

Selbstverantwortliches Denken und Handeln

1. "Sag mir, was ich tun soll!"							Ich handle eigenverantwortlich
2. Ich lasse mich führen							Ich führe mich selbst
3. "Das hat mir nichts gebracht"							Ich habe die vorhandene Gelegenheit genutzt
4. Ich benötige Rezepte							Ich entwickle und suche Möglichkeiten
5. Ich bin Opfer							Ich bin 'Täter', Akteur, Anstosser
6. Ich warte ab; ich reagiere, ich tue nichts							Ich agiere. Ich stelle Weichen
7. Ich schaue weg. Ich lasse es schleifen							Ich schaue hin. Ich denke voraus. Ich gehe es an
8. Ich hoffe, dass es sich von selbst erledigt							Ich kümmere mich darum
9. Ich halte mich zurück Ich vermeide Auseinandersetzung							Ich zeige mich mit meiner Meinung und beziehe Stellung. Ich setze mich auseinander
10. Ich sage "ja", auch wenn es gegen meine Überzeugung ist							Ich kann auch "nein" sagen
11. "Man soll...", "es gibt"							Ich mache... ich habe ...ich denke...
12. Ich erkläre und mache Umstände geltend							Ich organisiere mich und suche Lösungen
13. Ich erkläre							Ich forsche, ich zeige Interesse und Neugier
14. In meiner Arbeit sehe ich v.a. Hindernisse und Einschränkungen							In meiner Arbeit finde und nutze ich Freiräume, Chancen und Gestaltungsmöglichkeiten
15. Ich warte ab oder treffe Annahmen							Ich kläre Erwartungen
16. Ich warte zu. Ich sichere mich ab							Ich entscheide und handle
17. Ich mache das, was man mir sagt							Ich bin Unternehmer
18. Ich führe Anweisungen aus							Ich lass mich inspirieren und handle proaktiv
19. Ich hadere mit Unbeeinflussbarem							Ich fokussiere mich auf Beeinflussbares
20. Ich klammere mich an Bestehendem							Ich kann annehmen und loslassen
21. Ich bin dagegen							Indem ich zustimme, ermögliche ich Wandel
22. "Bewege mich!"							Ich bewege mich
23. Ich brauche viel Sicherheit							Ich kann mich auch in "offenen Feldern" frei bewegen
24. Freiheit ängstigt mich							Freiheit ist eine grosse Chance für mich
25. Ich bin mehrheitlich fremdbestimmt							Ich entscheide – in Absprache mit anderen – mehrheitlich selbstbestimmt
26. Ich orientiere mich an Defiziten							Ich orientiere mich an meinen Fähigkeiten und Ressourcen
27. Ich orientiere mich an Idealen							Ich orientiere mich an Menschen und deren Ressourcen
28. Ich analysiere Probleme. Ich widme mich intensiv meinen Problemen							Ich suche und kreierte Lösungen
29. Ich suche Antworten "draussen"							Ich gebe mir die Antworten selber
30. Ich hadere mit meinem Schicksal.							Ich nehme mein Leben in die eigene Hand. Ich nutze meine Möglichkeiten
31. Ich schaue zurück							Ich lebe und gestalte die Momente und schaue vorwärts
32. "Alles ist machbar, wenn man nur will"							Ich akzeptiere Grenzen der Machbarkeit und weiss, dass Nichthandeln manchmal die stärkste Handlung sein kann
33. "Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg"							Ich erzwingen nichts und kann auf den passenden Moment warten
34. Ich gehorche und führe Aufträge aus							Ich höre mir andere Meinungen und Ansichten an, prüfe sie und entscheide selbst
35. Ich bin neidisch auf andere							Ich freue mich an meinen Möglichkeiten
36. Im sozialen Lernen (Führungslernen usw.) will ich per 'Knopfdruck' Lösungen erwirken							Ich glaube an Veränderung, wenn ich präsent, achtsam und kraftvoll mein Lernen pflege