



Working Out Loud Circle Guide

Version 3.5.1 - Oct 2016
Created by John Stepper

12 Wochen auf 2 1/2 Seiten

This material is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 International License. You can download and share it as long as you credit John Stepper and workingoutloud.com. You can't change it or offer it as part of any for-fee product or service. For more information, contact john.stepper@workingoutloud.com.

Was ist ein Working Out Loud circle?

Working Out Loud circle sind Gruppen von 4-5 Personen, die sich gegenseitig unterstützen, eine Gruppe die Ihnen hilft, sich auf ein Ziel zuzubewegen, indem Beziehungen aufgebaut werden, die mit dem Ziel in Zusammenhang stehen. Die Gruppen treffen sich 12 Wochen lang für jeweils für eine Stunde in der Woche. Am Ende dieser Zeit haben Sie ein größeres, vielfältigeres Netzwerk sowie Gewohnheiten und eine Mentalität entwickelt, die Sie zum Erreichen jedes Zieles verwenden können. Hier kommt die Zielvorstellung und was jede Woche zu erwarten ist:

1: Wählen Sie ein einfaches Ziel und erstellen Sie eine Liste mit Personen, die damit in Zusammenhang stehen

In Ihrer ersten Woche lernen Sie die anderen Circle Mitglieder kennen, wählen ein Ziel aus, das Ihnen wichtig ist und machen Ihre ersten Schritte um es zu erreichen indem Sie eine Liste mit Personen erstellen, die mit dem Ziel zu tun haben. Vielleicht fühlen Sie sich unsicher – in Bezug auf Ihr Ziel oder auf das persönliche Öffnen. Je mehr sich das Vertrauen zwischen den Teilnehmern der Gruppe entwickelt, umso mutiger und befähigter werden Sie sich fühlen.

2: Bieten Sie Ihre ersten Beiträge an

In der 2. Woche werden Sie einfache Beiträge für die Personen auf Ihrer Kontaktliste leisten und so die Beziehungen langsam vertiefen. Mit einem Blick auf Ihre Liste werden Sie sich weiter auf Ihr Ziel einstimmen und auch der kleinste Schritt auf Ihr Ziel hin wird sich erhebend anfühlen.

3: Arbeiten Sie an Ihren Listen

In der 3. Woche werden Sie an Ihrem Zeitmanagement arbeiten und daran, wie Sie Personen auf Ihrer Kontaktliste kleine Geschenke anbieten können. Möglicherweise passen Sie Ihr Ziel an oder ändern es komplett. Das ist in Ordnung! Das wichtigste ist, weiterhin zu üben indem Sie die Übungen jede Woche machen. Jeder kleine Schritt zählt.

4: Überprüfen Sie Ihre Online-Präsenz

Es sind erst 4 Wochen vergangen und Sie stehen immer noch am Anfang der Entwicklung neuer Gewohnheiten. Diese Woche werden Sie weitere Möglichkeiten üben, wie Sie Beiträge anbieten können, während Ihnen die Übungen helfen, Ihre Zeit zu verwalten und Ihre Online-Präsenz zu überprüfen.

5: Erweitern Sie die Bandbreite Ihrer Beiträge

Nach vier Wochen brauchen Sie vielleicht neue Energie. Die Ansprüche an Ihre Zeit und Ihre Umgebung halten einige von Ihnen möglicherweise davon ab, in sich selber zu investieren. Einige von Ihnen fühlen sich möglicherweise unwohl mit einigen der neuen Dinge, die Sie versuchen umzusetzen. Denken Sie daran, alles was Sie in Ihrem Circle machen ist an einem Ziel zu arbeiten, das Ihnen wichtig ist, weil es Ihnen etwas bedeutet und Sie erfüllt. Sie verdienen die Möglichkeit, dies zu tun!

6: Erweitern Sie Ihren Einflussbereich

Da Ihre Listen länger werden, müssen Sie effizienter und effektiver werden. Die erste Übung in dieser Woche wird Ihnen helfen, Ihren Einflussbereich zu erweitern. Die zweite wird Ihnen ein einfaches System zeigen, mit dem Sie die wachsende Anzahl an Beziehungen und Beiträgen verwalten können.

7: Machen Sie eine Gewohnheit daraus

Die Schritte, die Sie Woche für Woche unternommen haben, helfen Ihnen „laut zu arbeiten“ allmählich in eine nachhaltige Verhaltensweise zu verwandeln. Diese Woche werden Sie Dinge entdecken, die Ihre neue Verhaltensweise weiter stärken, es leichter machen zu üben und Sie werden eine Langzeit-Vision von dem entwickeln, das für Sie möglich sein kann. Für manche Leute ist der „Brief vom zukünftigen Ich“ eine besonders beeindruckende Übung.

8: Üben Sie Empathie und Engagement

Wie Sie etwas anbieten kann manchmal alles verändern. Diese Woche werden Sie beim Anbieten von Beiträgen Empathie üben, indem Sie an der Art und Weise feilen wie Sie Ihre Nachrichten schreiben und allgemein auf Leute zugehen. Es ist eine wichtige Fähigkeit, die es zu entwickeln gilt. Genauso wie es sich anders anfühlt, ob Sie das gleiche Geschenk wunderschön verpackt oder überhaupt nicht eingepackt bekommen, genauso können Sie Ihre Beiträge mit ein bisschen Übung persönlicher und wertvoller gestalten.

9: Entdecken Sie originellere Beiträge

Die letzten 4 Wochen Ihres Circles sind darauf ausgerichtet Ihnen zu helfen, andere Möglichkeiten in Betracht zu ziehen. Diese Woche werden Sie weiter das Spektrum Ihrer Beiträge ausbreiten und Ihre eigenen, originellen Ideen, work in progress und abgeschlossene Arbeit sichtbar machen. Das mag für einige von Ihnen neu sein oder zu Unbehagen führen, stellen Sie sich daher vor, es ist eine Möglichkeit, aber keine Verpflichtung.

10: Werden Sie systematischer

In der 10. Woche ist es schon normaler geworden, an Ihr Ziel in Verbindung mit Personen und Beiträge zu denken. Noch arbeiten Sie daran, dies in eine Gewohnheit und Denkweise zu verwandeln. Es ist normal, zum Beispiel, Schwierigkeiten zu haben Zeit zu finden oder daran zu denken, mit Leuten in Kontakt zu bleiben. Die Übungen diese Woche werden Ihnen helfen, das Anbieten von Beiträgen systematischer und als Gewohnheit zu gestalten, so dass es weniger Mühe macht an daran zu denken und sich stetig normaler anfühlt.

11: Stellen Sie sich vor, was alles möglich wäre

Bisher lag der Fokus auf Beiträgen und Verbindungen. Jetzt ist die Zeit gekommen, Ihre Vorstellungskraft zu aktivieren. Diese Woche werden Sie Ihr Netzwerk als Tribe von Personen vorstellen, die ein gemeinsames Interesse verbindet. Es kann etwas so einfaches sein wie eine kleine Gruppe, die ein gemeinsames Hobby hat oder es kann viel, viel größer sein. Egal ob Sie einen eigenen Tribe gründen wollen oder nicht, es ist gut zu wissen, dass Sie die Kraft und den Einfluss haben dies zu tun wenn Sie wollten.

12: Reflektieren und feiern

Überlegen Sie, ob Sie das finale Meeting bei einem Abendessen abzuhalten. Es ist eine nette Möglichkeit Ihre 12 gemeinsamen Wochen zu feiern, und die Unterhaltung während des Essens eignet sich hervorragend um über Ihren Prozess nachzudenken und die möglichen nächsten Schritte zu überlegen.