



Frauen in Führung
Online-Training
22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Workbook

***Kontakte schaden nur der Person,
die keine hat***



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Tag 1:
**Finde raus, was für dich bereits
funktioniert!**

Dein NETZWERKEN-Impuls:

Sprich eine der o. g. Personen an, verabrede dich mit ihr zum NETZWERKEN-Treffen und tausche dich mit dieser aus, wie ihr euch gegenseitig unterstützen könnt.



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 1: Finde raus, was für dich bereits in punkto Netzwerksuche oder Erstansprache funktioniert!

Klarheit über deinen Status Quo ist eine wichtige Voraussetzung, wenn du diese Woche den Aufbau deines Netzwerkes angehen willst.

Gehe die letzten Situationen in punkto Netzwerken einmal durch.
Was hat für dich bei der Suche nach dem passenden Netzwerk oder
der Ansprache neuer Kontakte funktioniert?
Was fiel dir leicht? Was hat Spaß gemacht?
Schreibe alles auf und wertschätze dich für alles,
was du bereits mitbringst.

*Sich gedanklich in eine erfolgreiche Situation hineinzusetzen,
ist das wirksamste Mittel, seine Ziele zu erreichen.
(Estée Lauder)*



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Tag 2:

Wer bist du?

Dein NETZWERKEN-Impuls:

Vernetze dich mit einer weiteren Trainingsteilnehmerin und tausche dich mit ihr darüber aus, wer du bist.



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 2: Wer bist du?

"ICH BIN..."
ist die machtvollste Aussage.

Wer bist du? Was tust du am allerliebsten?
Wobei vergisst du die Zeit? Was würdest du den ganzen Tag tun, auch wenn man dich nicht bezahlen würde?
Warum tust du, was du tust?
Was bringt dein Gesicht zum Strahlen und dein Herz zum Zerspringen vor Freude?

"Wer bin ich?"
ist im Endeffekt die einzige Frage, die sich wirklich zu beantworten lohnt. Und das solltest du öfters tun: dir diese Frage stellen und sie beantworten.
Denn das Leben ist ein Prozess, eine Reise.
Die Antwort auf diese Frage ändert sich von Moment zu Moment.

Nutze den heutigen Tag, um Antworten auf diese Frage zu finden, die so leicht und gleichzeitig schwierig zu beantworten ist und dir zeigt, wie dein Leben im Moment gerade ist.

Schreib einfach darauf los. Bewerte nicht. Genieße es und denke groß.

Ich bin ...



Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 2:
Wer bist du?

*Großartige Tänzer sind nicht aufgrund ihrer Technik großartig,
sondern aufgrund ihrer Leidenschaft.*

(Martha Graham)



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Tag 3:

**Entwickle deine Ziele zur Wahl
des passenden Netzwerk-Mix!**

Dein NETZWERKEN-Impuls:

*Vernetze dich mit einer weiteren Trainingsteilnehmerin und
tausche dich mit ihr über deine Ziele aus.*



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 3: Entwickle deine Ziele zur Wahl des passenden Netzwerk-Mix!

Nimm dein Arbeitsblatt von Tag 2 noch einmal hervor und entwickle daraus - und damit aus dem, was du bist und dich ausmacht - deine Ziele für deine Suche nach dem passenden Netzwerk-Mix.

Denke groß und weit, d. h. fokussiere dich nicht nur auf den unmittelbaren Businessbereich, sondern auch über das eigentliche Arbeitsumfeld hinaus wie auch auf den privaten bzw. persönlichen Bereich.

Finde mindestens zwei Ziele für jeden deiner Bereiche!

*Des Menschen Wünsche
sind sein Himmelreich.
(Thomas Morus)*



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Tag 4:

**Ein guter Netzwerk-Mix machts
möglich!**

Dein NETZWERKEN-Impuls:

*Greife eines der Netzwerke raus, die dir beispielhaft (s. u.)
eingefallen sind. Welche Person aus deinem Netzwerk kann
dir beim ersten Kontakt behilflich sein? Gehe heute mit
dieser Person in den Austausch.*



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 4: Ein guter Netzwerk-Mix machts möglich!

Betreibe unter Beachtung deiner Ziele deinen Netzwerk-Mix strategisch, so dass du in viele Richtungen informiert bleibst und im Bedarfsfall schnell auf ein funktionierendes Netzwerk zurückgreifen kannst.

Kreiere dir heute deinen Netzwerk-Mix!

1. Wähle dazu verschiedene Bereiche und ordne in diese deine Netzwerkziele (siehe Arbeitsblatt von Tag 3) ein.
z. B. privates Netzwerk, Frauennetzwerk usw.
2. Finde konkrete Beispiele für die einzelnen Netzwerke, die zu den von dir genannten Zielen passen.

Zur leichteren Darstellung kannst du auch die Struktur der nächsten Seite verwenden.



Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 4:
Ein guter Netzwerk-Mix machts möglich!

Netzwerk 1

Ziele

Beispiele

Netzwerk 2

Ziele

Beispiele

Netzwerk 3

Ziele

Beispiele

Netzwerk 4

Ziele

Beispiele

*Was wäre das Leben,
wenn wir nicht genug Mut hätten, etwas zu wagen?*

(Vincent van Gogh)



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Tag 5:

**Gehe in die Vernetzung und
knüpfe neue Kontakte!**

Dein NETZWERKEN-Impuls:

*Finde unter den Trainingsteilnehmerinnen deinen Buddy
und verabrede dich zu einem ersten "Check-In-Telefonat"!*



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 3: Entwickle deine Ziele zur Wahl des passenden Netzwerk-Mix!

Nimm dir das Arbeitsblatt des gestrigen Tages noch einmal hervor und beginne jetzt damit, die von dir angeführten Netzwerke zu recherchieren und zu kontaktieren. Mache deine ersten bzw. nächste Schritte in punkto weitere Vernetzung.

Was sind deine nächsten Schritte?

Was tust du als erstes?

Bis wann?

Tue erst das Notwendige, dann das Mögliche, und plötzlich schaffst du das Unmögliche.

(Franz von Assisi)



dr.anjaschäfer



Frauen in Führung
Online-Training

22.-26.06.2020

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2
Das passende Netzwerk & neue Kontakte

Bonus-Tag 6:

**Männer und Frauen netzwerken
anders**

Dein NETZWERKEN-Impuls:

Verabrede dich mit deiner Buddy und tausche dich mit ihr darüber aus, welches positive Netzwerk-Verhalten ihr euch bei den „Jungs“ anschauen könnt.



dr.anjaschäfer

Erfolgsstrategie NETZWERKEN 2

Tag 6: Männer und Frauen netzwerken anders

Hast du schon einmal bewusst die „Jungs“ beim NETZWERKEN beobachtet? Dann wirst du sicher kleine Unterschiede festgestellt haben oder feststellen können.

Zum Abschluss lade ich dich ein, diese Woche bewusst das Verhalten der „Jungs“ bei Netzwerk-Treffen zu beobachten und dir Dinge, die dir gefallen, einfach in den Repertoire zu übernehmen.

Finde mindestens zwei Dinge, über die es sich lohnt nachzudenken, wie du diese in dein Tun bzw. Kommunikationsverhalten integrieren kannst.

*Es ist ganz gewiss, dass man viele Freunde hat,
wenn man keines Menschen bedarf.*

(Teresa von Avila)



dr.anjaschäfer