

Unsere Energiefresser

Welche Energiefresser haben wir?
z.B. toxisches Verhalten, Waste, Multitasking, fehlende Achtsamkeit, Workoholic-Kultur etc.
Wie können wir sie erkennen?

Äußere Anzeichen des Energielevels

Woran erkennen wir unsere Energielevel?
z.B. Verhalten, Fehler, Kommunikation etc.

Unsere Energy Booster
Wie können wir als Team Energie „tanken“?
Wie können wir mehr Spiel für uns nutzen, um mehr Spaß und weniger Stress zu haben?
z.B. Teamrituale, Events etc.

Was tun wir, um Energiefresser zukünftig zu vermeiden?
Was erwarten wir im Team voneinander?
Wie können wir gegenseitig aufeinander Acht geben?
Unsere Spielregeln

Unsere Regeln gegen Energiefresser

Unsere Erste Hilfe

Wie reagieren wir auf Energiefresser, wenn wir sie wahrnehmen?
z.B. ansprechen – wann, wie?
Hilfe/Unterstützung?