

Trainerbildung – Workshops: Teambuilding

Teamspirit entsteht durch harte Arbeit. An deren Anfang steht der Gedanke des Teambuildings. Diese Tipps helfen, gut ins Abenteuer Teambuilding zu starten.

Ein Team, das neu zusammenkommt, wird folgende Phasen nach Tuckmann (1965) durchlaufen:



1. **Forming:** Es herrscht eine hohe Unsicherheit über Ziele, Aufgaben und die übrigen Teammitglieder. Es findet ein langsames Abtasten statt, jeder versucht seine Rolle im Team zu definieren. Um das Team in dieser Phase zu unterstützen, können ein Team-Name oder ein Logo helfen, ein Wir-Gefühl zu schaffen.
2. **Storming:** Diese Phase wird von Konflikten und Rivalitäten geprägt. Auch enttäuschte Erwartungen spielen häufig eine Rolle. Auch wird eventuell ersichtlich, dass das gesteckte Ziel nicht sehr leicht zu erreichen ist. Bleiben Teams hier stecken, so geben sie häufig auf oder lösen sich auf. Bleiben Teams nicht stecken, so bildet diese Phase die Basis für eine erfolgreiche weitere Zusammenarbeit.
3. **Norming:** In dieser Phase wird sich langsam auf ein gemeinsames Ziel geeinigt, Rollen festgelegt und die Verantwortlichkeiten geklärt. Auch bildet sich hier ein Wir-Gefühl.
4. **Performing:** In dieser Phase ist das Team nun fähig, Leistung zu erbringen und effizient an der Zielerreichung zu arbeiten. Alle Energie wird nun in die Arbeit gesteckt. Differenzen und individuelle Schwächen werden akzeptiert und können durch das Wir-Gefühl aufgefangen werden.

Das Wir-Gefühl und die Rollenverteilung ist im Teambuilding von entscheidender Bedeutung. Etliche Firmen bieten so genannte Outdoor-Massnahmen an, die angeblich der Teamentwicklung dienen.

Der entscheidende Faktor ist aber nicht, was gemacht wird, sondern welche Erkenntnisse für das zukünftige Zusammenarbeiten daraus entstehen und wie sie im Arbeitsalltag umgesetzt werden.

→ Übung: [Der Teambalken](#)

Quelle: [Rachow, A. \(2004\). Spielbar II – 66 Trainer präsentieren 88 neue Top-Spiele aus ihrer Seminarpraxis \(2. Aufl.\). Bonn: managerSeminare Verlags GmbH.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO