

COLOURS OF CHRISTMAS

# GROßARTIGE GLANZPUNKT- MARKIERUNG

15 Minuten  
für Dich oder  
Dein Team!

Eine farbenfrohe Reflexionsübung –  
etwas Besinnung in der Weihnachtszeit



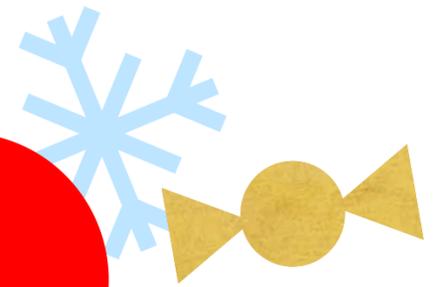
# *Für mehr Freude spüren!*

In dieser Übung geht es um die Farbe Gold – als Symbol für Festlichkeit oder überhaupt: für das Außergewöhnliche. Denke an einen feierlich gedeckten Tisch, an brennende Kerzen oder sanft klingende Glöckchen.

Vergolde Deine Glanzstunden! In drei Schritten rufst Du Dir Deine besten Momente in Erinnerung. Nimm diese Woche, den letzten Monat oder gleich das vergangene Jahr in den Blick. Tauche nochmal ein in das, was Du bereits erreicht hast.



# Vorbereitung



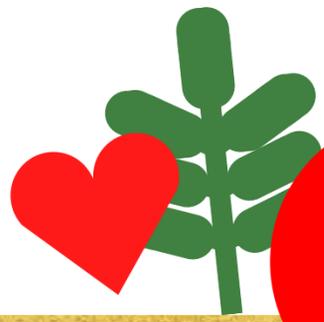
**Dauer:** mind. 15 Minuten

**Teilnehmer:innen:** 1–10 Personen

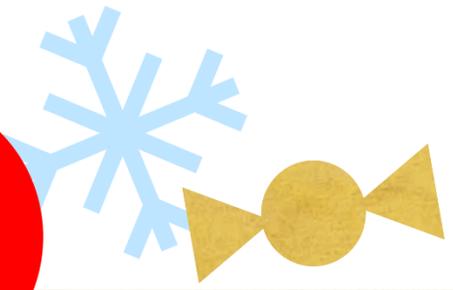
Je mehr Personen, desto länger wird die Austausch-Runde. Natürlich könnt Ihr auch Kleingruppen bilden.

**Ihr braucht für jede:n Teilnehmer:in drei bis fünf goldene Süßigkeiten, z. B. in Goldpapier verpackte Bonbons oder Pralinen.**

**TEAM IM ONLINE-MEETING:** Vorbereitetes Miro-/ Concept-Board o. ä. mit vielen Bildern von goldenen Süßigkeiten, auf das jede:r Teilnehmende schreiben kann – oder: vorab goldene Süßigkeiten per Post verschicken



# Action



Hast Du die gold verpackten Süßigkeiten parat? Schau, wie ihr Gold einen süßen Schatz verheißt! Jede Leckerei steht in dieser Übung symbolisch für einen glanzvollen Moment.

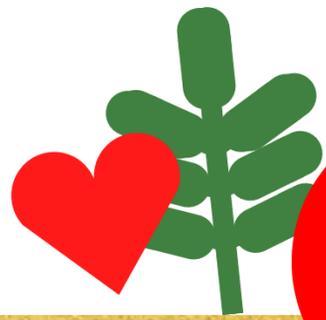
Ordne jede:r teilnehmenden Person drei bis fünf Süßigkeiten zu und stelle sie mit etwas Abstand vor jedem:r Einzelnen feierlich auf.

Achtung! Es darf noch nicht genascht werden.

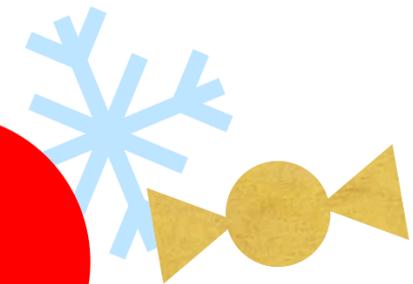
1

2

3



# Besinnung



Eine Minute Schweigen – frage Dich in dieser Zeit:

**Was ist Dir in letzter Zeit besonders gut gelungen? An welchen Stellen hast Du gegläntzt?**

Hier ist Platz für die Erfolgserlebnisse, die Dir kostbar sind: für kleine Fortschritte und offenkundige Höhepunkte. Nimm die aktuelle Woche, den letzten Monat oder gleich das gesamte Jahr in den Blick.

*Beispiel:*

*Dass ich meine Schubladen endlich sortiert habe*

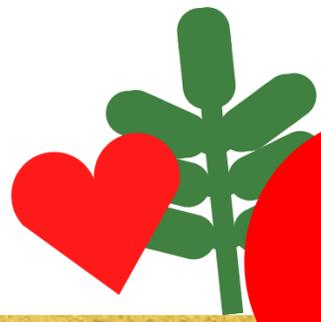
*Mein sorgfältiger Abschlussbericht vom letzten Quartal*

*Unsere Entscheidung für die neue Kommunikationsstrategie*

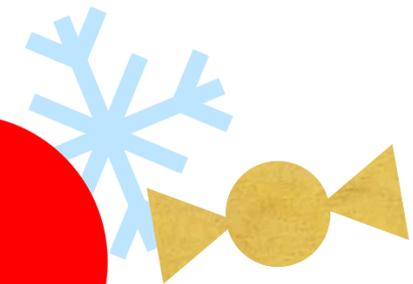
1

2

3



# Austausch



Nun geht es reihum. Dabei darf man jeweils eine der Süßigkeiten zu sich ziehen und von seinem Highlight erzählen. Wer allein reflektiert, kann sich die Erinnerungen aufschreiben.

Nehmt Euch doch noch Zeit, um zu reflektieren:  
**Wie fühlt es sich an, den Erfolg aus der Erinnerung noch einmal zu feiern?**

Zuletzt dürft Ihr die Süßigkeiten natürlich genießen. Es tut einfach gut, die besonderen Augenblicke festzuhalten und goldene Momente wie einen Schatz zu pflegen. So wertvoll, wenn man sich auch im Team darüber freuen kann.

1

2

3

ALL DIE GUTEN DINGE,  
DIE IMMER WIEDER passieren.  
SOLLTEN WIR GOLDEN UND  
AUFFÄLLIG markieren.

UND MIT DER ZEIT  
WERDEN WIR entdecken:  
DAS GLÜCK LIEGT  
IN ALLEN MÖGLICHEN Ecken.

# Mit herzlichen Grüßen von ...

## HR Pioneers

Wir sind eine Transformationsberatung aus Köln und auf agile Personal- und Organisationsentwicklung spezialisiert. Unsere Vision ist es, Gesellschaft zu verändern, indem wir die Arbeitswelt revolutionieren.

[www.hr-pioneers.com](http://www.hr-pioneers.com)



## Studio komplementaer

Wir entwickeln künstlerische Interventionen, die farbenfroh überraschen und einen positiven Impuls geben. Good Vibes for Social Spaces!

[www.studio-komplementaer.de](http://www.studio-komplementaer.de)

