

Business Lunch

14 Rezepte für bedeutungsvolle
Gespräche im Arbeitsalltag

Entwickelt von der
Solutionsurfers® ACADEMY

solutionsurfers®

Gesund, herzhaft und bedeutungsvoll

Editorial

Wenn Jamie Oliver, einer der Shooting-Stars unter den Köchen, sagt: «Jeder kann kochen!» – dann meinen wir: «Jeder kann bedeutungsvolle, zielgerichtete und wertschätzende Gespräche führen.» Darum haben wir hier ein kleines Rezeptbuch zusammengestellt, mit knackigen und eleganten Ideen, wie Sie im Arbeitsalltag, egal ob als Führungskraft, Projektleiter oder Sachbearbeiter, wirkungsvolle Konversationen führen können. Damit sparen Sie nicht nur Zeit. Sie werden so auch Initiator für die Veränderung, die Sie sich schon lange herbeisehnen.

Denn viele wünschen sich etwas mehr Leichtigkeit, Effizienz und Wertschätzung im Arbeitsalltag.

Dazu können wir einen Beitrag leisten, indem wir beginnen, anders miteinander zu reden – denn Kommunikation beeinflusst alles im Unternehmen: Freude, Zielerreichung, Leistung, Motivation und Beziehung.

Gelingt es uns, bedeutungsvolle Gespräche – oder Meaningful Conversations – zu führen, dann haben wir einen ganz direkten Einfluss auf all diese Faktoren, und dies in allen Gesprächen die wir tagein, tagaus führen: auf dem Gang, in Sitzungen, mit Kunden oder Mitarbeitenden.

Mit diesem kleinen Kochbuch möchten wir Sie zum Ausprobieren und Experimentieren einladen. Nehmen Sie sich erst die Rezepte für ein oder zwei Gerichte vor und kochen Sie diese drei bis vier Male in ähnlichen Situationen. Versuchen Sie es dann mit zwei weiteren Gerichten. Lassen Sie sich nicht davon verwirren, dass es zu Beginn vielleicht etwas ungewohnt ist, genau diese Zutaten zusammenzufügen – und seien Sie gespannt auf die Reaktionen Ihrer Gäste.

Herzlich viele Meaningful Conversations wünschen wir!

Für die Solutionsurfers® ACADEMY
Daniel Meier

PS: Und wenn Ihnen dieses Rezeptbuch sehr nützlich erscheint, können Sie es gerne weitergeben oder auf unserer Website kostenfrei downloaden:

www.solutionsurfers.ch/bibliothek



Inhalt

- 3 GESUND, HERZHAFT UND BEDEUTUNGSVOLL**
Editorial
- 7 MIT WERTSCHÄTZENDER KOMMUNIKATION LUSTVOLL VERÄNDERN**
Der Lösungsfokus – das Basisrezept
- 9 VITAMINREICHER MUNTERMACHER FÜR JEDE GELEGENHEIT**
Ein herzhaftes Kompliment ist immer willkommen
- 11 SAUCEN UND GEWÜRZE**
Einfach radikal anders
- 15 QUICKLUNCH**
Kurzgespräche zwischen Tür und Angel
- 17 ROOM 2 BLOOM**
Das fördernde Mitarbeitergespräch
- 21 LEICHT BEKÖMMLICHES MOTIVATIONSDINNER**
Ein Mitarbeiter beschwert sich
- 23 KNACKIGE ZUKUNFTSPERSPEKTIVE SCHAFFEN**
Ressourcenorientiertes Vorstellungsgespräch
- 25 LUNCH FÜR EINEN NEUBEGINN MIT POSITIVER WIRKUNG**
Das Kritikgespräch
- 27 FORTSCHRITT GESCHIEHT OHNEHIN**
Die Wirkung evaluieren
- 29 DAS RUNDE FINISH DES MENÜS**
Ein Gespräch wirkungsvoll abschliessen
- 31 BUSINESS BRUNCH FÜR GRUPPEN**
Sitzungen mit Pepp
- 35 GRUNDREZEPT FÜR ERFOLGREICHE ZUSAMMENARBEIT**
Der Ressourcen-Tratsch
- 37 CHINESE ROUNDTABLE**
Gemeinsam Lösungen erfinden
- 39 GOURMETKOCHEN FÜR SICH SELBST**
Fünf Minuten zur Selbstreflexion



Eugen
Staub



Mit wertschätzender Kommunikation lustvoll verändern

Der Lösungsfokus – das Basisrezept

Zutaten

- 1 ausgeprägter Wille, das «*Warum*» mit einem zielführenden «*Wie*» zu ersetzen
- 1 Überzeugung, dass es wichtiger ist zu wissen, wohin man geht, als von wo man weg will
- 1 gute Portion herzliche Hartnäckigkeit und etwas Geduld
- 7 oder mehr gehäufte Esslöffel Übung in präziser, lösungsfokussierter Fragetechnik
- 1 grosse Portion wertschätzende Neugierde
- 1 fester Glaube an die Ressourcen, die Fähigkeiten und die Erfahrung des Gesprächspartners

Zubereitung

Alle Zutaten mischen, ziehen und aufgehen lassen. So oft wie möglich geniessen.
Regelmässige Auffrischung verstärkt die wohltuende Wirkung.
Mit einer grossen Portion Wertschätzung besonders bekömmlich.



Vitaminreicher Muntermacher für jede Gelegenheit

Ein herzhaftes Kompliment ist immer willkommen

Zeitaufwand: 2 Minuten – Wirkung: oft über Wochen

Zutaten

- Wache Augen und Ohren
- Fokus auf das, was nützlich und hilfreich ist – und/oder bereits gut gelungen ist
- Förderliche verbale und nonverbale Ausdrucksfähigkeit

Zubereitung

Das herzhafte Kompliment ist überall und immer willkommen. Mit etwas Übung und gutem Willen finden sich zahlreiche Einsatzmöglichkeiten: als Reaktion auf eine beobachtete oder erzählte Leistung; als ernst gemeinte Wertschätzung einer Ressource, die das Überstehen einer schwierigen Situation ermöglichte; als situationsunabhängiger Hinweis auf etwas, das Ihnen am anderen gefällt. Besonders schmackhaft ist es, wenn es konkret ist und von Herzen kommt.

Serviervorschläge

- Direkt: «Wow, wie du gerade eben diese heikle Situation gemeistert hast, das hat mich echt beeindruckt!»
- Indirekt: «Was denkst du, wie der Kunde das fand, dass du dir so viel Zeit für ihn genommen hast?»
- Als Anregung zum Selbstkompliment: «Wie hast du es geschafft, bei diesem Stress einen so kühlen Kopf zu bewahren?»

Vorsicht: Das Vergeben eines herzhaften Kompliments nährt sowohl den Gebenden wie auch den Empfangenden.

Versuchen Sie auch ...

Halten Sie Ausschau nach Möglichkeiten für Komplimente in untypischen Situationen, zum Beispiel Rückmeldung an einen verärgerten Mitarbeiter: «*Ich finde es beeindruckend, wie klar du für deine Bedürfnisse einsteht!*»



Saucen und Gewürze

Einfach radikal anders

Diese Zutaten sollten Sie zu jedem Zeitpunkt griffbereit haben:

- Und was noch?
- Was statt dessen?
- Ja, und ...
- Angenommen ...
- Gut genug?

Und was noch?

Dieser Geschmacksverstärker ist ein wahrer Tausendsassa. Er ermöglicht es unseren Gästen, noch weiter, grösser oder präziser zu denken, und kann so wahre Überraschungen zu Tage bringen. «*Und was noch?*» verfeinert herzhaftere wie süsse Gerichte und ist auch zu Fingerfood höchst beliebt. Grosszügig eingesetzt wird der ganz eigene Geschmack jeder Speise hervorgehoben und so besonders genussvoll.

Was statt dessen?

Sollte Ihr Gast dazu neigen, seine Speisen zu versalzen («Ich bin immer so ängstlich...», «Ich möchte nicht mehr...»), können Sie mit einem freudigen «*Wie möchten Sie statt dessen reagieren können?*» den Geschmack wieder auf positive und konkrete Ziele lenken.

→

Ja, und ...

Ihr Gast äussert die Idee, das gemeinsam kreierte Erdbeersoufflé mit Knoblauch zu würzen, und Sie möchten Ihre Bedenken äussern? Ein konsterniertes «Ja, aber...» liegt Ihnen auf der Zunge? Versuchen Sie es mit dem viel sanfteren «Ja, das ist eine mutige Idee, UND ich frage mich, welche Alternativen sonst noch in Frage kommen.» Dieses leichte Sösschen liegt nicht schwer im Magen, da es die Idee des Gastes wertschätzend aufnimmt und gleichzeitig ermöglicht, den Blick zu erweitern.

Angenommen ...

Wenn Sie einen standhaften Realisten als Gast haben, kann es sein, dass er sich schlecht auf traumhafte Zukunftsvisionen einlassen kann und immer mit einem «Aber das geht ja eh nicht ...» im Hier und Jetzt kleben bleibt. Hier hilft eine Prise «Angenommen, es ginge doch: Was würde Ihnen das ermöglichen?», um ihm einen hypothetischen Sprung in die erwünschte Zukunft zu ermöglichen.

Gut genug?

Dieses Gewürz ist hervorragend geeignet, um einer Speise den letzten Schliff zu geben. Sobald Sie den Eindruck haben, beim Gast eine gewisse Sättigung zu spüren, schmecken Sie das Gericht mit einem «Ist es so gut genug?» ab und beenden bei positiver Antwort die Mahlzeit entsprechend zügig. Auf diese Weise laufen Sie nicht Gefahr, den Gast unnötig zu überfüttern.





QuickLunch

Kurzgespräche zwischen Tür und Angel

Zutaten

7 Minuten Zeit

3 gehaltvolle Fragen

1 knackige Wertschätzung

Zubereitung

Wir haben sieben Minuten Zeit – also legen wir los:

- *«Was ist deine kühnste Hoffnung auf die Auswirkungen unseres Gesprächs?»*

Die Frage eine Minute anbraten ...

- *«Wenn diese kühnste Hoffnung jetzt sofort Realität würde: Was würdest du ander(e)s tun? Und was noch?»*

... zwei Minuten umrühren ...

- *«Wie wird das, was du eben erzählt hast, für dich und dein Umfeld einen wirklichen Unterschied machen?»*

... die Frage zwei Minuten mit einem Lächeln ziehen lassen ...

- *«Und was würde dein zwanzig Jahre älteres Ich jetzt zu dir sagen?»*

... und zuversichtlich betrachten, was entsteht.

Mit diesen einfachen Zutaten zaubern Sie eine bedeutungsvolle Konversation in den Raum, die keine Vorbereitungszeit braucht. Dieses Kurzgericht sollte in jedem Bürohaushalt jederzeit zur Verfügung stehen. Und nachdem Sie einige Male diesem Rezept gefolgt sind, werden Sie entdecken, wie Sie mehr und mehr zu experimentieren beginnen und so Ihren ganz eigenen QuickLunch entwickeln.



Room 2 Bloom

Das fördernde Mitarbeitergespräch

Zutaten

100% ausgeprägter Ressourcenblick

1 weisses Blatt Papier

1 Korb voller lösungsfokussierter Fragen

1 Überzeugung, dass Gespräche besser werden, wenn man sie als Dialog führt

1 Überzeugung, dass Entwicklung einfacher und nachhaltiger funktioniert, wenn man auf das schaut, was schon da ist und funktioniert

1 Portion Zielorientierung

1 gute Portion Freude an der Entwicklung des Mitarbeiters

Zubereitung

VORSPEISE

Als Basis nehmen Sie sich etwas Zeit, Ihren Ressourcenblick zu schärfen. Nehmen Sie dann ein weisses Blatt Papier. Auf die rechte Seite schreiben Sie die Aufgaben, Ziele und Prioritäten, die Ihr Mitarbeiter im Rahmen seiner Rolle abdecken sollte. Nun schreiben Sie auf die linke Seite alles auf, was Sie an Ressourcen, Fortschritten und Erfolgen beim Mitarbeiter in der letzten Woche / im letzten Monat / im letzten Quartal bezüglich seiner Aufgaben und Ziele entdeckt haben.

HAUPTGANG

Den Hauptgang bereiten Sie gemeinsam mit Ihrem Mitarbeiter zu. Beginnen Sie mit zwei Prisen näherer Wertschätzung und geben Sie Ihre Überzeugung dazu, dass Gerichte, die im Dialog zubereitet werden, sehr viel nahrhafter und langfristig besser für die Gesundheit sind.



Wählen Sie nun einige ausgewählte lösungsorientierte Fragen, zum Beispiel:

- Womit waren Sie im letzten Monat besonders zufrieden? Und womit noch?
- Welche Fortschritte haben Sie schon erzielt? Und worauf sind Sie gar etwas stolz?
- Verglichen mit Ihrem Ziel, das Sie sich letztes Mal gesetzt haben, wo sind Sie da jetzt schon auf einer Skala von 1 bis 10?

Ergänzen Sie seine Aussagen mit Ihren ressourcenfokussierten Entdeckungen.

Fügen Sie jetzt 1 Portion Zielorientierung hinzu und mischen Sie diese langsam unter:

- Was wäre Ihre beste Hoffnung für die nächsten drei Monate?
- Woran würden Sie erkennen, dass Sie Ihrem Ziel schon einen Schritt näher gekommen sind?
- Welche Ressourcen könnten Sie dafür nutzen?
- Wer/Was könnte Sie dabei unterstützen?

Je mehr Sie zuhören und vertiefende Fragen stellen, desto flüssiger und sämiger wird das Gericht.

Zum Abschluss noch mit einer Prise Wertschätzung und Bestärkung würzen.

Zum Beispiel:

- Es beeindruckt mich, wie klar Sie dieses Ziel vor sich sehen.
- Ich habe schon beobachtet, wie Sie dies in diesem Kontext geschafft haben, und bin zuversichtlich, dass Sie auch im neuen Kontext Fortschritte erzielen werden.

NACHSPEISE

Die Nachspeise kann gern mit etwas Abstand eingenommen werden. Suchen Sie Gelegenheiten, bei denen Sie den Mitarbeiter mit Ihrem geschärften Ressourcenblick beobachten können: *«Ich bin beeindruckt vom Fortschritt, den Sie schon in so kurzer Zeit erzielt haben.»*





Leicht bekömmliches Motivationsdinner

Ein Mitarbeiter beschwert sich

Auch wenn es scheint, dass Konflikte eine sehr schwer und hart zu verdauende Kost sind, eignen sie sich richtig gewürzt und mit der nötigen Portion Gelassenheit als schmackhafte und gesunde Hauptgerichte.

Mise en place

Ein Mitarbeiter beschwert sich bei Ihnen über eine Kollegin oder einen Kollegen.

Zutaten und Zubereitung

Dank und Verständnis: *«Danke für die Schilderung. Die Situation scheint ja wirklich nicht einfach zu sein für Sie. Ich staune, wie Sie das überhaupt noch aushalten.»*

Eine Prise konkrete Hoffnung: *«Was ist früher anders gelaufen, als die Zusammenarbeit besser geklappt hat? Und was noch? Und was haben Sie dazu beigetragen?»*

Erfrischende Perspektiven (aus dem Kräutergarten): *«Was wäre für Sie ein erster kleiner Schritt in Richtung Lösung? Was würde allenfalls Ihre Kollegin auf diese Frage antworten?»*

Ein Bund Zuversicht (fein geschnitten) in die Machbarkeit: *«Was oder wer könnte Sie unterstützen? Wie kann ich Sie dabei unterstützen?»*

Etwas Nachhaltigkeit im Abgang: *«Danke für Ihr Vertrauen. Achten Sie doch in den nächsten Tagen auf kleinste Zeichen von Verbesserung. Und in einer Woche treffen wir uns wieder, um uns über diese kleinen Fortschritte auszutauschen.»*

Dieses Rezept ist durchaus auch für Konfliktallergiker gut verträglich und stärkt die Motivationsvitamine Zufriedenheit und Kooperationsfähigkeit.



Knackige Zukunftsperspektive schaffen

Ressourcenorientiertes Vorstellungsgespräch

Um ein bekömmliches Job-Interview zu bereiten, benötigen Sie interessierte Bewerberinnen bzw. Bewerber und eine freie Stelle, die es zu besetzen gilt. Die Gespräche werden direkt am Tisch zubereitet und orientieren sich an den beim Gast vorhandenen Zutaten. Ein gewissenhaftes Mise en Place zur Vorbereitung ist selbstverständlich.

BELIEBTE UND NÜTZLICHE HAUPTFRAGEN SIND:

- Welche drei Erfolgsgeschichten aus den letzten Monaten können Sie mir erzählen?
- Worauf sind Sie bezüglich Ihrer bisherigen Arbeit stolz? Wem ausser Ihnen ist diese Leistung aufgefallen?
- Angenommen, Sie könnten Ihre Fähigkeiten hier im Unternehmen voll entfalten: Welche Unterschiede werden Sie hier dann machen?
- Ihre bisherigen Kollegen oder Ihre frühere Chefin: Welche drei Verhaltensweisen haben diese Personen an Ihnen besonders geschätzt?

WILLKOMMENE BEIFRAGEN SIND:

- Was ist Ihre kühnste Hoffnung an diese Stelle? Und was noch?
- Skalierungsfragen: Zum Beispiel die Skala «Zuversicht, dass Sie der/die Richtige für die Stelle sind».
- Unterschiede: Woran würden Ihre Freunde bemerken, dass Sie in unserer Firma arbeiten?
- Nehmen wir an, die ersten drei Monate unserer Zusammenarbeit sind unglaublich erfolgreich ausgefallen: Wie werden wir das geschafft haben? Woran merken dies unsere Kunden? Was war Ihr wichtigster Beitrag dazu?

Dieses Gericht kann sich als genussvoll und nützlich für alle Beteiligten erweisen und schafft eine solide Grundlage für eine weitere gute gemeinsame Küche!

Achtung: Die kleinen, feinen Beifragen könnten Ihrer bisherigen Lieblingsfrage die Show stehlen.



Lunch für einen Neubeginn mit positiver Wirkung

Das Kritikgespräch

Ab und zu kann es vorkommen, dass Sie unzufrieden mit einer konkreten Verhaltensweise eines Ihrer Gäste sind. Dieser Hauptgang, der schon einiges an Fingerspitzengefühl und Erfahrung braucht, hilft, aus der Unzufriedenheit einen Neubeginn für konstruktive Zusammenarbeit zu gestalten.

Zubereitung Schritt für Schritt

(Bitte der jeweiligen Situation anpassen und allenfalls mit persönlichen Zutaten wie Klarheitsgewürzen und Wertschätzungsbouillon ergänzen.)

«Danke, dass Sie sich für dieses Gespräch Zeit genommen haben. Sie sind als zuverlässiger und kollegialer Mitarbeiter bekannt. Nun ist, wie ich gehört/gesehen habe, gestern Folgendes passiert: (Beschreibung der Situation).

Ich möchte mit Ihnen Möglichkeiten finden, wie wir dies in Zukunft zuverlässig anders machen können.»

«Welche Ideen haben Sie bereits jetzt, wie Sie in Zukunft in solchen Situationen reagieren können? Und welche noch?»

«Auf einer Skala von 1 bis 10: Wie zuversichtlich sind Sie, dass dies funktionieren wird? Welche fünf Punkte machen Sie so zuversichtlich?»

Eventuell als Beilage

«Mag sein, dass dieser Vorschlag funktioniert. Und könnten wir noch andere Möglichkeiten prüfen? Was wäre sonst noch möglich? Und wer oder was kann Sie dabei unterstützen?»

Und zum Schluss abschmecken mit einer guten Portion echter Wertschätzung:
«Ich bin beeindruckt, wie ernst Sie die Sache nehmen, und freue mich auf die weitere Zusammenarbeit!»



Fortschritt geschieht ohnehin

Die Wirkung evaluieren

Zutaten

- 2–3dl frisches Leitungswasser
- 150g Vertrauen darauf, dass alles schon da ist
- 150g Zuversicht in die eigene Lösungsfähigkeit des Gastes
- 6–8 erfrischende, lösungsorientierte Fragen
- 4–5 reife, ernst gemeinte Wertschätzungen

Zubereitung

Als Vorbereitung vermischen Sie Ihr Vertrauen und Ihre Zuversicht zu einer cremigen, bekömmlichen und gleichzeitig aufmerksamen Grundhaltung. Stellen Sie ausserdem ein Glas Wasser bereit und begrüßen Sie Ihren Gast mit einem freundlichen Lächeln.

Fügen Sie als erste Zutat die Frage *«Was ist seit dem letzten Gespräch bezüglich diesem Projekt / Ihrer Zielsetzung besser geworden?»* hinzu und lassen Sie diese Frage geduldig etwas ziehen. Dann massvoll einige *«Was noch...?»* zum Abschmecken hinzugeben und vorsichtig umrühren.

Verfeinern lässt sich dieses Gericht mit einem begeisterten *«Wow!»* – und vielleicht mit einer Prise *«Wie haben Sie das geschafft? Was war Ihr Beitrag dazu?»* Dekorieren Sie das Ganze mit präziser, gut platzierter Wertschätzung.

Vielleicht gegen Schluss ein *«Was, denken Sie, waren die fünf entscheidenden Erfolgsfaktoren?»* sorgfältig hinzufügen, ergänzt mit *«Was würden andere (Teammitglieder/Kunden) auf diese Frage antworten?»*

Als Geschmacksverstärker empfehlen wir, ab und zu ein *«Und wie hat sich das ausgewirkt?»* beizugeben.



Das runde Finish Ihres Menüs

Ein Gespräch wirkungsvoll abschliessen

Zutaten

- Ein auffälliger Blick auf die Uhr
- Eine Portion Überblick über die Ziele/Hoffnungen und den bisherigen Verlauf
- Ein Schuss «*Gut genug?*»
- Eine Handvoll wohlwollend-neugierige Fragen
- Ein Bund ernst gemeinte Wertschätzung (immer reichlich auf Lager haben!)

Zubereitung

Sie sehen, dass die Zeit für das Gespräch langsam zu Ende geht. Riskieren Sie einen direkten Blick auf die Uhr und weisen Sie auf die verbleibende Zeit hin: «*Wir stehen jetzt ungefähr zehn Minuten vor dem Ende des Gespräches.*»

Prüfen Sie mit Ihrem Gast, ob das Menü den eingangs genannten Hoffnungen entsprach oder was noch fehlt, damit er anschliessend satt, zufrieden und lustvoll in den Rest des Tages starten kann: «*Was müsste in dieser Zeit noch passieren, damit wir das Gespräch für Sie nützlich abschliessen können?*»

Was immer Ihr Gast nun sagt – folgen Sie seinen Ideen und Wünschen, damit Sie gemeinsam das Menü rund und harmonisch beenden können.

Zögern Sie nicht, das Essen mit einem Schuss «*Ist es so gut genug?*» abzuschliessen, um sicherzugehen, dass Ihr Gast alles bekommen hat, was im Moment und während dieses Gespräches möglich war.

Bereiten Sie Ihren Gast darauf vor, dass sich auch bei grösster Zuversicht zu einem späteren Zeitpunkt wieder Hungergefühle einstellen können oder nicht alles so reibungslos verläuft wie geplant. Fragen Sie ihn, wie er wohl am besten damit umgehen könnte.

Servieren Sie je nach Wunsch noch einen wertschätzenden Digestiv, ein stärkendes Dessert oder einen aufbauenden Kaffee, um das Menü abzurunden.



Business Brunch für Gruppen

Sitzungen mit Pepp

Zutaten

- 1 grosser freundlicher Raum – gern eine Profiküche – mit allem, was eine Gruppe von Meisterköchen so braucht
- 1 Portion Zielorientierung
- 1 Paket Küchenhelfer (= Flipchart, Papier und Stifte)
- 1 Runde Erfolgsgeschichten
- 1 Bund nützliche Fragen
- Mehrere Prisen Wertschätzung

Zubereitung

MISE EN PLACE

Zunächst schaffen wir den Rahmen für den Business Brunch und nehmen eine Portion Zielorientierung zur Hand: *«Welches sind unsere besten Hoffnungen an das Ergebnis der Sitzung?»* Hier nehmen wir unsere Küchenhelfer (= Flipcharts und Stifte) und sammeln alle Zutaten. Der Chefkoch bespricht gemeinsam mit den anwesenden Meisterköchen, welche Zutaten wie zusammenpassen und wie das Hauptgericht am besten gelingen kann. Manchmal gibt es auch ein oder zwei Zutaten, die wir vorübergehend im Kühlschrank lagern, um dann später darauf zurückzukommen.

VORSPEISE

Als Starter sammelt der Chefkoch alle zum Hauptgericht passenden Erfolgsgeschichten ein, um die unterschiedlichen Ressourcen für den Business Brunch zusammenzustellen: *«Was hat schon funktioniert, das ein klein bisschen in die Richtung unserer besten Hoffnungen zeigt?»* – *«Welche kleinen und grossen Erfolge können wir schon berichten?»* Jede Erfolgsgeschichte wird auf einem silbernen Tablett serviert und darf von allen bestaunt werden. Es dürfen jederzeit Fragen zum Erfolgsrezept gestellt werden.

→

HAUPTGANG

«Wenn wir all diese Erfolgsgeschichten betrachten, auf welche Ressourcen, Fähigkeiten und Kompetenzen können wir aufbauen?» Geben Sie einen Bund «Was noch...?» dazu, und entdecken Sie den grossen Blumenstrauss an Ressourcen, der hier aufblüht.

Lassen Sie sich Zeit zum Geniessen und geben Sie noch einen Spritzer Bewunderung hinzu.

DESSERT

Den Abschluss garnieren wir mit der Frage: «Woran würden wir in der nächsten Zeit merken, dass wir schon einen kleinen Schritt weitergekommen sind?»

Je nach Geschmack können dies kleine oder auch grössere Schritte sein, und alles darf gut gemischt werden.

Diese kleinen Schritte werden dann wieder mit Hilfe der Küchenhelfer gesammelt und jeder Meisterkoch sucht sich mindestens ein bis zwei Schritte aus, die er in der nächsten Zeit selbständig in seiner eigenen Küche bearbeiten möchte, um sie dann als Leckerli in den nächsten Business Brunch mitzunehmen. Auf diese Weise ist schon so manches Geheimrezept entstanden, von dem man vorher noch gar nicht wusste, dass es auf der Karte steht!







Grundrezept für erfolgreiche Zusammenarbeit

Der Ressourcen-Tratsch

Eine wunderbare Art und Weise, wie Sie sich mit Ihren Gästen auf deren Stärken, Fähigkeiten und Ressourcen fokussieren können und wie Energie und Leichtigkeit in die Gruppe fließen werden, ist der Ressourcen-Tratsch.

Bilden Sie Kleingruppen mit drei bis maximal fünf Gästen.

Eine Person der Gruppe meldet sich, um von den anderen «betratscht» zu werden und hört die nächsten 4 bis 5 Minuten nur zu. Die anderen Gäste der Gruppe tratschen nun über die Fähigkeiten und Ressourcen, die sie bei dieser Person beobachtet haben, während diese Person zuhört. Dabei gelten zwei einfache Regeln:

1. Es wird ausschliesslich zusammengetragen, was an der betratschten Person beeindruckend, herausragend und bewundernswert ist – also nur positiv bestärkende Rückmeldungen. Wir tratschen also über Fähigkeiten, Kompetenzen und Ressourcen der Person.
2. Es wird in der 3. Person über die betratschte Person geredet, das heisst, die Person wird nicht direkt angesprochen, sondern sie kann den Ressourcen-Tratsch unkommentiert über sich ergehen lassen und die Worte wie süssen Honig geniessen.

Und manchmal hilft es, wenn sich die Person, über die getratscht wird, mit dem Rücken zum Rest der Gruppe setzt.

Folgende Fragen können hilfreich sein, um möglichst viele Ressourcen zu entdecken:

- Was schätzen Sie an Ihrem Kollegen besonders?
- Über welche Stärken verfügt er aus Ihrer Sicht?
- Was ist Ihrem Kollegen in letzter Zeit besonders gut gelungen?
- Welchen wertvollen Beitrag zum Team leistet er?
- Was waren seine grössten Erfolge?

Für den nächsten Gang einmal gut durchmischen, damit jeder Gast in den Genuss des Betratschtwerdens kommt.



Chinese Roundtable

Gemeinsam Lösungen erfinden

Zutaten für zehn bis zwanzig Gäste

- 1 gemeinsames Thema, das allen Gästen wichtig ist
- 1 bequemer Stuhl pro Gast
- 4 gut temperierte, lösungsorientierte Fragen

Zubereitung für vier Gänge

Als Vorbereitung lassen Sie die Gäste ihre Stühle zu einem Innenkreis und einem Aussenkreis anordnen, so dass jeder Gast genau einem anderen Gast gegenüber sitzt. Rechnen Sie für jeden Gang fünf bis zehn Minuten ein.

Erster Gang: Jeder Gast hat nun einen Gast gegenüber, den er freundlich begrüsst. *«Die erste Frage braucht jetzt vielleicht etwas Phantasie. Okay? Also: Stellen Sie sich vor, dass das Thema, über das wir hier gesprochen haben, gelöst ist. Einfach so. Woran würde Ihr Chef dies bemerken?»*

Zweiter Gang: Der innere Kreis rückt ein bis zwei Stühle im Uhrzeigersinn weiter. *«Woran würden Ihre Kunden bemerken, dass dieses ‹Wunder› passiert ist?»*

Dritter Gang: Der äussere Kreis rückt zwei bis drei Stühle im Gegenuhrzeigersinn weiter. *«Was wäre denn in dieser Sache ein erstes kleines Zeichen von Fortschritt? Und was noch?»*

Vierter Gang: Der innere Kreis rückt genau so weit, dass sich dieselben Personen wie am Anfang treffen. *«Was könnte Ihr Beitrag sein, um diese Fragestellung zu lösen?»*

KLEINER GRUSS AUS DER KÜCHE

Lassen Sie Ihre Gäste wieder in die gewohnten Sitzstrukturen / ins Plenum zurückwechseln und fragen Sie nach bemerkenswerten Entdeckungen, neuen Ideen und Überraschungen.



Gourmetkochen für sich selbst

Fünf Minuten zur Selbstreflexion

Werden auch Sie zum Spitzenkoch – eine Kochanleitung in vier Schritten.

Zutaten

1 klares Kochziel

1 Massbecher (idealerweise mit Massangaben von 1 bis 10)

1 Liter des persönlichen Lieblingsgetränkes

3–4 Teelöffel Crushed Ice (im Sommer)

Zubereitung

Schritt 1: Gönnen Sie sich etwas Ruhe und setzen Sie sich alleine in die gemütliche Eckbank der Küche. Machen Sie sich Gedanken zu Ihren momentanen Kochkünsten bzw. zu einem aktuellen Thema, in welchem Sie weiterkommen möchten.

Füllen Sie den Massbecher mit Ihrem Lieblingsgetränk bis zu der Stelle, an welcher Sie Ihre momentanen Kochkünste vermuten. Füllen Sie den Massbecher bis zum Wert 1, wenn Sie der Meinung sind, dass Sie kaum in der Lage sind, ein Spiegelei zuzubereiten. Der Wert 10 würde bedeuten, dass Sie bereits im Kocholymp angekommen sind und Jamie Oliver Sie täglich anruft, um nach Ihrem Rat zu fragen.

Schritt 2: Wie haben Sie diesen Wert (im Massbecher) erreicht? Welche fünf konkreten Beiträge haben Sie dazu geleistet?

Schritt 3: Welche Gerichte/Aktivitäten gingen denn in der letzten Zeit schon in die Richtung Ihres Kochzieles? Wie haben Sie das geschafft? Und wie noch?

Schritt 4: Wenn Sie nun den Massbecher einen Strich weiter nach oben füllen und diese neue Marke für Ihre persönlichen Fortschritte in Sachen Kochkünste steht: Was ist ein erstes deutliches Zeichen, dass Sie dort angekommen sind? Woran werden andere erste Anzeichen Ihres Fortschritts in Sachen Kochkünste bemerken?

Geniessen Sie nun jeden einzelnen Schluck Ihres Lieblingsgetränks (gerne auch mit etwas Crushed Ice) und seien Sie ruhig stolz darauf, dass schon so viel zusammengekommen ist!



Daniel Meier



René Fretz



Stephanie Salecker



Julia Lange



Adrian Wollschlegel



Stefan Hostenstein

«Create Meaningful Conversations- Discover the Language of Change.»

Solutionsurfers®

Ob im Business-Alltag, in der Führung oder in der Beratung: Wir möchten etwas mehr Leichtigkeit, Wertschätzung und Effizienz in den Arbeitsalltag bringen. Die Förderung dieser eleganten Leichtigkeit im Vorwärtskommen ist unsere Spezialität, seit wir 1997 begonnen haben, konsequent lösungsfokussierte Ausbildungen in Kurzzeitcoaching anzubieten. Inzwischen gibt es Solutionsurfers in mehr als 10 Ländern und auf vier Kontinenten. Und die Lösungswellen warten überall.

Die Solutionsurfers® ACADEMY

Die Teilnehmer der Academy 2016 (siehe Nebenseite) sind ein Team von hochmotivierten PraktikerInnen, die sich intensiv mit der Anwendung des lösungsfokussierten Arbeitsmodelles in den Bereichen Coaching und Beratung, Führung sowie Methodik und Didaktik auseinandergesetzt haben. Als leicht anwendbares Resultat sind die hier beschriebenen Gesprächsrezepte entstanden.

Solution
Surfers
Lounge



Impressum

Business Lunch

© 2016 by Solutionsurfers GmbH

Waldstätterstrasse 9

6003 Luzern

www.solutionsurfers.ch

Alle Rechte zur Wiedergabe dieser Broschüre liegen bei Solutionsurfers.

Wir freuen uns, wenn Sie einzelne Rezepte weitergeben und nutzen, und

sind froh um den entsprechenden Quellennachweis.

Eine kostenlose PDF-Version kann heruntergeladen werden auf:

www.solutionsurfers.ch/bibliothek

Entwickelt und zusammengestellt wurde diese Broschüre von der Solutionsurfers ACADEMY

René Fretz

Stefan Holenstein

Julia Lange

Daniel Meier

Stephanie Salecker

Adrian Wollschlegel

Fotos

Stefan Holenstein

Wir danken den Teilnehmenden unserer Solutionsurfers Lounges,

dass wir diese Fotos für den Business Lunch nutzen dürfen.

Grafisches Konzept und Gestaltung

Paolo Monaco, www.monacografico.ch

Druck

Print Solutions AG, www.print-solutions.ch

