

Frustration überwinden

Raus in die Natur, statt Kopf in den Sand!



Gemeinsame Erfolge sind der beste Teambuilder. Doch was, wenn lange Durststrecken zu überwinden sind, es im Team knirscht oder eine tiefgreifende Veränderung gemeistert werden will? Wer täglich die Teambuilding-Dynamiken unserer Menschennatur nutzt, kommt schneller, leichter und günstiger ans Ziel.

Durch Ärger stöbern wir neue Erfolge auf

Wer sich ärgert, der offenbart enttäuschte Erwartungen. Wiederholter Ärger führt zu Frustration. Und Frustration von Einzelpersonen oder gar dem ganzen Team, ist so ziemlich das Schlimmste was einer Teamleitung passieren kann.

Zu Anfang ist dies durchaus mühsam und aufwendig. Doch du wirst mit jeder Beseitigung eines Ärgernisses

und der damit automatisch einhergehenden Erfolge eine neue Kultur des Probleme-Lösens in deinem Team entwickeln.

Team-Building-Booster Natur

So gut wie alle unsere Vorfahren sind während sechs Millionen Jahren jagend, fischend und sammelnd in Gruppen von 10 bis 50 Personen umhergezogen. In einer gnadenlosen Umgebung als Schicksalsgemeinschaft

auf Gedeih und Verderb aufeinander angewiesen. Das ist in unserer Erbinformation fest gespeichert.

Identisch ist die Situation für heutige Teams: wirtschaftliche Erfolge lassen sich dauerhaft nur mit höchster Qualität, Zuverlässigkeit, Cleverness, einer ganzen Menge Abenteuergeist und purem Hands-on erzielen. Wir sind in Unternehmen und Teams in der rauen Umgebung freier Märkte vollständig aufeinander angewiesen, denn richtig gute Leute, die nicht nur fachlich top und aus sich selbst heraus motiviert sind, sondern auch noch das Team bereichern, sind rar.

Deshalb funktioniert Natur bei Teams als zusammenschweißende Kulisse perfekt. Die Natur kitzelt in uns völlig unbewusste Teambuilding-Prozesse wach. Sind wir gemeinsam draußen unterwegs, verstärken sich die Effekte der Zugehörigkeit oder Ablehnung zum Team oder zu einzelnen Personen. Die optimale Basis, um wirkungsvolle Schritte zu hochwertigerem Miteinander zu setzen, Schwachpunkte der Zusammenarbeit und der Informationsflüsse zu identifizieren und Erfolgsbremsen zu lösen.

Mit dem Team an die frische Luft

Konzentriert euch dabei auf das Wesentliche. Mache mit deinem Team regelmäßig betont kleine, sehr leichte Wanderungen in der Nähe eures Unternehmens. Verbiete etwa mehrminütige Gehphasen lang das Sprechen über die Arbeit oder das Unternehmen. Verbiete in Phasen oder während des gesamten Marsches destruktive Äußerungen. Dann besprich abrupt Ärgernisse und finde unnachgiebig gemeinsam Lösungen. So führst du deine Mitstreiter gedanklich und emotional vollständig aus Arbeitsthemen heraus, um anschließend ihre gesamte Kapazität für Arbeitsthemen zu bekommen.

Definiert gemeinsam Verantwortlichkeiten, Zeitpläne und findet die Ressourcen für die Umsetzung. Nehmt abschließend eine kleine gemeinsame Mahlzeit ein, denn das verbindet zusätzlich und lässt das Teambuilding entspannt ausklingen. Ihr braucht nicht zwingend hochtrabende Events oder spektakuläre Abenteuerkonserven der Eventindustrie. Je mehr du deinen Inhalten, Zeit miteinander und füreinander Raum gibst, desto wirkungsvoller werden deine Maßnahmen sein. Nichts gegen spaßige Highlights. Sie haben ihre Berechtigung,

Frustration vorbeugen

- ▶ Gehe jedem Ärger und jeder missmutigen Äußerung auf den Grund.
- ▶ Führe Gespräche unter vier Augen. Regelmäßig. Und vor allem häufig.
- ▶ Frage dein Team, wie es den Ärger beseitigen will.
- ▶ Definiere zusammen mit deinem Team eindeutige Verantwortlichkeiten und Zeitpunkte.
- ▶ Gebe dafür erforderliche Ressourcen frei.
- ▶ Hilf deinem Team mit Rat und Tat.
- ▶ Lasse erst locker, wenn das Ärgernis dauerhaft behoben ist und nicht mehr auftritt.

wenn sie gezielt eingesetzt werden, um den Gesamtprozess zu stützen. Als tragende Pfeiler der Teamentwicklung eignen sie sich jedoch nicht und haben zudem einen geringen wirtschaftlichen Wirkungsgrad.

Geht einen gemeinsamen Weg: Draußen in der Natur. So wie jeden einzelnen Tag im Business. ■

Autor: Jörg Romstötter



Jörg Romstötter macht die Wirkung der Natur für Beruf und Leben nutzbar. Der Ingenieur, Betriebsökonom und zertifizierte Coach gründete und führte für eine große Agrarorganisation ein Unternehmen mit über 300 Mitarbeitern. In ungezählten Tagen draußen und auf über 50 Reisen

in den großen Naturräumen der Erde erschloss er sich den umfassenden Nutzen der Natur. Heute hält er als Autor Vorträge, coacht und unternimmt mit seinen Kunden Reisen in besondere Naturräume wie Wüste, Tundra und Taiga, die ihnen helfen, sich selbst zu erkunden.

www.joerg-romstoetter.com