

Gesprächsimpulse

Wenn es darum geht, Menschen miteinander ins Gespräch zu bringen und zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch einzuladen, ist diese Übung gut geeignet. In kleinen Gruppen findet der Austausch im geschützten Rahmen statt und die Satzanfänge erleichtern den Einstieg.

In welchem Setting kann die Übung eingesetzt werden?

Die Übung kann sowohl in Trainings oder Workshops eingesetzt werden, aber auch in der Arbeit mit bestehenden Teams.

Welche Ziele werden mit der Übung verfolgt?

- ✓ Teilnehmer tauschen ihre Gedanken und Erfahrungen zu einem vorgegebenen Thema aus
- ✓ Alle Teilnehmer in einer Gruppe sind aufgefordert sich zu äußern und kommen zunächst in einem geschützten Rahmen zu Wort
- ✓ Die vorbereiteten Satzanfänge unterstützen, auch schwierige Themen anzusprechen

Welches Material wird benötigt?

Karten mit vorbereiteten Satzanfängen, ggf. FC zur Erläuterung der Übung.

Wie sieht die Durchführung genau aus?

1. Die Teilnehmer teilen sich in Gruppen von 3 – 6 Personen auf. Dies kann in einem Training oder Workshop zufällig geschehen. In der Arbeit mit bestehenden Teams oder Subgruppen, kann auch diese Struktur gewählt werden. Bei kleinen Gruppen (6 – 8 Personen) kann die Übung auch im Plenum durchgeführt werden.
2. Jede Gruppe findet sich an einem Tisch oder in einem Stuhlkreis zusammen und erhält einen Stapel Karten mit vorbereiteten Satzanfängen. Die Reihenfolge der Karten ist in allen Stapeln identisch. Der Stapel liegt verdeckt vor den Teilnehmern.

3. Der Trainer erläutert nun den Arbeitsprozess:
Auf den Karten vor Ihnen steht jeweils ein Satzanfang. Auf mein Zeichen hin nehmen Sie bitte die oberste Karte vom Stapel und drehen sie um. Bitte vervollständigen Sie den Satzanfang nun reihum. Anschließend können Sie die übrige Zeit nutzen, um Rückfragen zu stellen, weiter ins Gespräch zu kommen und zu diskutieren. Insgesamt stehen Ihnen 5 Minuten pro Karte zur Verfügung.
4. Die Satzanfänge können nun passend zum Thema der Veranstaltung gewählt werden, z. B.

Thema: Gesunder Umgang mit Stress

- ✓ Auf der Arbeit stress mich derzeit am meisten ...
- ✓ Am besten fülle ich meine Batterien auf, indem ich ...
- ✓ Wenn ich mir Sorgen mache, hilft es mir ganz besonders, wenn ich ...
- ✓ Wenn ich meinen inneren Schweinehund überlisten möchte, dann ...
- ✓ Um gesund zu bleiben achte ich besonders darauf, ...
- ✓ Mein Herz fängt sofort an schneller zu schlagen, wenn ...
- ✓ Meine beste/r Freund/in sagt häufig zu mir, ...
- ✓ Mit Blick auf die letzten Wochen bin ich stolz darauf, dass ...
- ✓ Ich bin heute hier, weil ...
- ✓ Wenn ich Konflikte gerate, neige ich dazu
- ✓ Gute Laune kriege ich, wenn ...
- ✓ Wenn es im Job stressig wird, hilft es mir ...
- ✓ Von unseren institutionellen / organisationalen Vorgaben und Strukturen behindert mich am meisten

Thema: Teamentwicklung

- ✓ Die Veranstaltung heute ist für mich ein Erfolg, wenn ...
- ✓ Ich glaube, die Kollegen schätzen an mir ...
- ✓ Und vermutlich ärgern sich die Kollegen über mich, wenn ...
- ✓ Die größten Ressourcen unseres Teams sind ...
- ✓ In Krisenzeiten neigen wir dazu, dass ...
- ✓ Wenn eine Entscheidung zu fallen ist, machen wir das häufig, indem ...
- ✓ Wenn ich ein Tier wählen würde, dann wäre unser Team wie ...
- ✓ Wenn die Geschäftsleitung (oder unsere Kunden o. ä.) uns für heute ein Thema auf die Agenda setzen würden, dann wäre es vermutlich ...
- ✓ Am wichtigsten in der Zusammenarbeit mit Euch ist mir ...
- ✓ Meine Geduld wird hart auf die Probe gestellt, wenn ...
- ✓ Was wir vermeiden zu besprechen ist, ...

- ✓ Um zu unserem Team dazu zu gehören, muss man.... und man darf nicht ...
5. Die Auswertung der Übung kann nun auf verschiedene Weisen erfolgen:
- ✓ Jede Gruppe notiert auf einem Flipchart die Informationen, die sie interessant und bemerkenswert (oder überraschend oder wichtig) fanden. Anschließend werden die Flipcharts reihum präsentiert.
 - ✓ Jeder Teilnehmer notiert 2 Aspekte, die ihm im Gedächtnis geblieben sind, auf jeweils einer Metaplankarte. Alle Karten werden anschließend zusammengetragen.
 - ✓ Möglicherweise dient die Übung dem Anwärmen der Teilnehmer mit dem Thema. Dann kann sich beispielsweise die Auftragsklärung oder das Formulieren von Zielen und Erwartungen für den Workshop unmittelbar anschließen, ohne dass seine separate Auswertung erfolgt.

Was gibt's sonst noch zu wissen?

- Je nach gewünschter Intensität des Austauschs kann die Bearbeitungszeit je Karte gekürzt oder verlängert werden.
- Quelle: basierend auf der Übung *Gesprächsimpulse* aus Funcke, A. & Braemer, G. (2019). Ein Herz fürs Team. Methodensammlung für Teamworkshops und Teamentwicklungen. managerSeminare Verlags GmbH: Bonn.