

Ich bin okay | Nicht ich bin
egal, was | das Problem,
ihm denkt | sondern du.
es sagt

10-14.11

- Ich bin nicht okay -

- Sowie du, geht nicht -

Stärke $\rightarrow$ emotional 3

- Immer ich -

Emotionale
Berechenbarkeit

invalidieren = ungültig
vs. machen emot. Erfahrung
durch Unberechenbarkeit
oder Unsensibilität

Neuronale Grundlage Von Empathie - mitfühlen

Neocortex - Denken



ANS - Amygdala -> Emotionen

Zwischenhirn

Freude

Kleinhirn

Tränen

Hirnstamm

Angst

Aggression

Erschrecken

Ekel

Spiegelneuronen

↳ Gehirn
muskuläres Geschehen

↳ Empathie durch G

Beschützen von 7-11-jährigen
von Risiken
↳ Helikoptern

- Angslichkeit als Leitlinie
des Fingern
- Vänder zum Selbstverw. Plan
de Fluch

Wie kann ich
Selbstbewußtsein &

& Leistungsverantwortlich-
keit entwickeln...

→ Verantwortlichkeit

→ beim Judeln zwischen

→ Mach auch Fehler → okay

→ Verharmen, Augenhöhe

→ Voreinander sehen

→ Partizipation → Miteinander

→ Fordern

Was, wenn ich in einer
Schwierigen Situation,

Krise bin?

~~Krise lösen → dann -L~~

Ich bin mit y-O-

immer okay

Versöhnung & Akzeptanz

macht Möglichkeiten

& Basis für Erfüllung

Der Einfluss der Gruppe

- > auf unsere Urteilsbildung
 $2 + 2 = 5,6$
- Selektive Wahrnehmung

> 2 Selbstesfüllende

Prophezeiungen

> Milgram - wie funktioniert

> Eskalationsspirale

> Umgang mit aufgelegten &
sordenden "Kindern"

Positivsichten

→ Verantwortlich

→ Digital Natives

→ Gesundheitsbewußt

→ Wert: Life Balance

→ Selbstbewußtsein

→ Arbeit macht Spaß

→ Innovation, Flexibilität

→ Beziehung als Fundament
ist unveränderl

4 Richtungen
Sichweise / Stärken
Verhalten
Nähe

Entscheidung
für
Arbeitsleben
noch

Distanz

Unsere Stärken

→ = unsere Schwächen

Verhalten = Rolle + PSK

→ Typenverhalten gehört

an der Erfahrung / Realität
Vorher

Gleich & gleich gesellt sich

Gewinn: Spannung
Viel Bestätigung

Gegensätze ziehen sich an

NÄHESTREBUNG

Wer klug ist im Gespräch wird immer mehr an den denken mit dem er spricht als an das, was er sagen möchte.

Schopenhauer

- wichtig ist der Mensch
- wenn alle zufrieden sind, dann ist alles okay
- Harmonie im Team ist am wichtigsten für eine gute Arbeit
- Probleme und Konflikte löst man durch reden
- Lob ist ein wichtiger (der wichtigste) Motivator
- die beste Kommunikation ist immer authentisch

empathisch, gute Zuhörer,
vermittelnd, herzlich,
motivierend, emotional
kompetent, verstehend,
teamfähig,
unterordnungsfähig

Weicheier, befindlich
Opfaster, verlogen Hi Mi Pi
durchsetzungsschwach
unklar, jedes macht, was er will
Konfliktscheu

WECHSELSTREBUNG

Das Leben ist immer das, was passiert, während du gerade andere Pläne machst.

John Lennon

- Flexibilität löst Probleme
- ein individuelles Eingehen auf Probleme ermöglicht konstruktive Lösungen
- Fehler sind eine Quelle der Verbesserung
- wenn jeder tut, was die Situation verlangt, dann ist alles okay
- Veränderung ist Weiterentwicklung ist Verbesserung

flexibel, improvisationsfähig,
locker, gelassen, krisensicher,
fehlertolerant, großzügig,
begeisterungsfähig

- Potential für „Chaos“
- Laissez Faire
- Roter Faden geht schief
Unter
- Aufschieben von Problemen
- Weitsicht ist entfernt
- Verantwortlichkeit ist vage
- Beständigkeit fehlt,
Unruhig

DISTANZSTREBUNG

Klarheit und Wahrheit geht vor Schönheit und Harmonie

- wichtig ist das Ergebnis
- Probleme brauchen Handeln
- Streit im Team ist wichtig
- Lob macht träge – Menschen sind bequem
- die beste Kommunikation ist strategisch
- wo viel Harmonie ist, wird auch viel gelogen

klar, präzise, eigenständig,
konfliktbereit, feste
Standpunkte, streitbar,
emotional unabhängig

- Unruhbar

- lassen nicht mit sich reden (Star)

- „Streckhähne“

- „Unruhe stifter“ – bringen Unruhe ins Team

- senkt Motivation im Team

DAUERSTREBUNG

Ordnung ist das halbe Leben

- Probleme können mit einer guten Planung vermieden werden
- Fehler entstehen durch eine chaotische und unsystematische Arbeitsweise
- wichtig sind klare Festlegungen
- wenn jeder tut, was er soll, dann ist alles okay
- Strukturen schaffen Verlässlichkeit

genau, zuverlässig,
strukturiert, planvoll,
einordnungsbereit,
detailgetreu, beharrlich

→ Unflexibel / fest gefahren

→ weniger empathisch

→ Ablehnung gegenüber Innovation

→ sehr intensiv

→ Fehler intolerant

→ autoritäres Verhalten

Johann-Fenster

Ich weiß

+

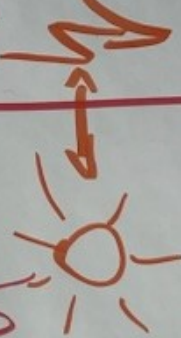
-

Tippspunkte

blinder

Fleck

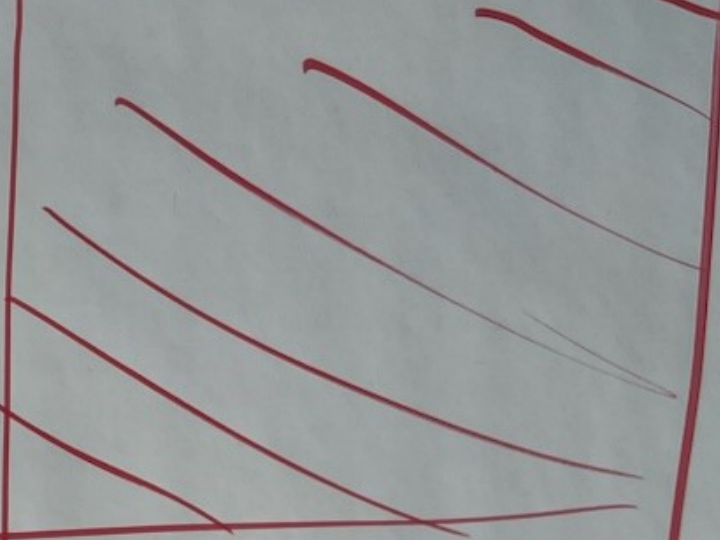
hellfeld



+

Du weißt

Geheimnis



Triggerpunkt

→ das, was du ablehnst,
weil du das Gegenstück
bevorzugst! oder

(PSK) was dir tatsächlich
fehlt

Gegenstände verknüpfen
sich schneller durch

überstarkte Wahrnehmung
der Schattenseiten