Michaelus Methodenkompass

Tools und Techniken für erfolgreiche Teams





Selbstporträt

#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.

Typische Situationen:

Ein neues Team wird geformt und die Zusammenarbeit soll wachsen.
Bestehende Konflikte oder Missverständnisse sollen angegangen werden.
Die Verbindung zwischen den Teammitgliedern und die Teamkultur sollen gestärkt werden.
Kommunikation und Verständnis im Team sollen sich vertiefen.



Anzahl der Teilnehmer

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

Benötigte Zeit

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

Benötigtes Material

- Malutensilien wie Papier, Stifte, Farbstifte oder Wasserfarben.
- Ein Raum, in dem die Teilnehmer ihre Selbstporträts erstellen können.
- Eine Präsentationswand oder ein Bereich zum Aufhängen der Selbstporträts für den Gallery Walk.
- Post-its, gegebenenfalls Zeitschriften und Scheren, um Collagen zu erstellen.

Vorbereitung

Stelle das Material bereit und erkläre den Teilnehmern den Zweck der Übung.

Ablauf

Selbstporträt erstellen

Die Teilnehmer werden gebeten, ein Selbstporträt zu malen oder zu zeichnen. Dabei sollen sie ihre Persönlichkeit, Interessen, Hobbys, Herkunft und alles, was sie ausmacht, kreativ darstellen. Gib ihnen genügend Zeit dafür. Wir arbeiten meist mit einer Timebox von 15 bis 20 Minuten, bei Bedarf geben wir 5 Minuten extra.

Gallery Walk

Nachdem alle ihre Selbstporträts erstellt haben, organisierst du einen „Gallery Walk“. Jeder Teilnehmer präsentiert sein Selbstporträt und erklärt den anderen die gewählten Elemente. Die anderen können Verständnisfragen stellen, sollen jedoch keinerlei Wertung abgeben.

Wichtig ist, die Timebox nicht zu groß zu wählen und sie einzuhalten, sonst bekommt dieser Teil schnell Überlänge. Wir empfehlen 2 bis 5 Minuten pro Person.

Rückmeldungen und Ergänzungen

In der zweiten Phase haben die Teilnehmer Zeit, über die anderen Teammitglieder nachzudenken und zu überlegen, ob sie noch etwas hinzufügen möchten. Das kann in Form von Kommentaren, positivem Feedback oder konstruktiver Kritik geschehen. Als Timebox empfehlen wir 5 Minuten zum Schreiben und 1 bis 2 Minuten zum Aussprechen der Gedanken.

COMERCIANTE CONSULTING
Führung beginnt bei dir!

Besonderheit

Wir gestalten die Ergänzungsphase so, dass wir die Teilnehmenden ermutigen, ihre Gedanken zum jeweiligen Bild laut auszusprechen, dabei den Maler anzusehen und ihm die Post-its zu übergeben. Der Besitzer des Bildes entscheidet dann, ob die Anmerkungen seiner Kollegen auf seinem Bild Platz finden oder ob er sie nicht aufhängen will.

Bezug zu den 5 Dysfunktionen eines Teams (Patrick Lencioni)

Die Selbstporträt-Übung setzt bei der ersten Dysfunktion des Modells an, dem mangelnden Vertrauen. Indem die Teammitglieder mehr über die Persönlichkeit, die Interessen und die Geschichte ihrer Kollegen erfahren, entsteht eine tiefere Bindung und das zwischenmenschliche Vertrauen wächst. Die Übung hilft, Barrieren des Misstrauens abzubauen und den persönlichen Kontakt zu fördern.





Tipps für die Durchführung

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

Feedbackkultur: Betone die Bedeutung einer respektvollen Feedbackkultur und ermutige zu konstruktivem und positivem Feedback beim Betrachten der Selbstporträts.

Lass es reifen: Wenn einzelne nicht gleich mit dem Malen beginnen, gib ihnen Zeit. Manchmal braucht es einfach ein paar Minuten. Kommen einzelne gar nicht ins Tun, kannst du sie mit Fragen unterstützen.

Mach mit: Wir malen immer mit unseren Teilnehmenden mit und zeigen damit, dass es kein „doof“ oder „schlecht gemalt“ gibt.

Vorteile der Methode

- Vertrauensbildung
- Verbesserte Teamdynamik
- Stärkung der Teamkultur
- Förderung der Kommunikation
- Besseres Verständnis für Vielfalt
- Mehr Selbstreflexion
- Förderung von Zusammenarbeit und Unterstützung



Viel Spaß beim Ausprobieren der Methode. Wenn Du Fragen zur Durchführung hast oder den Austausch suchst, melde Dich gerne. Alle Kontaktdaten findest Du in dem QR-Code.

Grüße
Michaelus



Comerciante Consulting Südendstraße 18 76137 Karlsruhe +49 176 433 63 020 michael.kaufmann@comerciante-consulting.de