

**Matthias Stolla**  
Trainer und Dozent



www.greatgrowingup.com

**menschentwickeln**

## Checkliste

## Emotion als Gamechanger

### *Reflexionsfragen*

*Wann hast du zuletzt gespürt, dass jemand in deinem Team innerlich abwesend war?*

---

---

*Was könntest du morgen tun, um diese Person wieder einzubinden?*

---

---

*Welche Situation aus den letzten Wochen hätte ein offenes Gespräch gebraucht?*

---

---

### *Mini-Übungen für dein Team*

*Formuliere zwei Sätze, die eine Verbindung herstellen, wenn ein Azubi wortlos am Handy sitzt.*

---

---

*Notiere dir einen Punkt, den du in den nächsten 7 Tagen in deinem Team ansprechen möchtest.*

---

---

*Überlege, welches Ritual euch helfen könnte, Konflikte frühzeitig anzusprechen.*

---

---

## *Sofort umsetzbare Tipps*

*Feedbackrunde 1x pro Woche einführen (Was lief gut? Was wünschen wir uns?).*

---

---

*Kurze Stimmungsabfrage morgens: Skala von 1–10.*

---

---

*Fehlerkultur stärken: Größter Fehler der Woche = Kaffee ausgeben.*

---

---

*Wertschätzung sichtbar machen: Mindestens 1 Danke pro Tag aussprechen.*

---

---

***\*\*Tipp:\*\*** Drucke dieses Handout aus und nutze die Linien, um deine Gedanken und Ideen direkt einzutragen. So wird es zum echten Arbeitsblatt!*

**Unternehmen wollen wachsen. Menschen auch.**

© Matthias Stolla, 2025