





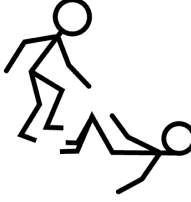



Meine Stärken und Schwächen mit Wertschätzung

Beurteilen Sie bitte, wie häufig Sie im Arbeitsalltag folgende Aspekte der Wertschätzung zum Ausdruck bringen. Kreuzen Sie hierzu das entsprechende Feld an.

Ausdrucksform	Wie zeigt sich das?	 sehr wenig	 wenig	 viel	 sehr viel
Wertschätzung im Fühlen 	Sich eigene Gefühle bewusst machen Ärger, Freude				
	Aufmerksam zuhören ausreden lassen				
	Blickkontakt herstellen freundlich angucken				
	Positive Körpersprache zugewandte Haltung, Schulterklopfen				
Wertschätzung im Denken und Sprechen 	Lobende, anerkennende Worte was genau und warum ist es positiv				
	Positive Sprache einfach und klar				
	Kritisieren, um zu verbessern konkret, an der Sache, nicht an der Person; wie kann man es besser machen				
Wertschätzung in der praktischen Unterstützung 	Mitarbeiter informieren frühzeitig, umfassend, regelmäßig				
	Entscheidungen erklären begründen, warum die Entscheidung so und nicht anders getroffen wurde				
	Praktisch helfen Belastungen abbauen, Freiräume geben, sich vor die Mitarbeiter stellen; Mitarbeiter fördern				

Gesagt - gedacht

Bitte kreuzen Sie an, ob Sie den Satz wertschätzend finden oder nicht.

	Wertschätzung?	
	Ja	Nein
1. Von dir kennt man auch nichts anderes: Deine Leistung ist ja immer gut!		
2. Hey, klasse Leistung – hat dich dein Team positiv infiziert?		
3. Ihr habt als Team wirklich klasse zusammengearbeitet!		
4. Guten Morgen, Martin. Die ganze letzte Woche bist du rechtzeitig vor fünf Uhr hier. Das hat echt meine Nerven geschont. Dadurch konnte ich eure Gruppe um 5 vor 5 gedanklich abhaken und mich um die Ausfälle kümmern.		
5. Deine Leistung hat sich gesteigert - Das war genau meine Prognose, als ich Dich in dieses Spitzenteam aufgenommen habe!		
6. Echt gut war, dass ihr mal euer Arbeitssoll erreicht habt!		
7. Im Vergleich zu der Verlierer-Truppe, die ich vorher betreut habe, seid ihr ein echtes Höchstleistungsteam!		

Fallbeispiel: Mitarbeiter wollen den Pausenraum neu gestalten**Möglichkeit 1: Finde ich gut, unterstütze ich**

Schreiben Sie bitte in die letzte Spalte, was Sie in dieser Situation konkret sagen und tun würden.

Merkmal:		Bitte hier ausfüllen:
Wertschätzung im Fühlen 	Sich eigene Gefühle bewusst machen (Freude, Zuneigung, Angst, Ärger, Wut, Enttäuschung)	Was fühle ich? Wohlwollen, Freude
Wertschätzung im Denken und Sprechen 	Sich eigene Gedanken bewusst machen Lobende, anerkennende Worte (was genau war gut, wieso war es gut, was hat es bewirkt?) Positiv sprechen (einfach und klar) und/oder konstruktiv kritisieren (konkret, an der Sache, nicht an der Person, wie kann man es besser machen)	Was denke ich: Hey, echt mal ne gute Idee, was ist denn mit denen los, nicht nur meckern, sogar mal was selber machen? Was sage ich genau und wie? (Der Ton macht die Musik) Wie begründe ich, was ich sage?
Wertschätzung in der praktischen Unterstützung 	Mitarbeiter unterstützen (Ideen von Mitarbeitern umsetzen)	Was tue ich genau, konkret?




Fallbeispiel: Mitarbeiter wollen den Pausenraum neu gestalten**Möglichkeit 2: Finde ich gut, kann aber nicht umgesetzt werden**

Schreiben Sie bitte in die letzte Spalte, was Sie in dieser Situation konkret sagen und tun würden.

Merkmal:		Bitte hier ausfüllen:
Wertschätzung im Fühlen 	Sich eigene Gefühle bewusst machen (Freude, Zuneigung, Angst, Ärger, Wut, Enttäuschung)	Was fühle ich? Wohlfühlen, aber auch Zweifel
Wertschätzung im Denken und Sprechen 	Sich eigene Gedanken bewusst machen Lobende, anerkennende Worte (was genau war gut, wieso war es gut, was hat es bewirkt?) Positiv sprechen (einfach und klar) und/oder konstruktiv kritisieren (konkret, an der Sache, nicht an der Person, wie kann man es besser machen)	Was denke ich: Bin ja skeptisch, ob das klappt, wo soll denn das Geld herkommen? Was sage ich genau und wie? (Der Ton macht die Musik) Wie begründe ich, was ich sage? Wie wäre es besser:
Wertschätzung in der praktischen Unterstützung 	Mitarbeiter unterstützen (Ideen von Mitarbeitern umsetzen)	Was tue ich genau, konkret?

Fallbeispiel: Mitarbeiter wollen den Pausenraum neu gestalten**Möglichkeit 3: Finde ich schlecht, kann nicht umgesetzt werden**

Schreiben Sie bitte in die letzte Spalte, was Sie in dieser Situation konkret sagen und tun würden.

Merkmal:		Bitte hier ausfüllen:
Wertschätzung im Fühlen 	Sich eigene Gefühle bewusst machen (Freude, Zuneigung, Angst, Ärger, Wut, Enttäuschung)	Was fühle ich? Ärger
Wertschätzung im Denken und Sprechen 	Sich eigene Gedanken bewusst machen Lobende, anerkennende Worte (was genau war gut, wieso war es gut, was hat es bewirkt?) Positiv sprechen (einfach und klar) und/oder konstruktiv kritisieren (konkret, an der Sache, nicht an der Person, wie kann man es besser machen)	Was denke ich: Typisch, immer nur haben wollen und selber nichts dazu beitragen: Müllen alles zu und wenn der Haufen zu groß geworden ist, schreit man nach einer Renovierung! Was sage ich genau und wie? (Der Ton macht die Musik) Wie begründe ich, was ich sage? Wie wäre es besser:
Wertschätzung in der praktischen Unterstützung 	Mitarbeiter unterstützen (Ideen von Mitarbeitern umsetzen)	Was tue ich genau, konkret?