

STÄRKEN

1. Was fällt Dir leicht?

2. Was hast Du schon immer gern gemacht?

3. Was kannst Du gut?

4. Beschreibe die 5 größten Erfolge Deines Lebens

5. Welche 5 Stärken hast Du eingesetzt, um diese Erfolge zu erzielen?

6. Was fällt Dir schwer?

7. Und nun finde die Gemeinsamkeiten: Wo sind Deine 5 größten Stärken?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wie kann ich die Einschätzung meiner Stärken sichern?

Stelle 5 Personen, die Du gut kennst, die aber aus völlig unterschiedlichen Zusammenhängen sind (z.B. Beruf, Partnerin, Sport etc.) auch die Fragen 1 - 5. Dabei ist es von entscheidender Bedeutung, andere Menschen aus anderen Lebenszusammenhängen zu befragen, da das Selbstbild oft deutlich vom Fremdbild abweicht. Und mal ist das eine, mal das andere richtiger.