

POSITIVE PERSONALENTWICKLUNG **MAST-JÄGERMEISTER SE**

DR. CLAUDIA ROHDE
JAHRESTAGUNG HR TRENDS
BREMEN, 12.04.2018





MAST-JÄGERMEISTER SE

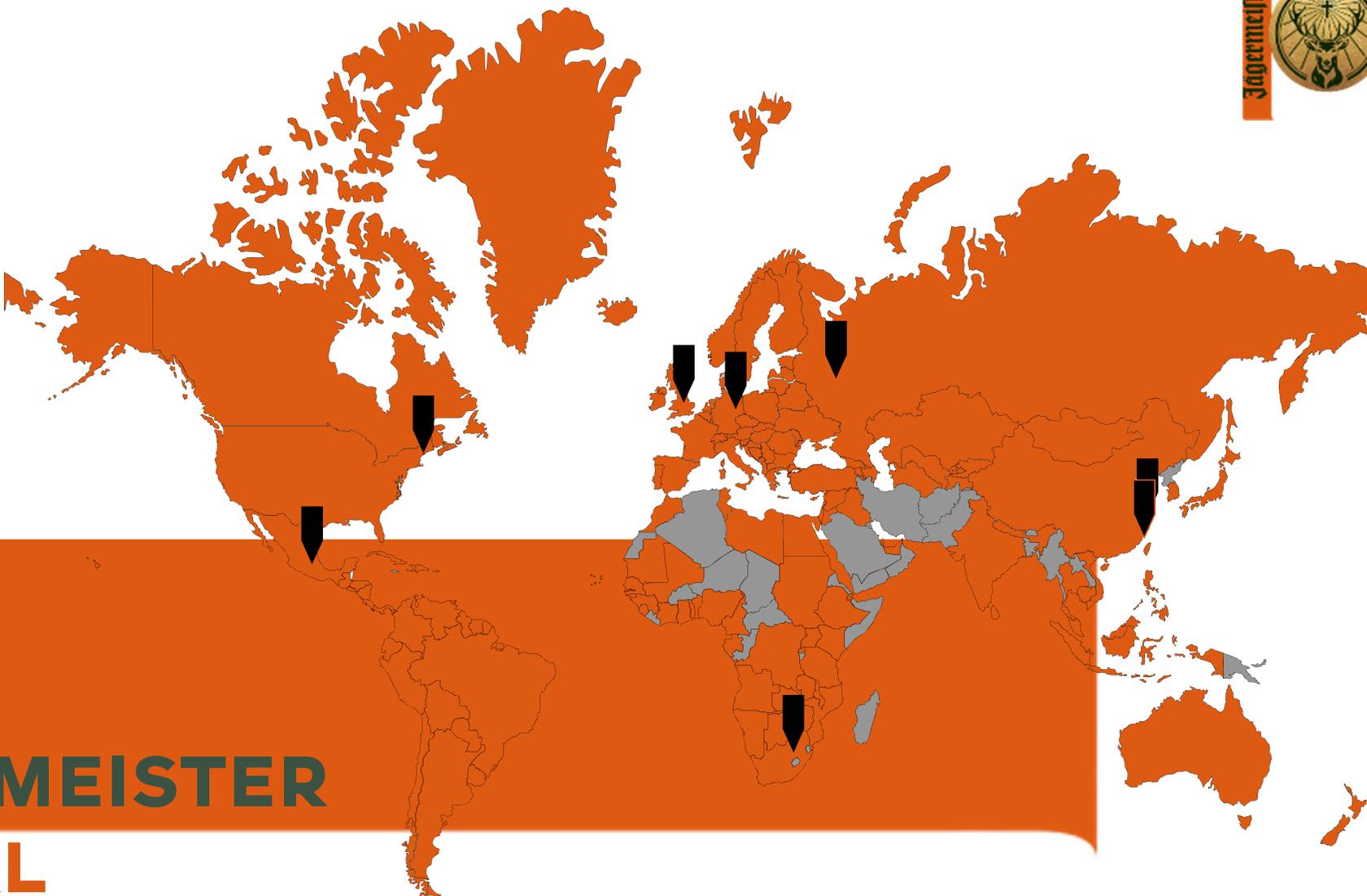
POSITIVE GRUODLAGEO

AKTUELLER STAOD

**POSITIVE PERSOOALEOTWICKLUOG
AGEODA**



JÄGERMEISTER 100OVATIV



135 LÄNDER

JÄGERMEISTER GLOBAL



MAST-JÄGERMEISTER SE

POSITIVE GRUODLAGEO

AKTUELLER STAOD



POSITIVE PERSOOALEOTWICKLUOG **AGEODA**



Wie Unternehmen zum **Glück** ihrer
Mitarbeiter und
das **Glück** der Mitarbeiter zum Erfolg der
Unternehmen beitragen können

JÄGERMEISTER'S POSITIVE PERSONALENTWICKLUNG



WAS

- ... ist Glück?
- ... macht Glück?
- ... macht glücklich?

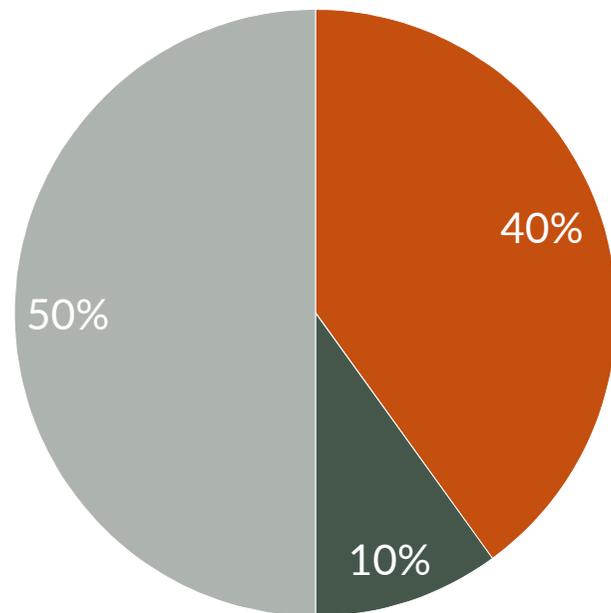
3 FRAGEO

ZUM GLÜCK



GLÜCK

„GLÜCK IST EINE FREIHEIT HALTUNG“



GLÜCKSNIVEAU

SOOJA LYUBOMIRSKY

40% des Glücksniveaus hängen von den eigenen Handlungen und Gedanken ab.

-  Eigenes Tun & Denken
-  Äußere Umstände
-  Genetischer Fixpunkt



NEGATIVE VERZERRUNG



Negative Gefühle werden intensiver empfunden als positive.

Um den Effekt positiver Gefühle für ein

- erfülltes Leben
- Aufblühen / Wachstum

nutzen zu können, sollte das Verhältnis von positiven zu negativen Gefühlen mindestens **3 : 1** sein.





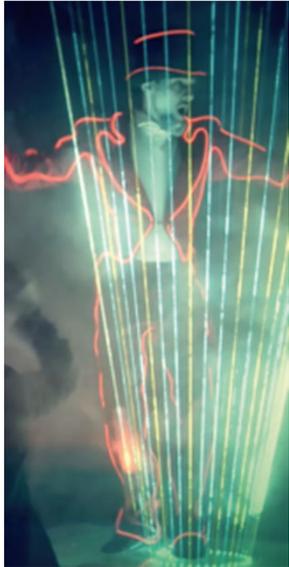
Mast \cong Positive Gefühle

Kiel \cong Negative Gefühle

WIR BRAUCHEN BEIDES!

Auch negative Gefühle sind wichtig und sinnvoll für z.B.

- Erdung
- Bezug zur Realität
- Entscheidungen
- Vermeidung



WAS MACHEO POSITIVE GEFÜHLE?

Positive Gefühle erweitern in jeder Hinsicht den Horizont und ermöglichen so den

Aufbau neuer Ressourcen

Barbara Frederickson



BROADEO- AOD-BUILD- THEORIE

BROADEO-AOD- BUILD-THEORIE



ERHÖHEO / ERWEITERO

- das Abstraktionsvermögen
- die Offenheit für Neues
- den Blickwinkel
- die Wahrnehmung

POSITIVE GEFÜHLE



das führt zu

- erhöhter Kreativität
- besserer Problemlösefähigkeit
- mehr Innovation



BROADEO-AOD- BUILD-THEORIE



ERHÖHEO / VERTIEFEO

- die Offenheit für andere Menschen
- die Verbundenheit mit anderen Menschen

POSITIVE GEFÜHLE



das führt zu

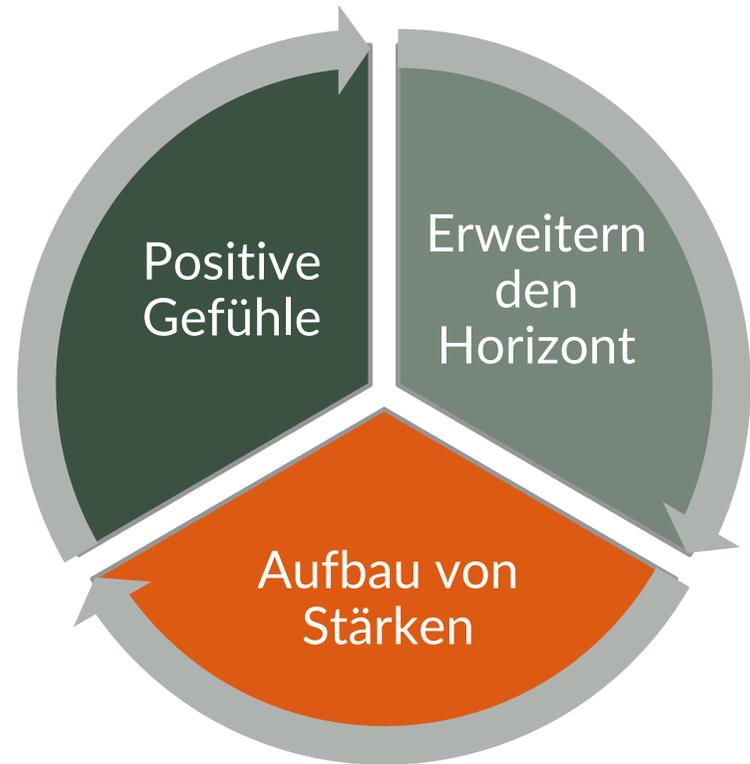
- leichterem Aufbau neuer Beziehungen
- mehr Hilfsbereitschaft

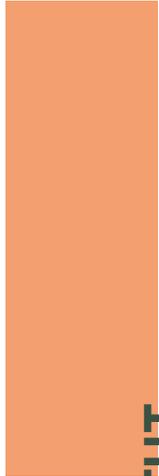


BROADEO-AOD- BUILD-THEORIE

STÄRKEO- ORIEOTIERUOG

POSITIVE SPIRALE





GALLUS IOSTITUT

STÄRKEORIENTIERUNG



Das Wachstumspotenzial des Menschen ist um ein Vielfaches höher, wenn er seine Energie in die Entwicklung seiner Stärken, statt in die Korrektur seiner Schwächen investiert.

Tom Rath





STREOGTHS-FIODER

3E für Stärken

Entdecken
Entwickeln
Einsetzen

POSITIVE GEFÜHLE

RESILIEOZ

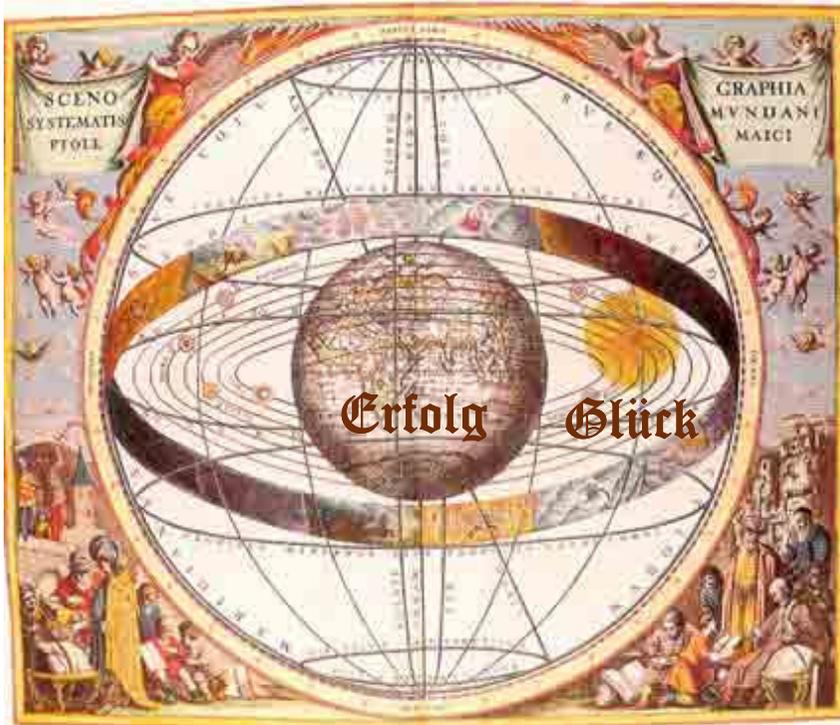
Positive Gefühle sind ein „Resetknopf“ für die kardiovaskuläre Wirkung von Stress.

HOHE RESILIEOZ

- Hohe emotionale Flexibilität und Komplexität, positive Grundeinstellung bleibt auch bei negativen Gefühlen erhalten
- Weniger Sorgen vorher
- Schnellere Erholung nachher
- Genauso negative Gefühle

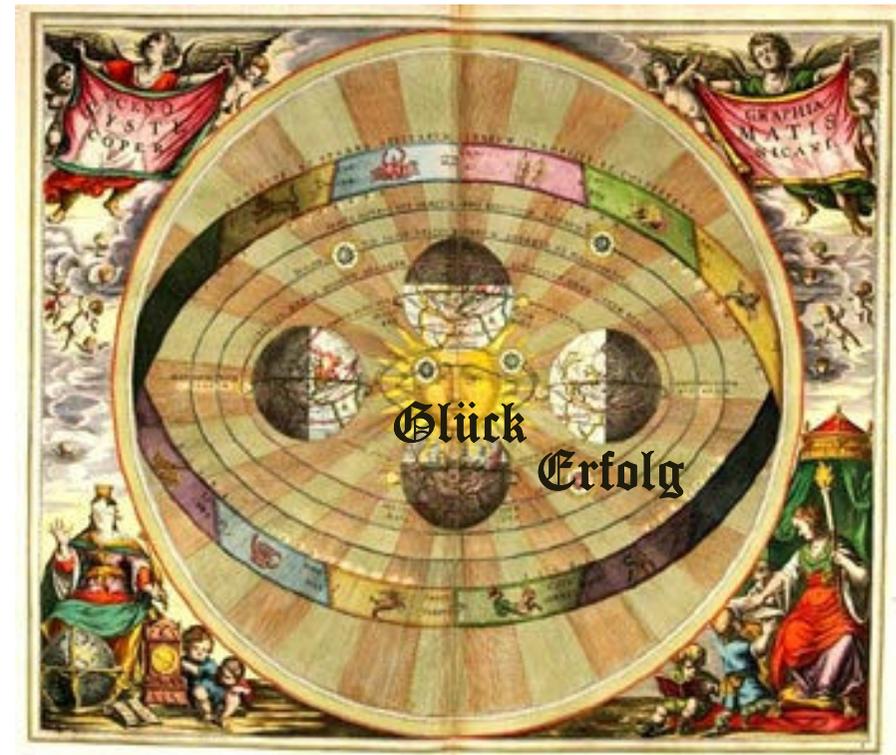


THE HAPPINESS ADVANTAGE



EIN NEUES WELTBILD

Success orbits around happiness,
not the other way around.
Shawn Achor



POSITIVE GEFÜHLE ERLEBEN



- ❖ Sich Zeit zum Genießen nehmen
- ❖ Das Positive vergolden
- ❖ Das Gute (mit)teilen
- ❖ Von der Zukunft träumen
- ❖ Achtsamkeit / Meditation
- ❖ Dankbarkeit ◀
- ❖ Naturverbundenheit



Dr. Claudia Rohde | Mast-Jägermeister SE

**AUF DIE RICHTIGE
AUSWAHL KOMMT ES AN**



- ❖ Sport / Bewegung
- ❖ Freundlichkeit / Hilfsbereitschaft
- ❖ Stärken einsetzen / entwickeln
- ❖ Flow erleben ◀
- ❖ Verbundenheit erleben / Beziehungen pflegen ◀
- ❖ Zeit im Freien / in der Natur verbringen

11.04.2018

**WIR GEBEN DEINEN EREIGNISSEN
EINE (POSITIVE) BEDEUTUNG**

**POSITIVE
GEFÜHLE**

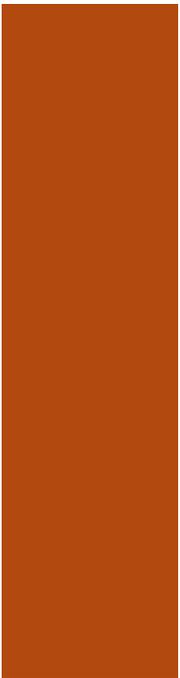
**DIE SUMME DER KLEINHEITEN IST
ENTSCHEIDEND**

„... die Straße Ihres Alltags mit vielen kleinen,
positiven Steinen pflastern ...“



DAOKBARKEITS- RUODE

DAOKBARKEIT

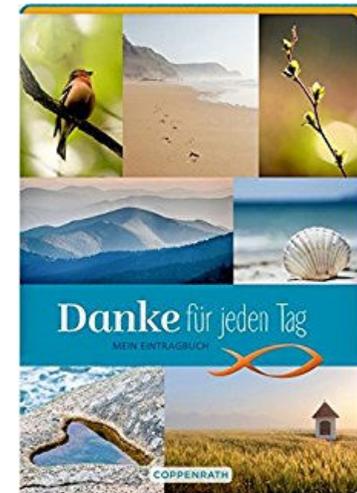


DAOKBARKEITS-TAGEBUCH, DAOKESBRIEF

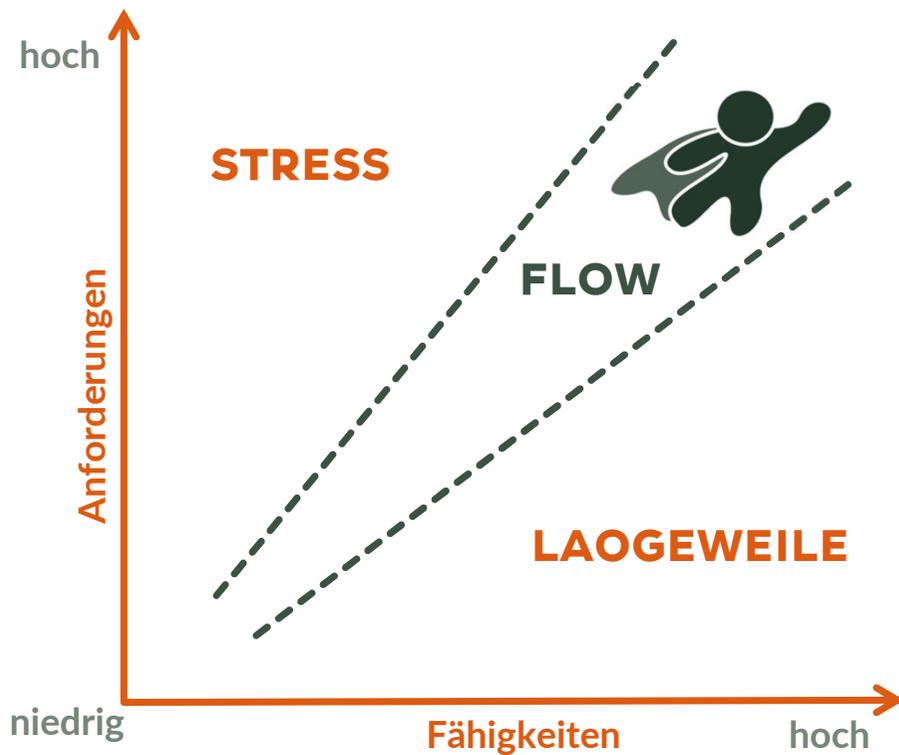
Zu Beginn von Meetings: Wofür bin ich dankbar

Am Ende jeden Tages: 3 Dinge, für die ich dankbar bin

Brief an einen Menschen, dem ich dankbar bin



FLOW ERLEBEN



Dr. Claudia Rohde | Mast-Jägermeister SE

FLOW-AUFGABEN MOTIVIEREN

VORAUSSETZUNGEN FÜR FLOW

- ❖ Die Anforderung entspricht den Fähigkeiten
- ❖ Ein klares Ziel
- ❖ Eindeutige Regeln
- ❖ Zeitnahes, klares Feedback

Mihaly Csikszentmihalyi



11.04.2018



ZU AODEREO MEOSCHEO

GUTE BEZIEHUOGEO

- machen
- ❖ glücklicher
 - ❖ stressresistenter
 - ❖ gesünder
 - ❖ geben dem Leben mehr Sinn

„... one of the greatest predictors of success and excellence – our social support network“

Shawn Achor



WAS MOTIVIERT?

3S FÜR MOTIVATION FÜHRUNGSKRÄFTE / PE

- **S**elbst bestimmen
- **S**ich entwickeln
- **S**innvolles tun
- Freiraum / Mitbestimmung / Auswahl
- Entwicklung unterstützen / Flow ermöglichen
- Sinn vermitteln / Werte vorleben



Daniel H. Pink



MOTIVATION

DURCH BOOUS?



WIRKT OUR BEI BESTIMMTEO AUFGABEO

Ein Bonus erhöht die Leistung nur bei Routineaufgaben, aber nicht bei anspruchsvollen, komplexen Aufgaben, die Kreativität erfordern.





MAST-JÄGERMEISTER SE

POSITIVE GRUODLAGEO

AKTUELLER STAOD

POSITIVE PERSOOALEOTWICKLUOG **AGEODA**

JÄGERMEISTER'S POSITIVE PERSOONAL- ENTWICKLUNG

WAS VERSTEHEN WIR DARUNTER?

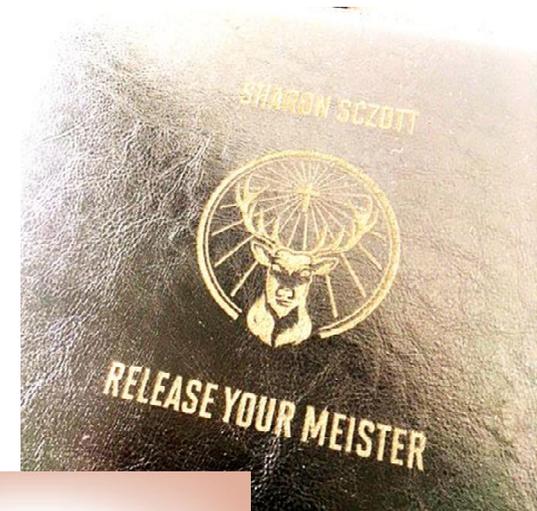
- **Stärkenorientierung**
- Aktivitäten einführen und unterstützen, die positive Gefühle ermöglichen (z.B. Flow-Umgebung, Networking)
- Einbeziehung der Mitarbeiter + Vorgesetzten
 - Zusammenarbeit auf Augenhöhe
 - Möglichkeit Tools + Konzepte mitzugestalten
 - Transparenz / Vertrauen
- Werte definieren / thematisieren
- Mit gutem Beispiel vorangehen
- Führungskräfte entsprechend ausbilden



STÄRKEO- ORIENTIERUNG

DARIO SIOD WIR SCHOO GUT

- Konsequent stärkenorientierte Ausbildung
 - Start mit StrengthsWorkshop
 - Individuelles Stärkenbuch begleitet durch die Ausbildung
 - Entsprechend geschulte Ausbildungsbeauftragte
- StrengthsWorkshops
 - Angebot auf allen Ebenen
 - inkl. follow-up Stärkenberatung
- Stärkenorientierte Mitarbeitergespräche
- Weitere stärkenorientierte Tools
 - Kollegiale Beratung
 - Mentoring



SOZIALE BEZIEHUOGE

FÜR DAS NETWORKING TUO WIR EIOIGES

- After Work Partys
- Betriebssport
- JägerDate
- JägerNet
- Kollegiale Beratung
- Mentoring
- Growth
- Onboarding
- Teambuilding



MITBESTIMMUNG / FREIRAUM



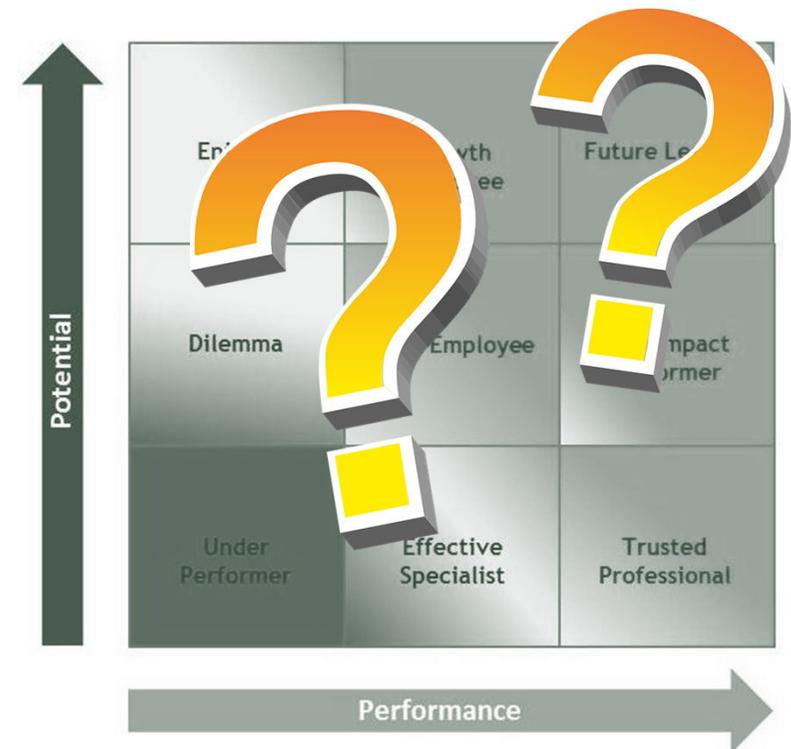
BEISPIEL MITARBEITERGESPRÄCHE

- Definition der Beurteilungskriterien in bereichs- und hierarchieübergreifenden, internationalen Workshops
- Jährliche Überarbeitung der Mitarbeitergespräche auf Basis von systematisch abgefragtem Feedback
- Optionalen Elemente in Gesprächsformularen
- Auswahl der Komplexität des Gespräches für Mitarbeiter von Teamleitern

ZUKÜNFTIGE HERAUSFORDERUNGEN

WIR STEHEN NOCH AM ANFANG

- Flow-Umgebung schaffen
 - Mehr Feedback
 - Klar definierte Rollen
- Stärkenorientierte Rekrutierung
Wissen + Erfahrung versus Stärken + Talent
- Internationales Talentmanagement
Alternative zur klassischen 9-Boxes-Matrix



JÄGERMEISTER'S POSITIVE PERSONAL- DEVELOPMENT

ES IST EINE FRAGE DER EINSTELLUNG

Es kommt nicht nur darauf an
was man macht, sondern wie
man es macht.



PROST!

