

● 1. ARBEITSBLATT

Titel: Anpassung an eine neue Arbeitskultur – Meine Erfahrungen und mein Plan

A. Selbstreflexion

1. In welchen Kulturen habe ich bisher gearbeitet oder gelebt?
.....
2. Was war meine größte Stärke bei der Anpassung an einen neuen Arbeitsplatz?
.....
3. Was war die größte Herausforderung bei der Anpassung?
.....
4. Welche Soft Skills möchte ich nach dieser Sitzung verbessern?
.....

B. Vergleich von Arbeitskulturen

Thema	Beobachtete Unterschiede	Meine Reaktion / Anpassungsstrategie
Hierarchie & Kommunikation		
Zeit & Pünktlichkeit		
Art des Feedbacks		
Teamarbeit		
Kleiderordnung & Erscheinungsbild		

C. Persönlicher Anpassungsplan

1. Um an meinem Arbeitsplatz besser kommunizieren zu können, werde ich:
.....
 2. Um kulturelle Missverständnisse zu vermeiden, werde ich auf Folgendes achten:
.....
 3. Personen oder Organisationen, die mich bei meinem Anpassungsprozess unterstützen können:
.....
-

● 2. NOTIZBLATT

Titel: Anpassung an eine neue Arbeitskultur – Meine Sitzungsnotizen

Thema	Meine Notizen
Allgemeine Merkmale der Arbeitskultur	
Hierarchie und Kommunikationsstil	
Feedback-Kultur	
Kleiderordnung und professionelles Auftreten	
Interkulturelles Bewusstsein und Empathie	
Strategien zum Konfliktmanagement	
Meine Rechte kennen und verteidigen	
Mein persönlicher Entwicklungsplan	

● 3. FEEDBACK-FORMULAR (Kurze Umfrage / Fragebogen)

Titel: Feedback zur Sitzung – Anpassung an eine neue Arbeitskultur

A. Bewertung (Skala 1–5)

Nr.	Aussage	Bewertung (1 = Stimme überhaupt nicht zu, 5 = Stimme voll und ganz zu)
1	Der Inhalt der Veranstaltung war für meine Erfahrung relevant.	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
2	Ich habe neue Einblicke in die Arbeitskultur gewonnen.	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
3	Ich bin mir interkultureller Sensibilität und Empathie bewusster geworden.	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
4	Ich habe praktische Methoden für Konfliktmanagement und Kommunikation gelernt.	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
5	Der Trainer hat sich klar ausgedrückt, war mitreißend und motivierend.	☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

B. Offene Fragen

1. Was war der nützlichste Teil dieser Sitzung?

.....

2. Welche Verhaltensänderungen werden Sie nach dieser Sitzung vornehmen?

.....

3. Welche Themen würdet ihr gerne in zukünftigen Veranstaltungen behandelt sehen?

.....