

MODERATIONSTECHNIK	Momentaufnahme meines Lebens
HAUPTZWECK / FOKUS	#Teambuilding #gruppeninterne Offenheit
PHASE	#Energiser #Kennenlernen #Eröffnung
FÄHIGKEITEN / INHALT	#Empathie #Kommunikation
ZEITRAHMEN	#<15 #>30 Minuten
GRUPPENGROSSE	#1-5 #6-15 Personen
MODERATIONSNIVEAU	Anfänger/-in
LERNZONE	Komfortzone

Einführung

Diese Übung eignet sich sehr gut, um Empathie unter den Teammitgliedern aufzubauen und jedem/-r Teilnehmenden ein besseres Verständnis für den Hintergrund der anderen Gruppenmitglieder zu vermitteln (besonders gut ist die Übung für internationale Teams oder Teams an unterschiedlichen Standorten). Die Übung wird auch eine lockere Atmosphäre für den bevorstehenden Workshop schaffen.

Notwendige Werkzeuge (was Sie brauchen)

- ein Videokonferenz-Tool
- ein [Online-Whiteboard-Tool](#), das die Nutzung einer großen, zoombaren Leinwand ermöglicht

Arbeitsschritte

1. Bitten Sie jedes Mitglied Ihres Teams, vor Beginn des Meetings ein Bild in einem Online-Meetingraum oder auf einem Online-Whiteboard zu posten. Das Bild kann alles Mögliche darstellen, aber das Ergebnis sollte sein, dass die anderen Teammitglieder dadurch etwas Neues über Sie erfahren, z.B. von einem Erlebnis von Ihnen hören, das sie noch nicht kannten. Mögliche Bildmotive sind z.B.
 - ein Bild der lokalen Sportmannschaft, für die Sie spielen
 - ein Foto, von Ihnen und/oder Ihrer Familie im Urlaub

- Ihr liebster Besitz und warum er Ihnen so viel bedeutet
 - Ihr Traumurlaubsziel und warum Sie es so gerne besuchen
2. Der Reihe nach erzählen alle Teammitglieder die Geschichte zu ihrem Bild.
 3. Nachdem alle über das Bild gesprochen haben, ermutigen Sie die Teammitglieder, sich an die Informationen zu erinnern, die sie gehört haben, da sie ein besseres Verständnis für die anderen Teammitglieder ermöglichen. Sie können diese Aktivität mit anderen Fotos in künftigen Workshops wiederholen, damit sich das Team immer stärker verbunden und vertrauter fühlt.

Tipps

- Bei größeren Teams bietet es sich eventuell an, ein paar Bilder auszuwählen und in der Gruppe zu besprechen, anstatt über jedes einzelne zu sprechen.

Quelle

<https://www.sessionlab.com/library?>