

Was heterogene Teams brauchen um fit zu bleiben

Unterschiedlichkeit in Teams ist meistens bedingt durch die **demographische Struktur** (Alter, Geschlecht, ethnische Herkunft, etc.) und/oder durch den **Funktionshintergrund** (und Wissenshintergrund) der Teammitglieder. Die Leistungsfähigkeit und das individuelle Zufriedenheitsgefühl in Teams sind wesentlich abhängig von der Art und Weise wie Teams zusammengesetzt sind. Teams mit hoher funktionaler Diversität performen tendenziell besser aber die individuelle Zufriedenheit und die Stimmung zwischen den Teammitgliedern leiden darunter.

Nicht alle Studien sind sich einig darüber, dass gemischte Teams bessere Leistungen erbringen als homogene Teams – obwohl einiges dafür spricht und viele das erwarten. Meist besteht auch gar nicht die Möglichkeit Teams ganz bewusst zusammen zu stellen. Gemischte Teams haben bessere Chancen adäquatere Antworten auf die Fragen eines heterogenen Marktes und einer unsicheren Zukunft zu geben.

Gerade Teams deren Mitglieder sich sowohl funktional wie demographisch stark unterscheiden erzeugen mehr Stress und psychische Belastung. Ergänzt mit ambitionierten Zielen, hohen Ansprüchen und immer häufiger auftretenden Situationen mit hohem Überraschungspotenzial können diese Teams leicht „ausbrennen“ und „krank“ werden. Wodurch ihre Leistungsfähigkeit nachhaltig geschwächt ist.

Führungskräfte von ambitionierten gemischten Teams sollten auf eine regelmäßige „Teampflege“ achten. Ihre Verantwortung ist es Teams lebendig und leistungsfähig zu halten und damit die Gesundheit ihrer Teammitglieder zu sichern.

Was Team und Teammitglieder hilft fit zu bleiben und worauf besorgte Führungskräfte achten sollten.

Teams brauchen Entspannungs-und Wohlfühlprozesse.

Wenn auch nur einzelne Mitglieder von Teams regelmäßig sich was gutes Tun oder das Team gemeinsam sich um das Wohlbefinden ihrer Mitglieder kümmert steigt die Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit.

Teammitglieder brauchen kontaktlose Zeiten.

Eine Kultur der permanenten Erreichbarkeit und Vernetzung 24/7 mit der eigenen Arbeit und der des Teams führt zu einer Leistungsverringerung und zu Qualitätsverlusten. Ein Offline-Modus für Teammitglieder regelmäßig am Abend und an den Wochenenden schützt vor Überlastung und Burnout.

Der Kopf braucht Training um besser mit Chaos umgehen zu können.

Achtsamkeit zu trainieren stärkt die Kräfte von Individuen und Teams. Kurze Übungen, bewusste Auszeiten und Mediationen helfen sich zu fokussieren und besser für turbulente Zeiten gerüstet zu sein. (Hier eine von vielen hilfreichen Trainings-Apps [Headspace](#))

„Monotasking“ ist bei weitem besser als Multitasking.

Die Konzentration auf eine Sache steigert die Effizienz und Effektivität. Menschen sind im Gegensatz zu Computer nicht fähig mehrere Dinge gleichzeitig zu machen – was durch viele Studien bewiesen ist.

Der Nutzen von Pausen am Tag, in der Woche und im Jahr ist enorm.

Unterbrechungen helfen sich wieder neu zu fokussieren, die Batterien aufzuladen und aus eingefahrenen Gleisen (und Einbahnstraßen) raus zu kommen.

Eine Analyse über viele Studien zu Teamperformance findet sich in: Work Group Diversity, Knippenberg/Schippers 2007, Annu. Rev. Psychol. 58

Die Unterstützungspunkte sind zusammengefasst aus einem aktuellen [HBR Artikel](#) von Rich Fernandez.