

MODERATIONSTECHNIK	Aktionsplan-Workshop: der Pfeil
HAUPTZWECK / FOKUS	#Absichten definieren #Gruppenpriorisierung #Zielsetzung #Herausforderungen diskutieren #Perspektive #Vision
PHASE	#Aktion #Eröffnung #Abschluss #Überprüfung
FÄHIGKEITEN / INHALT	# Überblick #Kreativität #Evaluation #Selbstreflexion #Kommunikation #Empathie
ZEITRAHMEN	#>60 #60-120 #>120 Minuten
GRUPPENGROSSE	#1-5 #6-15 #16-30 #<30 Personen
MODERATIONSNIVEAU	Fortgeschritten
LERNZONE	Wachstumszone

Einführung

Dieser Workshop soll den Teilnehmenden helfen, ihre Ziele zu definieren, auszuwählen und zu erreichen. Indem die Teilnehmenden dabei unterstützt werden, sich auf ganzheitlicher Ebene vorzustellen, wo sie in einigen Jahren stehen möchten, und die Schritte zu definieren, die sie dorthin führen, erhalten die Teilnehmenden ein klareres Bild davon, welche Maßnahmen sie ergreifen müssen.

Notwendige Werkzeuge (was Sie brauchen)

- ein Online-Whiteboard-Tool, das die Verwendung einer großen, zoombaren Leinwand ermöglicht
- ein Videokonferenz-Tool, mit dem Sie den Teilnehmenden-Paaren Breakout-Räume zuweisen können (z. B. Zoom)

Arbeitsschritte

1. Die Teilnehmenden arbeiten zu zweit. Alle Teilnehmenden haben ein Online-Whiteboard, auf dem das Pfeilmodell großflächig gezeichnet ist. Bereiten Sie dieses entweder vor oder lassen Sie die Teilnehmenden das Modell schnell selbst zeichnen. Stellen Sie die Sitzung vor. Erklären Sie, dass das Ziel darin besteht, den Teilnehmenden zu helfen, eine Zukunftsvision zu entwickeln und konkrete Maßnahmen zu definieren, um diese Vision zu erreichen. Zu zweit interviewen sich

die Teilnehmenden dann gegenseitig: Person A interviewt Person B. Wenn alle Schritte abgearbeitet wurden, werden die Rollen getauscht.

2. Nachdem Sie die Aktivität erläutert haben, weisen Sie die Teilnehmenden-Paare den Breakout-Räumen zu:

Bitten Sie alle Teilnehmenden, die Augen zu schließen und sich ihr Leben in einem Jahr (oder einem beliebigen anderen Zeithorizont) vorzustellen. Bitten Sie sie, diese Zukunftsvision zu erkunden. Leiten Sie sie mit Fragen ein wie:

- *Mit wem sind Sie zusammen? Wer ist um Sie herum?*
- *Was haben Sie erreicht, worauf Sie stolz sind?*
- *Woran arbeiten Sie?*
- *Wie verbringen Sie Ihren Tag?*
- *Wie verbringen Sie Ihre Freizeit? - usw.*

Passen Sie diese Fragen an die Gruppe, mit der Sie arbeiten, und deren besonderen Kontext an. Nach der Visualisierung zeichnen alle Teilnehmenden ihre Vision zu Punkt 1 auf ihren Flipchart. Durch das Zeichnen machen die Teilnehmenden ihre Vision greifbar, ohne sich zu sehr auf Details zu konzentrieren. Nach dem Zeichnen beginnt Person A, Person B zu interviewen.

3. Die Teilnehmenden kehren zur Hauptvideokonferenz zurück und bekommen den nächsten Schritt erläutert. Ordnen Sie dann die Teilnehmenden wieder den Breakout-Räumen zu:

Person A interviewt Person B. Zuerst bittet Person A Person B, sich die Schlüsselfaktoren vorzustellen, die die zu verwirklichende Vision unterstützt haben. Die Teilnehmenden sollen dabei so zu sprechen, als würden sie zurückblicken und beschreiben, was ihnen geholfen hat, ihre Vision zu verwirklichen. Sie sollen sich in der Zeit von der Vision zurück in die Gegenwart bewegen. Sie könnten z.B. Dinge sagen wie: „Ich habe wirklich gute Hilfe von meiner Mentorin bekommen“, „Ich habe angefangen regelmäßig Sport zu treiben“, „Ich habe einen Buchhalter eingestellt“ oder „Ich stellte mich meiner Angst vor dem Versagen“. Alles, was sich positiv auf das Erreichen der Vision ausgewirkt hat. Person A notiert jeden Schlüsselfaktor auf einem Post-it-Zettel und platziert ihn unter Punkt 2 des Whiteboards von Person B.

4. Die Teilnehmenden kehren zur Hauptvideokonferenz zurück und bekommen den nächsten Schritt erläutert. Ordnen Sie dann die Teilnehmenden den Breakout-Räumen zu:

Als nächstes bittet Person A Person B, drei hinderliche Faktoren zu identifizieren, die das visualisierte Ziel fast zum Scheitern gebracht hätten.

Das sind Faktoren, die sie fast dazu gebracht haben, aufzugeben und ihre Vision nicht zu verwirklichen. Das könnte z.B. sein: „Ich habe verschlafen und bin oft zu spät gekommen“, „Ich habe mich zuerst nicht getraut, meinen Job aufzugeben, um etwas Neues zu beginnen“ oder „Ich hätte der Person, die ich mochte, fast nicht gesagt, dass ich in sie verknallt bin ihm.“ Auch diese Faktoren notiert Person A auf Post-its und bringt sie an Punkt 3 des Modells an.

Person A fragt dann erneut nach den drei hinderlichen Faktoren, verlagert den Fokus jedoch darauf, was Person B getan hat, um sie zu überwinden. Zum Beispiel: „Ich wurde jeden Morgen von einem Freund angerufen und geweckt“, „Ich habe mich fortgebildet und das führte zu meinem neuen Traumjob.“ Person A schreibt diese Lösungen auf Post-its und befestigt sie neben den Dingen, die das Ziel fast zum Scheitern gebracht hätten.



5. Die Teilnehmenden kehren zur Hauptvideokonferenz zurück und bekommen den nächsten Schritt erläutert. Ordnen Sie dann die Teilnehmenden den Breakout-Räumen zu:
Schließlich bittet Person A Person B, an die Schritte zu denken, die er/sie bereits in Richtung seiner Vision unternommen hat. Person B könnte z.B. sagen: „Ich habe mich für diesen Kurs angemeldet“ oder „Ich habe begonnen, diese neue Fertigkeit zu trainieren.“ Die gestrichelte Linie steht für heute. Person A notiert die genannten Schritte auf Post-its und bringt diese bei Punkt 4 des Modells an.
Nach Abschluss des ersten Interviews wechseln Person A und Person B die Rollen und wiederholen den kompletten Vorgang.
6. Die Teilnehmenden kommen zurück zur Hauptvideokonferenz: Der Pfeil jedes Teilnehmenden ist jetzt voller Post-its, die Aufgaben in einem Aktionsplan zur Erreichung der Vision darstellen. Ob der gewählte Zeithorizont nun 3 Monate oder 3 Jahre beträgt - der Pfeil repräsentiert einen realistischen Weg dorthin.
Ermutigen Sie die Teilnehmenden, ihren Pfeil aufzubewahren und ihn sogar irgendwo aufzuhängen, wo sie ihn regelmäßig sehen und sich davon inspirieren lassen können. Beenden Sie die Sitzung mit einem Check-out, bei dem alle Teilnehmenden der Reihe nach den nächsten Schritt nennen, den sie in Richtung ihrer Vision unternehmen werden.

Tipps

- Wenn Sie kein Online-Whiteboard-Tool haben, können Sie Slack oder Google Docs verwenden, um die erstellten Bilder zu teilen und zu kommentieren.
- Wenn Sie nur eine Videokonferenzsoftware verwenden, können die Teilnehmenden ihren Bildschirm teilen, um ihr digitales Bild zu zeigen, oder sie halten ihre Papierzeichnung in die Kamera, damit die Gruppe sie sehen kann.

Quelle

<http://toolbox.hyperisland.com>