

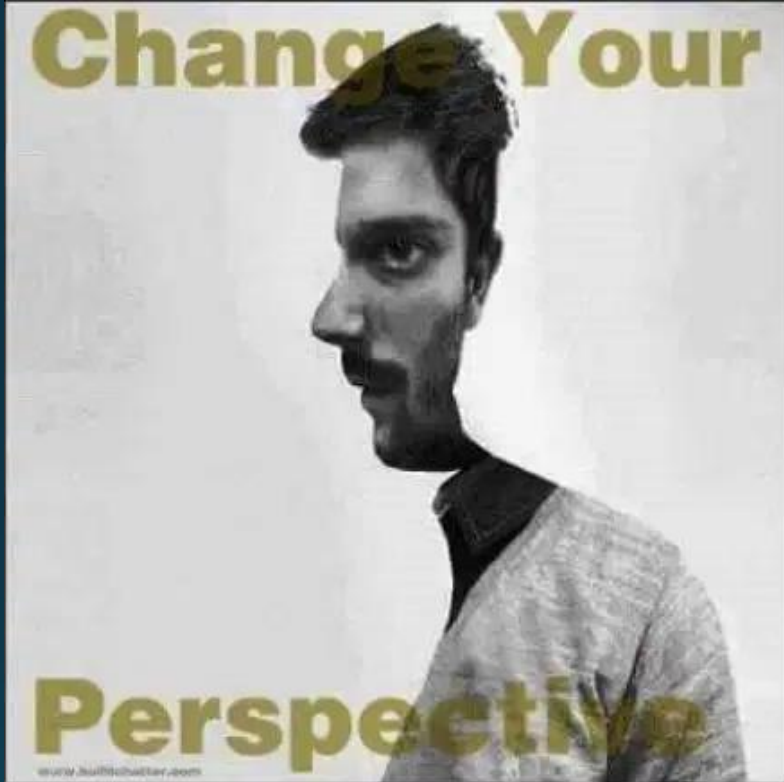


Persönlichkeits & Teamentwicklung

SELF LEADERSHIP

-

INVEST IN YOURSELF



„The happiness of life depends on
the quality of your thoughts“

Marc Aurelius

„IF YOU WANNA BE HAPPY
INVEST AT LEAST 40 % OF
YOUR TIME IN LEADING
YOURSELF“

WAS MACHE ICH in der Regel ...

um jemand zu sein

weil man es halt so macht

um mein Ego zu befriedigen

um anderen etwas zu beweisen

um zu ent-sprechen

aufgrund des Kerns meiner Persönlichkeit

aus voller innerer Überzeugung

weil es für mich total Sinn macht

um mir etwas zu beweisen

um zu wirken

WAS SIND MEINE AUFGABEN

1. MICH SELBST ZU FÖRDERN

- ✓ „Ich erkenne das Potenzial in mir“
- ✓ „Ich richte meine täglichen Handlungen danach, das Beste in mir zu entfalten“
- ✓ „Ich erkenne, dass sich meine Kompetenz aus Talent, Wissen und Erfahrung ergibt
- ✓ Ich erkenne, dass sich mein Engagement aus meinen Zielen, meinem Selbstbewusstsein und meinem Selbstvertrauen ergibt

WAS SIND MEINE AUFGABEN

2. MIR EIN VERSPRECHEN ZU GEBEN

- ✓ „Ich kann nicht lernen und mich entwickeln, ohne regelmäßig zu reflektieren“
- ✓ „Ich entwickle mein persönliches Kontrollsystem für meine Kompetenz und mein Engagement“
- ✓ „Ich nehme mir Zeit über mein Tun nachzudenken und setze dann Prioritäten“
- ✓ „Ich nutze meine Hilfsmittel“ (Loben, Dirigieren, Kritisieren, etc.)

MEINE HILFSMITTEL

1. LOBEN

2. DIRIGIEREN

3. KRITISIEREN

MEINE HILFSMITTEL

1. LOBEN

- ✓ „Es liegt an mir, die positiven Dinge zu erkennen und zu sehen“
- ✓ „Ich lobe nicht nur Ergebnisse, sondern auch meine Fortschritte“
- ✓ „Ich verspreche mir, dran zu bleiben und täglich mehr davon zu tun, was meinem Wesen entspricht“

MEINE HILFSMITTEL

2. DIRIGIEREN

- ✓ „Ich bestimme das Tempo und die Erwartungen an mich selbst“
- ✓ „Ich gebe mir wenn nötig neue Aufgaben > ich überprüfe, ist es die *fehlende Qualität/Kompetenz* oder das mangelnde Engagement, dass mein gewünschtes Ergebnis verhindert

MEINE HILFSMITTEL

3. KRITISIEREN

- ✓ „Ich prüfe genau, bevor ich mich kritisiere“
- ✓ „Ich erkenne, Kritik ist kein Mittel, um meine Kompetenzen zu steigern, sondern ein Mittel, um meinen Einstellungsproblemen zu begegnen. Sie dient dazu, mich wieder in die Spur zu setzen, wenn mein Engagement nachlässt“
- ✓ „Ich bin hart in der Sache und weich zur mir selbst“
- ✓ „Ich kritisiere mich erst, nachdem meine „Herdplatte“ abgekühlt ist“
- ✓ „Ich beziehe mich immer nur auf mein Verhalten in einem bestimmten Kontext“

MEINE PRINZIPIEN

1. VERANTWORTUNG FÜR MICH UND ANDERE ÜBERNEHMEN

2. LÖSUNGSORIENTIERT HANDELN

3. FOKUS AUF MEINE STÄRKEN LEGEN

4. SELBST-VERTRAUEN AUFBAUEN

MEINE PRINZIPIEN

1. VERANTWORTUNG ÜBERNEHMEN

- ✓ „Es liegt an mir, was ich aus den Gegebenheiten mache, die ich jeden Tag vorfinde“
- ✓ „Meine Aufgabe ist es zu lernen, mich selbst zu motivieren“
- ✓ „Ich stehe für all das gerade, was in meiner Verantwortung liegt“
- ✓ „Ich erfülle meine Aufgaben ohne dafür Lob zu erwarten“

MEINE PRINZIPIEN

2. LÖSUNGSORIENTIERT HANDELN

- ✓ „Ich erlaube mir Fehler, sie sind Resultate, aus denen ich lerne“
- ✓ „Ich nutze meine Energie, um Lösungen zu finden“
- ✓ „Ich bin in meinen Entscheidungen und Emotionen diszipliniert“

MEINE PRINZIPIEN

3. FOKUS AUF MEINE STÄRKEN

- ✓ „Ich lege den Fokus darauf, meine Stärken weiter aufzubauen“
- ✓ „Ich möchte meine tatsächlichen Talente und Stärken entdecken und weiter fördern“

MEINE PRINZIPIEN

4. SELBST-VERTRAUEN ERZEUGEN

- ✓ „Ich weiß, wenn ich mir vertraue, geht alles leichter“
- ✓ „Ich lerne täglich, mir selbst mehr zu vertrauen“
- ✓ „Ich erkenne, dass ich durch mein TUN zu dem werde, der ich sein will“
- ✓ „Ich weiß, die größten Feinde des Vertrauens sind *Angst, Mangel an Kommunikation, Fehler zu verdecken, mangelnde Konsequenz, unsachgemäße Kritik und Lügen*“