

KARMA BANK ZIEL

angelehnt an den Beziehungstern aus Das Mentoring Journal

The diagram illustrates the 'Karma Bank Ziel' concept. At the center is a target symbol with the text 'Mein Ziel bei dem ich Unterstützung brauche:' (My goal for which I need support:). Surrounding this central target are six rounded rectangular boxes, each representing a 'bank account' for support. Each box is labeled 'Person' at the top and 'Beitrag' (Contribution) at the bottom. The boxes are arranged in two columns of three. The top-left box is labeled 'Person' and 'Beitrag'. The top-right box is labeled 'Mein Beitrag für Andere' (My contribution for others). The middle-left box is labeled 'Person' and 'Beitrag'. The middle-right box is labeled 'Mein Beitrag für Andere'. The bottom-left box is labeled 'Person' and 'Beitrag'. The bottom-right box is labeled 'Mein Beitrag für Andere'. Each box is accompanied by a circular icon containing four currency symbols: Dollar (\$), Euro (€), Pound (£), and Yen (¥). A large, hand-drawn arrow points from the bottom-left box towards the central target.

Person

Beitrag

Mein Beitrag für Andere

Person

Beitrag

Mein Beitrag für Andere

Person

Beitrag

Mein Beitrag für Andere

Mein Ziel bei dem ich Unterstützung brauche:

ERKLÄRUNG:

1. Definiere ein Ziel, bei dem du aus deinem Umfeld Unterstützung ziehen möchtest.
2. 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?

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.

AMELIORATE
POTENZIALE POTENZIEREN