



Photo by @verhooder on Unsplash

Check-in

Nutzen	Check-in ist ein Startritual für Meetings. Es geht darum, schnell eine vertrauensvolle und offene Atmosphäre zwischen den Teilnehmenden zu schaffen nach dem Prinzip, ich erzähle etwas von mir und erfahre etwas von anderen.
Vorbereitung	<ul style="list-style-type: none">• Ohne Vorbereitung, spontan durchführbar
Durchführung	<ul style="list-style-type: none">• Jedes Teammitglied beantwortet folgende Fragen:<ol style="list-style-type: none">1. Wie geht es mir?2. Gibt es etwas, was mich bewegt, das die anderen wissen sollten?
Beachten	<ul style="list-style-type: none">• Möglichst kurz und konkret formulieren• Übung und Gewohnheit sorgen dafür, mit der Zeit einen schnelleren Zugang zu den eigenen Gefühlen und Beweggründen zu finden• Bei sich und den eigenen Gefühlen bleiben, nicht abschweifen und andere nicht kritisieren



Lessons Learned

Vor dem Check-in

Worauf will ich besonders achten?

Nach dem Check-in

Was hat gut funktioniert?



Was hat nicht gut funktioniert?



Was nehme ich mit?

Was will ich das nächste Mal anders machen?

**Möchten Sie Check-in als
regelmäßiges Ritual beibehalten?**

Ja

Nein

Wenn „nein“, was müsste am Ritual geändert werden, damit Sie es sinnvoll in Ihrem Team einsetzen können?

