CIRCLE-TREFFEN
Kennenlernkarten
ÜBERBLICK
Überblick

• Kennenlernaktivitäten konzentrieren sich auf das Teilen persönlicher Geschichten und darauf, von den Ideen, Erfahrungen und der Unterstützung Ihres Circles zu profitieren.

• Die Aktivität mit den Kennenlernkarten nutzt eine Reihe von Fragen, um den Prozess, tiefgehende Informationen miteinander zu teilen, rasch zu ermöglichen.

• Das Ziel dieser Aktivität besteht darin, sich besser kennenzulernen, indem man Fragen beantwortet und eine Menge von Informationen rasch miteinander teilt – betrachten Sie diese Aktivität als „Gesprächsrunden-Themen“ für Ihren Circle!

ZIELE DES TREFFENS
Ziele des Treffens

1. Lernen Sie sich selbst und Ihren Circle eingehender kennen.

2. Bauen Sie mit Ihrem Circle Vertrauen auf, indem Sie sich öffnen und persönliche Geschichten und Erfahrungen teilen.
TAGESORDNUNG FÜR DAS TREFFEN
Tagesordnung für das Treffen

90–100 Minuten (bei einer Gruppe mit 10 Mitgliedern)

Einchecken – 15 Minuten
Aufwärmen, sich vorstellen und loslegen

1. Aktivität: Kennenlernkarten – 40 Minuten
Vertiefen Sie Ihr Verständnis der eigenen Person und der anderen Mitglieder des Circles

2. Aktivität: Nachbesprechung der Kennenlernkarten – 15 Minuten
Diskutieren Sie, was das Teilen für Sie einfach oder schwierig gestaltet und welche Rolle das Geschlecht dabei spielt, wenn Sie sich mitteilen.

„One Action“ – 15 Minuten
Der kleine Anstoß, den Sie benötigen, um sich zu engagieren

Abschließende Zusammenfassung – 10 Minuten
Nächste Schritte und einige abschließende Worte
EINCHECKEN

Ungefähr 15 Minuten
1. Schritt: Kennenlernen

Stellen wir uns reihum einander vor.

- Ich heiße …
- Ich verbringe den größten Teil meiner Zeit damit, dass ich …
- Ich bin diesem Circle beigetreten, weil …
2. Schritt: Einigen Sie sich auf die Circle-Grundlagen.

**VERTRAULICHKEIT**
Vertrauen ist unerlässlich. Was in Ihrem Circle passiert, sollte auch in Ihrem Circle bleiben.

**KOMMUNIKATION**
Verpflichten Sie sich, sich offen und ehrlich mitzuteilen und mit Empathie zuzuhören.

**SELBSTVERPFlichtUNG**
Jedes Mitglied sollte sich dem Erfolg Ihres Circles verpflichtet fühlen und bei Treffen vollkommen präsent sein.
1. AKTIVITÄT: Kennenlernenkarten

Ungefähr 40 Minuten
Wie man virtuell spielt:

1. Wechseln Sie sich ab und beantworten Sie die Frage auf dem Bildschirm.

2. Wenn Sie die Frage nicht beantworten möchten, können Sie „Ich passe“ sagen, aber versuchen Sie, sich aus Ihrer Komfortzone herauszuwagen!

3. Wiederholen Sie das mit jeder neuen Karte.

HINWEIS: Um einen reibungslosen Ablauf der Aktivität zu fördern, sollten Sie zuerst die Reihenfolge bestimmen und dann selbst schweigen, während die anderen sprechen.
Den Umgangston vorgeben

- Vertrauen ist unerlässlich
- Jeder sollte teilnehmen
- Wagen Sie sich aus Ihrer Komfortzone heraus
FANGEN WIR AN!
Worauf sind Sie am stolzesten?
Was bedauern Sie am meisten?
Erzählen Sie uns von einem Ereignis, bei dem Sie eine Widrigkeit überwunden haben.

© Copyright Carole Robin, PhD, and LeanIn.Org, 2013
Wann haben Sie sich am stärksten gefühlt?
Wann haben Sie sich am schwächsten gefühlt?
Was bringt das Beste an Ihnen zum Vorschein?
Welchen einen Aspekt an Ihrer Person würden Sie am liebsten ändern?
Welchen einen Aspekt an Ihrem Leben würden Sie am liebsten ändern?
Wen beneiden Sie am meisten und warum?
Wovon werden Sie sich in einem Jahr wünschen, dass Sie es heute getan hätten?
Welchen einen Ratschlag würden Sie Ihrem jüngeren Selbst erteilen, wenn das möglich wäre?
Wenn der Tag eine Stunde mehr hätte, womit würden Sie diese verbringen?
Was würden Sie sagen, wenn Sie Ihr Leben in 3 Sätzen beschreiben müssten?

© Copyright Carole Robin, PhD, and LeanIn.Org, 2013
Wenn Sie sich etwas wünschen könnten, worum würden Sie bitten und wen würden Sie darum bitten?
Wie würde Ihre beste Freundin oder Ihr bester Freund Sie beschreiben?
Welche drei Dinge schätzen Sie am meisten?
Wie gut passt Ihre Alltagsroutine mit diesen Werten zusammen?

© Copyright Carole Robin, PhD, and LeanIn.Org, 2013
Welche Person hatte einen Einfluss auf Ihr Leben, bei der Sie sich noch nicht bedankt haben? Warum?
Was macht Sie glücklich?
Warum?
Was macht Sie traurig?
Warum?
2. AKTIVITÄT: Nachbesprechung der Kennenlernkarten

Ungefähr 15 Minuten
Nachbesprechung der Aktivität

Ungefähr 15 Minuten

1. Diskutieren Sie, was das Teilen für Sie einfach oder schwierig gestaltet und welche Rolle das Geschlecht dabei spielt, wenn Sie sich mitteilen.

2. Wie hat es sich angefühlt, in dieser kleinen Gruppe Informationen offen zu teilen und anderen beim Teilen zuzuhören?

3. Hat jemand Dinge geteilt, von denen Sie sich angesprochen fühlten oder die Sie überrascht haben?

4. Wie oft haben Sie Unterhaltungen wie die heutige am Arbeitsplatz oder im Privatleben?

5. Können Sie sich vorstellen, welche Vorteile es vielleicht hätte, wenn Sie diese Unterhaltungen öfter hätten?
ONE ACTION

Ungefähr 15 Minuten
1. Schritt: Bestimmen Sie die Maßnahme, die Sie ergreifen werden.

Welche Maßnahme verpflichten Sie sich, vor dem nächsten Treffen zu ergreifen?

⇒ Meine „One Action“-Maßnahme vor dem nächsten Treffen ist es, ...
Stichwörter, um Ihnen dabei zu helfen, sich für Ihre „One Action“-Maßnahme zu entscheiden

➔ Hat eine der Kennenlernkarten Sie heute wirklich angesprochen?

Sie könnten z. B. sagen: „Die Karte, die mich gefragt hat, welche Person einen Einfluss auf mein Leben hatte, bei der ich mich noch nicht bedankt habe.“ Dabei habe ich an meinem Forschungsmentor an der Uni gedacht. Ich habe vor, meinem Mentor eine Karte per Post zu schicken, ihm darin für die Jahre des Mentorats zu danken und zu schildern, wie sich das auch weiterhin auf mich auswirkt.“

➔ Alternativ können Sie auch eine Maßnahme auswählen, die auf einem Gedanken oder Gefühl beruht, der bzw. das sich während der Aktivität bei Ihnen eingestellt hat.

Sie könnten z. B. sagen: „Ich sollte meiner Schwester gegenüber offener darüber sein, was mir wirklich wichtig ist, damit wir einander näherkommen. Ich plane, sie diese Woche anzurufen und wertvolle Zeit mit ihr zu verbringen.“

➔ Sie können auch eines der folgenden Hilfsmittel nutzen:

Sich vor dem nächsten Treffen mit einer Person verabreden, mit der Sie vorhatten, mehr Zeit zu verbringen.

Wenn der Tag eine Stunde mehr hätte, womit würden Sie diese verbringen? Nehmen Sie sich für diese Aktivität vor Ihrem nächsten Treffen dreimal Zeit.
2. Schritt: Teilen Sie Ihre „One Action“-Maßnahme mit Ihrem Circle.

- Wechseln Sie sich in Ihrem Circle reihum ab und teilen Sie die Maßnahme, die Sie sich vornehmen, vor dem nächsten Treffen zu ergreifen.
- Wir gehen dabei schnell von einem Mitglied zum nächsten und feuern einander an.

HINWEIS: Bitte denken Sie daran, sich auf das nächste Treffen vorzubereiten und ein Update über Ihre „One Action“-Maßnahme zu geben.
ZUSAMMENFASSUNG

Ungefähr 10 Minuten
1. Schritt: Legen Sie die Logistik für Ihr nächstes Treffen fest.

Bevor wir eine Pause machen, lassen Sie uns über die Grundlagen für unser nächstes Treffen sprechen: Tag und Uhrzeit, Standort, Essen und Getränke. Ferner werden wir entscheiden, ob wir denselben Moderator für unser nächstes Treffen behalten oder ob jemand anderes diese Rolle übernehmen möchte. Lassen Sie uns zum Schluss noch darüber sprechen, was im heutigen Treffen gut funktioniert hat und was nicht. Wir sollten Ideen sammeln, was wir künftig verbessern können.
2. Schritt: Beenden Sie das Treffen mit einer dynamischen und inspirierenden Note.

Um das Ende dieses Treffens zu unterstreichen, gehen Sie in Ihrem Circle reihum und lassen Sie alle Mitglieder mit drei Begriffen beschreiben, wie Sie sich jetzt fühlen.
WIR BEGLÜCKWÜNSCHEN SIE ZU EINEM GROSSARTIGEN CIRCLE-TREFFEN!