

INHALT

EINFÜHRUNG	11
SPIEL 1 MUTIG KOMMUNIZIEREN	17
Spielzug 1 – Andere Sichtweisen willkommen heißen: »Was übersehe ich?«	22
Spielzug 2 – Vielfältige Perspektiven erfragen: »Das ist eine Sichtweise. Wie könnte man das anders sehen?«	26
Spielzug 3 – Sich öffnen: Bringen Sie Ihre eigenen Emotionen zum Ausdruck	30
Spielzug 4 – Die Maske der Perfektion abnehmen: »Ich weiß es noch nicht.«	34
Spielzug 5 – Den Sinn für Humor bei der Arbeit fördern: Lachen Sie mehr (vor allem über sich selbst)	38
Mutig kommunizieren: Spiel 1 – Rückblick und Ressourcen	42
SPIEL 2 DIE KUNST DES ZUHÖRENS MEISTERN	45
Spielzug 6 – Zuhören, um zu verstehen: Entwickeln Sie die Gewohnheit, keine Antwort vorzubereiten	50
Spielzug 7 – Wirklich präsent sein: Zähmen Sie Ihren herumwandernden Geist	54

Spielzug 8 – Das eigene Verständnis klären: Benennen Sie, was Sie gehört haben	58
Spielzug 9 – Auf Gefühle achten: Hören Sie, was nicht gesagt wird	62
Spielzug 10 – Neugierig bleiben: »Erzählen Sie mir mehr«	66
Die Kunst des Zuhörens meistern: Spiel 2 – Rückblick und Ressourcen	70
SPIEL 3 MIT DEN EIGENEN REAKTIONEN UMGEHEN ____	73
Spielzug 11 – Raus aus der Verteidigungshaltung: Drücken Sie die Pause-Taste	78
Spielzug 12 – Produktiv reagieren: Benennen Sie Ihre Emotionen	82
Spielzug 13 – Auf blinde Flecken achten: »Welche Geschichten erzähle ich mir selbst?«	86
Spielzug 14 – Die Herausforderung wertschätzen: Danken Sie anderen für ihren Mut	90
Spielzug 15 – Auf den Ideen anderer aufbauen: »Ja, und«	94
Mit den eigenen Reaktionen umgehen: Spiel 3 – Rückblick und Ressourcen	98

SPIEL 4 RISIKO UND SCHEITERN WILLKOMMEN HEISSEN	101
Spielzug 16 – Scheitern normalisieren: »Das ist neu für uns, also werden wir Misserfolge erleben«	106
Spielzug 17 – Misserfolge als Lernchancen verstehen: »Interessant! Was können wir daraus lernen?«	110
Spielzug 18 – Unbehagen annehmen: Schwierige Emotionen willkommen heißen	114
Spielzug 19 – Lernverhalten vorleben: Fehler eingestehen und aus ihnen lernen	118
Spielzug 20 – Kontinuierliches Lernen feiern: Misserfolge ohne Schuldzuweisungen analysieren	122
Risiko und Scheitern willkommen heißen: Spiel 4 – Rückblick und Ressourcen	126
SPIEL 5 INKLUSIVE RITUALE GESTALTEN	129
Spielzug 21 – Meetings effektiver gestalten: Bestimmen Sie einen »Inklusions-Booster«	134
Spielzug 22 – Alle Stimmen respektieren: Stellen Sie die Regel auf, dass niemand unterbrochen wird	138
Spielzug 23 – Sich abwechseln: Keiner spricht ein zweites Mal, bevor nicht jeder ein erstes Mal gesprochen hat	142

Spielzug 24 – Die psychologische Sicherheit überprüfen: Feedback nach Meetings einholen	146
Spielzug 25 – Das Team wertschätzen: Dankbarkeit ausdrücken	150
Inklusive Rituale gestalten: Spiel 5 – Rückblick und Ressourcen	154
DEN WEG ZUR PSYCHOLOGISCHEN SICHERHEIT FORTSETZEN	157
INDEX	159
ÜBER DIE AUTORINNEN	161
SCHLIESSEN SIE SICH DER BEWEGUNG FÜR PSYCHOLOGISCHE SICHERHEIT AN!	163