

## ZUSAMMENFASSUNG ONLINE-INPUT-BLOCK «KENNE DICH SELBST» VOM 9. MÄRZ 2021

### Stärken-Schwächen-Analyse – als Hilfsmittel

Persönliche Kompetenzen	stark ++	mittel +	gering o
aktiv			
analytisch			
anpackend			
anpassungsfähig			
aufgeschlossen			
ausdauernd			
ausgeglichen			
begeisterungsfähig			
belastbar			
charakterstark			
diplomatisch			
diskret			
dominant			
durchsetzungsstark			
dynamisch			
ehrgeizig			
eigeninitiativ			
einfühlsam			
einsatzbereit			
eloquent			
emotional			
entschlossen			
erfolgsorientiert			
ernst			
flexibel			
fördernd			
forsch			
freundlich			
fröhlich			
führend			
geduldig			
gelassen			
geltungsbedürftig			
geradlinig			
geschickt			
gewandt			
gewissenhaft			
großzügig			
gutmütig			
hilfsbereit			

humorvoll			
impulsiv			
innovativ			
interkulturell gebildet			
kollegial			
kommunikativ			
kompetent			
kompromissbereit			
konfliktfähig			
konstruktiv			
kontaktfreudig			
kooperativ			
kreativ			
kritikfähig			
kundenorientiert			
lernbereit			
loyal			
mathematisch begabt			
mobil			
motiviert			
motivierend			
mutig			
offen			
optimistisch			
ordentlich			
organisiert			
pflichtbewusst			
phantasievoll			
planvoll			
reisefreudig			
risikobereit			
ruhig			
sachlich			
schlagfertig			
schnell			
selbstbeherrscht			
selbstbewusst			
selbstdiszipliniert			
selbständig			
sensibel			
sicher			
sorgfältig			
souverän			
sozialkompetent			
spontan			
sprachbegabt			
taktvoll			

teamfähig			
technisch versiert			
temperamentvoll			
tolerant			
umsichtig			
unerschütterlich			
unternehmerisch denkend			
verantwortungsbewusst			
verhandelnd			
vertrauenswürdig			
vielseitig			
warmherzig			
wortgewandt			
zielorientiert			
zielstrebig			
zugewandt			
zupackend			
zuverlässig			

(Quelle: karrierebibel.de)

### **Traumjob ausmalen nach Lust und Laune:**

- Lust/Leidenschaft auf Branchen, Arbeitgeber, Produkte, Themen, ...
- Welche Aufgaben?
- Wie sieht der Alltag aus?
- Wie ticken meine Kollegen plus Chefs?
- Woran wird Erfolg gemessen?
- Arbeitsumfeld eruieren (Firmen inkl. ihrer Unternehmens- und Führungskultur «unter die Lupe nehmen»)

### **Schwächen feststellen:**

- Wann habe ich schlechte Laune?
- Was macht mir keinen Spass?
- Was stresst mich?
- Welche Personen finde ich anstrengend? Warum?
- Welche Eigenarten von mir behindern mich?

### **4-Evening-Questions**

1. Was hat mir heute Freude bereitet?
2. Wofür und wem kann ich dankbar sein?
3. Wo habe ich mich heute so richtig gut / lebendig gefühlt?
4. Welche Stärken konnte ich heute ausleben?

**Link für Fragebogen:** <https://charakterstaerken.org>