



Monat 5

Der Austrittsprozess

**Kündigungsgespräche**

**Video zum Inhalt des Moduls:**

<https://vimeo.com/user62603720/download/385007469/37cae2dd86>

**Bonus für HR-Club:**

<https://vimeo.com/447088532/db9bef208f>

<https://dianarothcoaching.com/was-hr-von-einer-schauspielerin-lernen-kann-185/>

<https://dianarothcoaching.com/zu-viele-stellenprozente-179/>

**Zum Sehen (Videos aus Kursen, Workshops, Facebookschulungen)**

Video mit Erklärung dazu:

<https://vimeo.com/204647885/759e513732>

Austrittsgespräche:

<https://vimeo.com/225401885/6c37941b7e>

Zeugnisse in der Selektion:

<https://vimeo.com/313975477>

MAG und Zeugnisse:

<https://vimeo.com/299458156/116c0daede>

**Zum Hören:**

<https://dianarothcoaching.com/kuenigung/>

*Zum Lesen:*

<https://dianarothcoaching.com/charaktersache-kuendigung/>

**Aufgabenblatt.**

**Fast Halbzeit.**

Ab Mai erhältst Du die Möglichkeit Dich zu dem Passiv HR-Club anzumelden. Mehr dazu dann im Mai.

Nur so viel: Du kannst zum halben Preis verlängern und Dir wie bisher Deinen Nutzen holen.

Bevor wir weitermachen, möchte ich jetzt von Dir wissen:

Hast Du Dir Zeit zum Feiern genommen?

Ja klar!

Noch nicht – aber ich habe es mir für den.....fest vorgenommen.

**Es geht weiter auf der Reise zur erfolgreichen HR-Frau:**

Ergänze diesen Satz:

Ich, ....., bin so glücklich und stolz, weil ich

.....  
.....

Trage Deinen Namen und Deine korrigierte, angepasste Zielformulierung ein und frage Dich:

Wer von Deinen Freunden, Vertrauten denkt gross und klar.

Halt jetzt kurz inne und rekapituliere:

Hast Du den vorherigen Schritt KOMPLETT getan, also Dein Ziel auf gute Weise formuliert.

Die HR-Masterclass© kann Dich zu Deinem Ziel führen, wenn Du die Aufgaben überdenkst, bearbeitest und auf Deine Art und Weise erfüllst.

Ja ich habe für mich mein Ziel verfeinert, korrigiert, angepasst und wenn ich es so lese, empfinde ich Vorfreude.

□Nein – irgendwie klappts nicht. Ich habe noch keine perfekte Zielformulierung gefunden. Ich gehe mit den Aufgaben erst weiter, wenn ich sie für mich gefunden habe.

Und jetzt: werfe Konfetti über Dich – denn Du bist der WAHNSINN.

Ich weiss, es ist eine wahre Meisterleistung aus einem Wunsch, einer Vision ein konkretes Ziel zu formulieren.

Herzlichen Glückwunsch!

Jetzt geht es an die Aktivierung des Ziels.

Setze Dich in Deinen Lieblingsstuhl, trinke Dein Lieblingsgetränk, schalte alle Störmittel aus.

Lehn Dich zurück und schliesse die Augen. Reise in Deiner Vorstellung in die Zukunft.

Just bis zu dem Zeitpunkt, an dem sich Dein Ziel erfüllt hat.

Schwelge einen Moment in diesen Bildern.

Und dann beschreibe 2 Zielbilder kurz und mit emotionalen Worten hier nachstehend.

Dieser Schritt ist wichtig – denn unsere Emotionen sind es die Ziele in Erfüllung bringen und nicht sachliche Phrasen.

Zielbild 1:

.....  
.....  
.....

Zielbild 2:

.....  
.....  
.....

Mache die beiden Bilder auf Deine Art und Weise. Fotografiere sie. Setze sie (nur wenn Du magst) in unsere Gruppe. Glaube mir, damit machst Du es kraftvoller und machbarer.

Und jetzt bitte ich Dich Dir Gedanken zu machen, warum Du dieses Ziel unbedingt erreichen willst.

Deine guten Gründe:

Du musst dieses Ziel UNBEDINGT erreichen, weil Du dann, wenn Du es dann nicht schaffst.....

.....  
.....  
.....

Schreibe hier die negativen Konsequenzen hin.

Du musst dieses Ziel unbedingt erreichen, weil Du dann, wenn Du es schaffst:

.....  
.....  
.....

Schreibe hier die positiven Konsequenzen auf.

Lies Dir Deine positiven Gründe gut durch.

Streiche den wichtigsten Punkt DICK an.

Abschliessend lade ich Dich jetzt ein eine Selbstverpflichtungserklärung zu erstellen.

Hier ein Beispiel:

„Ich, Anna, entscheide mich hiermit, meine hinderlichen Gewohnheiten, Lebensskripte zu meiner HR-Arbeit umzustellen/anzupassen und mich voll und ganz auf meine Reise und die HR-Masterclass© einzulassen.

Ich verpflichte mich, Schritt für Schritt auf diese Reise zur HR-Frau zu gehen und mein Handeln und Tun damit so zu optimieren, dass ich nach 12 Monate bin stolz sagen kann: „Ja – ich habe mich deutlich in meinem Unternehmen positioniert!“.

Ich weiss, dass mein Erfolg in meinem Kopf, in meinen Gefühlen und in meinen Gewohnheiten beginnt.

Ich selbst trage die volle Verantwortung für diesen Erfolg und meine Veränderungen.

Ich werde mich auf meinen Fortschritt konzentrieren und in den kommenden Wochen, jede Herausforderung als Chance ansehen, etwas für mich dazuzulernen!“.

Ort, Datum: .....

Hier nochmals die wichtigsten Fragen, die **Dir an 21 Tagen im Monat** vor dem Einschlafen stellen solltest. Dies betrifft insbesondere die Arbeitstage. Dieses Programm ist für den beruflichen Kontext gemacht. Ganz wunderbar wäre es, wenn Du Deine privaten Ziele ebenso behandelst.

**HR-Tagebuch:**

**Für wen hast Du HEUTE den Unterschied ausgemacht?**

**Wofür bist Du HEUTE besonders dankbar?**

**Was tust Du in diesem Monat jeden Tag nur für Dich?**

**Welchen einen Menschen hast Du von Deiner Fachexpertise überzeugt?**

**Welche persönliche HR-Guideline willst Du Dir erschaffen und schriftlich festhalten. Wie sind Deine persönlichen 10 Gebote?**

**Das Ein-Wort-Fazit des Tages:**