

Probiert den SCHub Check-In der Woche in eurem Meeting aus!

Warum ein Check-In? Meetings können ätzend sein. Aber das müssen sie nicht!
Der Social Change Hub (SCHub) hat sich darum gekümmert.

Check-Ins (5-10 Minuten) helfen jeder Person:

- vollständig (körperlich und geistig) im Meeting anzukommen und sich auf das bevorstehende Meeting zu konzentrieren („Okay, jetzt ist es Zeit für das Meeting!“)
- eingeladen zu werden, aktiv etwas beizutragen („Oh, ich muss auch etwas sagen?“)
- gehört zu werden („Wow, was ich sage, ist wichtig!“)
- sich psychologisch sicher fühlen („Schön, ich bin nicht die Einzige, die müde ist und einen Kaffee braucht?“)
- den Raum zu lesen („Wie geht es allen? Wie können wir uns gegenseitig am besten unterstützen?“)

Die Check-Ins, die der SCHub anbietet, sollen euch unterstützen, auch bei der Weiterentwicklung eurer:

- unternehmerischen Fähigkeiten (z.B. „Was wollt ihr heute lernen?“)
- nachhaltigen Fähigkeiten (z.B. „Was ist euer bevorzugtes nachhaltiges Unternehmertum?“)
- emotionalen Fähigkeiten (z. B. „Was begeistert euch in letzter Zeit am meisten an der Arbeit?“)

Try the SCHub Check-In of the week in your meeting!

Why a Check-In? Meetings can suck. But they don't have to! The Social Change Hub (SCHub) got you covered.

Check-Ins (5-10 mins) help everyone to:

- fully (physically and mentally) arrive at and focus on the meeting ahead (“Okay, now it’s meeting time!”)
- be invited to contribute actively (“Oh, I have to speak, too?”)
- be heard (“Wow, what I say matters!”)
- feel psychologically safe (“Nice, I’m not the only one who’s tired and needs some coffee?”)
- read the room (“How is everyone? How can we support each other best?”)

The Check-Ins that the SCHub provides are designed to also support you in further developing your:

- entrepreneurial skills (e.g. “What do you want to learn today?”)
- sustainable skills (e.g. “What’s your favorite sustainable entrepreneurship?”)
- emotional skills (e.g. “What excites you most about work lately?”)

Check-In of the week

1/7

**On a scale of one to YouTube
cat videos, how productive
were you at work this week?**

Check-In of the week

2/7

**What tasks are you
struggling with?**

Check-In of the week

3/7

**What is one thing
that you are looking
forward to today?**

Check-In of the week

4/7

**What's a company
that inspires you?**

Check-In of the week

5/7

**What is one random fact
you would like to learn
about your coworkers?**

Check-In of the week

6/7

**What are you doing today
that helps the environment?**

Check-In of the week

7/7

**What are you doing today
that helps the environment?**

**WENN DU MIT
EINEM GERÄUSCH
BESCHREIBEN
MÜSSTEST, WIE
ES DIR GEHT,
WELCHES WÄRE
DAS?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WAS HILFT
DIR WIEDER
IN NEUE
ROUTINEN ZU
KOMMEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WIE GEHT'S
DIR, WAS
TREIBST DU
SO?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WENN DU
GERADE
ÜBERALL SEIN
KÖNNTEST, WO
WÄRST DU
GERNE?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WELCHEN
SCHÖNEN
MOMENT DER
LETZTEN ZWEI
WOCHEN
MÖCHTEST DU
MIT DEN ANDEREN
TEILEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WAS
WÜNSCHT
IHR DEN
ANDEREN
DIESE
WOCHE?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WELCHES
BUCH
SOLLTEN ALLE
GELESEN
HABEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS WAR
DEIN
LIEBLINGS-
MOMENT AUF
DEM SCHUB
CAMP?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WORAN
MERKST DU
DASS DU
AUSBALANCIERT
BIST?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS HILFT
DIR WENN
DU
GESTRESST
BIST?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS GIBT
DIR EIN
GEFÜHL
VON
FREIHEIT?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WIE
BESCHREIBST
DU DAS
GEFÜHL
“VERTRAUEN”?**

CHECK-IN FRAGE

schub ●
social change hub ●

**WAS
BEGEISTERT
DICH
AKTUELL?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS NERVT
DICH DIESE
WOCHE?
WAS TUST DU
DAGEGEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS MACHST
DU AM
LIEBSTEN BEI
SONNEN-
SCHEIN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS HAST
DU SCHÖNES
AM
WOCHEN-
ENDE
GEMACHT?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS IST DEIN
LIEBSTES
NACHHALTIGES/
SOZIALES
UNTERNEHMEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS
MACHST DU
AM
LIEBSTEN,
WENN ES
REGNET?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WORAN
ARBEITEST
DU DIESE
WOCHE AM
LIEBSTEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WAS HAST
DU VON
UNSEREM
TEAMTAG
MITGENOM
MEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS HAT
DICH IN
LETZTER ZEIT
ZUM
LACHEN
GEBRACHT?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WAS
MÖCHTEST DU
IN DIESEM
JAHR VOM/IM
SCHUB
LERNEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WEM BIST
DU DIESE
WOCHE
DANKBAR
UND
WOFÜR?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WOMIT
HADERST DU
DIESE
WOCHE?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WIE HAT SICH
DIE LETZTE
WOCHE FÜR
DICH
ANGEFÜHLT?**

CHECK-IN FRAGE

schub
social change hub

**WAS IST
DEIN
HIGHLIGHT
DEINER
WOCHE?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WIE SOLL
SICH DIESE
WOCHE FÜR
DICH
ANFÜHLEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS WAR DAS
HIGHLIGHT
DEINER
LETZTEN ZWEI
WOCHEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 

**WAS IST DIESE
WOCHE MAL
SO RICHTIG
SCHIEF
GELAUFEN?**

CHECK-IN FRAGE

schub 
social change hub 