



■ COACHING

Erfolgsteams – gemeinsam zum Ziel

Sie wollen sich verändern, suchen eine neue Stelle oder wollen sich selbstständig machen? Alleine fällt das oft recht schwer. Schließen Sie sich mit anderen zusammen und gründen Sie ein Erfolgsteam – begleiten und unterstützen Sie sich gegenseitig, um Ihre Ziele zu erreichen. | *Yvonne Günther*

Erfolgsteams kommen ursprünglich aus den USA und sind eine besondere Form des Netzwerkers. Fünf bis acht Personen tun sich zusammen und bilden ein Team. Alle zwei bis vier Wochen treffen sie sich und unterstützen und motivieren sich gegenseitig. Jede/r verfolgt im Team eigene Ziele. Die Teams haben eine einfache, jedoch geregelte Struktur und treffen sich vier bis sechs Monate lang.

Mögliche Inhalte

Meist geht es im Erfolgsteam um berufliche Themen, beispielsweise darum, die

weiteren Karriereschritte zu klären, sich umzuorientieren oder Fuß zu fassen in einem schwierigen oder neuen Arbeitsfeld. Auch die Planung einer Selbstständigkeit bzw. der Aufbau einer freiberuflichen Existenz kann zum Thema werden.

Wie funktioniert das?

Jedes Mitglied verfolgt seine eigenen Ziele, doch gemeinsam bilden die Teilnehmer ein auf Gegenseitigkeit beruhendes Team. In regelmäßigen Sitzungen tauschen sie sich über den Stand ihrer Projekte aus mit dem Ziel, sich gegenseitig zu unterstützen und zu ermutigen.

Das Konzept der Erfolgsteams basiert auf drei Elementen: Gestartet wird mit ein oder zwei **Einführungstreffen**. Dort lernen sich die Teilnehmer kennen und verpflichten sich gegenseitig, sich für einen festen Zeitraum zu unterstützen. Jeder stellt seine persönlichen Projekte und Ziele vor. Anhand dieser Ziele vereinbaren die Teams das weitere Vorgehen.

Nach den Einführungstreffen starten die eigentlichen „**Erfolgsteams**“. Die einzelnen Blöcke in der Teamsitzung haben eine feste Zeitvorgabe, um allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern Zeit und Raum zur Verfügung zu stellen (siehe Schaukasten).

Am Ende des vereinbarten Zeitraums von vier bis sechs Monaten findet ein Abschluss- und **Auswertungstag** statt. Die Ergebnisse werden präsentiert und reflektiert. Nach Bedarf kann ein neues Erfolgsteam starten.

Die Regeln

Zu Beginn des Teams verpflichtet man sich für einen Erfolgsteam-Zyklus, regelmäßig an den Sitzungen teilzunehmen und bis zum Ende im Team zu bleiben. Die einzelnen Sitzungen haben einen festen Ablauf und eine klare Zeitvorgabe. Die Regeln mögen auf den ersten Blick rigide und streng wirken. Sie fördern jedoch die Teammitglieder darin, eine präzise und knappe Präsentation vorzubereiten. Sie schulen ihre Fähigkeit, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und effektiv zu arbeiten.

Grundsätzliches

In Erfolgsteams finden sich Menschen, die bereit sind, andere zu unterstützen und sich unterstützen zu lassen. Dabei ist das Vertrauen in die Gruppe und die Bereitschaft, sich auf andere Menschen, neue Ideen und Blickwinkel einzulassen, sehr wichtig. Weiterhin erfordern die klaren Regeln und Strukturen die Anerkennung jedes Einzelnen.

MUSTERABLAUF EINER ERFOLGSTEAM-SITZUNG

Zeitdauer insgesamt: 2,5 Stunden

- | | |
|---|--------|
| 1. ANKOMMEN | 5 min |
| • Ankommen - Begrüßung | |
| • Rollen verteilen: LeiterIn des Treffens, ZeitnehmerIn, ProtokollantIn | |
| 2. EINSTIEG: Erste Runde (5 min/Pers.) | 30 min |
| • Wo stehe ich? | |
| • Was ist seit dem letzten Treffen passiert? | |
| • Was habe ich erreicht? | |
| 3. UNTERSTÜTZUNG: Zweite Runde...(15 min/Pers.) | 90 min |
| • Wo brauche ich Unterstützung? | |
| Zwischendurch: Pause | |
| 4. ZIELSETZUNG: Dritte Runde (2 min/Pers.) | 12 min |
| • Was möchte ich bis zum nächsten Treffen erreichen? | |
| 5. ABSCHLUSS | 5 min |
| Zeitkalkulation für sechs TeilnehmerInnen. | |

Die Erfolgsteams können in Eigenregie durchgeführt werden, allerdings bietet die Begleitung durch einen Coach einige Vorteile, ist aber mit Kosten verbunden. Als Außenstehender kann ein Coach zum Beispiel auf die Regeln achten, so dass die sich Teammitglieder ganz auf ihre Anliegen konzentrieren können. Ein Coach, der in Kommunikations- und Moderationstechniken erfahren ist und das Konzept der Erfolgsteams gut kennt, kann ein Team unterstützen, effektiver und zielgerichteter zu arbeiten. Eine Möglichkeit ist auch die teilweise Begleitung, zum Beispiel beim Einführungs- und Auswertungstreffen.

Was bringt ein Erfolgsteam?

Die Arbeit in einem Erfolgsteam motiviert, die eigenen Fragestellungen klarer zu reflektieren und die Ziele konsequenter umzusetzen. Dabei werden Selbstverantwortung und Handlungsfähigkeit gestärkt und ganz nebenbei die Teamfähigkeit trainiert. Die Arbeit im Team schult zudem Kompetenzen, um eigene Ziele und Projekte zu präsentieren, differenziert zu kommunizieren, Feedback zu geben und zu bekommen. Jedes Teammitglied bringt

andere Perspektiven und Ideen ein, was für alle bereichernd ist. Die Teilnehmer unterstützen sich gegenseitig und helfen bei Fragen, an denen man alleine nicht weiter kommt. Dies ermutigt, bestärkt und motiviert auch in schwierigen Phasen. Der Zusammenhalt der Gruppe gibt Energie, und nicht zuletzt profitiert jeder Einzelne von der Stärkung des Selbstbewusstseins durch Anerkennung und Unterstützung im Team. Die Regelmäßigkeit der Treffen und die damit verbundenen Zielvereinbarungen erhöhen die Verbindlichkeit bei der Umsetzung der eigenen Ideen. Alles in allem beste Voraussetzungen für einen nachhaltigen Erfolg!

ZUR AUTORIN

Yvonne Günther,

Diplom-Betriebswirtin und Coach, Bonn (www.coaching-bonn.de).

Seit 2001 selbstständige Beraterin und Coach mit Praxis in Bonn. **Schwerpunkte u.a.:** Berufliche Neuorientierung, Karriereplanung, Bewerbungstraining, Konflikt- und Krisenbewältigung, Führen und Leiten, Teamentwicklung, Beratung zur Existenzgründung.

HINWEIS

Erfolgsteams und Bewerbungscafé

Inzwischen hat sich ein erstes **Erfolgsteam** in Bonn installiert, das unter Anleitung von Yvonne Günther Anfang Januar in Bonn starten wird. Ein weiteres ist im Entstehen und findet erstmals am **22. Januar 2013** von 19.00 bis 22.00 Uhr in den Räumen des Wissenschaftsladen Bonn e.V. statt. Hierzu sind noch Anmeldungen möglich. Diese und weitere Fragen sind zu richten an **Yvonne Günther**, T.: 0228/634648 oder yguenther@coaching-bonn.de.

Weiterhin möchten wir auf unser nächstes **Bewerbungscafé** am **8. Januar 2013** um 18.00 Uhr im Wissenschaftsladen Bonn e.V. hinweisen. Bei diesem und allen weiteren Treffen (Jour fixe jeden ersten Dienstag im Monat 18.00 bis 21.00 Uhr) können sich Abonentinnen und Abonenten sowie weitere Arbeitsmarkt-Interessierte mit ihren Erfahrungen bei der Arbeitsplatzsuche austauschen. Hier gibt es Gelegenheit, sich kennenzulernen, sich in Gruppen zusammenzuschließen und sich gegebenenfalls auch formlos und kostenlos als Erfolgsteam in eigener Regie zu installieren. Wir bieten dazu den Rahmen und unsere Räume sowie gelegentlich auch etwas Programm.

Termin Bewerbungscafé:

Wann: 8. Januar 2013 18.00 bis 21.00 Uhr
Wo: Wissenschaftsladen Bonn e.V., Reuterstraße 157, 53113 Bonn

Ablauf:

18.00 Uhr Bewerbungscafé geöffnet
18.30 Uhr Begrüßung

Anschließend steht Andreas Pallenberg, verantwortlicher Redakteur des Informationsdienstes Bildung, Kultur, Sozialwesen, Rede und Antwort zu allen Bewerbungsfragen. bis 21.00 Uhr selbstorganisiertes Kennenlernen, Gruppen- und Teambildung möglich.

Teilnahme kostenlos,
Anmeldung nicht erforderlich.