

LOOK LIKE ME

VERSPRECHEN UND HALTEN



ZUSAMMENFASSUNG

Der Wert, den wir uns selbst geben, ist wie die Spiegelung des Wertes, den wir anderen geben. Wenn wir unsere Versprechen nicht einhalten, zerbricht etwas in uns, und mehr noch, unser Glaube und unser Vertrauen in uns selbst werden ernsthaft beschädigt. Wenn Sie zu Ihrem Versprechen stehen und Maßnahmen ergreifen, um es zu erfüllen, wird dies zu Zufriedenheit führen. Hält man sich dagegen bewusst oder unbewusst nicht an das, was man sich selbst versprochen hat, führt das zu Enttäuschung, Groll und Verlust des Selbstvertrauens.

"Darüber hinaus zeigt das Experiment, dass es keine geschlechtsspezifischen Unterschiede bei den zugrunde liegenden Motiven für das Einhalten von Versprechen gibt. Sowohl für Männer als auch für Frauen spielen sowohl das eigene Versprechen als auch die Erwartungen des Empfängers eine Rolle." (Kleinknecht, 2019)

ZIELE



ERGEBNISSE

- **Denken Sie an die andere Person**

Seien Sie sich bewusst, dass Erwartungen zu Enttäuschungen bei anderen führen. Wenn jemand enttäuscht ist und Ihnen das übel nimmt.

- **ERGEBNIS 1**

Die große Wertschätzung, die wir einem anderen Menschen entgegenbringen.

- **Versprechen an uns selbst einhalten**

Die Versprechen, die wir uns selbst geben, sind ebenso wichtig für unsere Kommunikation mit unserer Umwelt

- **ERGEBNIS 2**

Befriedigung und Selbstvertrauen.

- **Versprechen gegenüber anderen einhalten**

Das Einhalten eines Versprechens legt den Grundstein für Vertrauen und Respekt. Wenn unser Verhalten konsequent ist, können andere Vertrauen in uns aufbauen.

- **ERGEBNIS 3**

Sich wertgeschätzt fühlen.



AKTIVITÄTSDIEE

BEISPIEL: Organisiere und nähre deine Motivation

Alles hängt voneinander ab. Wenn man sich selbst motiviert, erhöht sich auch die Wahrscheinlichkeit, dass man ein Versprechen einhält, und das Einhalten eines Versprechens motiviert einen für weitere Unternehmungen. Um sich an einen bestimmten Plan und eine Vereinbarung mit einer anderen Partei zu halten, ist es notwendig, organisiert zu sein; dies ist also eine weitere Variable, die die Beziehung zwischen Motivation und dem Einhalten eines Versprechens beeinflusst.



REFERENZENZEN

- Kleinknecht, Janina (2019). A man of his word? An experiment on gender differences in promise keeping, Journal of Economic Behavior & Organization.. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167268119303154>
- Mind Tools. <https://www.mindtools.com/pages/article/keeping-your-word.htm>



Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung [Mitteilung] trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Autoren

© September 2022 – INDEPCIE SCA, Colegio Séneca, AKETH, VAEV, Diversity Hub.

Diese Veröffentlichung wurde mit finanzieller Unterstützung der Europäischen Kommission unter Erasmus + Project “2021-1-ES01-KA220-SCH-000031591” durchgeführt.

Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen



(CC BY-SA) : Es steht Ihnen frei, das Material zu teilen, d. h. zu kopieren und in jedem beliebigen Medium oder Format weiterzugeben, und es anzupassen, d. h. zu remixen, umzuwandeln und für jeden beliebigen Zweck, auch für kommerzielle Zwecke, zu nutzen. Der Lizenzgeber kann diese Freiheiten nicht widerrufen, solange Sie die Lizenzbedingungen unter den folgenden Bedingungen einhalten:

Namensnennung – Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen , einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.

Weitergabe unter gleichen Bedingungen – Wenn Sie das Material remixen, verändern oder anderweitig direkt darauf aufbauen, dürfen Sie Ihre Beiträge nur unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten.

Keine weiteren Einschränkungen – Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.