

## Visionsarbeit

- A** Nimm ein A3-Blatt quer. Zeichne gemäss unten stehendem Schema die acht Felder. Feld 1 steht ganz rechts, Feld 2 ganz links usw. Anschliessend startest du bei Feld 1 und hörst dann bei Feld 8 auf. Mach Stichwortnotizen. Nimm dir für deine Antworten pro Feld ein paar Minuten Zeit.
- B** Vergleiche deine Vision mit denjenigen deiner Kolleginnen und Kollegen.

### 2

**In den letzten drei Jahren**

- Welches waren die wichtigsten positiven Erfahrungen?
- Welches die wichtigsten negativen?
- Was gelang mir besonders gut?
- Was war für mich schwierig?
- Welche Probleme gab es?
- Was störte mich an mir?
- Was störte mich an meinem Umfeld?

### 3

**Im vergangenen Jahr**

- Welches waren meine Flops?
- Was habe ich erreicht?
- Worauf bin ich besonders stolz?

### 5

**«Werbesignale»**

- Wer zeigt Interesse an meiner Entwicklung?
- Welche Erwartungen haben diese Leute an mich?
- Was signalisieren sie mir?

### 6

**Konkrete Situationen**

- Was will ich in einem Jahr verwirklicht haben?
- Mithilfe welcher Personen?
- Womit kann ich ohne Hilfe beginnen?
- Was unterstützt mich dabei?

### 1

**Wohin soll mein Weg führen?**

- Was will ich in fünf Jahren erreicht haben?
- Wo wohne ich?
- Wie wird meine Arbeit aussehen?
- Was für eine Lebenssituation werde ich haben?
- Was darf nicht passieren?
- Was will ich dann nicht mehr?

### 4

**«Perlen» zum Behalten**

- Auf welchen Fähigkeiten kann ich aufbauen?
- Welche Stärken will ich unbedingt beibehalten und verbessern?

### 7

**Mein Vorgehen**

- Womit kann ich gleich beginnen?
- Was kann ich ab morgen tun?
- Wie gehe ich vor?
- Was trage ich in meine Agenda ein?

### 8

**Motto**

Folgendes Motto soll mich auf meinem Weg begleiten: ...

Du kannst dich auch von den Mottos auf dem Arbeitsblatt 19 anregen lassen.

**TIPP**  
Wenn du dein Blatt mit Symbolen oder Skizzen gestaltest, wird es noch persönlicher.

## Positive Leitsprüche

Wenn dir kein eigenes Motto in den Sinn kommt, kannst du eines der folgenden wählen.

Keine Angst vor Herausforderungen!

Ich treffe meine eigenen Entscheidungen.

Ich stehe zu dem, was ich tue.

Fehler sind ein Sprungbrett für meine Weiterentwicklung.

Probieren geht über Studieren.

Der Mensch lernt nur, was er lernen will.

Wer den Kern haben will, muss die Nuss knacken.

Übung macht die Meisterin oder den Meister.

Wer nicht selbst entscheidet, über den entscheiden andere.

Anpacken, statt flüchten!

Ein Stolperstein ist noch längst kein Gebirge!

Frisch gewagt, ist halb gewonnen!

Wer Ziele setzt, kommt dort an, wo er hinwill!