

Meine Stärken: 9 Übungen & 30 Beispiele zum Ausdrucken

Diese Checkliste hilft dir, deine persönlichen Stärken zu erkennen und regelmäßig zu stärken. Ideal für die Morgenroutine oder als Notfall-Reflexion im stressigen Tag.

1. Ausdauer im Alltag
2. Geduld mit anderen
3. Kreativität in Notfällen
4. Zuhören ohne Urteil
5. Sich selbst trösten können
6. Planen unter Druck
7. Einfühlungsvermögen
8. Zuversicht trotz Zweifel
9. Verantwortung übernehmen
10. Lachen in Stresssituationen
11. Zielstrebigkeit
12. Hilfsbereitschaft
13. Improvisationstalent
14. Rückenschutz bei Belastung
15. Fehler als Lernchance sehen
16. Klarheit im Gespräch
17. Sich selbst erkennen
18. Ruhe bewahren

Meine Stärken: 9 Übungen & 30 Beispiele zum Ausdrucken – Fort

19. Gespräche führen

20. Zukunft planen

Mehr Impulse: affirmationen24.de/