

# Inhaltsverzeichnis

<b>Willst Du gefallen oder bist Du Dir treu? – Woche 1</b>	
<b>(Margarete)</b>	1
Tag 2	1
Was macht Dich aus?	1
Identität – das Zusammenspiel von außen und innen	2
Fange bei Dir an	5
Handlungs- und Denkanstöße	6
Tag 3	7
Du und Ich	7
Feedback – Einstieg in ein offenes und vertrauensvolles	
Miteinander	7
Vier Schritte für ein konstruktives Feedback	9
Handlungs- und Denkanstöße	12
Tag 4	13
Wie mit Feedback umgehen?	13
Identität des Teams – oder: Wer sind wir?	13
Handlungs- und Denkanstöße	18

Tag 5	19
Von der Teamebene zur Unternehmensebene	19
Was macht die Identität eines Unternehmens aus?	19
Auch Du prägst die Identität Deines Unternehmens	23
Handlungs- und Denkanstöße	24
Tag 6	25
Auch Passung unterliegt der Veränderung	25
Wenn die Passung stimmt	25
Mut zum Wechsel – wenn die Passung nicht mehr stimmt	26
Zeit für Dich	27
Handlungs- und Denkanstöße	29
Tag 7 – Fotoimpuls	30
Tag 8 – Dein Pausentag	31
 <b>Bist Du noch beschäftigt oder stiftest Du schon</b>	
<b>Nutzen? – Woche 2 (Sven)</b>	33
Tag 9	33
Stunden voller Beschäftigung	33
Dein Handeln konsequent am Nutzen ausrichten	35
Suche nach dem Nutzen, den Du bereits jetzt stiftest	36
Handlungs- und Denkanstöße	37
Tag 10	38
Drei „Nutzensätze“	38
Was würden Unsere Kunden sagen?	38
Kundennutzen auf allen Ebenen	40
Mein Beitrag für den Kunden	42
Handlungs- und Denkanstöße	44
Tag 11	45
Kundenperspektive	45
Relativität von Nutzen und Zeit	45
Nutzen als Verhandlungsargument oder ehrliches Versprechen	49
Handlungs- und Denkanstöße	51
Tag 12	52
Realitätscheck Ehrlichkeit	52
Kampf um die Wahrheit	52
Erst durch Neugierde wird Vielfalt zur Chance	54

Bleibe Deinen Interessen treu	55
Handlungs- und Denkanstöße	57
Tag 13	58
Kampfbeobachterin	58
Dienen bedeutet nicht opfern	59
Verantwortung	60
Eigennutzen	63
Handlungs- und Denkanstöße	63
Tag 14	64
Tag 15 – Dein Pausentag	65
<b>Arbeitest Du nach Norm oder lernst Du dazu? – Woche 3</b>	
<b>(Margarete)</b>	67
Tag 16	67
Wie lernen Organisationen?	67
Wie funktioniert Lernen?	69
Was passiert eigentlich in unserem Gehirn, wenn wir lernen?	71
Was muss passieren, damit wir etwas verändern?	73
Handlungs- und Denkanstöße	76
Tag 17	77
Was beflügelt das Lernen?	77
Vertrauen ist der Schlüssel – wie kann es gelingen?	79
Zuhören – mehr als „nicht sprechen“	81
Gemeinsam lernen	83
Handlungs- und Denkanstöße	84
Tag 18	85
Mich zumuten? Aber sicher!	85
Jeder Widerstand ist eine kostenlose Beratung	87
Handlungs- und Denkanstöße	91
Tag 19	92
Gemeinsames Lernen will geplant sein	92
Am Netzwerk des Lernens bauen	94
Von der Arbeit im Silo zur „Netzwerkdenke“	96
Bist Du schon vernetzt?	97
Handlungs- und Denkanstöße	98

Tag 20	99
Zelebrierst Du schon oder arbeitest Du noch?	99
Fehler – ein großes Lernpotenzial	101
Handlungs- und Denkanstöße	105
Tag 21 – Fotoimpuls	106
Tag 22 – Dein Pausentag	107
<b>Hältst Du Bestehendes fest oder gestaltest Du</b>	
<b>Zukunft? – Woche 4 (Sven)</b>	109
Tag 23	109
Was tun, wenn lernen nicht reicht?	109
Mit Megatrends Veränderungsbedarfe erkennen	111
Wahrnehmungshilfen	113
Gesprächshilfen	115
Handlungs- und Denkanstöße	116
Tag 24	117
Siehst Du jetzt klarer?	117
Paradoxie	118
Sich auf etwas Neues einlassen	119
Bestehendes loslassen	121
Handlungs- und Denkanstöße	123
Tag 25	124
Hast Du eine „Rechenmaschine“ bei Dir entdeckt?	124
Proaktivität als Chance zur Mitgestaltung	124
Und noch eine Paradoxie	126
Ehrliche Sicherheiten	127
Handlungs- und Denkanstöße	129
Tag 26	130
Wenn Menschen Orientierung benötigen, braucht es	
Aufrichtigkeit	130
Passung	131
Werte zählen	133
In den Dienst stellen können	135
Handlungs- und Denkanstöße	136

Tag 27	137
Arbeitsheimat	137
Kairos	137
Geduld	138
Sich auf Gegenwind einstellen	140
Handlungs- und Denkanstöße	142
Tag 28 – Fotoimpuls	143
Tag 29 – Dein Pausentag	144
<b>Machst Du alles selbst oder sorgst Du für</b>	
<b>Unterstützung? – Woche 5 (Margarete)</b>	145
Tag 30	145
Was heißt denn Unterstützung?	145
Ohne Loslassen geht's nicht	148
Handlungs- und Denkanstöße	151
Tag 31	152
Wie Geben und Annehmen gelingt	152
Dienen – häufig verkannt	153
Zum Annehmen gehört die Dankbarkeit	155
Handlungs- und Denkanstöße	158
Tag 32	159
Einsatz von Ressourcen – zwischen Verschwendung und Kaputtsparen	159
Gemeinsam das rechte Maß ausloten	161
Handlungs- und Denkanstöße	163
Tag 33	164
Weiß Dein Gegenüber, was Du willst?	164
Forderst Du noch oder bittest Du schon?	165
Anerkennung ist gesundheitsfördernd	167
Handlungs- und Denkanstöße	170
Tag 34	171
Unterstützung für Dich – wie geht das?	171
Was nährt Dich?	173
Zeit – nur für Dich	174
Führung fängt bei Dir an	177
Handlungs- und Denkanstöße	178

Tag 35 – Fotoimpuls	179
Tag 36 – Dein Pausentag	180
<b>Willst Du alles schaffen oder schaffst Du Orientierung? – Woche 6 (Sven)</b>	181
Tag 37	181
Wo sollte ich Zeit, Aufmerksamkeit und andere Ressourcen investieren?	181
Was mache ich den ganzen Tag?	183
Was sollte ich eigentlich den ganzen Tag tun?	184
Aspekte unter die Lupe nehmen	187
Handlungs- und Denkanstöße	189
Tag 38	190
Fehlende oder unklare Prioritäten	190
Lethargie	191
Wenn der nächste Dominostein nicht umfällt	192
Die Perspektive umdrehen	194
Handlungs- und Denkanstöße	195
Tag 39	196
Perfektionismus	196
Pragmatismus	197
Neben dem „Ob?“ auch das „Wie?“	199
Nichtstun	200
Handlungs- und Denkanstöße	202
Tag 40	203
Ohne einen persönlichen Maßstab geht es nicht	203
Persönlicher Kompass	204
Kraft nach außen	207
Spannungsfelder	208
Handlungs- und Denkanstöße	209
Tag 41	210
Herz über Kopf	210
KI und Chatbot	212
Orientierung als Prüfstein	213
Eine zweite Jokerfrage	215
Handlungs- und Denkanstöße	216

Tag 42 – Fotoimpuls	217
Tag 43 – Dein Pausentag	218
<b>Nachwort – Tag 44</b>	219
<b>Dank</b>	221
<b>Übersicht Handlungs- und Denkanstöße</b>	223
<b>Literatur- und Werkverzeichnis</b>	235