

# Teambuilding mal anders



MITEINANDER  
DEN RHYTHMUS  
FINDEN



MIT MUSIK

LERNEN AUF EINANDER ZU HÖREN,  
SICH INS TEAM INTEGRIEREN,  
DIE TRAGENDE KRAFT DER GRUPPE  
ERFAHREN

IN DER  
ALLTAGSKOMMUNIKATION

WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION  
WIRKSAM IN DEN ARBEITSALLTAG  
INTEGRIEREN



activ music GmbH

Aargauerstr. 1 8048 Zürich 043 333 22 39 076 364 89 18

Sven Haefliger

Teambuilding & Musikworkshops

## WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION

ist der Schlüssel zur effizienten Bewältigung der anfallenden Aufgaben in einem Team. Nur zufriedene Mitarbeiter kooperieren in hohem Masse und erbringen Höchstleistungen für das Unternehmen.



## TEAMBUILDING MIT MUSIK

- im spielerischen Umgang lernen, aufeinander zu hören
- Arbeitskollegen von einer anderen Seite kennen lernen
- Umgang mit Überforderung & Neuem
- sich ins Team integrieren
- Potential entfalten
- Gruppenprozess erleben
- miteinander Spass haben



# IN 10-SCHRITTEN ZUR WERTSCHÄTZENDEN KOMMUNIKATION

u.a. nach den Prinzipien der gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg



## 1. DIE BASICS

Unter welchen Bedingungen kooperieren die Mitarbeiter vorbehaltlos? Wertschätzende Kommunikation für den Arbeitsalltag in den Grundzügen:

Beobachtung ohne Bewertung  
Gefühle zuordnen & benennen  
Bedürfnis identifizieren  
konkrete Bitten aussprechen

## 2. BLOCKADEN IN DER KOMMUNIKATION

Wo entstehen Blockaden in der Kommunikation?  
Lebensentfremdende Sprachmuster sind allgegenwärtig und werden meist nur schwer erkannt. Lernen Sie die Prinzipien, so dass Beziehungen im Fluss bleiben.




## 3. BEOBACHTUNG OHNE BEWERTUNG

Vermischung von Beobachtung & Bewertung hat hohes Konfliktpotential und führt selten zum gewünschten Ergebnis. Lernen Sie die verschiedenen Formen von Interpretationen kennen um schon zu Beginn eines Gesprächs Klarheit zu gewinnen.

## 4. BENENNUNG DER GEFÜHLE & BEDÜRFNISSE

Die Zeitbombe der unterdrückten Gefühle der Mitarbeiter. Was sind echte Gefühle, was sind Scheingefühle? Sind Gefühle und Bedürfnisse im Arbeitsalltag relevant? Was passiert, wenn wir diese nicht klar benennen & beachten?





## 5. VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

Vier Reaktionsmöglichkeiten auf negative Äusserungen und Kritik geben mehr Sicherheit im alltäglichen Umgang. Die Bedürfnisse sind die Wurzeln unserer Gefühle, für die wir alle selber verantwortlich sind.

## 6. DIE BITTE


Bitten so formulieren, dass die Kooperation gefördert wird. Die drei Arten von Bitten schaffen jederzeit Klarheit und Transparenz.

## 7. EMPATHIE

Lernen Sie den Umgang mit „schwierigen“ Kunden & Arbeitskollegen und übersetzen Sie Kritik, Schuld und Angriffen. Stille Empathie dient dazu, um wieder Klarheit zu gewinnen in jeder Situation.

## 8. ERST VERSTEHEN, DANN VERSTANDEN WERDEN

Wenn Menschen jemandem zur Führung anvertraut werden, ist es von Vorteil zuerst ein guter Zuhörer zu sein. Umgang mit unterschiedlichen Meinungen, aktives Zuhören sind wesentliche Merkmale einer effektiven Führungskraft.



## 9. ÄRGER AUSDRÜCKEN

Ärger ausdrücken ohne Schaden anzurichten sowie Auslöser von Ursache unterscheiden sind immens wichtig um wieder an Sicherheit und Klarheit zu gewinnen. Lernen Sie anhand von 5 Schritten wie Sie wieder festen Boden unter den Füßen gewinnen.

## 10. WERTSCHÄTZUNG UND ANERKENNUNG AUSDRÜCKEN

Motivierte Mitarbeiter sind die wertvollsten Ressourcen eines Unternehmens - doch wie werden diese motiviert? Lernen Sie den Unterschied zwischen echter Anerkennung zu Lob und Schmeichelei kennen.



Sven Haefliger, Jahrgang 75, verheiratet und Vater einer Tochter, wohnhaft in der Nähe von Zürich

Studierte Jazz- und Populärmusik in Amerika und Deutschland, Organisator mit eidg. Fachausweis mit Vertiefungsrichtung Gruppenprozesse- und Sozialkompetenz

Erfahrung in Non-Profit Organisationen wie auch in der Wirtschaft  
Inhaber von activ music GmbH,  
der Musikschule für Erwachsene in Zürich