



ONLINE-TRAINING FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE
Wie Sie die Führung von Mitarbeitern heute und morgen erfolgreich meistern.

Herzlich Willkommen!

Meine Lebens-Vision, mein Lebens-Sinn, mein innerer Kompass

Modul 5 - Video 2

Was lernen Sie in diesem Video?

- Warum ist das „Warum?“ für meine Motivation im Leben und bei unserer Arbeit heute wichtiger denn je?
- Welche Wege gibt es (exemplarisch), um diesem „Warum?“, also unserer Lebens-Vision und unserem Lebens-Sinn näher zu kommen?
- Wie mache ich mir meinen inneren Kompass bewusst, den ich brauche, um mich selbst und mein Team integer führen zu können?

Frage: „Wohin soll die Reise gehen?“

=

Frage: „Welchen Sinn möchte ich
meinem Leben geben?“

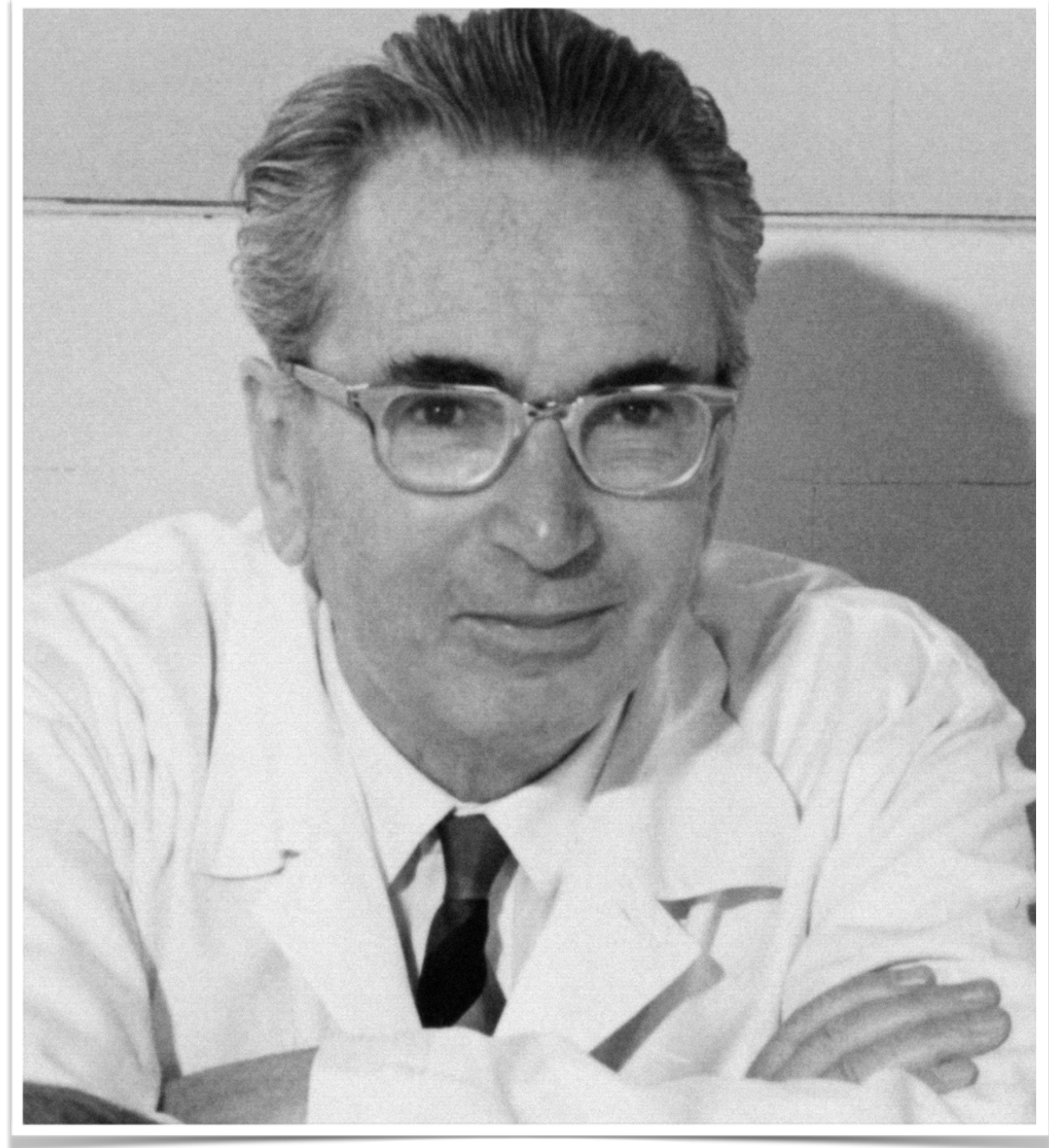
Energie kommt von Motiv kommt von Vision

- „Ich behaue jeden Tag Steine. Einen nach dem anderen. Tag für Tag.“
- „Ich behaue jeden Tag Steine. Einen nach dem anderen. Tag für Tag. Daraus werden schöne Fenster- und Türrahmen gebaut.“
- „Ich behaue jeden Tag Steine. Einen nach dem anderen. Tag für Tag. Daraus werden nicht nur schöne Fenster- und Türrahmen gebaut, sondern eine ganze Kathedrale. Ohne meine Steine ging das nicht. Ich bin Teil von etwas Großem.“



Viktor Emil Frankl

- Viktor Frankl, Wien, 1965, Viktor-Frankl-Archiv (Foto von Prof. Dr. Franz Vesely)
- „...trotzdem Ja zum Leben sagen: Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“



„Hat man sein Warum des
Lebens, so verträgt man sich fast
mit jedem Wie.“

Friedrich Nietzsche, Götzen-Dämmerung, Sprüche
und Pfeile, 12

Das „Warum?“ des eigenen Lebens

- Die meisten Menschen kennen ihr „Warum?“, ihren Sinn des Lebens, nicht.
- Früher: Instinkte - „Das **musst** Du tun, um zu überleben!“
- Später: Soziale Normen - „Das erwarten wir von Dir! Das **sollst** Du tun!“
- Heute: Stetiger Wandel und Multioptionsgesellschaft - „Was **willst** Du tun?“
- Ohne unseren eigenen Sinn des Lebens haben wir keinen Kompass, wir wissen nicht, wo wir letztlich hinwollen.

Wie finde ich den Sinn (in meinem Leben und in meinem Beruf)?

- **Prinzip 1:** Wir können unsere Einstellung gegenüber allem frei wählen, was uns widerfährt.
- **Prinzip 2:** Wir können unseren Willen zum Sinn erfüllen, wenn wir uns bewusst für sinnvolle Werte und Ziele engagieren.
- **Prinzip 3:** Wir können in jedem Augenblick unseres Lebens Sinn entdecken.



Wie finde ich den Sinn (in meinem Leben und in meinem Beruf)?

- **Prinzip 4:** Wir können lernen zu erkennen, wie wir nicht gegen uns selbst arbeiten.
- **Prinzip 5:** Wir können uns aus der Distanz betrachten, um Einsichten und neue Perspektiven zu entwickeln - und um über uns selbst zu lachen.



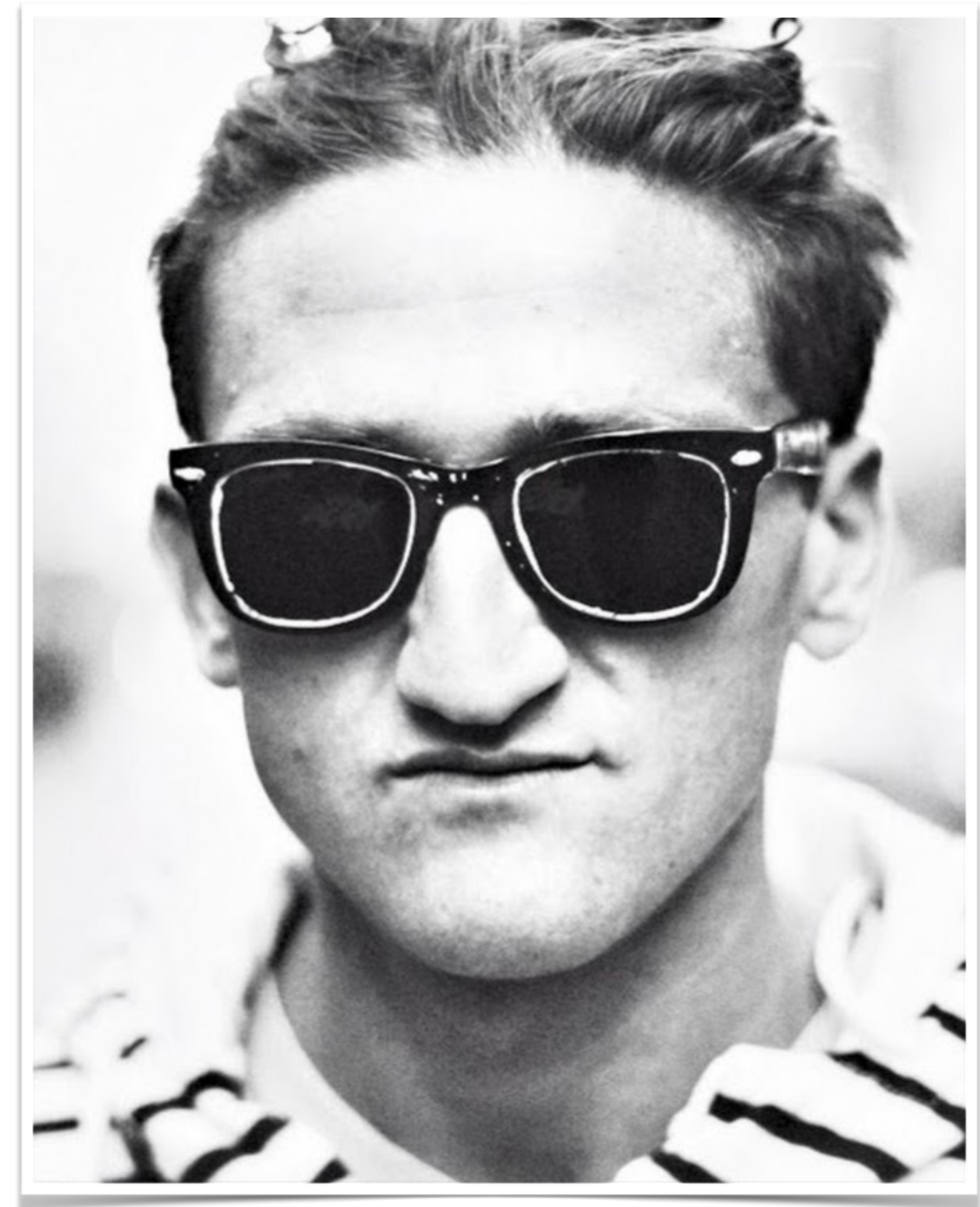
Wie finde ich den Sinn (in meinem Leben und in meinem Beruf)?

- **Prinzip 6:** Wir können unsere Aufmerksamkeit so lenken, dass wir auch sehr schwierige Situationen bewältigen.
- **Prinzip 7:** Wir können über uns hinauswachsen und die Welt verändern, und sei es nur ein kleines bisschen.
- **Prinzip 8:** Was bereitet mir Freude?



Casey Neistat

- US-amerikanischer Filmregisseur, Filmproduzent und YouTube-Persönlichkeit (Jahrgang 1981)
- „Nimm irgendeinen Job an. Dann merkst Du, was Du magst und was Du nicht magst, was Du kannst, was Du nicht kannst. Dann such' Dir - falls es noch nicht passt - einen neuen Job.“ (sinngemäß übersetzt)
- https://de.wikipedia.org/wiki/Casey_Neistat



make it count

Filter ▼



Make It Count

CaseyNeistat ✓

vor 5 Jahren • 25.428.495 Aufrufe

follow me on snapchat - caseyneistat ch

<https://www.youtube.com/snapstories> o

Ermittlung der wichtigsten Werte

- Variante 1: Aus einer langen Liste von Werten die heraus suchen, die einem am besten zusagen.
- Variante 2: Zu jedem Lebensbereich spontan die 2-4 wichtigsten Werte benennen.
- Variante 3: Schauen Sie sich Ihr Leben konkret an: Womit verbringen Sie die meiste Zeit? Wann regen Sie sich auf? Wann fühlen Sie sich wohl?

Meine Werte

- Meine Werte im Lebensbereich Karriere/Arbeit...
- Meine Werte im Lebensbereich Beziehungen...
- Meine Werte im Lebensbereich Emotionen...
- Meine Werte im Lebensbereich Freizeit...
- Meine Werte im Lebensbereich Finanzen/ Geld...
- Meine Werte im Lebensbereich Spiritualität...

Unserer innerer Kompass im Wandel

- Unser Leben, unsere Welt, alles ändert sich immer schneller und tiefgreifender - bei gleichzeitig immer mehr Möglichkeiten und Chancen.
- Unser Identitätsverständnis wird herausgefordert: Wer bin ich? Welche Werte vertrete ich? Wer sind wir? Welche Werte leben wir? Und wie können wir diese Werte am besten vertreten?
- Frankl: „Wenn wir danach handeln, wofür wir einstehen, dann harmonisiert unser Leben mit unserem Sinn - und das ist wahre Freiheit.“



„Erkenne Dich
selbst.“

Inschrift des Orakels von Delphi



Zusammenfassung des Videos

- Wenn es um Orientierung im Leben geht, ist Weitblick gefragt. Es geht erst einmal nicht um ein Tagewerk, sondern um das große Ganze des eigenen Leben: Das Lebenswerk.
- Wer sein „Warum?“ im Leben hat, verträgt fast jedes „Wie?“.
- Die Anwendung der 8 Prinzipien können uns unserem Sinn im Beruf und im Leben näher bringen.
- Unser Bewusstsein für unseren Sinn und unsere Werte als Teile unseres innerer Kompasses wird in unserer schnellen Welt immer wichtiger, um unsere Identität und damit unsere Orientierung zu wahren.

Notiz-Text zum Kopieren