

# Vollständiges Übungsbeispiel Personal Brand

Du erhältst in diesem Dokument ein komplettes Beispiel von A–Z, mit vielen Impulsen, wie sich ein Personal Brand von Anfang bis zum Ende entwickelt. Dies gibt Dir Anregung und dient Dir auch als roter Faden.

## **Zur Beachtung:**

Die Nummerierung ist zur besseren Orientierung entsprechend dem Aufbau der Übungsblätter vorgenommen worden.

Dadurch sind einige „Buchstaben“ im Übungsbeispiel nicht vergeben, da es sich bei einigen Übungsblättern beispielsweise nur um eine Aufgabenbeschreibung handelt oder ähnliches, für die es kein Beispiel bedarf.

Viel Inspiration und Erfolg mit dem Beispiel!

# A Spaß & Freude

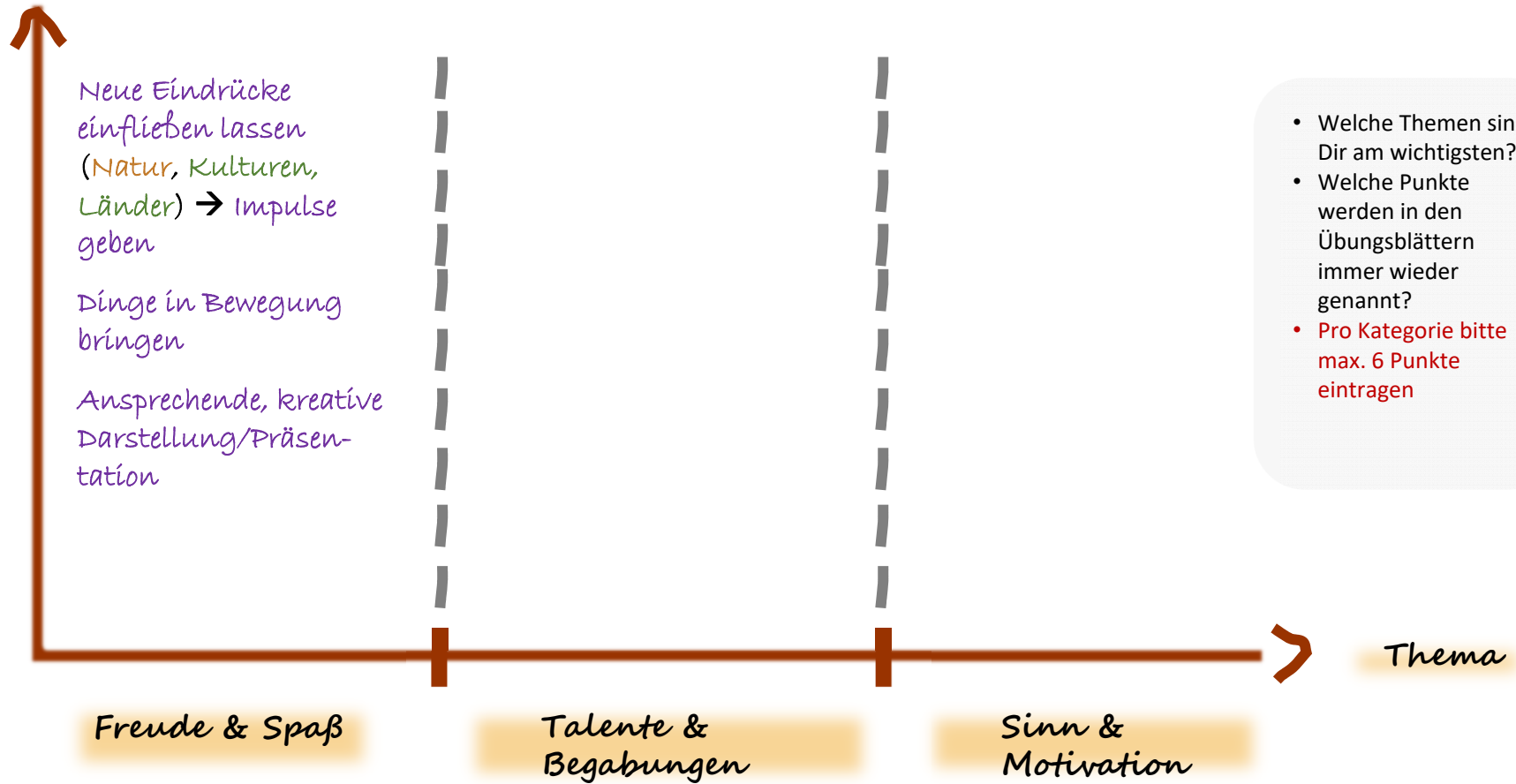
Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

	Allgemein & Beruflich	Wo und wie kann ich dies beruflich einsetzen?
Was habe ich schon als Kind / Jugendlicher gerne gemacht?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich war gerne im Freien, in der Natur, interessiere mich für Tiere und Pflanzen</li> <li>• Tanzen / Werkeln / Kreativ werden</li> <li>• Theater-Arbeitsgruppe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ideen aus der Natur / Vorbilder in Berufswelt übernehmen</li> <li>• Dinge in Bewegung bringen</li> <li>• Impulse geben / Vorträge, Präsentationen</li> </ul>
Welche Hobbys habe ich & was gefällt mir daran am meisten?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sport - Bewegung im Freien</li> <li>• Reisen - Neues entdecken, neue Eindrücke, Kulturen, etwas erleben</li> <li>• Ideen spinnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinge in Bewegung bringen → Impulsgeber &amp; Lösungen finden</li> <li>• Multikulturell</li> <li>• Ästhetische / ansprechende Darstellung</li> </ul>
An was in meinem Leben denke ich gerne zurück?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erster öffentlicher Auftritt Theater-AG</li> <li>• Amerika-Reise</li> <li>• Irland-Reise</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorträge / Präsentationen, Darstellung</li> <li>• Multikulturelle Einflüsse</li> </ul>
Was macht mich glücklich?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn es mir, meinen Lieben gut geht, wenn wir gesund sind</li> <li>• Wenn ich mich kreativ betätigen kann</li> <li>• Neue Eindrücke einfließen lassen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ansprechende Darstellung, Design</li> <li>• Ideen aus Natur / anderen Nationen einfließen lassen</li> </ul>

# B Zusammenfassung: Lege Deine Prioritäten fest - Teil 1: Freude – Talente - Sinn

Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

Höchste Priorität



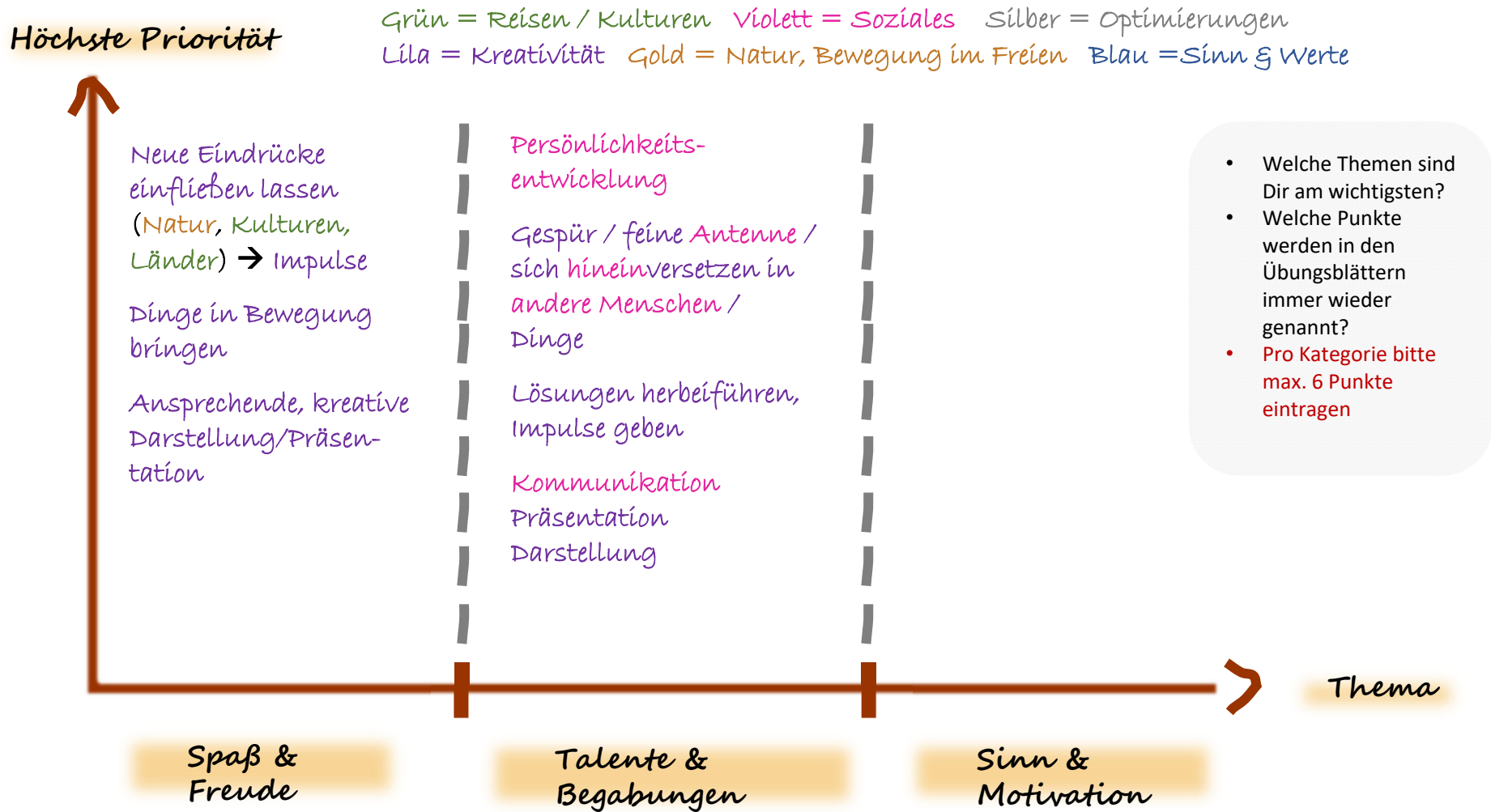
**C Talente & Fähigkeiten** Grün = Reisen / Kulturen Violett = Soziales Silber = Optimierungen  
Lila = Kreativität Gold = Natur, Bewegung im Freien Blau = Sinn & Werte

	Allgemein & Beruflich	Wo und wie kann ich dies beruflich einsetzen?
Was geht mir leicht von der Hand?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinge / Aufgaben, in denen ich einen Sinn sehe!!</li> <li>• <span style="color: purple;">Mich in andere Menschen hineinversetzen</span></li> <li>• <span style="color: blue;">Lösungen erarbeiten</span></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <span style="color: purple;">Andere coachen, begleiten</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Strukturierte, analytische Vorgehensweise, Lösungen moderieren / herbei führen</span></li> </ul>
Worin kenne ich mich sehr gut aus?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <span style="color: blue;">Kommunikation, Präsentationstools</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Systemisches Coaching</span></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <span style="color: purple;">Interne Kommunikation verbessern</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Konfliktcoaching</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Persönlichkeitsentwicklung</span></li> </ul>
Worin bin ich besser als andere?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <span style="color: purple;">Sehr „feine“ Antennen für Störungen / Beeinträchtigungen (Gespür)</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Sich in andere Hineinversetzen</span></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <span style="color: purple;">Persönlichkeitscoaching</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Teamentwicklung</span></li> <li>• <span style="color: purple;">Mentoring</span></li> </ul>

**C Talente & Fähigkeiten** Grün = Reisen / Kulturen Violett = Soziales Silber = Optimierungen  
Lila = Kreativität Gold = Natur, Bewegung im Freien Blau = Sinn & Werte

	Allgemein & Beruflich	Wo und wie kann ich dies beruflich einsetzen?
Was sagen andere, was ich besonders gut kann?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mich in andere hineinversetzen</i></li> <li>• <i>Strukturierte Vorgehensweise, analytisch</i></li> <li>• <i>Mich für Dinge begeistern</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Coaching</i></li> <li>• <i>Problem- / Konfliktlösung</i></li> <li>• <i>Lösungen herbeiführen</i></li> <li>• <i>Motivator 😊</i></li> </ul>
Wo habe ich ganz neue Ideen + Einfälle?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Wenn mir Menschen ihre Probleme erzählen</i></li> <li>• <i>Dinge vorstellen / präsentieren</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Unterstützen bei Problemen → Lösungen finden</i></li> <li>• <i>Dar- / Vorstellung / Präsentation von Sachverhalten &amp; Personen</i></li> </ul>

# B Zusammenfassung: Lege Deine Prioritäten fest - Teil 1: Freude – Talente - Sinn



## D Sinn & Motivation

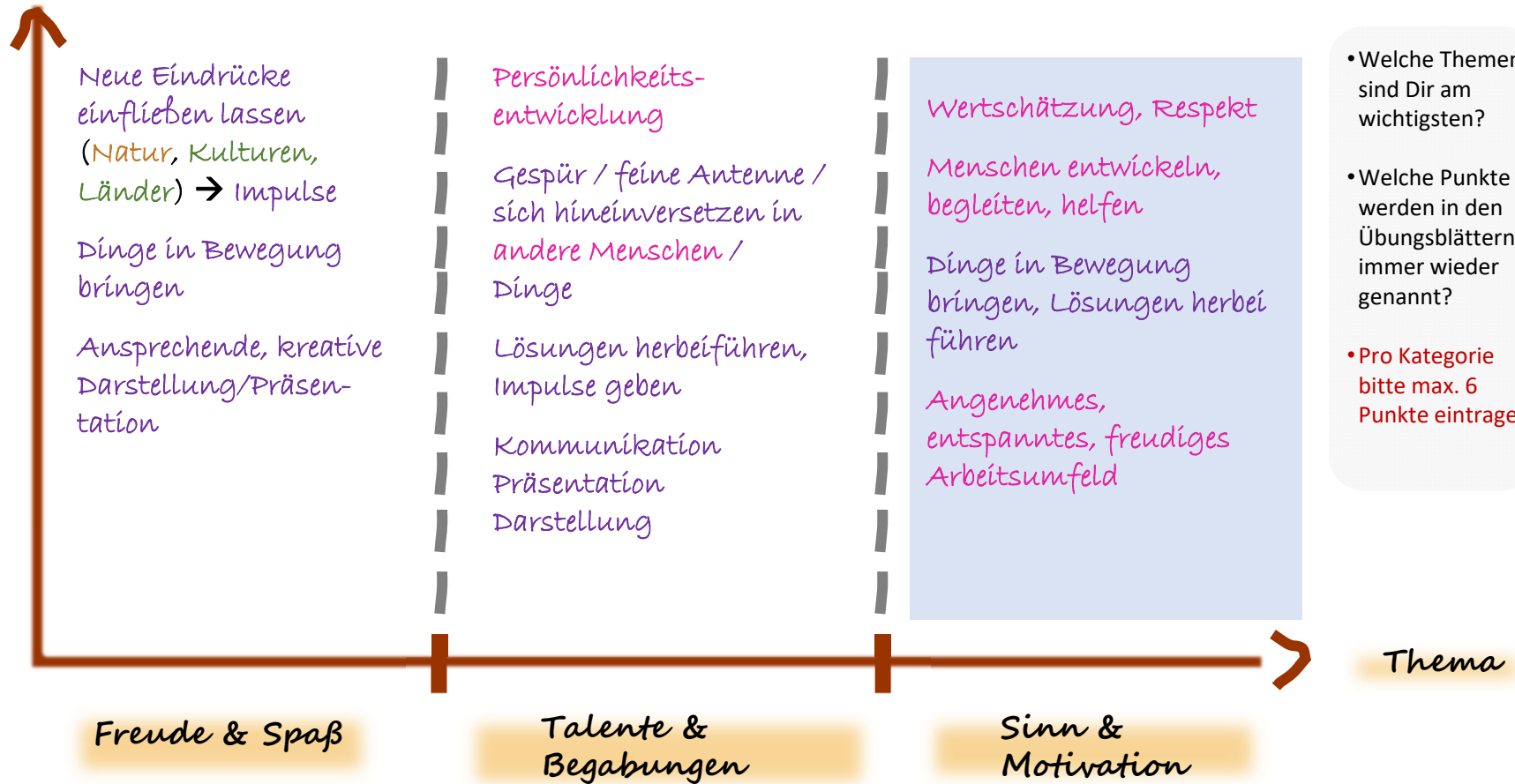
Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

	Allgemein & Beruflich	Wo und wie kann ich dies beruflich einsetzen?
Was gibt mir im Leben Sinn & Motivation?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Neue Ideen, Anregungen, Eindrücke</li> <li>• Sich selbst weiter entwickeln</li> <li>• Anderen helfen</li> <li>• Wenn es voran geht (in Bewegung bringen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifizierung, Personalentwicklung</li> <li>• Lösungen herbeiführen</li> <li>• Coaching</li> </ul>
Was würde ich gerne an andere weitergeben?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuversicht</li> <li>• „Am Ende wird alles gut. Wenn es noch nicht gut ist, dann ist es noch nicht das Ende“ (Oscar Wilde)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching / Mentoring</li> <li>• Motivation</li> <li>• Eigenes Know-how weitergeben</li> </ul>
Welches Buch oder Film gefällt mir besonders gut und warum?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die unendliche Geschichte            Beflügelt die Fantasie, andere „Kulturen“, Reisen, selbst gestalten und etwas bewirken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „über den Tellerrand herausdenken“</li> <li>• Dinge in Bewegung bringen</li> <li>• Reisetätigkeiten (lässt sich gut kombinieren, z.B. 30 %)</li> </ul>

# B Zusammenfassung: Lege Deine Prioritäten fest - Teil 1: Freude – Talente - Sinn

Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

Höchste Priorität





# E Charisma

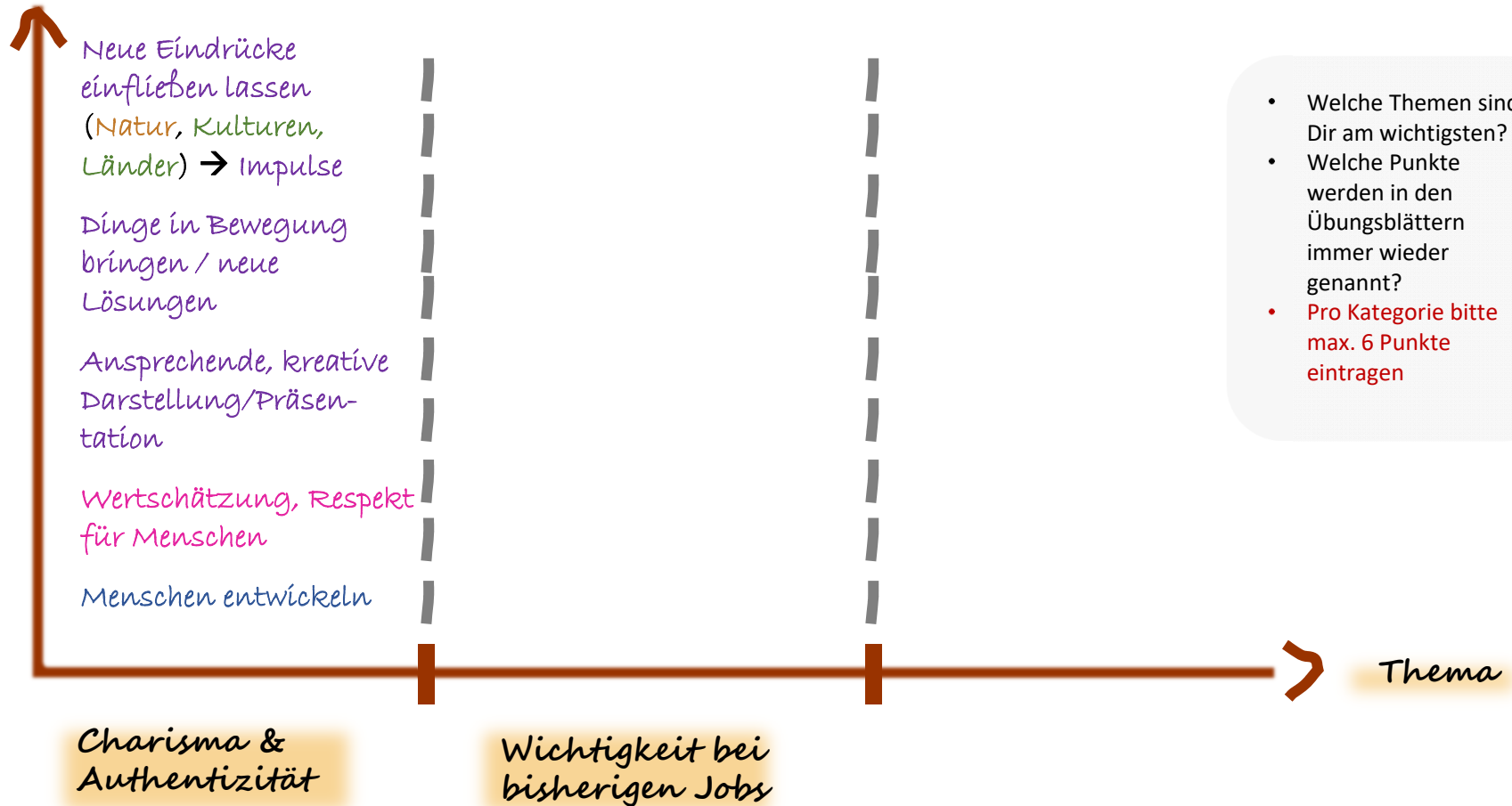
Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

	Allgemein & Beruflich	Wo und wie kann ich dies beruflich einsetzen?
Wann bin ich echt & authentisch?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich in meinem Thema bin und Menschen helfen kann</li> <li>• Wenn ich einen Beitrag zur Weiterentwicklung von Menschen leiste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching</li> <li>• Persönlichkeitsentwicklung</li> </ul>
Wann bin ich ganz im Hier & Jetzt und vergesse Raum & Zeit?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich mit Menschen an ihren Herausforderungen arbeite</li> <li>• Wenn ich auf Reisen bin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching</li> <li>• Persönlichkeitsentwicklung</li> <li>• Internationale Teams / Projekte</li> </ul>
Was berührt mich zutiefst?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menschliche Schicksale</li> <li>• Happy Ends</li> <li>• Selbstlosigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mentoring</li> <li>• Coaching</li> <li>• Hilfe zur Selbsthilfe</li> </ul>
Was lerne ich daraus, was ist mir wichtig?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es macht mir Freude und stiftet Sinn, anderen Menschen bei ihrer Entwicklung zu helfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coaching</li> <li>• Persönlichkeitsentwicklung</li> <li>• Teamentwicklung</li> </ul>

## F Lege Deine Prioritäten fest - Teil 2: Charisma – Bisherige Jobs

Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

Höchste Priorität



## G Bisherige Jobs

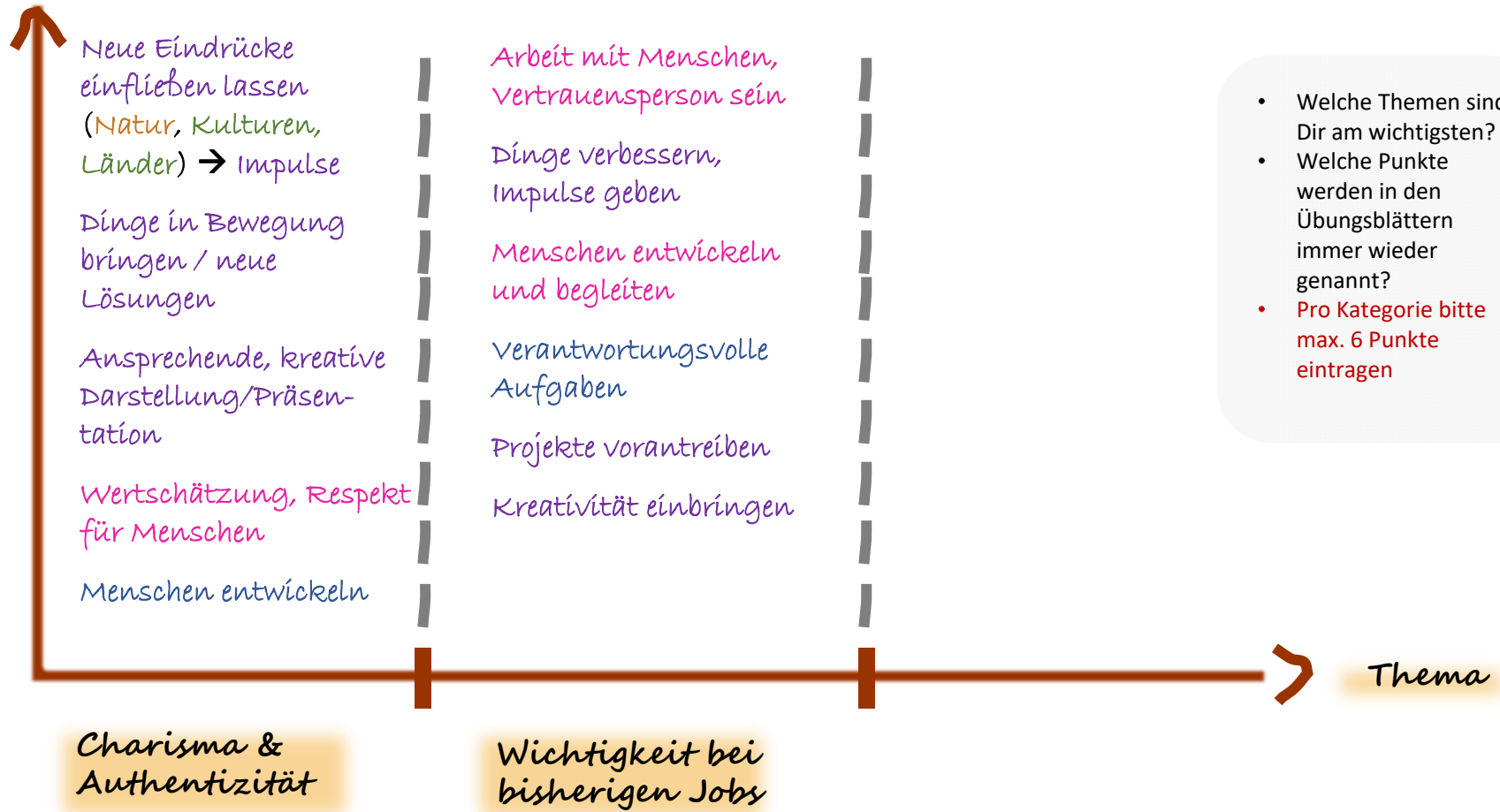
Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

	Praktika, Jobs, Ausbildung, Ehrenamt, etc	Berufe / Festanstellungen
Am meisten Spaß gemacht hat mir?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mit Menschen zu arbeiten</li> <li>Abwechslungsreiche Tätigkeiten</li> <li>Kreativ sein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeit mit Menschen</li> <li>Teamarbeit</li> <li>Dinge verbessern, vorantreiben</li> </ul>
Dafür wurde ich sehr gelobt?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zuverlässigkeit</li> <li>Pünktlichkeit</li> <li>Kreative Impulse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zuverlässigkeit</li> <li>Dinge / Projekte vorantreiben</li> <li>Im Team Aufgaben bearbeiten</li> </ul>
Daran denke ich gerne zurück?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dass ich schon als Jugendliche eine Filiale alleine führen durfte (Vertrauen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Incentive-Event in Spanien - anstrengend, aber mega!</li> </ul>
Das vermisse ich sehr?	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eine verantwortungsvolle Aufgabe / Position</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Menschen bei ihren Problemen zu helfen, damit sie sich weiterentwickeln können</li> </ul>

## F Lege Deine Prioritäten fest - Teil 2: Charisma – Bisherige Jobs

Grün = Reisen / Kulturen    Violett = Soziales    Silber = Optimierungen  
 Lila = Kreativität    Gold = Natur, Bewegung im Freien    Blau = Sinn & Werte

Höchste Priorität




- Welche Themen sind Dir am wichtigsten?
- Welche Punkte werden in den Übungsblättern immer wieder genannt?
- Pro Kategorie bitte max. 6 Punkte eintragen

H

Was sind die  
Glücksfaktoren  
für Deinen idealen Job?

### Stellenbeschreibung



Home-Office  Büro  auf Reisen

Manager/-in  Teammitglied

angestellt  selbständig

**Mein Thema**  
Dinge in Bewegung bringen, Lösungen entwickeln und Prozesse / Abläufe verbessern.  
Menschen entwickeln + unterstützen

**Meine Vision**  
Projekte leiten, die zukunftsorientierte Themen beinhalten und auch die Teams sich engagiert einbringen für großartige Ergebnisse

**Engagement & Freude**  
Impulse geben, Dinge voran bringen, Menschen entwickeln, gegenseitige Wertschätzung und Respekt

**Kompetenzen & Talente**  
Außergewöhnliche Lösungen entwickeln und sich in zukunfts-orientierte Themen eindenken können, Vertrauensperson

**Sinn & Motivation**  
Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung begleiten, Verantwortungsvolle Aufgabe / Position, Etwas bewirken können, Wertschätzung

**USP**  
Lösungen herbeiführen, an die andere nicht gedacht haben, Guten Teamspirit entwickeln, Zuverlässigkeit, Vertrauen

➔ S.L. ist die Idealbesetzung für die Position als Projektleiterin mit Coachingkompetenzen

## J Was macht Dich und Deine Angebotsvielfalt aus?

Mein Produkt / Dienstleistung	Talente / Eigenschaften	Was macht mich dafür einzigartig	Was ist mir daran so wichtig / Was gibt mir Sinn?	Was unterscheidet mich dabei von anderen	Prio
Projekt-leiterin	Absolut zuverlässig  Den Überblick behalten  Vertrauensperson	Freude daran, Projekte voranzutreiben	Eine verantwortungsvolle Aufgabe / Position zu haben, mit der ich etwas bewirken kann, am liebsten im Bereich Unternehmenskultur	Mein persönliches Engagement und mein Einsatz für Projekte und ihre Beteiligten	1
Coaching-Kompetenzen	In Menschen hinein versetzen  Vertrauensperson	Menschen weiterzuentwickeln	Eine verantwortungsvolle Aufgabe / Position zu haben, mit der ich etwas bewirken kann	Mein persönliches Engagement und mein Einsatz für Projekte und ihre Beteiligten	2

K Dein Personal Brand wird erkennbar

Beispiel Markenziel:

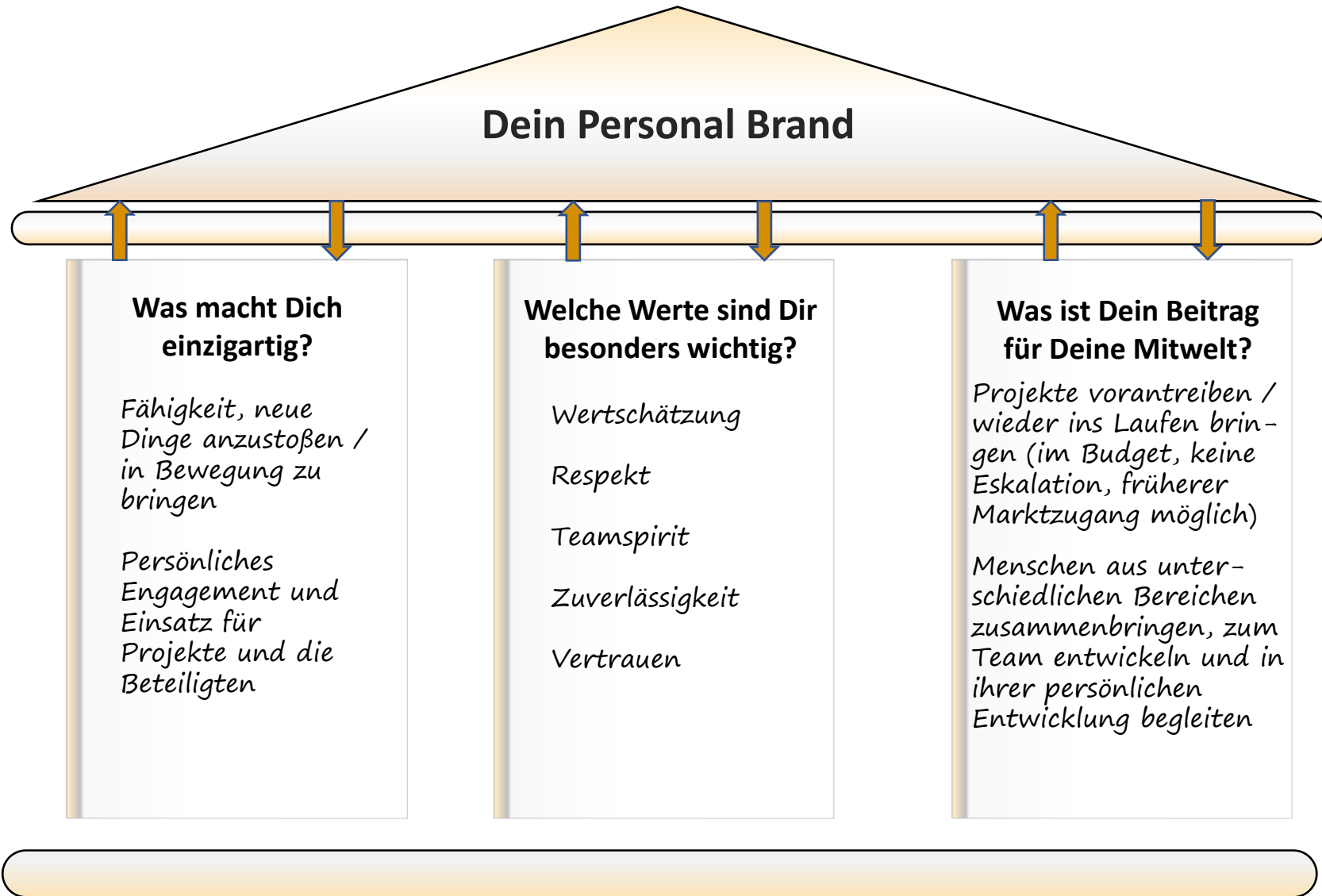
Projektleiterin

Teams aus unterschiedlichen Bereichen /  
Altersklassen / Kulturen

für zukunftsorientierte Themen

mit Coachingkompetenzen begleiten

L





## P Negative Glaubenssätze auflösen

Negativer Glaubenssatz	Inwieweit behindert er, Dein Ziel zu erreichen?	Lösungsansätze	Prio
<i>Ich werde bei dem, was ich mache, nicht gehört / nicht ernst genommen</i>	<i>Es frustriert mich und zieht mir Energie ab, ich verfange mich in einer Negativspirale</i>	<i>Ich stehe zu meiner eigenen Meinung, bereite sie gut und faktenbasiert auf. Erfolge sichtbar machen</i>	<i>3</i>
<i>Das wird nicht klappen, damit habe ich keinen Erfolg</i>	<i>Es hemmt mich, ich habe Angst zu versagen</i>	<i>Ich fange einfach an und gehe Schritt für Schritt voran und notiere all meine Erfolge in einem Erfolgs-und-Danke-Tagebuch, um mein Selbstbewusstsein zu stärken</i>	<i>2</i>
<i>Ist es das wirklich, was ich machen möchte? Oder täusche ich mich schon wieder?</i>	<i>Es bremst mich aus, ich traue mich nicht, die Funktion zu übernehmen</i>	<i>Ich höre auf meine innere Stimme und lerne, mir selbst zu vertrauen – daran arbeiten mit Coachingtechniken</i>	<i>1</i>

## Q Positive Glaubenssätze verstärken

Pos. Glaubenssatz Eigenschaften Talente	Inwieweit unterstützt es Dich, Dein Ziel zu erreichen?	Lösungsansätze	Prio
<i>Ich habe Freude an der Weiterentwicklung von Menschen – und von mir!</i>	<i>Ich gewinne an Selbstvertrauen und löse knifflige Situationen</i>	<i>Ich arbeite an mir und meiner Persönlichkeit – Tag für Tag!</i>	<i>1</i>
<i>Ich bin Vertrauensperson, kann mich in andere hinein versetzen</i>	<i>Als Projektleiter ist es unerlässlich, empathisch zu sein</i>	<i>Ich kann auch schwierige Situationen im Team meistern, indem ich bewusst auch auf die leisen Stimmen im Team höre</i>	<i>3</i>
<i>Ich schaffe es, Dinge in Bewegung zu bringen, Projekte voranzutreiben</i>	<i>Ich bleibe am Ball</i>	<i>Auch wenn ein Projekt ins Stocken gerät – ich bringe es wieder zum Laufen</i>	<i>2</i>