

Love Shower Bouquet: Wie erfolgreiche Führungskräfte bewusst Ihre Stärken, Talente und Kraft erforschen (und dabei ein Wenig die Welt um sich verändern).



Managertool #14

Die Reihe ‚Managertools‘ richtet sich an Führungskräfte, die sich schnell und direkt informieren wollen, wie sie typische Leadership-Herausforderungen konkret lösen können. Für Fragen und Erläuterungen kontaktieren Sie Caspar Fröhlich unter caspar.froehlich@froehlich-coaching.ch.

Die praxisorientierten 'Managertools' stehen Ihnen auf meiner Website www.froehlich-coaching.ch zum kostenlosen [Download](#) zu Verfügung.

Love Shower Bouquet: Wie Du bewusst Deine Stärken, Talente und Kraft erforschst und dabei ein wenig die Welt um Dich veränderst.

Kontext

Stell Dir vor, wir würden in unseren Interaktionen im Beruf nicht einseitig auf zu verbessernde Punkte, negative Abweichungen oder Kritik fokussieren, sondern unsere Aufmerksamkeit ebenso auf Aspekte richten, die funktionieren, die Zuversicht geben und positive Energie auslösen.

Genau das wollen wir mit dem «**Love Shower Bouquet**» tun: Du lädst 10 Personen aus Deinem Umfeld ein, eine **positive Story über Dich** zu verfassen zu konkreten Momenten, in denen Du als kräftig, lebendig, «voll im Saft» oder ausserordentlich authentisch und inspirierend wahrgenommen wurdest. Momente, in denen Du «die beste Version von Dir selbst» verkörpert hast und zum Ausdruck gebracht hast.

Hauptanliegen der „Love Shower Bouquet“-Prozesses ist, dass wir uns fokussiert auf unsere Stärken, Talenten und Grösse besinnen und Strategien entwickeln, diese in unserem Alltag bewusst einzusetzen. Gleichzeitig vertiefen wir mit diesem Vorgehen die persönlichen Beziehungen und Freundschaften zu den angefragten Menschen. Damit tragen wir dazu bei, dass wir uns in unserem Alltag generell vermehrt über positive Stories mit anderen Menschen verbinden und sich so ein «Gemeinschafts-Gefühl» weiterentwickelt.

Konkrete Schritte

Ich will teilnehmen – wie gehe ich vor?

1. Wen fragen?

Grundsätzlich kommen alle Personen aus Deinem Umfeld in Frage: Partner, Familie, Kinder/Eltern, aber auch Freunde oder Kolleg*innen aus dem beruflichen Umfeld.

2. Wie Personen kontaktieren und instruieren, die Du einladen willst?

Es kann etwas schwierig sein, eine Anfrage zu machen, bei der es darum geht, eine «positive Story» über einen selbst in Erfahrung zu bringen. Deshalb lohnt es sich, die Bereitschaft einer angefragten Person in einem persönlichen Kontakt (oder Telefon) zu klären. Es ist empfehlenswert, die *Instruktion in einer Dankes-Email* in Textform nachzureichen:

«Wie neulich telefonisch besprochen, nehme ich teil an der «Love Shower Challenge». Der Challenge ist, dass ich innerhalb von 8 Wochen 10 Stories über mich sammle, bei der die angefragte Person einen **besonderen, konkreten Moment** aus meinem Leben beschreibt, wo sie/er mich besonders in meiner Stärke, Grösse oder Kraft erlebt hat. Und zwar in Form eines kurzen Textes (max. 500 Zeichen) oder einem Kurzvideo / Audio (max. 2 Minuten). Es geht nicht darum, eine Beschreibung meiner Person zu machen, sondern darum, einen konkreten, speziellen Moment oder ein Erlebnis mit mir zu schildern, bei dem Du den Eindruck hattest: «das war richtig grossartig von ihr/ihm». Vielen Dank dass Du bereit bist, eine konkrete Story über mich zu erzählen.»

Hier zwei Beispiel von solchen Stories: (kann aber auch ganz anders aussehen, ist als Idee gedacht).

Story 1: «Thomas, wenn Du in Deiner ganzen Kraft bist, dann hast Du eine ganz besondere Eigenschaft Menschen einen Spiegel vorzuhalten ohne dass es weh tut. Ich werde nie vergessen wie Du mich bei einem von Dir durchgeführten Seminar, durch immer wieder hinterfragen keine andere Möglichkeit gelassen hast als dass ich mich selbst vor diesen Spiegel gestellt habe. Deine konsequente und gleichzeitig so wertschätzende Art mich nicht von der Angel zu lassen, hat dies bewirkt.»

Story 2: «Als erstes fällt mir deine Begabung für das Zusammenbringen von Menschen ein. Zum Beispiel öffnest du seit Jahrzehnten deine Türen an deinem

Geburtstag. Eine Konstante, die ich bewundere und sehr schön finde. Du wirkst an den Anlässen voller Freude, sehr zufrieden. Früher bestand die Verpflegung aus spanischen Nüssli und Mandarindli, inzwischen sind es kulinarische Höhenflüge, üppige Buffets, die man mit vorbereiten kann. Weiter organisierst du Singabende, Salons, (politischen) Austausch im Cabaret Voltaire um nur ein paar Beispiele zu nennen. Du schaffst es immer wieder, unterschiedlichste Menschen in allen Altersgruppen in einer sehr gemütlichen und willkommenen Atmosphäre zusammenzubringen. Menschen, die sich austauschen, inspirieren, befreunden und sich auf den nächsten Anlass von dir freuen.»

Für die Verfassung des Textes / Kurzvideo/Audio kann es hilfreich sein, den konkreten Moment/Situation kurz zu beschreiben und dann zu schreiben...

- Wenn Du in Deiner Kraft bist, dann...
- Du kannst stolz darüber sein, dass Du...
- Das Leben ist richtig wesentlich für Dich, wenn Du...
- Das Leben ist richtig real für Dich, wenn DU...
- Ich erlebe Dich so richtig lebendig, sprudelnd oder inspirierend, wenn Du...
- Es ist beeindruckend zu sehen, wenn Du...

Ich freue mich, wenn ich Deine Geschichte bis in 4 Wochen erhalte (per Email, Whatsapp, Threema, etc.)

Herzlicher Gruss

xy»

3. Wie sammle ich die eingesandten Geschichten?

Du sammelst die Files (Text, Video, Audio) bei Dir auf dem Computer auf einem docfile («*Lover Shower Report*»).

4. Wenn ich die Stories habe – was geschieht dann?

Bitte bedanke Dich bei allen «*Story-Gebern*». Wenn Du willst, tausche Dich darüber mit einer Freund:in aus. Diejenigen die bei der 100PAX-Challenges von Caspar Fröhlich teilnehmen erhalten auf Wunsch ein kostenloses Debriefing-Gespräch mit Caspar Fröhlich durchführen, in denen der Prozess und Erkenntnisse vertieft werden.

5. Ich habe Fragen – wie gehe ich vor?

Bitte melde Dich bei Caspar Fröhlich

Mögliche Schwierigkeiten

Obwohl die Vorgehensweise methodisch leicht umzusetzen ist, sollte man auf folgende Fallstricke achten:

- Typischerweise reicht eine schriftliche Erklärung für das Vorgehens nicht für die Anfragen an die 10 Story-Geber:innen. Es hilft deshalb, wenn man Kontext, Hintergrund und Vertraulichkeit mündlich kurz bespricht.
- Bitte beurteile die Stories die Du erhältst nicht. Sag einfach Dankeschön, auch wenn Du überrascht, vielleicht an der einen oder anderen Stelle enttäuscht bist.
- Setz die Story-Geber:innen nicht unter Druck: wenn jemand zwar zusagt, aber in der Frist keine Story schickt, kann man vielleicht eine Erinnerung schicken, aber vielleicht hat die Person zugesagt, aber eigentlich fühlt sie sich nicht wohl dabei.
- Wenn man selbst nicht recht wohl ist mit der ganzen Vorgehensweise

- Vergesse beim ganzen Prozess nicht, immer wieder Spass zu haben.

Nächste Schritte **Just do it.**

- Weiterführende Informationen
- Barbara Fredrickson: *Positivity* und *Love 2.0* (Wichtigkeit von positiven Gefühlen und wie man diese kultiviert im eigenen Leben)
 - Amy C. Edmondson: *The Fearless Organisation*

Kostenlose Downloads

Die praxisorientierten 'Managertools' stehen Ihnen auf der Website www.froehlich-coaching.ch zum kostenlosen [Download](#) zu Verfügung.



Caspar Fröhlich arbeitet als Unternehmensberater und Executive Coach für Führungskräfte und Geschäftsleitungen von internationalen Unternehmen (u.a. Continental, Daimler, Swisscom, Migros, KPMG, Allianz etc.). Er schreibt und lehrt über innovative Leadership-Ansätze, die Kunst gelingender Zusammenarbeit und über Ideen, wie man das Leben stärker an einer Life Mission ausrichten kann. Er ist Verfasser zahlreicher Artikel zum Thema Führung und Change Management bei führenden Fachzeitschriften und Autor verschiedener Bücher und Blogs.

Publikationen

«*Werkzeuge des Wandels – die 30 wirksamsten Tools des Change Managements*» (erschienen 2012 im Schäffer-Poeschel Verlag; von Heiko Roehl, Brigitte Winkler, Martin Eppler und Caspar Fröhlich)

«*Deep Democracy in der Organisationsentwicklung*» (erschienen 2016 im Schäffer-Poeschel Verlag)

«*Manage Your Boss – Die Kunst, den Boss mit Eleganz zu führen*» (erschienen im Haufe Verlag 2017)

Reihe «Managertools»: Tools sind downloadbar von www.froehlich-coaching.ch

Dieser Beitrag ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung darf nur mit Zustimmung von Fröhlich Executive Coaching erfolgen. Copyright @ 2017, Fröhlich Executive Coaching