|  |  |
| --- | --- |
| **Titel** | 2.1 Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit |
| **Schlüsselwörter (Meta-Tag)** | * **Selbstbewusstsein** * **Selbstwirksamkeit** * **Unternehmertum** * **Unternehmensmanagement** * **SWOT** |
| **Sprache** | Deutsch |
| **Zielsetzungen / Ziele / Lernergebnisse** | |
| * Reflektieren Sie über Ihre Wünsche und Ziele * Identifizieren Sie Ihre Stärken und Schwächen * Beeinflussen Sie den Verlauf der Ereignisse | |
| **Inhalt in Kürze** | |
| **2.1.A Reflektieren Sie über Ihre Wünsche und Ziele**  Ursprünglich vom kanadischen Psychologen Albert Bandura vorgeschlagen, bezieht sich das Konzept der Selbstwirksamkeit darauf:  "wie gut man Handlungsabläufe ausführen kann, die zur Bewältigung von voraussichtlichen Situationen erforderlich sind".  Selbstwirksamkeit beeinflusst das menschliche Verhalten in jedem Aspekt des sozialen Lebens (Arbeit, Gefühlsbeziehungen usw.).  Selbstwirksamkeit ist für etablierte (und vor allem für aufstrebende) Unternehmer von großer Bedeutung, weil sie ihre Fähigkeit fördert, in ihrem betrieblichen/geschäftlichen Umfeld effektiv und wirkungsvoll zu sein.  Ein gesundes Selbstwirksamkeitsdenken bringt einen Boost-Effekt für die Kompetenz des Unternehmers, selbstbewusst, effektiv und motiviert zu handeln.  Eine wichtige Theorie auf diesem Gebiet besagt, dass die Selbstwahrnehmung ein Geisteszustand ist, der es Menschen ermöglicht, ihre aktuellen Standards mit ihren inneren (und persönlichen) Erwartungen zu vergleichen und zu bewerten.  Die Selbsterkenntnis löst den Entwurf und das "Engineering" einer konsistenten Reaktion auf einen Bedürfniszustand aus - unabhängig vom Kontext, aus dem sie kommt (Familie, Unternehmen usw.).  Selbstwirksamkeit und Selbstbewusstsein sind zwei wichtige Triebkräfte, um Ihre Bedürfnisse und Ziele klar zu erkennen, strukturierte Wege zu planen, um sie zu erreichen und Ihre Motivation während des gesamten Prozesses zu pflegen.  **2.1.B Identifizieren Sie Ihre Stärken und Schwächen**  Ein "Handbuch" für Selbsteinschätzungen gibt es nicht. Eines der am häufigsten wiederkehrenden Instrumente ist aber die sogenannte persönliche SWOT-Analyse (Strenghts; Weakness; Opportunities; Threats).  Während dieses Instrument sehr stark genutzt wird, um die Wettbewerbsfähigkeit eines Unternehmens im Allgemeinen auf der Basis dieser vier Variablen zu bewerten, legen einige seine mögliche "Wiederverwendung" auch auf der individuellen und persönlichen Dimension nahe.   * Stärken: Was können Sie am besten... * Schwächen: was Ihnen fehlt... * Chancen: Was treibt Sie an und was löst Ihre Top-Zustände aus... * Bedrohungen: Was macht Ihnen Angst und was hält Sie davon ab, zu handeln...   Dabei wird es Ihnen viel leichter fallen, zu verstehen, wie Sie Ihre Stärken nutzen können, um Ihre Ängste einzudämmen und sich selbst die günstigsten Bedingungen für Ihre Effizienz und Wirksamkeit zu ermöglichen.  **2.1.C Beeinflussen Sie den Verlauf der Ereignisse**  Haben Sie keine Angst, nicht ausreichend zu sein:   * Recherchieren Sie * Lernen Sie * Seien Sie aufmerksam * Hören Sie zu und lernen Sie von dem*, der es geschafft hat* * Lernen Sie wertvolle Lektionen * Nehmen Sie Ihre Fehler und Verantwortlichkeiten bewusst wahr * Bleiben Sie bescheiden   Es ist eine konkrete Möglichkeit, dass Sie trotz all Ihrer Bemühungen keine Wirkung erzielen können. Gehen Sie in diesen Fällen einen Schritt zurück und versuchen Sie, sich einige Fragen zu beantworten:   * Habe ich meine Stärken überschätzt? Wenn ja, was habe ich übersehen? * Habe ich meine Schwächen unterschätzt? Wenn ja, was habe ich übersehen? * Nehme ich die mich umgebenden Zusammenhänge ausreichend wahr? * Bin ich ausreichend selbstbewusst in dem, was ich tue? Gibt es einen Weg, wie ich mich selbst vorantreiben kann? | |
| **Glossar-Einträge** | |
| **Selbstwirksamkeit:** Wie gut man Handlungsabläufe ausführen kann, die erforderlich sind, um mit voraussichtlichen Situationen umzugehen  **Selbstbewusstsein:** Ein Geisteszustand, der es Menschen ermöglicht, ihre aktuellen Standards mit ihren inneren (und persönlichen) Erwartungen zu vergleichen und zu bewerten.  **SWOT-Analyse:** ein Bewertungsinstrument für Unternehmen und Menschen, das Stärken, Schwächen, Chancen und Bedrohungen miteinander vergleicht. | |
| **Literaturverzeichnis, weitere Referenzen und verwandtes Material (z. B. YouTube-Seminar)** | |
| Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". American Psychologist. 37 (2): 122–147  "Eine Theorie der objektiven Selbstwahrnehmung", 1972, S. Duval & R. Wick Lund | |
| **Zugehöriges PPT** | 2.1 Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit |