

Michaelus Methodenkompass

Tools und Techniken für erfolgreiche Teams



Selbstportrait

#02

Male Dich und was dir wichtig ist
Auch oder gerade weil du kein Künstler bist

von Rieke Katz & Michael Kaufmann

Nutzen

Die Selbstporträt-Übung ist eine kreative Methode, die sich hervorragend für Teams und Gruppen eignet, die ihr Vertrauen stärken und ihre Teamdynamik verbessern möchten. Sie ist besonders nützlich, wenn Sie:

- ☛ Ein neues Team formen und die Zusammenarbeit fördern möchten.
- ☛ Bestehende Konflikte oder Missverständnisse in Ihrem Team angehen möchten.
- ☛ Die Verbindung zwischen Teammitgliedern stärken und die Teamkultur verbessern möchten.
- ☛ Die Kommunikation und das Verständnis zwischen den Teammitgliedern vertiefen möchten.

Diese Übung ist vielseitig einsetzbar und kann in verschiedenen Teamkontexten angewendet werden, um das Vertrauen zu fördern und eine positive, harmonische Teamdynamik zu schaffen.



Anzahl der Teilnehmer

Die Übung kann mit Teams jeder Größe durchgeführt werden, idealerweise mit 5 bis 15 Personen.

Benötigte Zeit

Planen Sie etwa 2 bis 3 Stunden ein, um die Übung vollständig durchzuführen, einschließlich der Diskussionen.

Benötigtes Material

Malutensilien wie Papier, Stifte, Farbstifte oder Wasserfarben.
Raum, in dem die Teilnehmer ihre Selbstporträts erstellen können.
Eine Präsentationswand oder einen Bereich zum Aufhängen der Selbstporträts für den Gallery Walk. Postits. Gegebenenfalls Zeitschriften und Scheren um Collagen zu erstellen.

Vorbereitung

Stellen Sie das Material bereit und erklären Sie den Zweck der Übung den Teilnehmern.

Selbstportrait erstellen

Die Teilnehmer werden gebeten, ein Selbstportrait zu malen oder zu zeichnen. Dabei sollen sie ihre Persönlichkeit, Interessen, Hobbys, Herkunft und alles, was sie ausmacht, kreativ darstellen. Geben Sie ihnen genügend Zeit, um dies zu tun. Wir arbeiten meist mit einer Time Box von 15' – 20'. Bei Bedarf geben wir weitere 5' extra.

Gallery Walk

Nachdem alle Teilnehmer ihre Selbstportraits erstellt haben, organisieren Sie einen "Gallery Walk". Jeder Teilnehmer präsentiert sein Selbstportrait und erklärt die gewählten Elemente den anderen Teammitgliedern. Die anderen Teilnehmenden können Verständnisfragen stellen, sollen jedoch keinerlei Wertung abgeben.

Hier ist es wichtig die Time Box nicht zu groß zu wählen und einzuhalten, sonst kann dieser Teil schnell Überlänge bekommen. Wir empfehlen 2'-5' pro TN.

Rückmeldungen und Ergänzungen

In der zweiten Phase haben die Teilnehmer Zeit, über die anderen Teammitglieder nachzudenken und zu überlegen, ob sie noch etwas hinzufügen könnten. Dies kann in Form von Kommentaren, positivem Feedback oder konstruktiver Kritik geschehen. Als Time Box empfehlen wir hier 5' zum schreiben und 1'-2' zum aussprechen der Gedanken.



**COMERCIANTE
CONSULTING**

Führung beginnt bei dir!

Besonderheit

Wir spielen die Ergänzungsphase so, dass wir die Teilnehmenden ermutigen ihre Gedanken zu dem jeweiligen Bild laut auszusprechen, dabei den Maler anzusehen und ihm die Postits zu übergeben. Der Besitzer des Bildes kann nun entscheiden, ob die Anmerkungen seiner Kollegen auf seinem Bild Platz finden oder er sie nicht aufhängen will.

Referenz zu den 5 Dysfunktionen eines Teams

(Patrick Lencioni)

Die Selbstporträt-Übung ergänzt die erste Dysfunktion des 5-Dysfunktionen-Modells, das mangelnde Vertrauen. Indem die Teammitglieder mehr über die Persönlichkeit, die Interessen und die Geschichte ihrer Kollegen erfahren, schafft dies eine tiefere Bindung und stärkt das zwischenmenschliche Vertrauen. Diese Übung trägt dazu bei, Barrieren des Misstrauens abzubauen und den persönlichen Kontakt zu fördern.

Vorteile der Methode

- ✦ Vertrauensbildung
- ✦ Verbesserte Teamdynamik
- ✦ Stärkung der Teamkultur
- ✦ Kommunikationsförderung
- ✦ Besseres Verständnis für Vielfalt
- ✦ Steigerung der Selbstreflexion
- ✦ Förderung von Zusammenarbeit und Unterstützung



Tipps für die Durchführung

Betone die Freiwilligkeit: Mache deutlich, dass die Teilnahme an der Übung freiwillig ist, und respektiere die Privatsphäre der Teilnehmer.

Feedbackkultur: Betone die Bedeutung einer respektvollen Feedbackkultur. Ermutige die Teilnehmer, konstruktives und positives Feedback zu geben, während sie die Selbstporträts der anderen betrachten.

Lass es reifen: Wenn Du siehst dass einzelne Teilnehmende nicht mit malen beginnen gib ihnen Zeit. Manchmal braucht es einfach ein paar Minuten um anzufangen. Kommen einzelne gar nicht ins tun kannst Du sie mit Fragen versuchen zu unterstützen.

Mach mit: Wir malen immer mit unseren Teilnehmenden mit und geben somit auch ein Beispiel dass es kein „doof“ oder „schlecht gemalt“ gibt.

Viel Spaß beim
Ausprobieren der
Methode. Wenn Du
Fragen zur
Durchführung hast
oder den Austausch
suchst, melde dich
gerne. Alle
Kontakt Daten findest
Du im dem QR Code.

Grüße
Michaelus

