



Modul November Psychologie etc.

Lektionen:

Video1:

<https://vimeo.com/423995818/f2ad17efa4>

Video2:

<https://vimeo.com/423996554/bdb8eed593>

Zum Nachschauen:

<https://vimeo.com/423996857/91dee0abf8>

Zum Hören:

<https://dianarothcoaching.com/sei-kantig-nur-nicht-eckig-156/>

<https://dianarothcoaching.com/beurteilen-oder-beobachten-152/>

Zum Lesen:

<https://dianarothcoaching.com/es-ist-nie-zu-spaet-fuer-einen-aber-mitarbeiter/>

Aufgabe:

Erinnerst Du Dich noch an unsere Anfangsfragen?

Es ist Zeit, Deine Ergebnisse festzuhalten.

Beantworte die folgenden Fragen nur für Dich. Nutze die Skala 1 bis 10.

1 bedeutet sehr schlecht und 10 sehr gut.

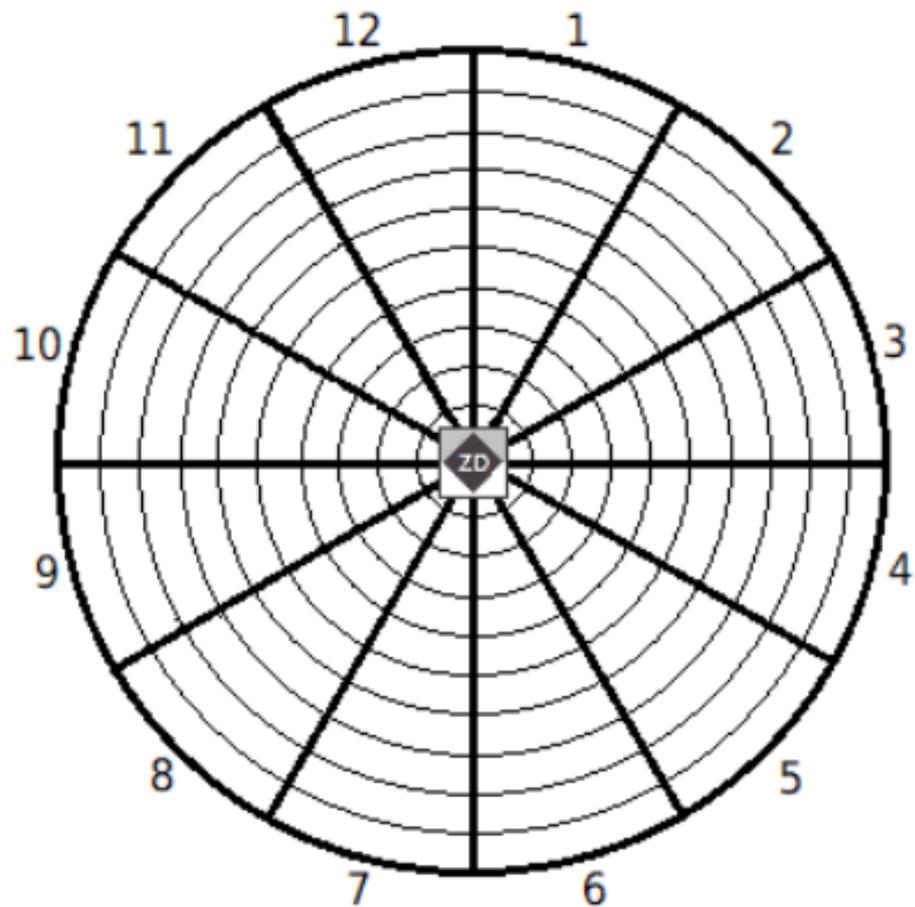
Wenn Du im Moment nicht in einer Anstellung bist, dann beziehe Dich in den Antworten auf Deine letzte Anstellung:

- 1.) Wie beurteile ich meine Positionierung im jetzigen Unternehmen?
- 2.) Was habe ich täglich dafür getan, dass ich von den Mitarbeitenden gesehen und gehört wurde?
- 3.) Was habe ich täglich dafür getan, dass ich von den FK gesehen und gehört wurde?
- 4.) Was habe ich täglich dafür getan, dass ich von der GL gesehen und gehört wurde?
- 5.) Wie schätze ich mein Selbstwertgefühl ein?
- 6.) Wie schätze ich mein Wohlbefinden in meiner HR-Position ein?
- 7.) Wie stark deckt sich mein Rollenverständnis mit dem der GL?
- 8.) Wie schätze ich mein Selbstbild ein?
- 9.) Wie setze ich mein Durchhaltevermögen bezüglich HR-Belangen ein?
- 10.) Wie schätze ich meine Diplomatie ein?
- 11.) Wie stark merkt man mir an, wenn ich nicht einverstanden bin?
- 12.) Wie betriebswirtschaftlich handele ich?

Zeichne Dein Ergebnis ein. Verbinde sodann die Punkte, so dass ein Spinnennetz entsteht.

Vergleiche sodann Dein Anfangsergebnis mit dem jetzigen Ergebnis (erste Aufgabe),

Ziehe Dein Fazit.



Wenn du Dir ein Ziel ausserhalb Deiner bekannten Komfortzone aufgestellt hast, tauchen immer und immer wieder WI-Fragen auf.

Wie komme ich dahin?

Wie kann ich das nur realisieren?

Wie kann ich es beschleunigen?

Jeder von uns verfügt über eine limitierte Anzahl von Lösungsmöglichkeiten. Daher nutzt das „out of the box Denken“ .

Lade dazu Deinen Buddy zum Skype-Treffen ein und macht für eine Stunde (stellt bitte einen Wecker) nur dieses Spiel:

Welche Ideen gibt es noch, damit das Ziel erreicht wird?

Und dann sagt ihr alles was euch einfällt.

Es gibt kein JA – ABER – nur Lösungsvorschläge.

Jede jede, auch die scheinbar verrückteste, kommt auf ein Blatt, Flipchart, Whiteboard – wie auch immer. Gönn Dir ein paar Minuten.

Wenn der Wecker klingelt, hört ihr sofort auf und sucht euch die 3 – 5 Ideen heraus und bespricht, was wie umgesetzt werden könnte.

Guter Erfolg ist selten eine Einzelanstrengung, sondern ein Ergebnis von Kooperationen.

Mach es Dir jetzt einfach.

Hole Dir Hilfe.

Liste mindestens 3 Menschen auf, die Du Rat bitten könntest.

1.) Name: _____ Kontaktaufnahme dann: _____

2.) Name: _____ Kontaktaufnahme dann: _____

.....

Setze Dich mit einem Notizbuch hin, trinke eine Tasse Tee/Kaffee/Schokolade und überlege mal:

Welche kleinen und grossen Erfolge kannst Du bis hierher verzeichnen?

Bitte liste sie alle auf – auch die kleinen! Jeder Schritt nach vorne ist ein Erfolg.

Womit bist Du zufrieden?

Was läuft nicht so, wie Du es Dir wünschst?

Welche Korrekturen an Deiner inneren Einstellung bzw. Deiner äusseren Strategie möchtest Du vornehmen?

Bitte gehe diesen Erkenntnissen NICHT aus dem Weg.

Auch wenn Sie unangenehm sind.

Schau nüchtern hin.

Wenn Du das Gefühl hast, Dich über einen längeren Zeitraum angestrengt zu haben, und dennoch nicht vorwärts zu kommen, dann empfehle ich Dir dringen, etwas Geld in ein professionelles Coaching zu investieren.

Es kann sein, dass es einen blinden Fleck in Deiner Erfolgsstrategie oder Deiner Eigenwahrnehmung gibt, der für unnötige Reibung und Leid sorgt.

Das muss nicht sein.

Bonus:

Zum Abschluss habe ich im Oktober 4 Termine für die kostenfreien 30 Minuten freigegeben.

(12.—15.10.2021).

In den kommenden Monaten (6) hast Du daher die Möglichkeit **70 Minuten Masterclasscoaching**

50 Prozent günstiger zu bekommen.

Statt 280.00 Euro nur 140 Euro.

Dieses einmalige Angebot gilt

Ich vergebe nur **10 Coachings** zu diesem Preis.

Hier der Link. Es bedarf einer Buchung über dieses Tool:

<https://dianarothcoaching.com/coaching-fuer-personalerinnen/>

Hier der Rabatt-Code: **Master**

Termine stehen Dir im November zur Verfügung.

Buche hier direkt:

<https://dianarothcoaching.com/termin-buchen/>

.....

Der Weg zu Deinem Ziel löst hin und wieder Stress aus.

Denn – Du dehnt Deinen Geist.

Du handelst ausserhalb Deiner Komfortzone.

Die Kunst besteht darin,

den Stress willkommen zu heissen und ihn wohlwollend zu behandeln.

Daher meine abschliessenden Tipps:

1.) Atme öfters langsam und bewusst aus.

2.) Entspanne dabei die Schultern.

3.) Zieh' die Mundwinkel nach oben und lächle.

Manche Ziele erreichen wir überraschen schnell.

Andere bewegen sich eher spröde auf uns zu.

N a und???

Geniesse Dein Leben im JETZT.

Und handle jeden Tag mindestens 3 x für DEIN Anliegen.

Mit Freude.

Jede Handlung kann ein Akt der Selbstfürsorge sein.

Und noch etwas: die erfolglosen Personaler trennt nicht mangelndes Talent von den erfolgreichen, sondern das Fehlen von langem Atem.

Ihnen geht die Luft aus.

Sie haben keine Geduld.

Sie widmen sich immer wieder NEUEM und beenden nicht das Alte:

Liebe HR-Kollegin, du bist jetzt schon so weit gegangen – sei weiterhin smart.

Bleib`Dir treu und verändere Dich.

Gehe in Deinem Tempo.

Wach und entschlossen und zeige dem Universum oder das was uns leitet:

Du willst es wirklich, wirklich, wirklich und lebe so, als sei Dein Ziel bereits in Erfüllung gegangen.

Kleide Dich entsprechend.

Erkenne Dich und Dein Ziel an.

Lobe Dich.

Werfe Konfetti über dich.

Gehe selbstbewusst und dankbar durch die Büroräumlichkeiten.

Erzähle Deiner besten Freundin, Deinem Partner in der Gegenwartform von Deinem Ziel.

Und wenn Du bis jetzt Dein Ziel nicht geschafft hast: sei nicht traurig.

Manche Vorhaben brauchen länger.

Denk an den Bambus.

Hier: <https://dianarothcoaching.com/coaching-fuer-personalerinnen/>

Das Jahresprogramm ist fast zu Ende und unsere Wege trennen sich oder Du bist im HR-Club dabei!

Nun stehst Du vor einer entscheidenden Wahl.

Die Wahl der HR-Meisterinnen.

Es sind die unreifen Personalerinnen, die an der Vorstellung des leichten Erfolgs über Nacht glauben.

Sie sind es, die schnell frustriert sind und zu schnell aufgeben.

HR-Meisterinnen wissen jedoch genau: es geht nicht nur um das Erreichen eines Ziels, sondern um das tägliche Praktizieren.

Der Weg ist ein Geschenk.

Er schult Dich in Demut, Entschlossenheit, Durchhaltevermögen, Hingabe und auch Dankbarkeit.

Gib nicht auf.

Jeden Menschen, den Du für irgendetwas bewunderst, stand genau wie Du an dieser Weggabelung.

Aufgeben, weil das Ziel so lange braucht – oder auf jeden Fall dranbleiben.

Es ist eine wunderbare erfüllende und bestärkende Erfahrung, wenn Du Dich entscheidest, einen langen Atem zu beweisen und etwas bis zur Vollendung durchzuziehen.

Starte morgen wieder mit dem ersten Schritt....Du erinnerst Dich: Modul 1. Lies es, als hättest Du es noch nie gelesen.

Gründlicher.

Intensiver.

Wacher.

Offener.

Was hast Du übersehen?

Egal – Du hast Dich 12 Monate mit Zielerreichungstechniken und HR umgeben.

Das ist aussergewöhnlich.

Ich danke Dir aus tiefstem Herzen, dass Du so viele kostbare Momente Deines Berufslebens mit mir und der Gruppe geteilt hast.

Herzlich, Diana

