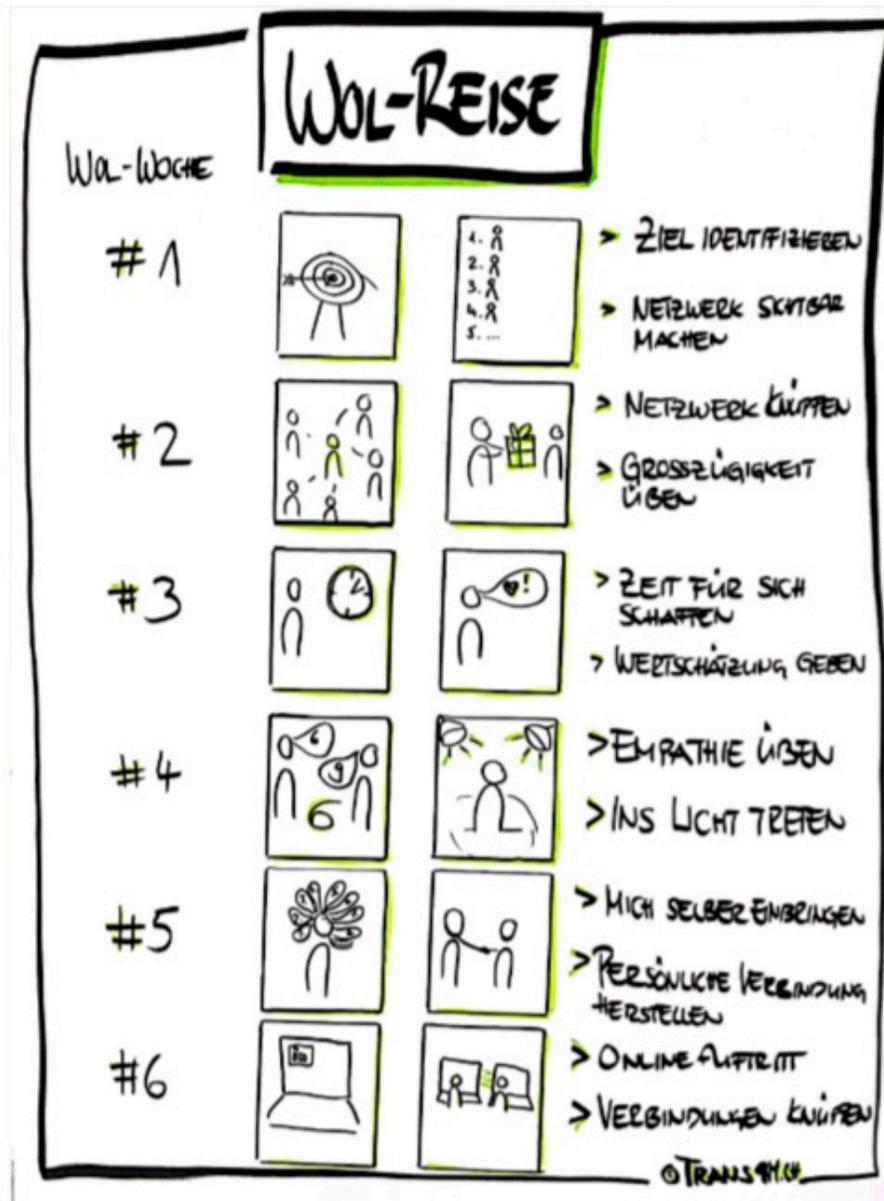


Working Out Loud



Mittels sichtbarer Arbeit und Grosszügigkeit wertvolle Beziehungen aufbauen um ein sich selbst gestecktes Ziel - und noch viel mehr - zu erreichen.

Was passiert in 12 Wochen Working Out Loud?



#1 Schärfe deine Aufmerksamkeit

Eigenes Ziel definieren
Beziehungsliste zur Unterstützung erstellen

#2 Biete deine ersten Beiträge an

Erste Kontakte knüpfen
Eigene Haltung zu Grosszügigkeit reflektieren

#3 Mach drei kleine Schritte

Eigene Zeitinseln schaffen, um zu Handeln
Wertschätzung schenken

#4 Erlange Aufmerksamkeit

Persönliche Kommunikationsbeispiele reflektieren
Wertbeiträge für dein Netzwerk formulieren

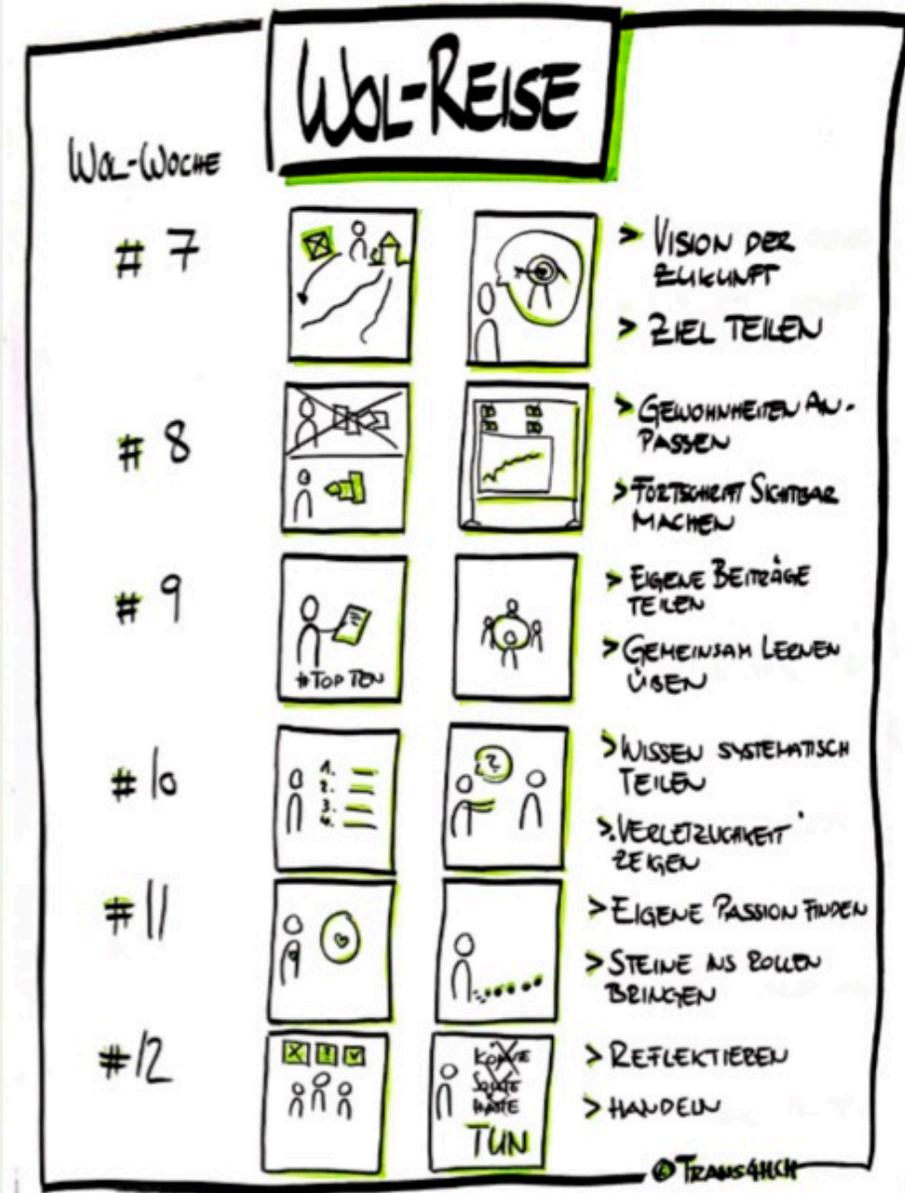
#5 Mach' es persönlich

Fakten über Dich zusammenstellen
Persönliche Verbindungen herstellen

#6 Werde sichtbar

Eigenes Profil aktualisieren
Verbindungen und Kontakte aktivieren

- #7 **Sei zielgerichtet**
Ein Bild der eigenen Zukunft malen
Zukünftige Ziele teilen
- #8 **Mach' es zur Gewohnheit**
Eigene Gewohnheiten überdenken
Fortschritte sichtbar machen
- #9 **Entwickle eigenständige Beiträge**
Beiträge mit Mehrwert formulieren
Persönliches Lernen reflektieren
- #10 **Werde systematischer**
Wissen von ad hoc zu systematisch teilen
Vertrauen durch Verletzlichkeit fördern
- #11 **Stell' dir die Möglichkeiten vor**
Eigene Passion identifizieren
Steine ins Rollen bringen
- #12 **Reflektiere und feiere**
Eigene Fortschritte zum Ziel reflektieren
Konkrete Handlungen ableiten



WAS IST WOL 2?

4-5 PERSONEN

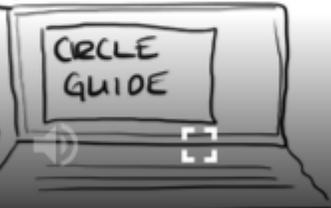


- JE EIGENES ZIEL

CIRCLE



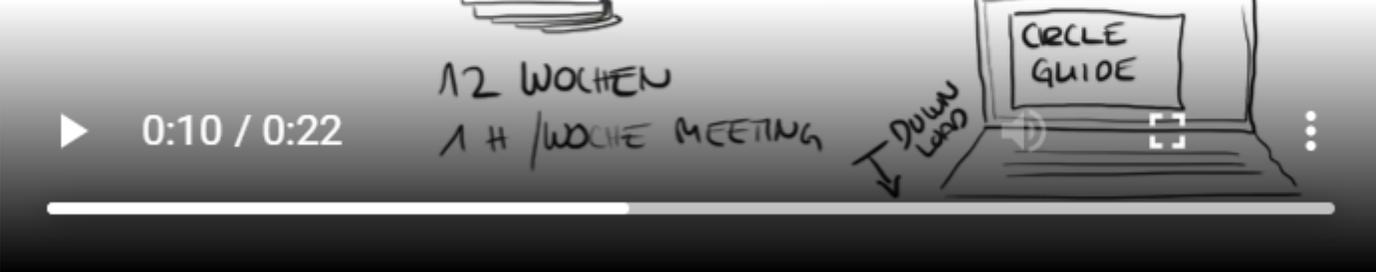
- CIRCLE GUIDE
- CHECK-INS
 - ÜBUNG 10'
 - DISKUSSION



▶ 0:10 / 0:22

12 WOCHEN
1 H / WOCHE MEETING

↓ DOWN LOAD





What happens in the circle, stays in the circle

-> Sicherer Ort, um Dinge auszuprobieren und
offen zu reden

Kleine Schritte über 12 Wochen

-> nachhaltige Veränderungen

Kurze Übungen

-> realistisches Zeit-Investment (12 x 1-2 Std)



Lust auf einen Circle?

Melde Dich bei mir! Wir formen gerade Circles mit
Personen aus der Schweizer Bildungslandschaft!