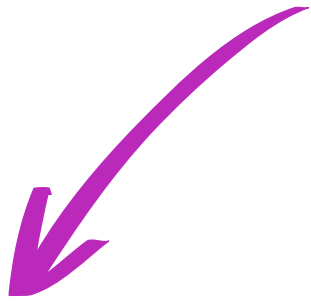


*Do it yourself!*

*Weniger Stress und mehr  
Engagement im Team!*



**w@coach<sup>®</sup>**

Digitaler Coach für Führungskräfte und Teams

wecoach.ch

**In sechs  
Schritten zu  
weniger Stress  
und mehr  
Engagement im  
Team!**

**1 Einstieg (gratis)**

Was motiviert und was ärgert Sie als Führungskraft? Loggen Sie sich ein und setzen sich mit dem Thema Engagement und Stress bei der Arbeit auseinander. Machen Sie sich zudem Gedanken zu Aufwand und Nutzen einer Teamentwicklung.

**1-2 Stunden**

**2 Training**

Sie machen zuerst zwei Übungen zur Team-Befragung und zum Team-Workshop: Was wird befragt? Worüber werden Sie mit dem Team reden? Wie handeln? Sie notieren sich Stolpersteine und setzen sich Ziele. Danach informieren Sie das Team.

**2-3 Stunden**

**3 Team-Befragung**

Sie planen eine Befragung und versenden den Link an Ihr Team. Das Team beantwortet einige Fragen zu Ressourcen und Belastungen bei der Arbeit, sowie zum Engagement und Stress. Sie schauen die Resultate an, melden diese an Ihr Team zurück und diskutieren die Ergebnisse.

**2 Stunden**

**4 Team-Workshop**

Gemeinsam überlegen Sie, wie die ideale Arbeitssituation aussähe. Sie brainstormen, was Jede\*r dazu beitragen könnte. Am Schluss entwickeln Sie Massnahmen, die Sie in ein kompaktes Themenblatt eintragen. Später führen Sie ein kurzes Controlling zur Zufriedenheit mit dem Workshop durch.

**1 Tag**

**5 Wirkung**

Sie überprüfen nach ca. drei Monaten die Wirkung der Massnahmen mit einer kurzen Umfrage. Je nach Ergebnis passen Sie die weitere Umsetzung an.

**1/2 Stunde**

**6 Verankerung**

Sie überlegen sich, wie Sie die Massnahmen im Alltag verankern: Ist es sinnvoll, jährlich eine Team-Befragung durchzuführen? Oder einen vierteljährlichen Quick-Check?

**1/4 Stunde**