Inspirationskarten zur Selbstreflexion und Teambesprechungen im sozialen Bereich (5–15 Minuten)

🟡 Karte 1: Highlight der Woche

Ziel: Positiver Rückblick, Achtsamkeit für Gutes
Anleitung:
➡️ Jede*r erzählt einen schönen Moment aus der letzten Woche im Dienst (z.B. ein Lächeln, ein Danke, ein gelungener Moment mit einem Kind oder Eltern).
➡️ Was hat dich berührt, gefreut oder stolz gemacht?

🟢 Karte 2: Stärken-Schatz

Ziel: Wertschätzung & Teamzusammenhalt
Anleitung:
➡️ Schreibe anonym eine Stärke von einer Kollegin/einem Kollegen auf. Optional: mit kleinen vorbereiteten Kärtchen (z. B. „Geduldig“, „Herzlich“, „Zuverlässig“)
➡️ Lies sie vor – das Team darf raten, um wen es geht.

🔵 Karte 3: Dankbarkeits-Blitzlicht

Ziel: Positive Grundhaltung & Fokus auf das Gute
Anleitung:
➡️ Jede*r nennt spontan:
„Wofür bin ich heute im Dienst dankbar?“
(z. B. Team, Arbeit am Kind, Ausstattung, grüne Umgebung, gutes Gespräch)

🟠 Karte 4: Mini-Lob-Runde

Ziel: Anerkennung sichtbar machen
Anleitung:
➡️ Jede*r *lobt eine*n Kolleg*in für etwas Konkretes, das sie/er gut gemacht hat.
➡️ Beispiel: „Ich fand es toll, wie du gestern die Situation deeskaliert hast.“

🔴 Karte 5: Was mir gut gelungen ist

Ziel: Selbstwert & Selbstwirksamkeit stärken
Anleitung:
➡️ Jede*r sagt:
„Eine Sache, die mir diese Woche gut gelungen ist, war …“ Wichtig: Kein Kommentar vom Team nötig – Raum für eigene Wahrnehmung und Stolz

🟣 Karte 6: Pflege mit Sinn *(einmal im Monat)*

Ziel: Berufsstolz & Sinn erleben
Anleitung:
➡️ Frage in die Runde:
„Wann habe ich zuletzt gespürt, dass meine Arbeit einen Unterschied macht?“
➡️ Wer mag, teilt eine kurze Geschichte kleinen Moment.

🟤 BONUS-Karte: Kollegin des Tages

Ziel: Humor & Zusammenhalt
Anleitung:
➡️ Wählt gemeinsam eine*n „Kolleg*in des Tages“ – z. B. für gute Laune, besondere Hilfe oder einfach Herz.
➡️ Kleine Krone oder Humor-Nadel optional

📦 Tipps zur Umsetzung:

– Drucke die Karten aus (z. B. auf buntem Papier oder Karton).
– Bewahre sie in einer kleinen Box oder Mappe im Pausenraum auf.
– Eine Person zieht bei jeder Dienstbesprechung eine Karte; das Motto kann von allen aufgegriffen werden.

- Die Karten sind auch zur Selbstreflexion und zur Förderung des Austausches in der Familie/Freundeskreis wertvoll, auch wenn Du kein Team führst.

Du bist eine Leitungsperson mit Werten und Visionen und hast Lust auf mehr,

dann werde **ZIELführend Leader im sozialen Bereich und komme in mein Premium Mentoring-Programm für Unternehmer:innen und Führungskräfte im sozialen Bereich – on the job**

Für einen positiven & produktiven Mindset – Selbstführung und Mitarbeiterentwicklung

Du wünschst Dir **weniger Stress und Konflikte** stattdessen..

- √ mehr Leichtigkeit und Spaß beim Führen
- √ mehr WIR statt ICH in der Arbeit
- √ ein resilientes Team mit Zusammenhalt durch Verbundenheit
- √ einen positiv-produktiven Beziehungsaufbau im Kollegium und Team
- √ für einen lebendigen Austausch durch wertschätzende Kommunikation

Dann gönnen Dir als Leitung Deine persönliche Transformations-Reise!

Melden Dich jetzt für ein kostenfreies und unverbindliches Erstgespräch über info@ym-coaching.de

Ich freue mich auf Dich!

Yvonne Müller
Ernst-Thälmann-Str.21
01809 Heidenau
Tel: 0172/9215421
info@ym-coaching.de
www.ym-coaching.de
go.ym-coaching.de