

Die Team-Checkliste 1.0

für Gesundheit und Präsenz



- Die Checkliste für den Vorher-Nachher-Vergleich -

- Wir gehen respektvoll miteinander um und achten auf einen wertschätzenden Ton.
- Wir hören einander aktiv zu und lassen uns ausreden.
- Wir zeigen Interesse am Befinden und an den Bedürfnissen der anderen.
- Wir sprechen Anerkennung und Dank offen aus – auch für kleine Gesten.
- Wir würdigen nicht nur Ergebnisse, sondern auch Engagement und Bemühungen.
- Wir teilen Erfolge und Fortschritte miteinander und feiern sie gemeinsam.
- Wir sorgen dafür, dass alle Stimmen im Team gehört werden.
- Wir gehen offen und konstruktiv mit Fehlern um und lernen daraus.
- Wir achten auf eine klare und transparente Kommunikation.
- Wir unterstützen uns gegenseitig, auch über Zuständigkeiten hinaus.
- Wir respektieren Grenzen und achten Pausen und Erholungszeiten.
- Wir schaffen Gelegenheiten für persönlichen Austausch – auch jenseits von Fachthemen.
- Wir fördern Humor und Leichtigkeit als Teil unseres Arbeitsalltags.
- Wir reflektieren regelmäßig, wie wertschätzend und gesund unser Miteinander ist.



Dr. Anne Katrin Matyssek
www.do-care.de
www.wertschaetzung-im-betrieb.de

*“Viel Spaß beim
Vorher-Nachher-
Vergleich!”*