

Meine Stärken & Schwächen

So findest du deine Stärken heraus

Folgende Fragen können dir helfen, deine Stärken herauszufinden:

- Was fällt dir sehr leicht?
- Wofür hast du schon mehrfach Lob bekommen (und vielleicht abgewehrt)?
- Was macht dir Freude?
- Mit was fühlst du dich sicher? Welche Situationen machen dir keine Probleme?
- Zu welchen Themen wirst du öfters um Rat gefragt?

Frage auch deine Mitmenschen - dein nahes Umfeld, deine Kollegen, was sie für Stärken in dir sehen. Du wirst vielleicht überrascht sein, was für positive Eigenschaften dir zugeschrieben werden und kannst ganz neue Seiten an dir entdecken.

Meine Stärken:

Meine Stärken & Schwächen

So findest du deine Schwächen heraus

Folgende Fragen können dir helfen, deine Schwächen herauszufinden:

- Womit wirst du leicht aus der Ruhe gebracht?

- Was regt dich schnell auf?

- Wann wirst du innerlich unruhig?

Die Antwort ist nicht immer gleich die Lösung. Manchmal musst du sie nach dem eigentlichen Problem hinterfragen. Auch hier kannst du gerne deine Mitmenschen fragen, was sie für Schwächen an dir wahrnehmen. Ich weiß, dass das unangenehm sein kann. Du musst auch nicht alles glauben, was sie dir sagen. Es ist eine subjektive Meinung und die gilt es, zu hinterfragen, um dann zu entscheiden, wie du mit diesen Ergebnissen umgehst.

Meine Schwächen: