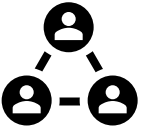


1level-up Lernen

Lernen mit Wirkung



Meine Prägungen

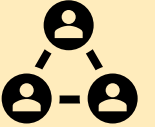


Stefan Teichtweier

- Pfadfinder
 - Dipl.-Informatiker
 - (Agile) Coach
 - Mediator und Klärungshelfer
 - Gestalttherapeut
 - Teamentwickler
 - Systemischer Strukturaufsteller
-
- 3 Kinder
 - Bergwandern
 - Lesen
 - Gitarre und Mus spielen

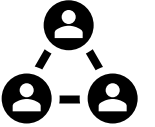


Agenda und Ziel



1level-up Lernen erleben und verstehen

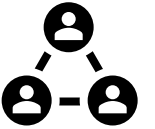
- Motivation
- Einfaches Lernmodell
- Prozess 1level-up
- Hands-on
- Q & A



Was kannst Du noch vom letzten Wissens-Input wiedergeben?

Wie hoch war der Impact auf Dich / Dein Team / Deine Organisation?

Motivation



Lernen in Organisationen

- Offizielle Lernausgaben ca. 6 Mrd. CHF - (~2% der Personalkosten)
- Kosteneffizienz nur 20%

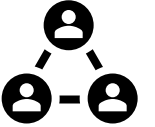
Team- und persönliche Entwicklung

- Schlechte/schwierige Gewohnheiten ablegen
- Zieldienliche Handlungen fördern

Lernen fürs Leben

- Neue Sprache, Instrument
- Interessante Lektüre, Vortrag

Woran wir scheitern



“Fast Food” Lernen

- Oberflächlich, unverknüpft und nicht integriert

Falsche Erwartungen

- Zu wenig Zeiteinsatz, Illusion des Verstehens

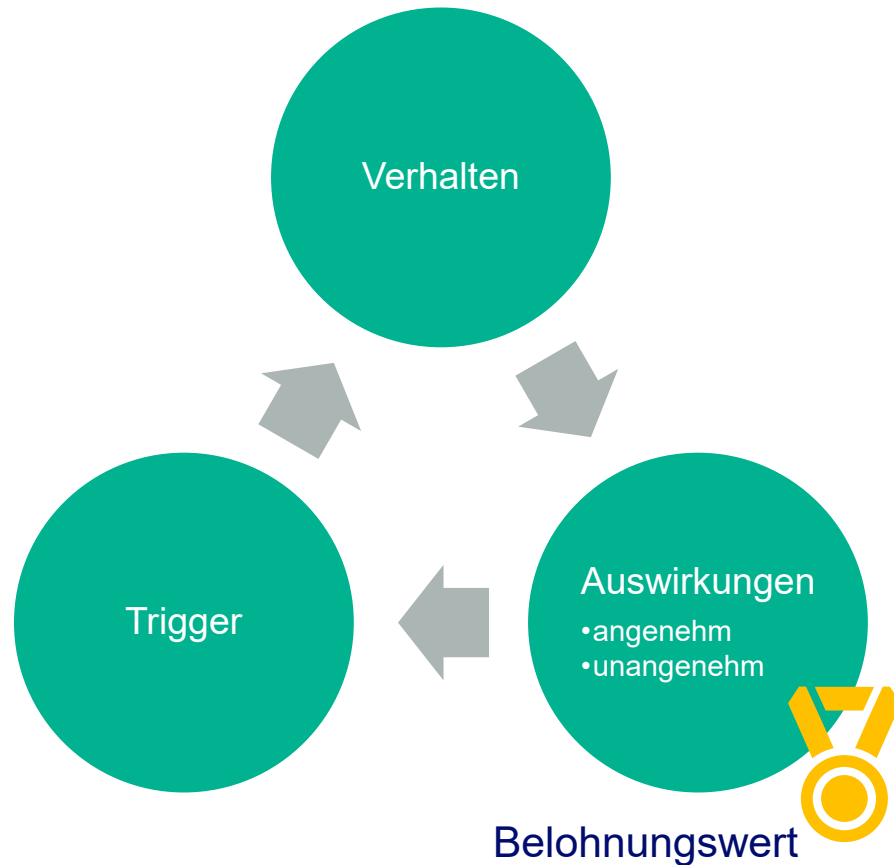
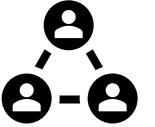
Addiction Maximizers

- Ablenkungen, Overload

→ Leicht gute Information & guten Input zu bekommen

→ Schwierig diese zu integrieren

Einfaches Lernmodell



Wiederholung -> Automatisierung

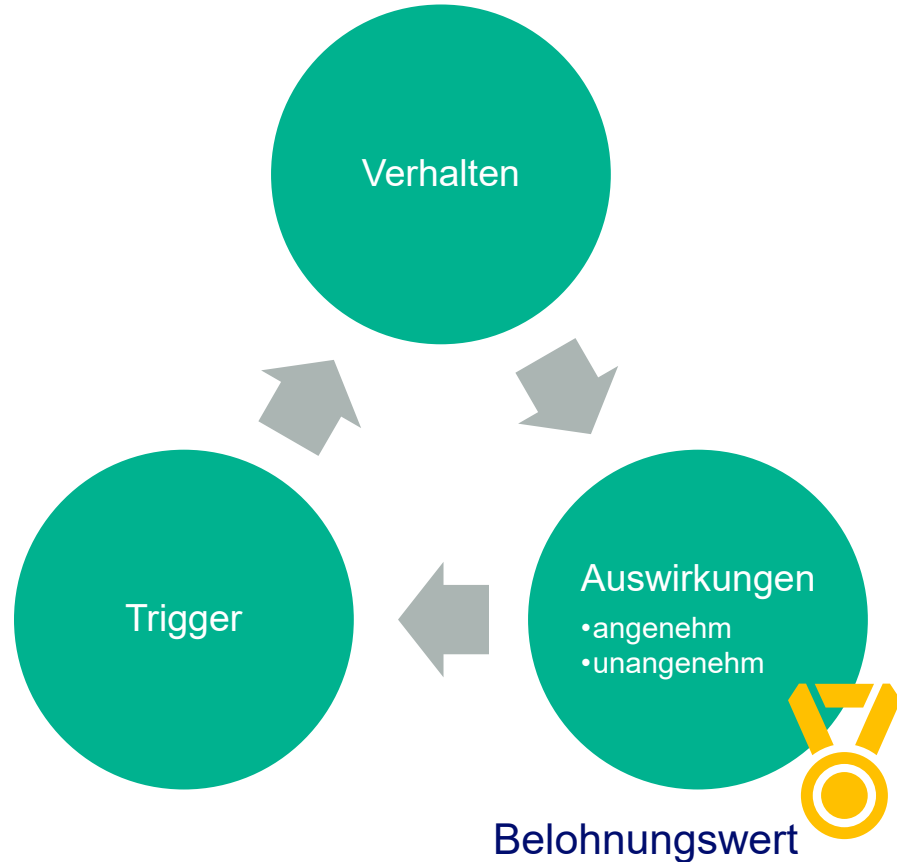
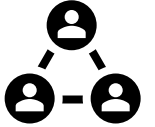
- «Set and Forget»

Hohe Suchtgefahr

- intermittierende Verstärkung, ständige Verfügbarkeit
- Ablenkung von unliebsamen Gefühlen

Umgang mit unliebsamen Verhalten

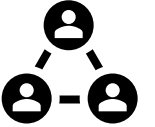
Rauchen, Handy-Scrollen...



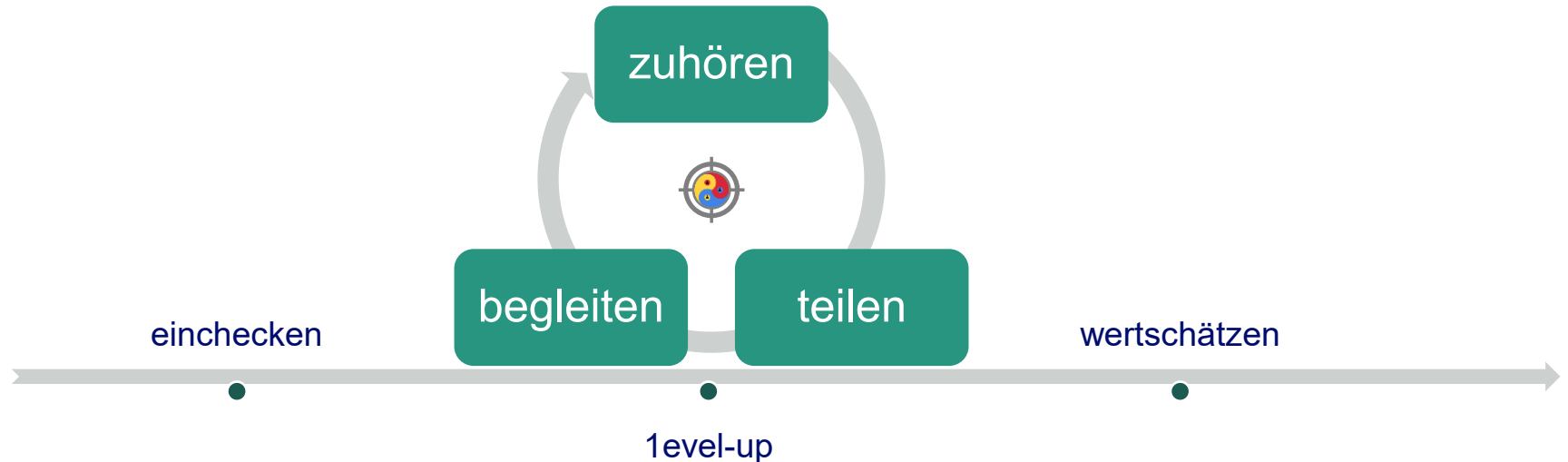
1. Beobachten und visualisieren
 - Verhalten, Belohnungswert, Trigger
2. Alle Auswirkungen auf Denken, Fühlen und Umfeld
 - (ohne Zensur)
3. Attraktive Alternative -> z.B. Neugier
 - «Curiosity will conquer fear even more than bravery will»

Achtsamkeit -> Aktualisierung des Belohnungswertes

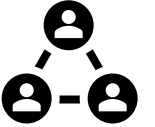
1level-up Lernen



- **Gemeinsame Haltung, Prinzipien**
- **3 aktive Wechselwirkungen: teilen, zuhören, begleiten**
- **Soziales Commitment für Zeit und Tiefe ohne Ablenkung**
- **Gemeinsamer Fokus**
- **Einfacher Prozess**

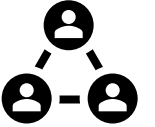


1level-up Haltung und Prinzipien



- **Gleiche und ungeteilte Aufmerksamkeit**
- **Fokus auf klare, prägnante Gedanken**
- **Alle Gefühle und Impulse sind willkommen**
- **Ermutigung und Wertschätzung**
- **Offener und sicherer Raum für Unterschiedlichkeit**
- **Vertiefung von Beziehung und Wissen**

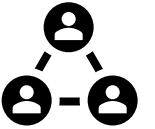
zuhören – Neue Perspektiven kennenlernen



Verantwortlich sein für Resonanz

- Sei präsent und offen
- Höre zu wie Momo
- Entdecke tieferliegende Bedeutungen und dahinter liegende Gefühle
- Lächle mit Deinen Augen

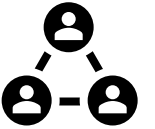
teilen – Neues erforschen und vernetzen



Verantwortlich sein für den momentanen Lernweg

- Sei präsent und aufrichtig
- Lass dich überraschen, nicht überdenken
- Gefühle und Stille – alles ist willkommen
- Lass nach Ablauf der Timebox deinen aktuellen Gedanken ausklingen.

begleiten – Den Prozess unterstützen und bezeugen

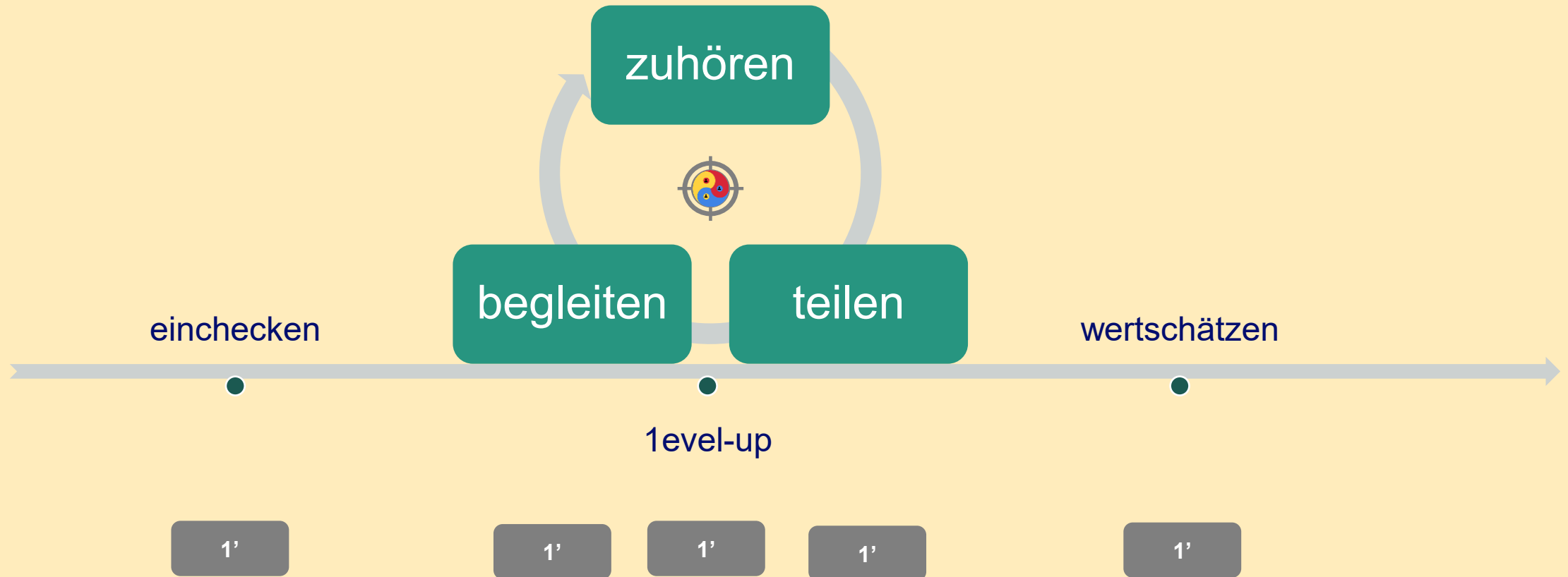


Verantwortlich sein für Zeitmanagement und Prinzipien.

- Sei präsent und raumgebend (guter Gastgeber)
- Achte auf Haltung und Umgang miteinander
- Beobachte und reflektiere den Prozess zwischen Fokus und Zuhörer
- Signalisiere dem Fokus durch Hand-heben wenn die Zeit um ist.

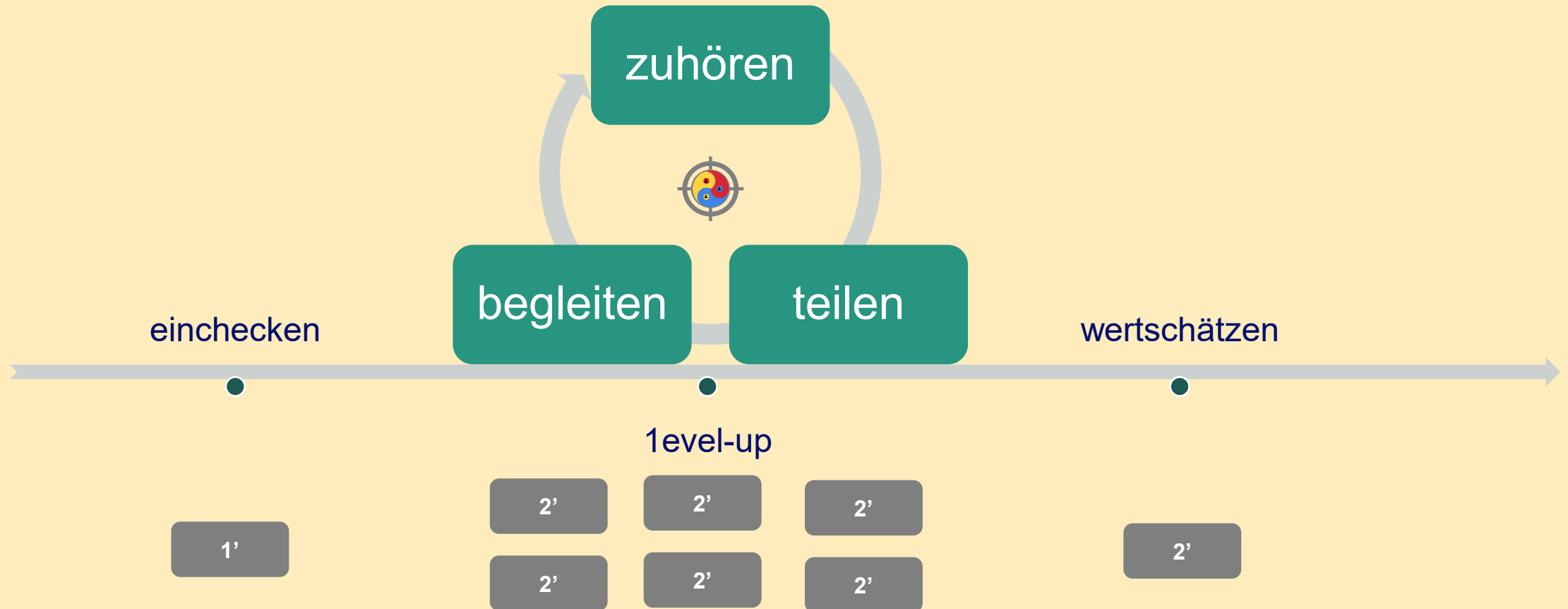
“Was macht mich aus, was ist mir wichtig?”

~5' total



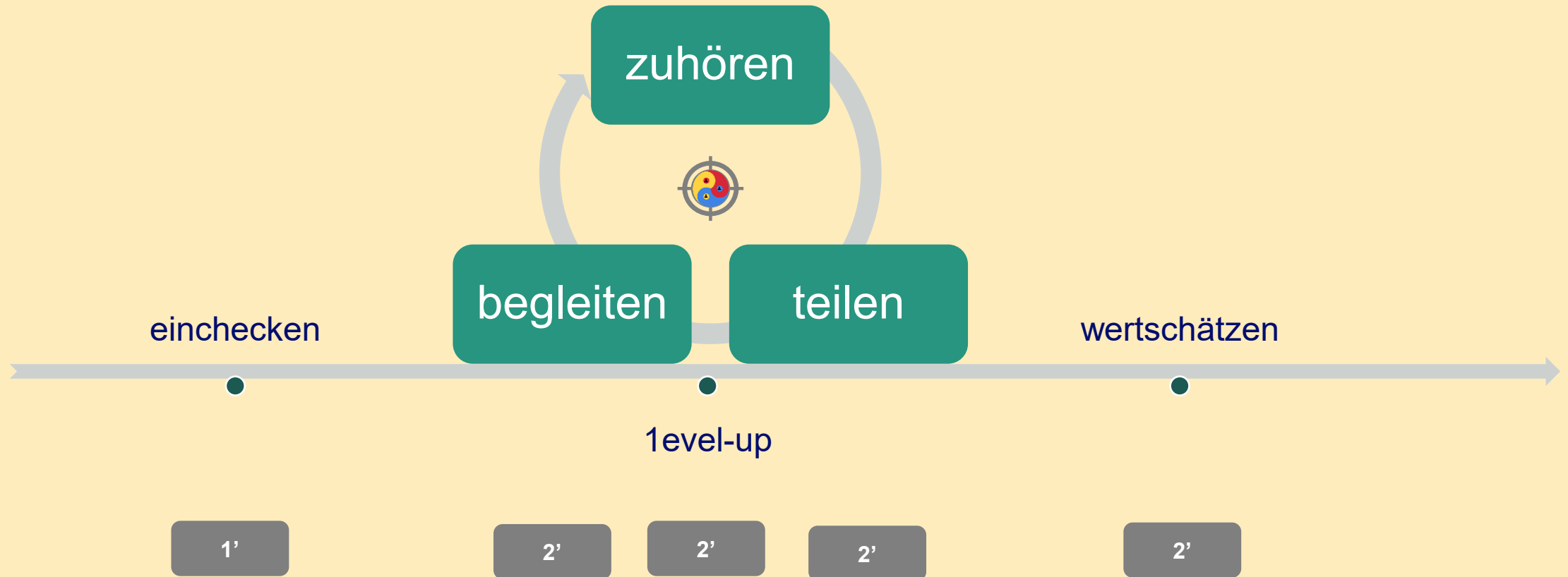
“Welches Verhalten würde ich gerne ändern und welchen ersten Schritt möchte ich dazu machen?”

~15' total

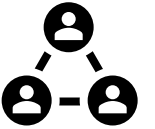


“Welche frischeste Gedanken habe ich jetzt zum Thema 1level-up Lernen und was nehme ich heute mit nach Hause?”

~9' total



Nächste Schritte



Einsatzmöglichkeiten ausprobieren

- Lesegruppe, Workshop, Peer-Coachings, Checkins, Dailies, Retrospektiven, Creativity-Labs, Breakouts...

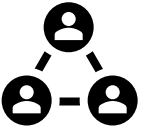
Unterschiedliche Fokus-Themen setzen

- Sich kennenlernen, Problemlösen, Persönliche Entwicklung, Feedback geben, Ziele entwickeln...

Den Prozess integrieren und erweitern

- Langfristige Lerngruppen mit festem Commitment, Hands-on-Praxis anreichern, Work out Loud

Danke!



Fragen? Ideen?

Inspiriert von

Rainer Pieritz – Zwischenraum Tragwerke©

Nancy Kline – Thinking Environment©

