

WIR

wie WIRtschaft

REZEPT – DAS KANN ICH TUN

Frühlings-Gefühle

ZUTATEN

Dauer
ab 1 Std.



* Eine oder mehrere Kolleg*innen

* Termin

* Thema

Level
Einfach



* Geeignete Route

* Geeignete Schuhe

Menge
ab 2 Pers.



In der Schule des Aristoteles soll ein Wandelgang zum Philosophieren im Gehen genutzt worden sein. Der Philosoph Jean-Jacques Rousseau schrieb: „Ich kann nur beim Gehen nachdenken. Bleibe ich stehen, tun dies auch meine Gedanken“. Und die WirtschaftsWoche schreibt: „Gehen bringt nicht nur den Körper in Schwung, es hilft auch dem Geist auf die Sprünge – und macht das Mitarbeitergespräch zu einer ganz neuen Erfahrung.“ Es gibt mittlerweile auch Untersuchungen dazu, dass kognitive Leistungen beim Gehen angeregt werden.

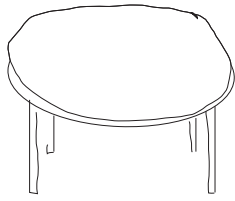
Bei einem Feedback-Spaziergang oder Mitarbeiter*innen-Gespräch habe ich es schon erlebt – es tut gut, gemeinsam eine Runde zu gehen, und sich dabei zu besprechen.

Probieren Sie es aus: Feedback geben / nehmen funktioniert sehr gut als Feedback-Spaziergang. Aber auch andere Fragestellungen (Rückblick-Ausblick) lassen sich gut während eines Spaziergangs besprechen. Bewährt haben sich dabei 2er oder 3er Konstellationen, damit man nebeneinander gehen kann, und alle einander verstehen.

Überlegen Sie sich vorher eine Fragestellung und vereinbaren Sie eine bestimmte Dauer. Damit nicht eine Person monologisiert, können Blöcke festgelegt werden. (10 Minuten Person 1 und 10 Minuten Person 2 – zum Beispiel beim Feedback-Spaziergang). Oder man spricht immer „nur“ einen Gedanken und dann kommt die andere Person dran.

Achten Sie auch auf eine geeignete Dokumentation, wie Foto, oder / und eine Zusammenfassung am Ende, die im Büro verschriftlicht wird.

WWW.WIR-TSCHAFT.JETZT
KONTAKT@WIR-TSCHAFT.JETZT



WIR

wie WIRtschaft

Ein thematischer Spaziergang geht auch im Team, wenn nach festgelegter Zeit die Konstellation neu gemischt wird. Am Ende kann dann im größeren Kreis (auf Akustik achten) oder im Büro die „Ernte“ geteilt werden.

Hierzu muss die Route gut kommuniziert werden und entsprechende Zwischen-Treffpunkte festgelegt werden.

Planen Sie eine geeignete Route und Raus gehts!

Viel Spaß beim kochen!



Wenn Sie ganz praktisch loslegen möchten, probieren Sie dieses Rezept aus. Gerne die Erfahrungen posten!

.....
Dieses Rezept ist von

Kerstin Seeger