

WERA – Wertschätzung, Engagement und Rücksichtnahme ausprobieren

Was ist WERA?

WERA ist eine Sammlung unkomplizierter und gemeinschaftlicher Impulse. Diese stärken das soziale Miteinander in Teams. WERA basiert auf dem CREW Model (Osatuke, et al., 2009). Es setzt auf die Kreativität, Eigenverantwortung und Offenheit aller Teammitglieder. WERA funktioniert vor allem deshalb, weil sich Teams ausprobieren dürfen. Durch die zur Verfügung gestellte Zeit, wird Wertschätzung erlebt. Dabei gibt es wenig feste Vorgaben. Das Team bestimmt, wie WERA umgesetzt wird.

Wie läuft WERA ab?

WERA für den Schnellstart

Schritt 1: Zunächst einigt sich das Team, wie WERA durchgeführt wird: Wie oft und wie lange finden die Termine statt? Wie wird die Moderation gestaltet (Reihum, eine Person, freiwillige Meldung...)?

Schritt 2: Das Team einigt sich, unter welchen Bedingungen ein WERA-Impuls durchgeführt wird: Online? In Präsenz? Nur, wenn alle Teammitglieder dabei sind oder auch, wenn ein paar fehlen?

Schritt 3: Die moderierende Person plant und organisiert den konkreten Termin. Sie überlegt, welcher WERA-Impuls ausprobiert wird und leitet das Team an.

Schritt 4: Im Anschluss sammelt die moderierende Person Feedback zum WERA-Impuls.

Wie nutze ich die Ideenkiste?

Die Ideenkiste beinhaltet WERA-Impulse wie zum Beispiel „Wahrheit oder Lüge?“ und „Teambild“. Eine Vorlage ist enthalten, um eigene Impulse zu ergänzen.

Zu jedem Impuls gibt es eine kurze Einschätzung über den zeitlichen Umfang, wie viel die Teammitglieder von sich selbst preisgeben und für welches Format (online/ in Präsenz) er sich eignet. Diese Einschätzungen können nach dem Ausprobieren selbstverständlich angepasst werden. In jedem Impuls sind die nötige Vorbereitung sowie der Ablauf Schritt für Schritt beschrieben.

Im Nachgang können in einem Feedbackkasten die eigenen Erfahrungen zum WERA-Impuls festgehalten werden. Dort besteht die Möglichkeit nachzuhalten, wie mit den Ergebnissen weitergearbeitet wird.

Literatur:

Osatuke, K., Moore, S. C., Ward, C., Dyrenforth, S. R., & Belton, L. (2009). Civility, respect, engagement in the workforce (CREW) nationwide organization development intervention at Veterans Health Administration. *The journal of applied behavioral science*, 45(3), 384-410.

Das erste Mal WERA im Team

Wunderbar! Sie haben sich für WERA entschieden. Sie können sofort mit einem Impuls aus der Ideenkiste starten oder sich zunächst ein paar Gedanken machen. Sie selbst wissen am besten, was zu Ihnen und Ihrem Team passt. Ein paar Orientierungspunkte haben wir für Sie zusammengestellt.

WERA für Mutige

Schritt 1: Suchen Sie sich einen Impuls aus der Ideenkiste aus. Führen Sie ihn durch.
Schritt 2: Wie ist es gewesen? Wie machen Sie jetzt weiter?

WERA für Zaudernde

Sie haben Interesse daran WERA auszuprobieren – allerdings gibt es ein ABER. Möglicherweise sind Ihre Einwände berechtigt, möglicherweise auch nicht. Nehmen Sie sich mit einem heißen Kaffee einen Moment Zeit für Ihre Zweifel:

- Was (ganz konkret) kann schlimmstenfalls passieren?
- Und: Was kann im besten Fall passieren?
- Wie können Sie sich WERA passend machen?

Besonders wichtig ist an dieser Stelle, sich die Frage zu stellen, was hilfreich sein kann. Was (oder wer) kann Ihnen helfen, einen leichten Einstieg zu finden? Überfliegen Sie einmal die Ideenkiste. Sie finden bestimmt einen WERA-Impuls, der Sie anspricht.

Schauen Sie auch darauf, wie viel die Teammitglieder von sich preisgeben müssen. Für Zaudernde eignen sich für den Start Impulse, die sich mit unverfänglichen Themen befassen (z.B. „Team Quiz“). Und vergessen Sie nicht: WERA stärkt die sozialen Beziehungen in Ihrem Team und soll Spaß machen – auch Ihnen!

WERA für Überlegte

Wenn es Ihr Ziel ist, WERA in ein „Großes Ganzes“ einzubetten, sind Sie hier richtig. Bestimmen Sie vor und nach der Durchführung einer Übung Ihren aktuellen Standort. Die Fragen zur Selbstreflexion unterstützen Sie bei der Ausrichtung Ihrer weiteren Schritte.

Schritt 1: Planen Sie die Umsetzung.

- Mit welchen drei Wörtern würden Ihre Kolleg/innen bzw. Mitarbeitenden die Zusammenarbeit im Team beschreiben?
- Wie kann WERA helfen, das kollegiale Miteinander weiterzuentwickeln?
- Wann trifft sich Ihr Team – und wann genau ist eine gute Gelegenheit für ein erstes WERA-Erlebnis?

Schritt 2: WERA mit Leben füllen. Verschiedene Einstiege sind denkbar.

- Für „experimentierfreudig Überlegte“: Leiten Sie einen WERA-Impuls an. Erklären Sie anschließend den Hintergrund und die Zielrichtung.
- Für „genaue Überlegte“: Tauschen Sie sich mit Ihrem Team über die Intention von WERA aus. Leiten Sie anschließend einen WERA-Impuls an.

Schritt 3: Den Ausblick konkretisieren.

- Wie ist es Ihnen mit WERA ergangen? Was sagt Ihr Team?
- Wie möchten Sie WERA weiter im Team verankern?

Fazit

Egal, für welche Variante Sie sich entscheiden – legen Sie los! Was ist Ihr nächster erster Schritt?

Gemeinsam Neues wagen – ein Gesprächsleitfaden

Starten Sie z.B. mit...

Liebes Team, heute habe ich euch etwas Besonderes mitgebracht. In unseren Teambesprechungen kommt das „ungezwungene Miteinander“ wegen vieler Top's oft zu kurz. Dabei wissen wir alle, wie wichtig es ist, als Team gut im Kontakt zu sein.

Kürzlich habe ich eine tolle Anregung kennenlernen dürfen, die ich mit euch teilen und ausprobieren möchte. Es ist eine Ideenkiste mit kurzen Impulsen, um das soziale Miteinander im Team zu stärken. Sie nennt sich WERA. WERA steht für Wertschätzung, Engagement und Rücksichtnahme ausprobieren.

WERA wirkt vielleicht ungewöhnlich – heute möchte ich einfach einen ersten WERA Impuls mit euch ausprobieren.

Es lohnt sich immer, etwas für das Miteinander zu tun, vor allem, weil ein guter Teamzusammenhalt sehr wichtig für die Zufriedenheit und Gesundheit ist (siehe Literatur).

Lasst euch einfach drauf ein und wir schauen was passiert. Ok? Also, los geht's!

Über den Zusammenhang zwischen sozialen Beziehungen und Gesundheit

Weiterführende Literatur

Stansfeld, S. A., Shipley, M. J., Head, J., Fuhrer, R., & Kivimaki, M. (2013). *Work characteristics and personal social support as determinants of subjective well-being*. PLoS one, 8(11), e81115. Inhaltliche Zusammenfassung: Hohe soziale Unterstützung bei der Arbeit hängt zusammen mit hohem Wohlbefinden.

Brough, P., & Pears, J. (2004). *Evaluating the influence of the type of social support on job satisfaction and work related psychological well-being*. International Journal of Organisational Behaviour, 8(2), 472-485. Inhaltliche Zusammenfassung: Es hat sich gezeigt, dass ein angemessenes Level an sozialer Unterstützung die negativen Konsequenzen von Arbeitsstress reduzieren kann.

Peng, X. (2023). *Advancing Workplace Civility: a systematic review and meta-analysis of definitions, measurements, and associated factors*. Frontiers in psychology, 14, 1277188. Inhaltliche Zusammenfassung: Gegenseitige Rücksichtnahme bei der Arbeit hängt mit wünschenswerten Faktoren wie Bindung an den Arbeitgeber, Arbeitszufriedenheit, mentaler Gesundheit und einer geringeren Kündigungsabsicht zusammen.

Wahrheit oder Lüge

Zeitumfang:

ca. 3 Minuten pro Teammitglied

Wie viel geben die Teammitglieder von sich preis?

wenig



sehr viel

Online

Präsenz

Kurzbeschreibung:

Jedes Teammitglied erzählt zwei Fakten und eine Lüge über sich. Die anderen raten, was stimmt und was nicht.

Material/Vorbereitung:

- Teammitglieder vorab informieren, dass sie sich zwei Wahrheiten und eine Lüge über sich selbst zurechtlegen sollen

Schritt für Schritt:

1. Das erste Teammitglied erzählt zwei Fakten und eine Lüge.
2. Alle anderen raten, welches die Lüge ist.
3. Es geht reihum weiter.
4. Natürlich dürfen die Fakten mit weiteren Erzählungen ausgeschmückt werden.

Feedback:

Wir haben diesen WERA-Impuls ausprobiert am:

Autorin/Autor:

Unfallversicherung
Bund und Bahn

- Wie hat uns dieser Impuls gefallen?

- Was fanden wir gut?

- Was hat uns gefehlt?

- Wie arbeiten wir mit den Ergebnissen weiter?

Teambild

Zeitumfang:

ca. 20 Minuten

Wie viel geben die Teammitglieder von sich preis?

wenig



sehr viel

Online

Präsenz

Kurzbeschreibung:

Das Team gestaltet gemeinsam ein Bild, das darstellt, was alle aneinander am meisten schätzen.

Material/Vorbereitung:

- Digitales Whiteboard/ Pinnwand oder analoges Poster/ Pinnwand
- Bei Durchführung online: Technik ausprobieren, ggf. Bildersammlung einfügen
- Bei Durchführung in Präsenz: Zeitschriften, Sticker, Scheren, Klebstoff

Schritt für Schritt:

1. Eine Person erklärt kurz den Ablauf, insgesamt gibt es aber (ggf. bis auf die Zeit) keine Vorgaben
2. Alle Teammitglieder basteln gleichzeitig an dem Bild
3. Es darf währenddessen besprochen werden, was warum auf das Bild geklebt wird
4. Wenn das Bild fertig ist, wird es von der moderierenden Person nochmal kurz beschrieben und wer möchte, darf sich dazu äußern

Es ist auch möglich eine konkretere Zielstellung vorzugeben, zum Beispiel „Was erhoffe ich mir vom Team in den nächsten Monaten?“.

Wir haben diesen WERA-Impuls ausprobiert am:

Autorin/Autor:

Unfallversicherung
Bund und Bahn

Feedback:

- Wie hat uns dieser Impuls gefallen?
- Was fanden wir gut?
- Was hat uns gefehlt?
- Wie arbeiten wir mit den Ergebnissen weiter?

Zeitumfang:

Wie viel geben die Teammitglieder von sich preis?

wenig

sehr viel

Online

Präsenz

Kurzbeschreibung:

Material/Vorbereitung:

Schritt für Schritt:

Wir haben diesen WERA-Impuls ausprobiert am:

Autorin/Autor:

Feedback:

- Wie hat uns dieser Impuls gefallen?
- Was fanden wir gut?
- Was hat uns gefehlt?
- Wie arbeiten wir mit den Ergebnissen weiter?