MODULBESCHREIBUNG

Der Blick entscheidet: Arbeit und KI positiv sehen

Adaptives Modul | ~20 min

Die Einführung eines KI-Assistenten beunruhigt den einen und begeistert den anderen: dieselbe Ankündigung, zwei Wirklichkeiten. Der Blick ist keine Nebensache. Er bestimmt erst die Einstellung, dann das Handeln: Wer mit positiver Einstellung arbeitet, ist rund 12 % produktiver. Ohne Unsicherheiten zu leugnen, erklärt dieses Modul mithilfe der Kognitionswissenschaft die Filter, die unseren Blick prägen. Dann zeigt es, wie man ihn auf das richtet, was voranbringt, im Umgang mit KI wie anderswo.

LERNZIELE

01 Verstehen, wie Auswahl, Verzerrung und Verallgemeinerung unsere Wirklichkeit erzeugen, verstärkt durch zwei bekannte Denkfehler.

02 Den positiven Blick vom naiven positiven Denken unterscheiden: die Potenziale einer Situation sehen und wählen, welche man gießt.

03 Die eigene Haltung im Umgang mit KI bewusst wählen: Ablehnung, Nutzung mit spitzen Fingern oder aktives Engagement.

04 Einen positiven Blick auf sich selbst aus den Momenten gewinnen, in denen man wieder aufgestanden ist, und so vorankommen, statt zu erstarren, was immer die KI verändert.

ZIELGRUPPE

Alle, deren erster Reflex ist, zu sehen, was nicht stimmt, und die sich einen Blick wünschen, der ihnen hilft voranzukommen.

- **Voraussetzungen:** keine

ABLAUF DES MODULS

Im Selbststudium, mit Übungen, die sich an die Lernenden anpassen.

1. **Selbsteinschätzung**: zu 9 Dimensionen, um die eigene Praxis einzuschätzen und gezielt zu üben.
2. **Expertenvideo**: von 10 Minuten, mit 3 Pausen zum Nachdenken.
3. **Praxissituationen**: 2 erste Situationen, ausgewählt nach der Selbsteinschätzung, dann 16 weitere zur freien Wahl. Zu jeder Antwort eine Rückmeldung zur Wirkung und eine Anregung, um weiterzukommen.
4. **Vorsatz mit Termin**: ein konkreter Schritt zum Ausprobieren, selbst formuliert oder aus den Vorschlägen gewählt.
5. **Merkblatt zum Herunterladen**: Kernpunkte, Fragen, Vorsatz, persönliche Notizen und Checklisten.

EIN BEISPIEL AUS DEN PRAXISSITUATIONEN

Am Donnerstag musste ein Kollege bei einem Kunden eine Installation nachbessern, die Kaïs, Glasfasertechniker, gemacht hatte. Heute Morgen schreibt ihm seine Führungskraft nur: „Kommen Sie um 14 Uhr bei mir vorbei.“ Normalerweise nennt sie den Anlass. Kaïs ist überzeugt, dass es um Donnerstag geht. Was sollte Kaïs tun?

BEWERTUNG UND ABSCHLUSS

Bestehensgrenze: 80 %

In die Punktzahl fließen die Antworten auf die Praxissituationen, der formulierte Vorsatz und gegebenenfalls ergänzende Lernaktivitäten ein. Zum Bestehen sind ein Vorsatz und eine Punktzahl von mindestens 80 % erforderlich.

METHODEN & MODELLE

- Broaden-and-Build-Theorie – Barbara Fredrickson
- Drei Wahrnehmungsfilter (Auswahl, Verzerrung, Verallgemeinerung) – angelehnt an das Meta-Modell des NLP (Bandler & Grinder, 1975)
- Positiver Blick auf sich selbst, gestützt auf gemeisterte Rückschläge – angelehnt an die Selbstwirksamkeitserwartung (Albert Bandura)
- Raster der 3 Haltungen im Umgang mit KI (Ablehnung, Nutzung mit spitzen Fingern, aktives Einbringen) – aus der Coaching-Praxis von Afthonios

QUELLEN & REFERENZEN

- Oswald, Proto & Sgroi (Universität Warwick) – „Happiness and Productivity“, Journal of Labor Economics: Glück steigert die Produktivität um rund 12 %
- Barbara Fredrickson – Broaden-and-Build-Theorie (1998/2001): Positive Emotionen erweitern das Denk- und Handlungsrepertoire
- Baumeister et al. – „Bad is stronger than good“ (2001): Negativitätsbias
- James Gross (1998) – Prozesse der Emotionsregulation

Ein Modul von Afthonios.com.

Inhalt geprüft am 21.10.2026