

Van saaie vergaderzalen terug
naar de natuur!



Wat is teambuilding?

Outdoor Team Building Activiteiten zijn een geweldige manier om uit te vinden hoe goed je als team samenwerkt. Team building activiteiten zijn zo ontworpen dat duidelijk wordt hoe teams samenwerken. Ben je een leider of ben je een teamspeler?

Een deel van de activiteiten gaat daadwerkelijk over het oplossen van het probleem dat je is gegeven tijdens de activiteiten. De achterliggende gedachte is dan ook het aanmoedigen van ideeën alle leden van het team. Als er aandachtig naar elkaar geluisterd wordt, wordt vanzelf duidelijk wat de sterke kanten zijn van jullie verschillende teamleden. Samen komen jullie dan tot de oplossing.

Meedoen met team building activiteiten en samenwerken als team helpt bij het ontwikkelen van persoonlijke vaardigheden, leiderschapsvaardigheden, teamvaardigheden, communicatieve vaardigheden en de vaardigheden van het oplossen van problemen.

Bij teambuilding.nl doen we er nog een schepje bovenop door middel van uw gedrag te spiegelen. Hierdoor komen knel- en verbeterpunten in beeld en kunt u wat u geleerd heeft beter in de praktijk brengen. Wij bieden dus teambuilding met meerwaarde!

Waarom teambuilding?

Het leven zit vol uitdagingen en een van de grootste uitdagingen is samenwerken met anderen in de maatschappij. Als je goed wil presteren op de werkvloer, is het dan ook van belang om te weten hoe je moet samenwerken in een team. Dus als daar de kans is om mee te doen met een team building activiteit, doe je best en laat zien wat je in huis hebt. (All about team building, 2015)

Vaak is het hoofddoel van teambuilding het verbeteren van productiviteit. Als werknemers effectief samen leren te werken, zijn ze in staat hun werk efficiënter uit te voeren. Er gaat minder tijd verloren aan het verhelpen van fouten en het werk kan verdeeld worden naar de talenten van de medewerkers. Daarnaast kan teambuilding de motivatie van medewerkers vergroten. Dit kan bijvoorbeeld door het hebben van succes tijdens de teambuilding activiteiten, hierdoor krijgen de werknemers meer zelfvertrouwen wat dus leidt tot meer motivatie. Wat ook zorgt voor meer motivatie is het vertrouwen van andere collega's, wat dus ook verkregen kan worden tijdens de teambuilding activiteiten.

Ten derde kunnen teambuilding activiteiten zorgen voor probleemoplossende vaardigheden. Deze vaardigheden worden geoefend tijdens de teambuilding dag, daarna kunnen ze worden overgedragen naar de werkomgeving. Teambuilding activiteiten kunnen zorgen voor gestructureerde manieren om problemen op te lossen door middel van gebruik te maken van de krachten van alle teamleden.

Ten slotte zorgt teambuilding er ook voor dat werknemers uit hun gewone omgeving komen door het geven van 'ongewone' opdrachten. Dat zorgt er bij de medewerkers voor dat ze meer ruimte hebben om hun creativiteit te uiten. Zo wordt ook duidelijk dat creativiteit, zowel tijdens de teambuilding als op de werkvloer, zeker welkom is. (Demand Media, 2015)

Bij teambuilding.nl bestaan de activiteiten uit een mix van theorie en praktijk. Er worden kernwaardes als samenwerking, omdenken en communicatie verbonden aan de activiteiten. Op deze manier is teambuilding.nl een ervaren en betrouwbare partner.

Oké teambuilding, maar waarom buiten?



De veranderingen binnen onze maatschappij gaan in een hoog tempo. Eén van de belangrijkste voorwaarden om als onderneming goed te kunnen inspelen op deze veranderingen is een evenwichtige opbouw van het medewerkersbestand. In de huidige economie zien we steeds vaker dat de werkgever verlangt dat zijn werknemers allemaal hetzelfde moeten kunnen en willen. Het risico daarvan is dat, wanneer de

maatschappij er over een paar jaar weer heel anders uitziet en dus weer andere eisen stelt aan werknemers, de werknemer van vandaag morgen niet meer goed inzetbaar is. Dit maakt de organisatie kwetsbaarder voor veranderingen op termijn. Immers het succes van vandaag kan een valkuil zijn voor morgen. Onze aandacht richt zich hierbij op de balans tussen teamleden onderling, maar tevens ook op het evenwicht tussen de verschillende teams. Dit houdt in dat de creativiteit bij uw medewerkers en hun verschillen gekoesterd en ontplooid moeten worden, misschien zelfs nog wel ontdekt. Outdoor is een prima middel om de talenten van medewerkers te ontdekken en te leren waarderen. Wij laten u graag de voordelen zien.

Outdoor wordt vaak gerefereerd aan spelletjes in de natuur of survivaltochten. Echter kan outdoor ook op een geheel andere manier gebruikt worden. De essentie van werken met outdoor is dat in, een ongebruikelijke omgeving, met ongewone opdrachten, primair gedrag zichtbaar wordt. Fysieke 'uitputting' is niet het doel. Tijdens outdoor wordt direct zichtbaar hoe mensen reageren en worden patronen in samenwerking binnen teams blootgelegd. Outdoor gebruikt de natuur als oefenplaats: specifiek ontworpen oefeningen in de natuur, en met behulp van wat de natuur te bieden heeft, met als doel om te leren rond thema's als samenwerking, teamvorming, persoonlijke effectiviteit, leiderschap etc. Er zijn een aantal werkzame componenten die in samenhang de outdoor-methode zo effectief maken. (outdoor experience, 2008)

In de natuur worden mensen namelijk op zichzelf teruggeworpen, de zekerheden die aan een positie of rol in het werk werden ontleend vallen weg. Daardoor worden heel direct de basispatronen in gedrag en overtuigingen zichtbaar gemaakt. Daarnaast zorgt de natuur ook voor een andere werksituatie wat zorgt voor het uiten van andere vaardigheden, hierdoor gaan de deelnemers ander gedrag uitproberen en ervaren ze wat dit voor zichzelf en anderen betekent. Ten slotte zorgt de outdoor beleving ook voor het opzoeken van mentale en fysieke grenzen bij de deelnemers, de deelnemers worden hier dan ook meteen mee geconfronteerd, hierdoor worden zij direct getraind om een continue feedback – loop met zichzelf en de groep te hebben. Directe feedback zorgt dan weer voor direct leren. (intens trainingen, 2015)

Teambuilding.nl geeft graag een extra beleving aan uw ervaring. Dit kan doordat uw teambuilding niet plaats vindt in een saaie en kille vergaderruimte, maar in een inspirerende en prikkelende omgeving!



Ook nog goed voor de gezondheid?

Volgens een onderzoek, gepubliceerd door Dartmouth universiteit (VS), is het meedoen aan lichamelijke activiteiten goed voor iemands leervaardigheden en een scherpe geest. Sport en andere activiteiten kunnen het geheugen verbeteren doordat de proteïne productie van de hersenen wordt gestimuleerd. Door medewerkers aan te moedigen actiever te zijn, wordt er gezorgd voor het verbeteren van de concentratie en probleemoplossende vaardigheden.

Ten tweede komt er tijdens het sporten en/of bewegen endorfine vrij door de hypofyse, waardoor mensen minder snel gestrest raken of pijn voelen. Ook verhoogt het je cortisol level waardoor je meer immuun bent voor stress factoren.

Ten slotte kunnen lichamelijke activiteiten ook zorgen voor kostenbesparing. Gezonde, niet – gestreste en fitte werknemers zijn efficiënter en zijn ook minder vaak ziek. Hierdoor is het niet nodig vervangers in te huren en hoeven werkgevers niet bezorgd te zijn om de productiviteit van het bedrijf. (Sportscene Productions Limited , 2012)

Uw teambuildingsbijeenkomst moet een succes worden, een ijkpunt binnen uw bedrijf. Van daaruit gaat u weer met vertrouwen en hernieuwde energie en motivatie de toekomst in. Daarom is het belangrijk dat alles perfect verloopt. Veiligheid en gezondheid staat bij ons altijd voorop, dat is ook de reden dat onze instructeurs regelmatig deelnemen aan trainingen en opleiding. SOS Events is Tiv2V gecertificeerd; u bent verzekerd van een veilige bijeenkomst.



Werken met dieren

Paarden zijn bij uitstek geschikt om ons te helpen bij persoonlijke ontwikkeling, organisatieontwikkeling en leiderschap. Paarden zijn prooidieren en kuddedieren. Om te overleven is het essentieel dat ze goed leiderschap onmiddellijk herkennen. Dit natuurlijk leiderschap is een prachtige spiegel voor ons om ons eigen leiderschap aan te reflecteren. Daarnaast is het voor paarden van levensbelang om samen te werken, maar wel binnen een duidelijke orde. Voor ons mensen is dit niet altijd zo vanzelfsprekend. We kunnen dus ook op dit gebied van hen leren. Paarden zijn, juist omdat ze prooidier zijn, uiterst sensitief. Ze zijn gevoelig voor dat wat niet klopt of dat wat ontbreekt. Gedrag wat niet congruent is, je sterker voordoen dan je bent bijvoorbeeld, maakt een paard onrustig of onzeker. Paarden kunnen ons helpen om authentiek te zijn, dichter bij ons gevoel te blijven. Dat we van daaruit juist sterker zijn, laten ze ons graag zien. (VCG Horses , 2015)

Een ander dier dat goed hulp kan bieden bij teamtrainingen is de hond. Honden geven in hun gedrag feilloos en glashelder aan waar de sterke en zwakkere kanten zitten in het gedragsrepertoire van de deelnemers. Honden houden geen rekening met sociaal wenselijk gedrag. Ze negeren, confronteren, verleiden en stellen vanuit hun aard voortdurend het leiderschap van de trainee op de proef. Ze laten zich hierbij niet van de wijs brengen door een professioneel uiterlijk, taalvaardigheid of gedrag van de trainee dat niet intern gedragen wordt. De deelnemers doorvoelen op authentieke wijze hun eigen gedrag en het effect daarvan op anderen. Onder begeleiding van de trainers vertalen ze dit gedrag naar de alledaagse praktijk. Het assessment en de resultaten daarvan worden hierdoor persoonlijk gedragen door de deelnemers. (Hondenspiegel, 2015)



Bij www.teambuilding.nl passen wij de verschillende activiteiten aan, aan uw situatie. Zo wordt er voor ieder een bepaald doel gekozen, daarna wordt er gekeken naar de methode, hoe gaan we dat doel bereiken? Ten slotte gaan we nadenken hoe we de theorie tot leven kunnen brengen en met welke activiteiten. Dit kan ook bij ons met dieren, zo hebben we de hondenspiegel, schapen drijven het paarden fluisteren.

Bibliografie

- All about team building. (2015, mei 13). Retrieved from
<http://www.allaboutteambuilding.com/teambuildingactivities/>
- Demand Media. (2015). Retrieved from <http://smallbusiness.chron.com/benefits-team-building-activities-25227.html>
- Hondenspiegel. (2015). Retrieved from <http://www.hondenspiegel.nl/Bedrijfsleven-Overheid/Voor-Bedrijven-en-Organisaties/Assessment>
- intens trainingen. (2015). Retrieved from
<http://www.intens.org/Methoden/outdoor/tabid/128/Default.aspx>
- outdoor experience. (2008). Retrieved from <http://www.outdoor-experience.nl/company.html>
- Sportscene Productions Limited . (2012). Retrieved from
<http://www.sportsceneproductions.co.uk/sports-promotion/outdoor-team-building-benefits.php>
- VCG Horses . (2015). Retrieved from <http://www.vcghorses.nl/paardencoaching/training-coaching?gclid=CMzTk4r31ccCFQMFwwod06slvA>