

HC an einem Tag – Zusammenfassung

1. Begrüßung mit Franziska und Anne-Kathrin

- Herbert gewinnt Schnick-Schnack-Schnuck 😊
- Mehrere Runden Assoziationsketten als Warm-up

2. "Halt in haltlosen Zeiten" mit Wolfgang Frindte (Zwischen den Prüfungen)

- Erst mal eingependelt bei der Suche nach Halt
- Wikipedia = Gott?
- Pöbeln ist wieder salonfähig
- Postfaktisches: Österreich hat explosive Bäume
- "Wir konstruieren uns die Wirklichkeit" = Verfügbarkeitsheuristik nach Daniel Kahnemann
- Wo finden wir Halt? In Beziehungen!
- Wovor haben wir Deutschen eigentlich Angst? Trump #1 und Corona #17
- Feste Punkte sind wir selbst und unsere Verkettungen
- Social Media erhöht die Gefahr von „Lügenpresse“, wobei dies gleichzeitig auch eine Bereicherung ist
- „Wer Visionen hat, sollte zum Arzt gehen“ (Helmut Schmidt)
- Zukunftsorientierung ist gesünder als der Vergangenheit nachzuhängen

3. Körpersprache 1.0 mit Elisabeth

- Nenne mir drei lustige Wörter: Zoom / Swat / Nö

4. „Veränderung der Kommunikation in den letzten 15 Jahren“ mit Herbert Bock

- Nicht verändert hat sich das Bedürfnis nach Veräußerung und kommunikativer Kompetenz
- Blick durch die verschiedenen Jahrgänge
- Nachrichtenquadrat von SvT (1981) vs. Äußerungs-Kreuz nach Wagensohn (1976)
- Beendigung nicht notwendiger Verbalgeräusche auf bayerisch: „Ja mei“ und „Basst scho“
- Psychologiestudium macht etwas mit den Menschen, vor allem mit denen, die es studieren
- „Ihr werdet alle arbeitslos“
- Ich entscheide selbst, ob eine Info stimmt oder nicht, dafür bedarf es jedoch Fähigkeiten
- Sind die Äpfel faul oder ist es der Boden? Was davon wollen wir selbst sein und verändern?
- Hat sich nur die Medienlandschaft verändert oder ist es vielmehr das Konsumverhalten?
- Zeitungssterben bedeutet nicht, dass es weniger Informationen gibt, im Gegenteil
- Innovationstempo = Treiber des Kommunikationsklimas (vor allem Digitalisierung)
- Sehr fragwürdig: Das Infektionsrisiko entspricht einem Sechser im Lotto (nach Prof. Dieter Frey in der S.Z.)
- Die Fähigkeit, bewusst zu kommunizieren, ist zeitlos (auch und vor allem in Corona-Zeiten)

- Die endlose Treppe von Escher als Metapher für Kommunikation
- Das innere Team zu stärken ist die Antwort auf viele kommunikative Herausforderungen
- Bild von Herrn Teichert als Logo von HC

5. „Teamdynamik“ mit Jörg Heidig

- 15 bis 20 Minuten Verspätung sind bei HC normal 😊
- „Kein Herz, keine Leistung“
- Kernloyal als Idealtyp von Bindung am Arbeitsplatz → verschiedene Bindungstypen und Kombinationen davon
- Es kommt zunehmend auf die emotionale Bindung an
- Vorsicht, kurzer Schritt: proaktiv zu Opposition
- Gehalt wird wieder wichtiger, Work-Life-Balance weniger
- Es braucht Sinnerleben, Herz und Emotion
- Diskutabel: 30-Stunden-Ansätze (inkl. 10-15 Stunden noch woanders arbeiten), um verschiedene Welten der Arbeit kennenzulernen
- Die „kommunikative Dekadenz“ = Organisationen lernen, sich selbst zu hinterfragen
- Kommunikation im Absicherungsmodus = prophylaktische Zurückhaltung

6. Körpersprache 2.0 mit Elisabeth

- Wie können wir unsere Skills verbessern?
- Oft wird über abstrakte Dinge gesprochen
- Warm-up: ICH_BIN_TOP_FIT
- Erst Beziehungsaufbau, dann Präsenz und Sitzhaltung (verändert sich nach drei Gläsern Wein)
- „Ich bin so kaputt, obwohl ich nur Bus gefahren bin“ (Sinnbild für die permanente Beziehungsarbeit)
- Führen zuckende Füße und hochgezogene Augenbrauen zu beruflichen One-Night-Stands?
- Ablehnende Haltung? Vielleicht ist es nur kalt und jemand ist verkatert...
- Wahrnehmung vermeintlicher Körpersignale ist besser als deren (falsche) Deutung

7. „Coaching“ mit Jörg Heidig

- Inflation systemischer Coaches (Begriff ist nicht geschützt)
- Methoden, um mit inneren Stimmen zu reden (Inneres Team vs. Winning from within): Krieger, Denker, Liebender, Träumer
- Irgendwas ist ja immer“
- Aufnehmen, bewerten, reagieren...
- aufstellungsfreudige, halbesoterische Menschen sind für diese Methode eher ungeeignet
- Kristina spricht über eigene Coaching-Erfahrungen
- Fallbeispiel von Herbert Bock: HC verändern oder nicht?