

# Lösungsorientierte Teamreflexion – Methode

Die Methode der lösungsorientierten Teamreflexion stammt aus der Positiven Psychologie. Sie fokussiert auf Ressourcen, Wirksamkeit, Stärken und das systemische Denken.

Denn Probleme entstehen selten durch einzelne Personen, sondern durch Dynamiken im System. Der Schlüssel zur Veränderung liegt daher in der gemeinsamen Reflexion.

## Rolle der Leitung

- Struktur geben, nicht dominieren
- Haltung vorleben: offen, wertschätzend, klar
- Emotionen zulassen, aber beim Thema bleiben
- Verantwortung nicht abnehmen, sondern fördern

## Teamsitzung planen

Zeit: ca. 60 bis 90 Minuten

### Phase 1: Probleme klar, aber sachlich beschreiben

Leitfrage: Woran merken wir im Alltag, dass ein Problem besteht?

- Jede Person beschreibt konkrete Beobachtungen (keine Bewertungen).
- Fokus auf Situationen, nicht auf Personen.
- Die Leitung fasst neutral zusammen.

### Phase 2: Wirkung des Problems reflektieren

Leitfragen: Was macht dieses Thema mit unserem Team? Welche Auswirkungen hat es auf unsere Arbeit, die Kinder, uns selbst?

- Auswirkungen sammeln und auf Flipchart festhalten.

### Phase 3: Fokus auf Ressourcen und Ausnahmen

Leitfragen: Wann tritt das Problem weniger oder gar nicht auf? Was läuft in diesen Situationen anders? Welche Stärken oder Haltungen helfen uns dann?

- Ressourcen, hilfreiche Haltungen auf Flipchart festhalten.

### Phase 4: Perspektivwechsel (systemisch)

Leitfragen: Was können wir tun, um das Problem zu lösen? Was ist mein Beitrag dazu? Welche Unterstützung brauchen wir von der Leitung?

- Flipchart mit Auswirkungen und Ressourcen gemeinsam anschauen.
- Danach formuliert jede Person mögliche Lösungsansätze.

### Phase 5: Nächste Schritte vereinbaren

- Maximal zwei bis drei realistische Maßnahmen festhalten.
- Klare Zuständigkeiten festlegen.
- Reflexion nach ca. vier Wochen.