

Check-In / Check-Out

Bedeutung der Check Ins

“ Check Ins am Anfang von Treffen oder Meetings sind wichtig. Sie können dem Teambuilding oder der Auflockerung dienen.

Besonders sind Check Ins aber wichtig, weil sie helfen, dass Menschen sich später im Meeting beteiligen. Es ist bewiesen das Menschen sich später wahrscheinlicher melden und ihre Meinung mit einbringen, wenn sie zu Beginn des Meetings schon mal kurz gesprochen haben und das Eis gebrochen wurde (als wenn sie das zu Beginn nicht tun...).

Darum ist es beim WiK ganz normal das wir Check Ins machen. Die können ganz locker und offen sein aber auch richtig tief gehen. Hier findest du eine kleine und eine große Auswahl: . **Check-In-Fragen-Generator:**

- <https://www.checkin-generator.de/> (deutsch)
- <http://checkin.daresay.io/> (englisch aber leicht verständlich)
- Top 175 Check-In Fragen nach Themen: <https://teambuilding.com/blog/check-in-questions>

Top 10 der WiK Check In Fragen:

- Wie geht es dir gerade (wenn du es mit uns teilen möchtest?)
- Was gibt dir Hoffnung zur Zeit?
- Was hast du dir heute schon gutes getan? (Was tust du dir heute noch gutes?)
- Worauf freust du dich heute noch besonders?
- Was ist dein Safe Space?
- Welche Lied hörst du zur Zeit ganz viel?
- Findest du es in Ordnung, Spaghetti vor dem Kochen durchzubrechen?
- Wenn du eine Kopfbedeckung wärst, was für eine?
- bei wenig Zeit: Gib deine Stimmung mit einem Geräusch wieder.
- ...

Check Outs

Am Ende des Treffens machen wir häufig ein Check Out. Dazu können die selben Fragen, wie beim Check In verwendet werden. Zusätzlich empfiehlt es sich, auch kurz zu sagen, wie wir das Treffen fanden. So etablieren wir niedrigschwellig Feedback und wissen direkt, was wir beim nächsten Treffen besser machen können.

Revision #1

Created 2026-05-15 12:18:49 UTC by Admin

Updated 2026-05-15 12:18:49 UTC by Admin