



Leitfaden für die Power-Teams: Orientierung für die ersten Treffen und darüber hinaus

Dieser Leitfaden soll den Power-Teams eine klare Struktur geben, um den Einstieg zu erleichtern und die regelmäßigen Treffen effektiv zu gestalten. Die Orientierung basiert auf bewährten Methoden wie dem „Monthly Progress Monitor“¹. Ziel ist es, die Mitglieder der Power-Teams bei der Erreichung ihrer langfristigen Ziele zu unterstützen.

Allgemeine Rahmenbedingungen

- Gruppengröße: 4–5 Personen pro Team.
- Treffen:
 - Regelmäßige Termine, vorzugsweise alle zwei Wochen.
 - Dauer: ca. 1 Stunde pro Treffen.
 - Format: Online (bei Bedarf optional ein gemeinsames physisches Treffen, z. B. 1–2 Fokus-Wochenenden jährlich).
 - Stell sicher, dass du für diesen Termin an einem Ort bist, an dem du frei reden kannst, damit du Herausforderungen und Probleme in diesem geschützten Rahmen ehrlich teilen kannst.
- Vertrauensbasis: Die Gruppe sollte konstant bleiben, um Vertrauen und Verlässlichkeit aufzubauen.
- Ziele: Ziele sollten langfristig (3 Monate bis 3 Jahre) und SMART² (spezifisch, messbar, erreichbar, relevant und terminiert) sein.

¹ <https://thedutchphdcoach.com/the-monthly-progress-monitor-5-questions-to-stay-on-track/>

²

[https://www.orghandbuch.de/Webs/OHB/DE/OrganisationshandbuchNEU/4 MethodenUndTechniken/Methoden A bis Z/SMART Regel Methode/SMART Regel Methode node.html](https://www.orghandbuch.de/Webs/OHB/DE/OrganisationshandbuchNEU/4_MethodenUndTechniken/Methoden_A_bis_Z/SMART_Regel_Methode/SMART_Regel_Methode_node.html)

Leitfaden für die Gestaltung der Treffen

1. Treffen: Kennenlernen und Zielsetzung

1. Vorstellungsrunde:

- Jede:r stellt sich kurz vor (Name, beruflicher Hintergrund, aktueller Kontext).
- Austausch über persönliche Motivation und Erwartungen an das Power-Team.

2. Zielklärung:

- Jede:r beschreibt ein oder mehrere langfristige Ziele, die sie oder er mit Unterstützung der Gruppe erreichen möchte.
- Die Gruppe stellt Fragen und gibt Feedback, um die Ziele SMARTer zu machen.

3. Hausaufgabe:

- Jede:r erstellt bis zum nächsten Treffen einen detaillierten Plan für die Zielerreichung.
- **Faustregel als Hilfestellung für die Planung:**
 - 1 Meilenstein pro 2 Monate
 - 1–2 konkrete Schritte pro 2 Wochen
 - Für ein Ziel mit einer Laufzeit von 6 Monaten ergeben sich etwa 3 Meilensteine und 15–20 Schritte

2. Treffen: Planung und Feedback

1. Präsentation der Pläne:

- Jede:r präsentiert den detaillierten Plan für die Zielerreichung.

2. Feedback-Runde:

- Die Gruppe gibt konstruktives Feedback zu den Plänen.
- Ziel: Die Pläne klarer, realistischer und SMARTer zu machen.

Ab dem 3. Treffen: Regelmäßige Struktur

Jedes Treffen folgt einer klaren Struktur:

1. Vorbereitung:

- Jede:r beantwortet vorab die folgenden fünf Fragen:
 1. Was sind die wichtigsten Ergebnisse seit dem letzten Treffen?
 2. Habe ich von meinem Plan abgewichen? Falls ja, warum?
 3. Was sind meine wichtigsten Ziele bis zum nächsten Treffen?
 4. Was muss ich tun, um diese Ziele zu erreichen?
 5. Welche Hürden sehe ich, und wie kann ich sie überwinden?

2. Austausch im Meeting:

- Jede:r präsentiert kurz die Antworten auf die fünf Fragen.
- Die Gruppe gibt Feedback, diskutiert mögliche Herausforderungen und gibt Anregungen.

3. Planung:

- Jede:r formuliert konkrete Schritte für die nächsten zwei Wochen.

Reflexionstreffen: Halbjährliche Überprüfung

1. Langfristige Reflexion:

- Nach etwa 6 Monaten (oder nach 25 % der geplanten Zielzeit) wird ein Reflexionstreffen eingeplant.
- Fragen zur Reflexion:
 - Sind die langfristigen Ziele noch relevant und erreichbar?
 - Gibt es Anpassungsbedarf?
 - Welche Erkenntnisse wurden bisher gewonnen?

2. Anpassung der Pläne:

- Überarbeitung der Zielsetzung oder der Schritte, falls notwendig.

Fachausschuss BMshE

Sprecherin des Fachausschusses: Miriam Goldammer

Webseite: <https://www.vde.com/de/dgbmt/arbeitsgebiete/fachausschuesse/bmshe-netzwerk-fuer-frauen-in-der-medizintechnik>