

## Starke Teams = Gesunde Teams

### Zielgruppe Leitungs- und Führungskräfte

**Ziel** Aufgrund der massiven Veränderungen in der globalisierten Arbeitswelt befinden sich auch die Arbeitsprozesse selbst im enormen und grundlegenden Wandel. Teamarbeit ist in besonderem Maße davon betroffen: Sei es, dass Stellen unbesetzt bleiben, Teams häufiger nur virtuell zusammenarbeiten, sich die Zusammensetzung von Projektteams schneller ändert, Abhängigkeiten in den Arbeitsprozessen zunehmen oder die Komplexität von Aufgaben gestiegen ist – all dies kann von Vor- oder Nachteil sein für die Teamdynamik und Arbeitsqualität.

In jedem Fall aber ist entscheidend, wie die Teamarbeit von den Mitgliedern *empfunden* wird: als bereichernd, lösungsorientiert und unterstützend oder als belastend, destruktiv und hinderlich. Dieses *persönliche Erleben* eines Mitglieds in seinem Team ist ein wesentlicher Faktor für dessen Motivation und Leistungsniveau sowie Stress-Resilienz und Gesundheit.



### Inhalt

Das Thema kann in verschiedenen Settings bearbeitet werden, z. B. als

- ✓ Teamtag zur Unterstützung der Teamprozesse / -entwicklung
- ✓ Teamtag zur Gesundheitsprävention
- ✓ Schulungsseminar zu Team-Resilienz
- ✓ Stärkung des Teamzusammenhalts mit dem Team Management System
- ✓ Im Einzelcoaching mit der Leitungs- / Führungskraft: Teamanalyse und Entwicklung von teambezogenen Lösungsoptionen
- ✓ Spezifischer Bedarf

Jede konstruktiv angesetzte Maßnahme kann eine hilfreiche Intervention darstellen, um ein Team zu stärken und Zusammenhalt anzuregen. Dies ist letztlich Gesundheitsförderung im Unternehmen, denn: Gute Teamarbeit ist Stress-Prävention!

**Umfang:** je nach inhaltlicher Bearbeitung

**Durchführung:** Dr. Andrea Oppermann