne in diesen Tagen an Veränderung durchmacht, wurde so noch nie gesehen. Die Krise ist die Chance für jeden, mit der eigenen Einstellung an die Zukunft anzuschließen.

Teamaufgabe

Welche positiven Entwicklungen gibt es? Was hast Du gelernt – beruflich wie privat? Welche Möglichkeiten haben sich für Dich daraus ergeben? Welche zwischenmenschlichen Erfahrungen sind Dir im Gedächtnis geblieben?

Tag 2: Dienstag

VERHALTEN VERSTEHEN

Jeder Mensch hat Verhaltenspräferenzen, eine typische **Motivationsstruktur**, und verfügt über spezifische Stärken und Schwächen. Im Umgang miteinander hilft es, sich mit den **Typologien** der Kolleginnen und Kollegen auseinanderzusetzen, um sie besser einzuschätzen zu können. Wenn wir uns auf den anderen einstellen, können wir sein Verhalten besser verstehen und richtig auf ihn zugehen. Zum besseren **Verständnis**, so reagieren die verschiedenen Typen in der Krise:

TYP BLAU / ZAHLEN, DATEN, FAKTEN

Berechnet gründlich, wie lange das Unternehmen überleben kann.

TYP ROT / MACHER

Schmiedet einen Plan und ordnet das Vorgehen für das Überleben der Firma bei

den Führungskräften, im Vertrieb und seinem Steuerberater an.

TYP GELB / SPASS UND FREUDE

Entwickelt kreative Ideen – manchmal auch spleenige – wie sich das Unternehmen aus der Krise retten kann.

TYP GRÜN / HARMONIE UND SICHERHEIT

Spricht mit den Kollegen über die eigenen Ängste und zeigt viel Mitgefühl und Verständnis für die Situation der anderen.

Teamaufgabe

Deine Meinung ist gefragt: Was müssen wir tun, um uns erfolgreich durch diese Zeit zu navigieren? Wie reagierst Du? Welche Reaktion Deiner Teamkollegen würde Dich jetzt unterstützen?

Impuls von uns:

[Benutzerhandbuch für die Typologien in unserem Team bei normale Zeiten.](#)

Achtung! Erhebt keinen wissenschaftlichen Anspruch und wurde von unseren Mitarbeitern für unsere Mitarbeiter erstellt.

Tag 3: Mittwoch

ÄNGSTE AKZEPTIEREN

Schon in der Steinzeit hat der Mensch **unterbewusste** Strategien entwickelt, auf Stress und Gefahrensituationen zu reagieren. Mit der „**Fight-Flight-Freeze**“-**Theorie** wird erklärt, wie wir typischerweise bei Stress und Gefahr reagieren. In unserem Gehirn und Körper werden alle zur Verfügung stehenden **Kräfte** und Ressourcen mobilisiert, um eine der drei typischen Reaktionen auszuführen: Kämpfen – Flüchten – Einfrieren.

FIGHT / KAMPF

Nicht lange abwarten, sondern sofort reagieren.

FLIGHT / FLUCHT

Alles daran setzen, um gedanklich oder physisch aus der Situation zu entkommen.

FREEZE / EINFRIEREN

In Schockstarre verfallen und warten, bis es vorüber ist.

Teamaufgabe

Schockstarre, Flucht nach vorne oder Angriff? Jeder geht anders mit der Situation um. Was hindert Dich daran, Lösungswege zu sehen, die Ruhe zu bewahren oder positiv zu denken? Welche Ängste hast Du?

Tag 4: Donnerstag

POTENZIALE ENTWICKELN

Viele wünschen sich gerade, woanders zu sein oder aus dem bösen Corona-Alptraum zu erwachen. Mit Hilfe der **Visualisierung** eines Zustands nach der Corona-Zeit, können wir uns nicht nur in ein schönes Gefühl hineinversetzen, sondern auch Freude, Zuversicht, Mut und Vertrauen gewinnen. Was dazu führt, dass wir das Ereignis schon einmal im Hier & Jetzt durchdenken und erleben können, ohne es gerade wirklich erreicht zu haben. In unserem Fall wollen wir gedanklich ein positives Bild unserer Weihnachtsfeier im Dezember 2020 malen.

Teamaufgabe

Schauen wir in die Zukunft: Unsere Weihnachtsfeier 2020. Welche guten Nachrichten wirst Du von der Geschäftsleitung hören? Was hast Du durch die Zeit von Corona zu schätzen gelernt? Auf welche eigenen Erfahrungen aus dieser Zeit bist Du stolz? Und was würde Dir jetzt helfen, um dort hin zu gelangen? Wo wünschst Du Dir mehr Verständnis?

Tag 5: Freitag

ERGEBNISPRÄSENTATION UND REFLEXION

Nachdem wir die Gedanken unseres Teams zusammengetragen haben, werden wir heute im Online-Meeting unser fertiges Plakat vorstellen und über die persönlichen **Erkenntnisse** aus unserem Prozess 5-Tage-Corona-Motivation sprechen. Anschließend bekommt jedes Teammitglied einen DIN A4-Ausdruck mit einem persönlichem Anschreiben von uns zugesendet.

Unsere **Erfahrungen** und unsere **Ergebnisse** werden wir gerne mit Ihnen teilen.

Sie haben Fragen zu unserem Team-Tool?

Dann lassen Sie uns gerne persönlich sprechen– telefonisch oder per Videocall.

Ihre Claudia Bähr

+49 9191 169933

+49 172 9738096

claudia.baehr@cb-friends.de

transformation.cb-friends.de