

IN.DENT-COACHING

Erfolgcoaching für Zahnmediziner

So geht's:

Geben Sie bei jeder Gruppe von jeweils vier Aussagen an, wie wichtig Ihnen jede einzelne Ausdrucksform der Wertschätzung ist (1 = am wichtigsten, 4 = am unwichtigsten). Im Einzelfall kann es vorkommen, dass zwei Aussagen im gleichen Maß zutreffen. Entscheiden Sie sich in solchen Fällen für eine eindeutige Rangordnung, sodass jede Zahl genau einmal vorkommt.

Frage 1:

Ich mag es, wenn mir jemand seine ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt. A1

Ich mag es, wenn mich andere bei einem Projekt oder einer Aufgabe unterstützen. B1

Ich mag es, wenn mir jemand sagt, wie sehr er meine Arbeit schätzt. C1

Ich mag es, wenn ich für gute Arbeit ein sichtbares Zeichen der Anerkennung oder ein kleines Geschenk überreicht bekomme. – D1

Frage 2:

Wenn sich mein Arbeitstag schwierig gestaltet, kann mich ein Kompliment wirklich ermutigen. – C2

Wenn sich mein Arbeitstag schwierig gestaltet, ermutigt es mich, wenn sich jemand die Zeit nimmt, mir zuzuhören, wenn ich über die Probleme spreche. – A2

Wenn sich mein Arbeitstag schwierig gestaltet, ermutigt mich ein kleines Geschenk von einem Kollegen. – D2

Wenn sich mein Arbeitstag schwierig gestaltet, ermutigt es mich, wenn andere mir helfen, meine Aufgabe zu erledigen. – B2

Frage 3:

Ich habe das Gefühl, wichtig zu sein, wenn sich Menschen die Zeit nehmen und die Mühe machen, mir ein Geschenk zu besorgen. – D3

Ich habe das Gefühl, wichtig zu sein, wenn man mir sagt, wie sehr man meine Arbeit schätzt. – C3

Ich habe das Gefühl, wichtig zu sein, wenn meine Kollegen mit einspringen, um mir bei einer bestimmten Aufgabe zu helfen. – B3

Ich habe das Gefühl, wichtig zu sein, wenn meine Kollegen sich entschließen, Zeit mit mir zu verbringen. – A3

IN.DENT-COACHING

Erfolgcoaching für Zahnmediziner

Frage 4:

Wenn ich nicht das Gefühl habe, von den Menschen in meinem Umfeld wertgeschätzt zu werden, fühle ich mich besser, wenn mir jemand hilft, meine Aufgaben zu erledigen. – B4

Wenn ich nicht das Gefühl habe, von den Menschen in meinem Umfeld wertgeschätzt zu werden, fühle mich besser, wenn ich ein kleines Geschenk (zum Beispiel eine lustige Karte oder etwas Süßes) bekomme. – D4

Wenn ich nicht das Gefühl habe, von den Menschen in meinem Umfeld wertgeschätzt zu werden, fühle mich besser, wenn sich jemand, der mir wichtig ist, Zeit für mich nimmt. – A4

Wenn ich nicht das Gefühl habe, von den Menschen in meinem Umfeld wertgeschätzt zu werden, fühle mich besser, wenn mich jemand für meine Arbeit lobt. – C4

Frage 5:

Ich fühle mich wertgeschätzt, wenn Kollegen mit mir zusammenarbeiten, damit ein Projekt fertiggestellt werden kann. – B5

Ich fühle mich wertgeschätzt, wenn mir ein Freund oder Kollege ein Geschenk macht. – D5

Ich fühle mich wertgeschätzt, wenn ich Zeit mit Menschen verbringen kann, die mir etwas bedeuten. – A5

Ich fühle mich wertgeschätzt, wenn mir Kollegen oder Vorgesetzte sagen, dass ich gute Arbeit leiste. – C5

Auswertung:

1. Übertragen Sie alle Werte aus jeder Gruppe in das untenstehende Schema.

$A1 + A2 + A3 + A4 + A5 =$ Gesamtpunkte „Sich Zeit nehmen“, $B1 + B2 + B3 + B4 + B5 =$ Gesamtpunkte „Hilfsbereitschaft“,

$C1 + C2 + C3 + C4 + C5 =$ Gesamtpunkte „Lob und Anerkennung“, $D1 + D2 + D3 + D4 + D5 =$ Gesamtpunkte „Geschenke“

2. Bitte beachten Sie, dass Ihre bevorzugte Sprache der Wertschätzung diejenige mit der NIEDRIGSTEN Punktzahl ist (weil Sie hier öfter eine 1 oder 2 verteilt haben). Schreiben Sie nun die Sprachen der Wertschätzung in der für Sie gültigen Reihenfolge auf, von der NIEDRIGSTEN Punktzahl bis zur HÖCHSTEN.

Sprache 1:

Sprache 2:

Sprache 3:

Sprache 4:

Sprache 1 ist die von Ihnen bevorzugte Sprache der Wertschätzung, Sprache 2 die für Sie zweitwichtigste Sprache, Sprache 4 die für Sie unwichtigste Sprache. Es kann vorkommen, dass zwei Sprachen die gleiche Punktzahl erreichen. Das bedeutet einfach, dass Ihnen diese beiden Sprachen gleich wichtig sind. Vermutlich werden Sie entdecken, dass Ihnen in bestimmten Situationen (oder im Umgang mit bestimmten Menschen) die eine Sprache wichtiger ist, in anderen Situationen oder im Umgang mit anderen Menschen die andere Sprache.