

### Inhalte

- Wie sieht ein effizientes, gutes Team aus? Welche Rollen und Aufgaben gibt es im Team?
- Reflexion: Wie verhalte ich mich im Team bei bestimmten Aufgaben?
- Sensibilisierung für Teamprozesse; sich selbst als Team erleben: Wie läuft die Zusammenarbeit?
- Verbesserung von Teamprozessen; Vermeidung von Störungen; Regeln der Zusammenarbeit
- Aufbau von Vertrauen und Verbesserung der Kommunikation

### Zielgruppe

Teams oder Arbeitsgruppen auf allen Ebenen

### Umsetzung

- Methoden:  
Einzel-, Gruppen- und Plenumsarbeit, erlebnisorientierte Übungen und Einsatz vielfältiger prozessorientierter Methoden
- Teilnehmerzahl:  
sechs bis 25 Personen
- Semindauer:  
1,5 bis 2,5 Tage
- Ort:  
firmenintern oder in externen Räumlichkeiten



Foto: Claudioalban/iStockphoto.de

In gut zusammenarbeitenden Teams und Arbeitsgruppen bringt jedes Mitglied seine Fähigkeiten, Kompetenzen und Stärken so ein, dass die gestellten Arbeitsaufgaben möglichst effektiv zum Wohle des Unternehmens und der Mitarbeiter gelöst werden können.

Leider sieht es in der Praxis häufig anders aus. Anstatt Offenheit, Vertrauen, Kommunikation und Kooperation, Verantwortung und Rückmeldungen herrschen Misstrauen, Egoismus, Sprachlosigkeit, Unzufriedenheit mit Arbeitsabläufen und Strukturen. Anstatt die Vorteile von Teamarbeit zu erkennen und ausspielen zu können, steht man sich selbst und anderen im Weg. Effektive Teamarbeit kann jedoch gelernt werden.

Mit Hilfe eigener Erfahrungen in den unterschiedlichsten Teambuildingübungen können Mitarbeiter

- ihr eigenes Verhalten in Gruppen reflektieren,
- Teamprozesse verstehen lernen und
- für ihr eigenes Team Regeln der Zusammenarbeit und des Miteinander erarbeiten.

Ferner wird durch das gemeinsame Erleben Vertrauen aufgebaut und die Kommunikation untereinander verbessert. Die Zusammenarbeit wird leichter und effektiver.

Fit  
im  
Job

### Anmeldung

Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH • Köln und Hamburg  
Neumarkt 35-37 • 50667 Köln • Tel. 02 21/2 71 80-0 • Fax 02 21/2 71 80-201 • [www.bgf-institut.de](http://www.bgf-institut.de)

Gisela Wahn ([gisela.wahn@bgf-institut.de](mailto:gisela.wahn@bgf-institut.de)) nimmt gerne Ihre Anmeldung entgegen und hält unter 02 21/2 71 80-110 weitere Infos für Sie bereit.