

CORE PRINCIPLES CANVAS



Ziel: Entwickle deine Persönlichkeit und führe dich selbst.

Ursprung: Motive

Was motiviert mich bei der Arbeit?
(siehe rechts für Inspirationen)

- 1.
- 2.
- 3.

Hauptmotiv: Start-up / Job

Ich möchte mein Start-up gründen bzw.
einen neuen Job und ...

Inspiration: Motive

1. Positiven Impact schaffen und Sinn erleben
2. Geld verdienen und Wohlstand aufbauen
3. Etwas Eigenes aufbauen, unabhängig sein
4. Echte Probleme lösen und kreativ sein
5. Täglich lernen und fachlich wachsen
6. Respekt verdienen und Kontrolle behalten
7. Kultur gestalten und Regeln setzen
8. Produkte erschaffen und Zukunft formen
9. Konkurrenz annehmen, zur Spitze gehören
10. Mit den Besten arbeiten
11. Persönlichkeit entwickeln
12. Resilient werden
13. Frei entscheiden und handeln
14. Gemeinschaft stiften und anderen helfen
15. Mission verfolgen und etwas hinterlassen

Sprache: Authentische Kommunikation

1. Beobachtung der Situation

(wie sie eine Kamera aufnehmen würde)

2. Mein Gefühl

Ich bin _____
(bspw. froh, traurig, sicher, etc.)

3. Mein Bedürfnis / Wert

weil mir _____
(bspw. Ehrlichkeit, Balance, Ruhe, etc.)
wichtig ist.

4. Meine Bitte

Wärst du bereit, ... ?
jetzt erfüllbar
aktive Handlung
positiv formuliert

Perspektive: Denkmuster

Online Gratistest machen auf:
<https://assessment.positiveintelligence.com/>

Die Saboteure | mein Ergebnis

- Judge
- Avoider
- Pleaser
- Stickler
- Controller
- Hyper-Achiever
- Hyper-Rational
- Restless
- Hyper-Vigilant

Die Sage Muster

- Empathize – Mitgefühl
- Explore – Neugier
- Innovate – kreative Lösung
- Navigate – Werte, Richtung
- Activate – Mut zur Aktion

Balance: Resilienz aufbauen

Drei Aktivitäten, die mir Kraft
geben und mich stärken:

- 1.
- 2.
- 3.

(bspw. 8 h nüchtern schlafen, in
die Natur gehen, Sport treiben,
gesund essen, Familie und
Freunde treffen, Lieblingsmusik
spielen, lesen, meditieren etc.)

Nordstern: Werte

Diese Werte sind mir
besonders wichtig:

- 1.
- 2.
- 3.

Inspiration: Werte

- | | | |
|--------------------------|-------------------|--------------------|
| • Abgrenzungsvermögen | • Hilfsbereit | • Schaffensdrang |
| • Achtsamkeit | • Humor | • Selbstfürsorge |
| • Ambition | • Inspiration | • Selbstsicherheit |
| • Auffassungsgabe | • Integrität | • Sorgfalt |
| • Aufgeschlossenheit | • Intuition | • Sparsamkeit |
| • Ausdrucksfähigkeit | • Kampfgeist | • Spiritualität |
| • Authentizität | • Klugheit | • Strukturiertheit |
| • Begeisterungsfähigkeit | • Kontrolle | • Tapferkeit |
| • Bescheidenheit | • Konzentration | • Teamgeist |
| • Dankbarkeit | • Kreativität | • Tierliebe |
| • Demut | • Lebensfreude | • Toleranz |
| • Disziplin | • Leidenschaft | • Tradition |
| • Ehrlichkeit | • Leichtigkeit | • Transparenz |
| • Empathie | • Loyalität | • Treue |
| • Entscheidungsfreude | • Menschlichkeit | • Unparteilichkeit |
| • Erfindergeist | • Mut | • Verbindlichkeit |
| • Flexibilität | • Nachhaltigkeit | • Vertrauen |
| • Forscherdrang | • Neugierde | • Vergebung |
| • Freiheit | • Optimismus | • Wachsamkeit |
| • Freude | • Pflichtbewusst | • Weisheit |
| • Geduld | • Pragmatismus | • Wertschätzung |
| • Gefahrenbewusstsein | • Pünktlichkeit | • Willenskraft |
| • Gerechtigkeitssinn | • Realismus | • Zugehörigkeit |
| • Glaubwürdigkeit | • Reflexionsfähig | • Zielstrebigkeit |
| • Hoffnung | • Risikobereit | • Zuversicht |

Talente: Stärken entwickeln

Was ist mein größtes Talent?

1. Ich habe ein Talent für

(Selbsteinschätzung)

(Talent eintragen)

2. Mein(e) _____ glaubt,

(Familienmitglied, Freund:in)

ich habe ein Talent für

(Talent eintragen)

3. Mein(e) _____ glaubt,

(Chef:in, Kolleg:in, Prof., etc.)

ich habe ein Talent für

(Talent eintragen)

Mini-Routine: Talente

Die nächsten 40 Tage mache ich:

Jeden _____ um _____
(Wochentag) (Uhrzeit)

_____ für _____
(Aktivität, um Talent zu fördern) (Dauer in Min)

Lebenssinn: Ikigai

1. Was liebe ich mit
ganzem Herzen?

2. In was bin ich
richtig gut?

3. Was benötigen Menschen
in meinem Umfeld?

4. Wofür kann
ich bezahlt
werden?



Nordstern: Vorbilder

Drei Menschen, die mich
inspirieren

1. _____ für
(bspw. Werner von Siemens)

(bspw. Erfindergeist)

2. _____ für
(bspw. Alexej Nawalny)

(bspw. Kampfgeist)

3. _____ für
(bspw. meinen Großvater)

(bspw. Gerechtigkeitssinn)