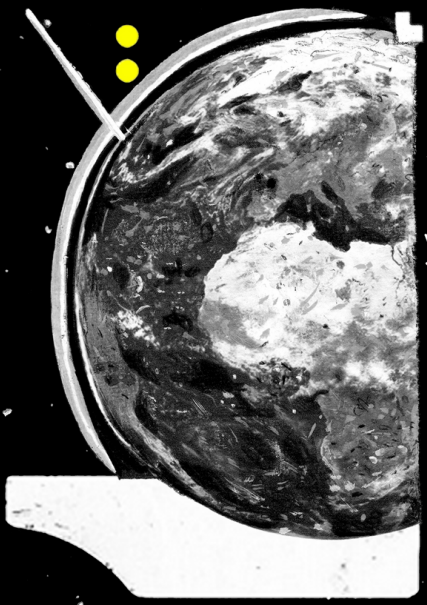
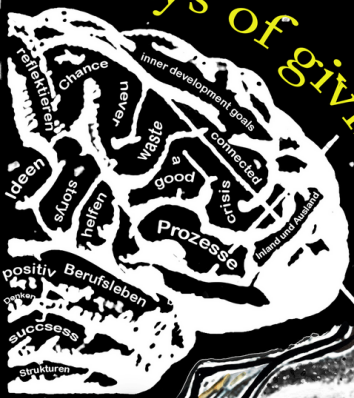
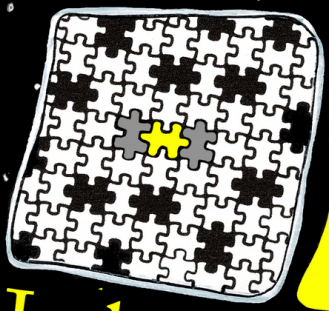
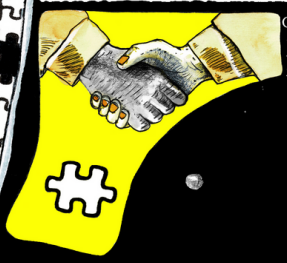
30 days of giving.





GEBEN





Größeres Ganzes
responsibility
miteinander

In business.

We live in a world that is about taking, yet people are made for giving.

---

30 days of giving in business

Was heißt es zu geben?

So einfach die Antwort auf diese Frage scheinen mag, ist sie doch tatsächlich doppelsinnig und ziemlich kompliziert. Das verbreitetste Missverständnis besteht in der Annahme, geben heißt etwas «aufgeben», dessen man damit beraubt wird und das man zum Opfer bringt. Erich Fromm

Die *30 days of giving challenge* ist dazu da, zu erleben was es wirklich heißt bedingungslos "zu geben" (im englischen: to serve).

Im Business. Weil die Wirtschaftswelt mehr vom Nehmen als vom Geben geprägt ist. Und sich das ändern darf.

Give.

Receive.

Repeat.

Day 1
Idee: Lächle heute 3 KollegInnen beim Vorbeigehen aktiv an.

Platz für deine Gedanken:

Day 2
Idee: Gib jemandem Feedback. Wertfrei und bedingungslos.

Platz für deine Gedanken:

Day 3:
Idee: Schenke Zeit. Nimm jemandem eine kleine Aufgabe ab.

Platz für deine Gedanken:

Day 4:
Zeige dich heute verletzlich. Teile ein Gefühl oder eine Unsicherheit, die du normalerweise verstecken würdest.

Platz für deine Gedanken:

Day 5

Idee: Gib deine Erfahrung ungeschönt weiter. Hilf einer Person, die gerade etwas erlebt, das du schon durchgemacht hast, beim Wachsen.

Platz für deine Gedanken:

Day 6
Idee: Mach heute jemanden auf seine/ihre Talente aufmerksam.

Platz für deine Gedanken:

Day 7

Idee: Bezahle für die Person nach dir unbekannterweise ein Getränk. Hinterlasse die Smile Card für diese Person bei der Bedienung.

Platz für deine Gedanken:

Day 8
Idee: Konzentriere dich darauf heute alle Menschen, mit denen du in Kontakt kommst, ausreden zu lassen.

Platz für deine Gedanken:

Day 9

Wenn´s um bedingungsloses Geben geht, spricht man im englischen von "to serve". Was ist aus deiner Sicht eine passende deutsche Übersetzung?

Platz für deine Gedanken:

Day 10
Idee: Mache einer Person im Büro ein Kompliment zu einer ihrer Fähigkeiten.

Platz für deine Gedanken:

Day 11
Lass dich selbst überraschen. Was wirst du heute geben?

Platz für deine Gedanken:

Day 12

Idee: Schaffe eine positive Atmosphäre. Versuche negative Geschichten heute mit positiven auszutauschen.

Platz für deine Gedanken:

Day 13

Idee: Sende heute jedes einzelne Email mit einem wohlwollenden Mindset raus. Auch, die mit unbekannten EmpfängerInnen.

Platz für deine Gedanken:

Day 14

Idee: Teile konstruktives Feeback und Lösungsvorschläge für Abläufe, die du in deinem beruflichen Umfeld geändert haben möchtest.

Platz für deine Gedanken:

Day 15
Halbzeit. Wie hat sich deine Sichtweise auf das Konzept des "bedingungslosen Gebens" verändert?

Platz für deine Gedanken:

Day 16
Lass dich selbst überraschen. Was wirst du heute geben?

Platz für deine Gedanken:

Day 17

Idee: Beschenke Reinigungspersonal, Praktikantinnen oder Portiere mit Pralinen. Einfach so.

Platz für deine Gedanken:

Day 18

Idee: Biete für den nächsten Monat 3 Zuhör-Slots in der Kollegschaft an. Du gibst dein offenes Ohr – wer mag? Thema egal, kein Feedback, keine Bewertung. Nur zuhören.

Platz für deine Gedanken:

Day 19

Idee: Überlege dir 3 Aspekte, für die du in deinem Beruf dankbar bist. Kommuniziere sie vielleicht sogar an betreffende Personen.

Platz für deine Gedanken:

Day 20
Lass dich selbst überraschen. Was wirst du heute geben?

Platz für deine Gedanken:

Day 21
Idee: Heute keine Ratschläge. Frage deine KollegInnen heute: "Ok, wie kann ich dir hier am besten helfen?"

Platz für deine Gedanken:

Day 22

Suche online nach einer positiven Nachricht – was ist heute gutes passiert? Und schicke den Artikel an 3 Menschen in deinem beruflichen Umfeld.

Platz für deine Gedanken:

Day 23
Idee: Lade überraschend jemand zu einem richtig guten Mittagessen ein. Einfach so.

Platz für deine Gedanken:

Day 24
Idee: Biete deine Expertise heute oder einmal in dieser Woche gratis an.

Platz für deine Gedanken:

Day 25
Idee: Bring Kuchen für alle mit ins Büro. Ganz ohne Anlass.

Platz für deine Gedanken:

Day 26
Lass dich selbst überraschen. Was wirst du heute geben?

Platz für deine Gedanken:

Day 27
Idee: Weils zu gut ist. Lächle heute alle Personen an, die dir über den Weg laufen.

Platz für deine Gedanken:

Day 28

Idee: Anstatt genervt von deinem Gegenüber zu sein, begegne der Person heute mit Liebe. Atme durch und versuch´s mit Empathie. Bedingungslos.

Platz für deine Gedanken:

Day 29

Idee: Erzähle jemandem von der Challenge. Schicke die online Variante weiter und motiviere die Person, es auch auszuprobieren.

Platz für deine Gedanken:

Day 30
Reflektiere die letzten 30 Tage.
Learnings, Wachstum, Grenzen, Fragen, Erkenntnisse, ...

Platz für deine Gedanken:

Hier findest du die online Variante der Challenge:

---

30 days of giving in business

Keep giving!

Denn
geben = empfangen.

---

30 days of giving
in business