

Anleitung Landkarte der Voranbringer

Zielsetzung

Die Übung «Landkarte der Voranbringer» ermöglicht dir, genau zu bestimmen, welche Art von sozialer Unterstützung dir hilft, deine Wünsche zu realisieren.

Ablauf

- Überlege dir, welche deiner aktuellen Kontakte (und Wunschkontakte) in die folgenden Kategorien gehört:
 - *Joiners*: Wer macht mit?
 - *Connectors*: Wer verbindet mit anderen?
 - *Cheerleader*: Wer feuert an?
- Überlege dir anschliessend, wen du noch brauchen könntest, um dein Vorhaben zu realisieren. Notiere diese Kontakte im dafür vorgesehenen Feld.
- Lege anschliessend fest, was du genau unternimmst, um diese sozialen Unterstützer:innen zu kontaktieren und für dein Vorhaben zu nutzen.

Quelle: Kernbach & Eppler (2022): Life Design Action Book, S. 180.