



Micro Habits für Besseres Teamwork

Dr. Denniz Dönmez



Hi, ich bin Denniz.

Und spreche heute über
Teamwork,
Kommunikation
und Poker



“

**Wie viel Prozent
der Team-
Performance
basiert auf
Kommunikation?**

”





2 Minuten



Zu zweit



“ Was sind die grössten Herausforderungen bei der Kommunikation? ”

Wie wir denken → welche Resultate wir bekommen



The diagram illustrates a process flow from left to right. On the left is an orange cloud-like shape with several small arrows pointing inward, containing the text 'WERTE UND GLAUBENSSÄTZE'. In the middle is a green speech bubble containing the text 'VERHALTEN'. On the right is a blue 3D rectangular block containing the text 'RESULTATE'. A large, curved arrow at the bottom starts from the base of the blue block and points back towards the orange cloud, indicating a feedback loop.

**WERTE UND
GLAUBENSSÄTZE**

VERHALTEN

RESULTATE

Viele sozialisierten Verhalten erschweren echtes Teamwork schwer.

**Cleverer sein, vorausschauender,
strategischer, vorbereiteter.
Genug Munition für Argumente mitbringen.**



✨ Micro Habits



Puzzle vs.
Poker



7 Verhaltensbereiche ♠

1. Mitgefühl und Neugierde zeigen

Ich frage weil...

2. Transparenz und Klarheit schaffen

Mit "wir" meine ich...

3. Psycholog. Sicherheit fördern

Ich brauche hier deine Hilfe.

4. Bedürfnisse vor Lösungen klären

Welches Problem lösen wir?

5. Gutherzig ehrlich sein

Ich sage das, weil du mir wichtig bist

6. Annahmen testen

Meine Annahme ist...

7. Verantwortung übernehmen

Was ich machen werde ist...



The Jungle Book

Es war einmal...



1_

Mitgefühl und Neugierde zeigen

Micro Habits

- Begründung und Kontext liefern
- Echte Fragen fragen
- Andere einladen, die eigenen blinden Flecken aufzuzeigen



The Jungle Book

“Wir müssen ihm helfen” sagten die Geier.

2_ Klarheit und Transparenz schaffen

Micro Habits

- Relevante Infos teilen
- Wichtige Begriffe definieren (z.B. “wir”, “done”, usw.)
- Namen nennen und nicht-anonymes Feedback ermutigen





The Jungle Book

Auftritt: Sheer Khan

3_

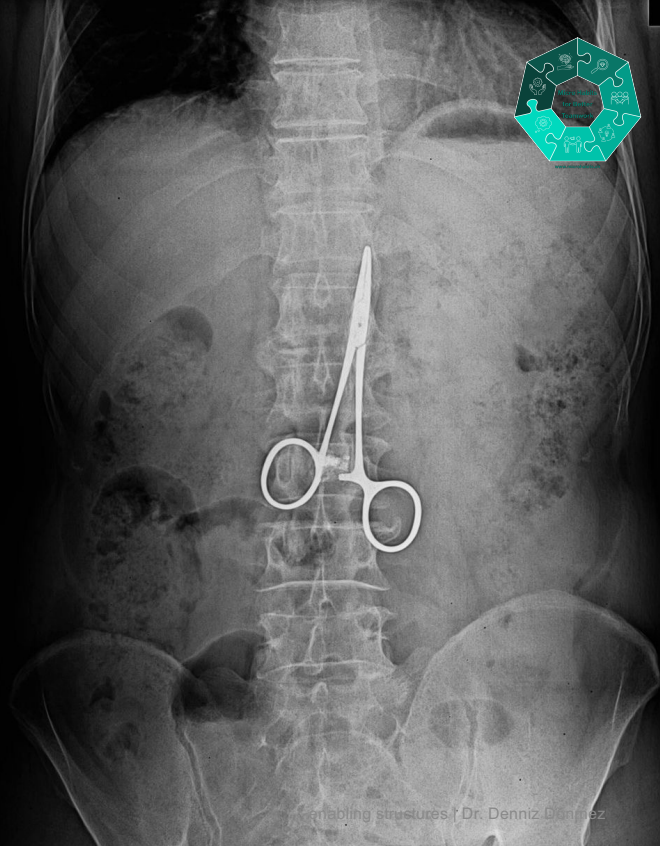
Psychologische Sicherheit fördern

Micro Habits

- Fehlerkultur vorleben
- Nach Hilfe fragen
- Unsicherheiten teilen und mehr Fragen fragen als Antworten haben



**Fehlende
psychologische
Sicherheit** führt
zu einer Kultur der
Angst und kann
Risiken für die
gesamte
Organisation
bringen.



3_

Psychologische Sicherheit fördern



Micro Habits

- Fehlerkultur vorleben
- Nach Hilfe fragen
- Unsicherheiten teilen und mehr Fragen fragen als Antworten haben

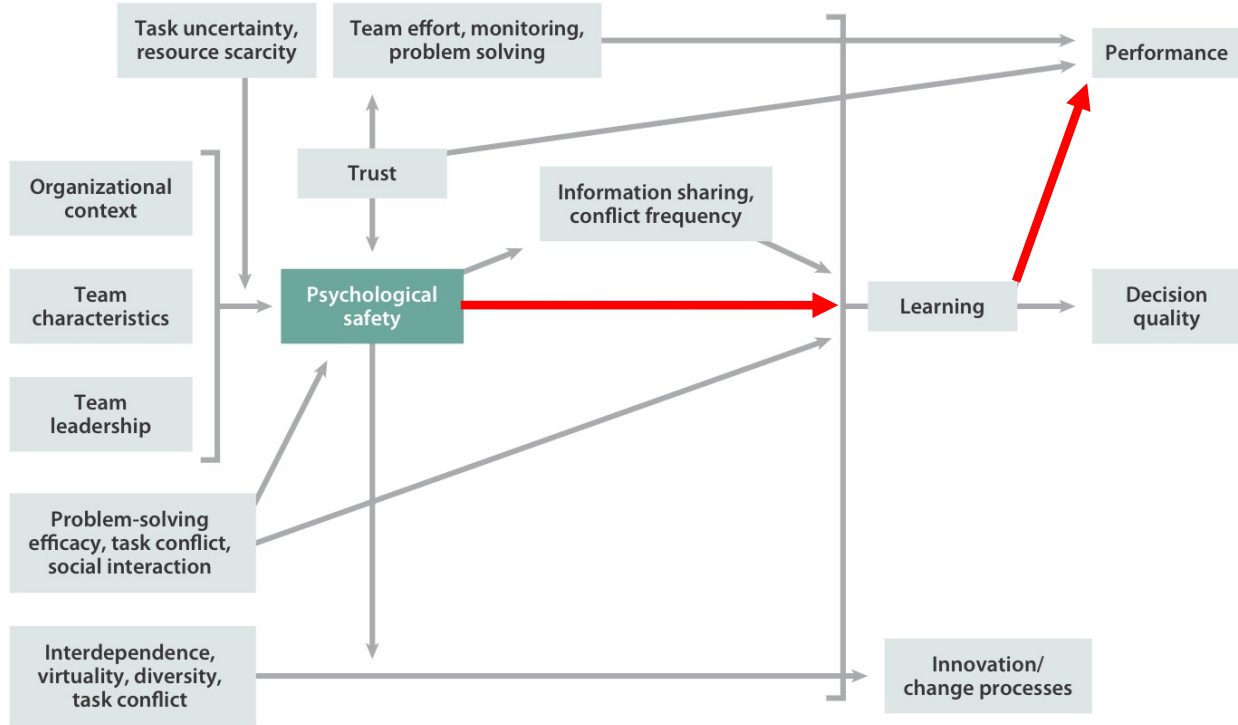
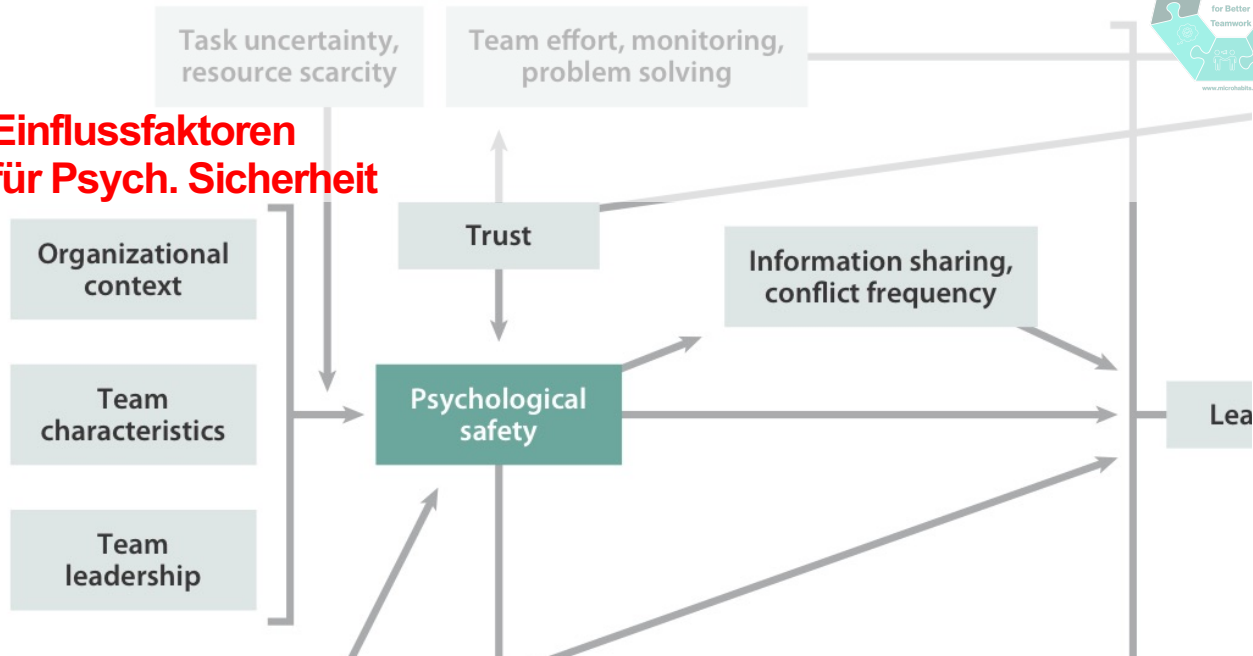


Figure 3

Relationships examined in group-level research on psychological safety.



Einflussfaktoren für Psych. Sicherheit



Vertrauen schafft psychologische Sicherheit



1. Mit gutem Beispiel im Umgang mit Fehlern vorangehen
2. “Clear is kind, unclear is unkind” - Brené Brown
3. Echte Fragen stellen („...Du Idiot?“)
4. Über eigene Unsicherheiten sprechen
5. Nach Feedback fragen ist wichtiger als Feedback geben
6. Sich ehrlich entschuldigen
7. Um Hilfe bitten





The Jungle Book

„For every complex problem there is an answer that is clear, simple, and wrong.“

– H. L. Mencken



4_

Bedürfnisse vor Lösungen klären

Micro Habits

- Gemeinsame Lösungsräume schaffen
- Frage: "Welches Problem gilt es zu lösen?"
- Bedürfnisse hinter den Lösungsvorschlägen verstehen





The Jungle Book

Gutes Feedback ist selten.

A large, dark-colored snake with a yellow eye is on the left, looking towards a young boy with curly hair on the right. The boy is looking up at the snake. The background is a blurred jungle scene.

5_

Gutherzig ehrlich sein



Micro Habits

- Persönlich kümmern
- Fokus auf die Sache, nicht die Person
- Emotionen ansprechen
- Öffentlich loben, unter 4 Augen kritisieren

5_ Feedback

Micro Habits

- Persönlich kümmern
- Fokus auf die Sache, nicht die Person
- Emotionen ansprechen
- Öffentlich loben, unter 4 Augen kritisieren

Feedback-Arten





The Jungle Book

Von der Kunst, Feuer zu machen...

6_ Annahmen testen



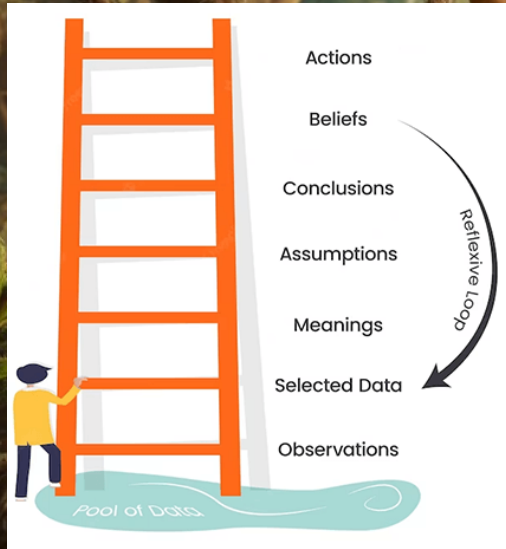
Micro Habits

- Fakten von Interpretation trennen
- Annahmen explizit machen
- Glaube nicht alles, was du denkst!



6_

Annahmen testen



Micro Habits

- Fakten von Interpretation trennen
- Annahmen explizit machen
- Glaube nicht alles, was du denkst!

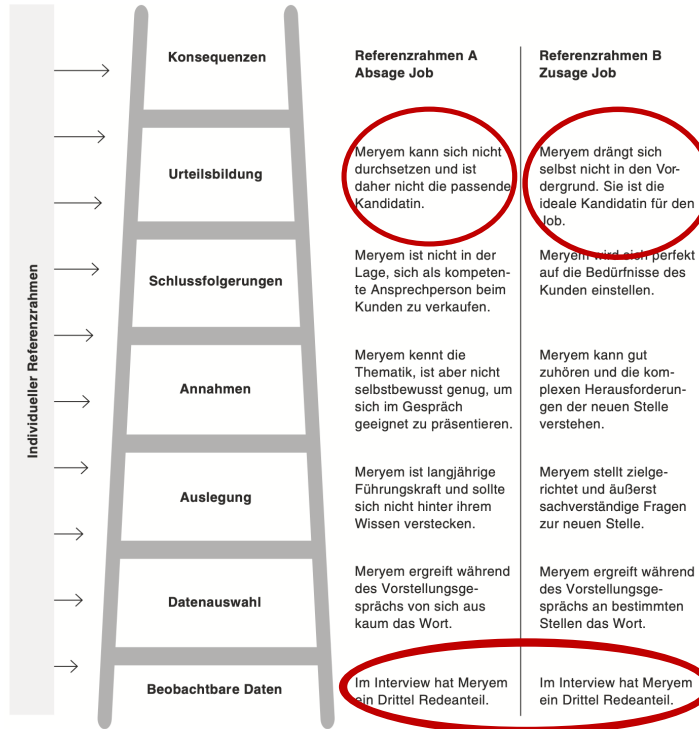


Abb. 3.6 Leiter der Inferenz (nach Senge/Kleiner/Roberts/Boss/Smith)



Micro Habits

- Fakten von Interpretation trennen
- Annahmen explizit machen
- Glaube nicht alles, was du denkst!



The Jungle Book

Ehrlich in den Spiegel schauen...

7_

Verantwortung übernehmen



Micro Habits

- **Bemerken, wenn ich Ausreden finde, oder Rechtfertige**
- **Das Delta zwischen Haben und Wollen identifizieren**

7_

Verantwortung übernehmen



Micro Habits

- Bemerken, wenn ich Ausreden finde, oder Rechtfertige
- Das Delta zwischen Haben und Wollen identifizieren

VERPFLICHTUNG

AUFGEBEN

SCHÄMEN

RECHTFERTIGEN

BESCHULDIGEN

LEUGNEN

Puzzle statt Poker ♠



1. Mitgefühl und Neugierde zeigen

Ich frage weil...

2. Transparenz und Klarheit schaffen

Mit "wir" meine ich...

3. Psycholog. Sicherheit fördern

Ich brauche hier deine Hilfe.

4. Bedürfnisse vor Lösungen klären

Welches Problem lösen wir?

5. Gutherzig ehrlich sein

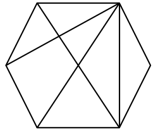
Ich sage das, weil du mir wichtig bist

6. Annahmen testen

Meine Annahme ist...

7. Verantwortung übernehmen

Was ich machen werde ist...



www.microhabits.ch

**Fachbegriffe
und Jargon
vermeiden**

**Weniger
Missverständnisse**

**Aktiv
zuhören**

**Puzzleteile
benennen**

**Verbindlichkeit
und
Verantwortung**



4 Minuten



Zu zweit/dritt



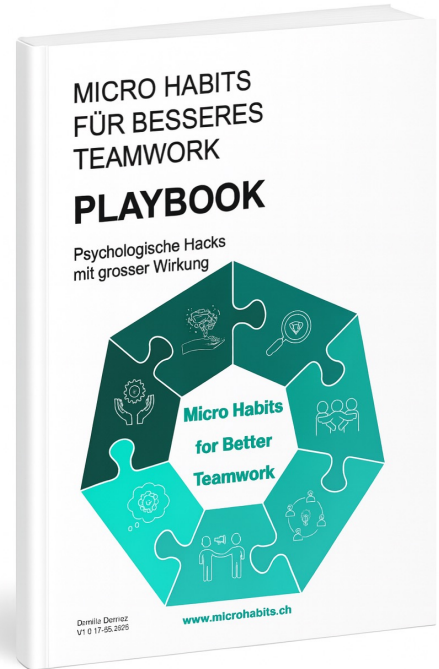
“ Wie könnten Micro Habits bei deiner Herausforderung¹ helfen? ”

¹ Die du heute zum
Einstieg diskutiert hast.

Micro Habits im Arbeitsalltag verankern



**Sessions über einen Zeitraum von einigen Wochen ermöglicht ein Verändern der Sprache.
Mehr Puzzle. Weniger Poker.**

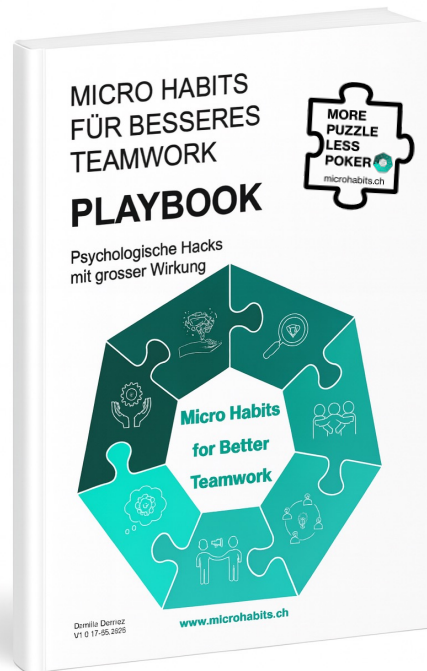


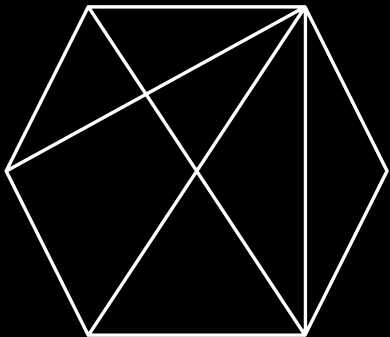
*Mehr Micro Habits gibt's
im Buch und in unseren
Workshops!*

✨ **Danke
und bis
bald!**



Überall
wo es
Bücher
gibt!





Kontakt

enabling structures GmbH

Dr. Denniz Dönmez

+41 79 572 2042

denniz@microhabits.ch

<https://enablingstructures.com>

