

erlernte Charakterstärken

Wert über Instinkt
aus der Komfortzone



- Initiative ergreifen
- Prosozial
- Disziplin - einem Drang widerstehen
- Entschlossenheit

- Lernumgebung
- + kulturelles Mindset
- + Haltung LP's
- + psychologische Sicherheit
- + Verantwortungsübernahme

Mindset & Erwartung

Charakterstärken

- Flow
- + Beziehung
- + Glaube an Entwicklung

- Situation ändern
- + Spielerischer Effekt

- integrativ
- Lerntypen
- Wachstumsangst
- ermutigen für Fehler
- erlernter Fleiss!

Yodisvalle
ermutiger
Paradoxes

Talent & IQ kann trainiert werden

Schritt aus Komfortzone
gelassenheit unangenehme
gefühle

für feedback! # Risikotag!

Motivation & Inspiration

Belohnung kommt beim Tun

dream big!
big!
bigger!
Spielerischer leichter

Dopamin
Wissensraum

Wirksamkeit der Worte

Präfrontalcortex

negative Worte wirken & stecken an!

Tromsø Norwegen

kulturelle Verankerung von Lernchancen!

glückliche Menschen

gesunder Perfektionismus

- extrinsisch kritisch mit
- ungesund
- bleibt in Comfort-Zone!
- intrinsisch, Genuss, Freude
- Selbstwirksamkeiten
- Mutig anecken
- Kompromissbereitschaft

Mindset Winter = herrlich
Mindset = Jobcrafting

Mein Job macht Sinn

Rosenthal Effekt

LP & Experte

Stress

entkräftend
interebend Leistung

Macht der Erwartung

Selbstwirksamkeitserwartung!!

bessere Ziele

① + Realistisch + realistische Erwartung

Ängste &

Befürchtung

③ Standardgruppe

Nocebo-Effekt!

gerüchteküche verändert Hirnchemie negativ



Neugier
1/3 aller Infos erreichen uns bewusst

Infoaufnahme
Informationsziel

Ego
neues
Erfahren
weiterentwickeln