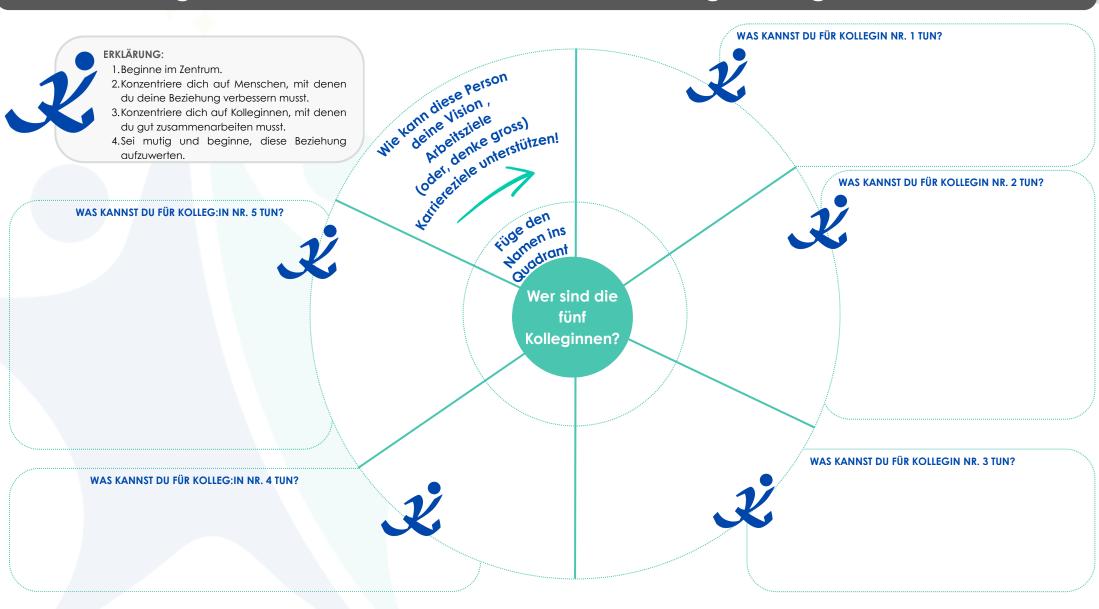
# KARMABANKKUDOS

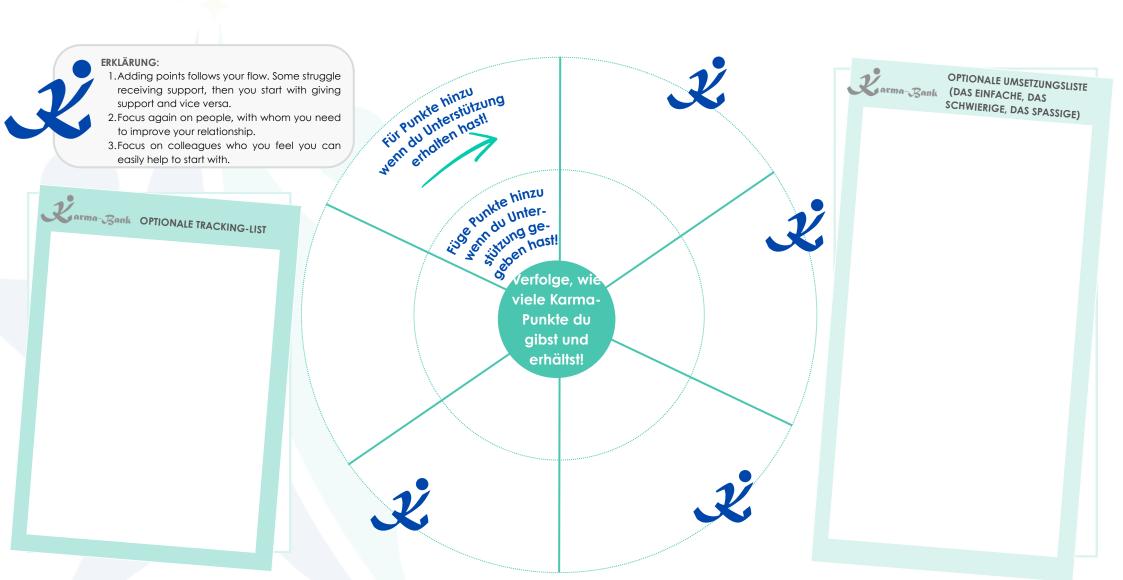
Einzelleistungen hervorheben – Mikro-Anerkennungen vergeben und erhalten





# KARMABANKFLOW

Übe die Punkte-Routine zur Reflexion und zum Aufrechterhalten des Schwungs.





## Team-Radar zur Einführung der Karma-Kultur im Team



### **ERKLÄRUNG:**

- 1. Punkte zu vergeben folgt deinem Flow.
- 2. Manche tun sich schwer damit, Unterstützung anzunehmen, dann beginnst du damit, Unterstützung zu geben, und umgekehrt. Folge dem Karma-Bank-Flow.



## Bevor du mit der Karma-Bank startest:

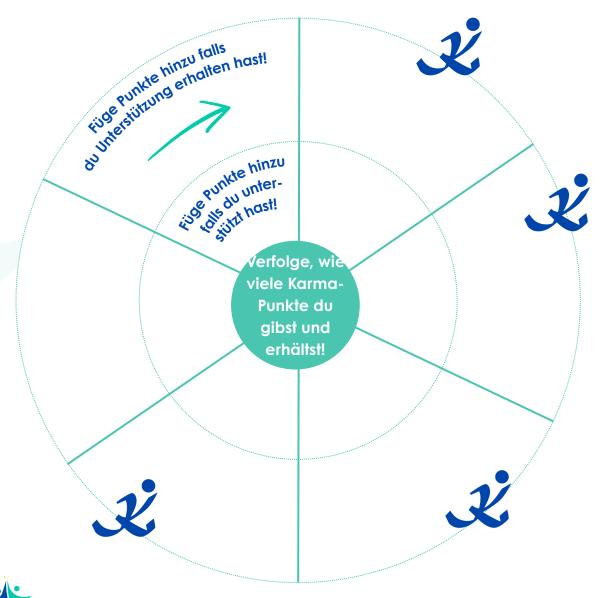
- 1. Definiere die Laufzeit der Karma-Bank und die beteiligten
- 2. Einigt euch darauf, wo das Poster aufgehängt wird. 3. Jede Mitspielerin erhält sieben Karma-Punkte.

### Starte mit der Karma-Bank:

- 1. Beim Kick-off-Meeting legt ihr fest, wie Karma-Punkte vergeben
- 2. Sammelt beim Meeting eine Liste von Ideen, aus der ihr Karma 3. Geht die Regeln der Karma-Bank gemeinsam durch.
- 4. Jeder Karma-Punkt hat das gleiche Gewicht. Große Unterstützung zählt nicht doppelt – und kleine Unterstützung zählt trotzdem einen
- 5.Bestimmt eine Karma-Wächterin. Sie erinnert euch und zieht zur Verantwortung, wenn ihr eure Zusammenarbeit verbessern könnt.

### Regeln der Karma-Bank:

- 1. Jeder Punkt hat das gleiche Gewicht. Große Unterstützung zählt nicht doppelt und kleine Unterstützung zählt ebenfalls einen Punkt.
- 2. Trefft euch regelmäßig, um den Stand zu überprüfen und über beobachtete Veränderungen zu sprechen. 3. Person A hilft Person B  $\rightarrow$  B gibt A einen Punkt.
- 4. Person C hilft A  $\rightarrow$  A gibt C einen Punkt.
- 5. Keine Punkte? Verdiene Karma-Punkte, indem du andere unterstützt ;-)
- 6. Zu viele Punkte? Fang an, andere sichtbar und hörbar zu unterstützen!





# KARMABANKZIEL

angelehnt an den Beziehungsstern aus Das Mentoring Journal



Person

Beitrag



Mein Beitrag für Andere

will tiel bei dem ich Unterstützung bioliche.



Mein Beitrag für Andere



Person

**Beitrag** 



Mein Beitrag für Andere



Person

**Beitrag** 



### ERKLÄRUNG:

- 1. Definiere ein Ziel, bei dem du aus deinem Umfeld Unterstützung ziehen möchtest.
- Denke an Menschen in deinem Umfeld, die du unterstützen könntest. (schau die rechte Box für Tipps an)
- 3. Denke an Personen, die dich bei deinem Ziel unterstützen könnten, und vor allem: wie.



### THE KARMA-BANK-TIPP

## Wie finde ich raus wie ich andere unterstützen könnte?

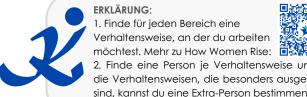
Nonnte?

Dein Ziel im Blick: Was befähigt dich dazu das Ziel anzuvisieren? Denke über deine Stärken nach, was dir leicht fällt und in welchen Momenten du glänzt.

## KARMABANKHOWWOMENIRISE

angelehnt an die Verhaltensweisen die Frauen davon abhalten den nächsten Karriereschritt zu machen





möchtest. Mehr zu How Women Rise: 2. Finde eine Person je Verhaltensweise und für die Verhaltensweisen, die besonders ausgeprägt

