

Svenja Hofert
Was sind meine Stärken?

SVENJA HOFERT

Was sind meine Stärken?

Entdecke, was in dir steckt

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-95623-341-8

Programmleitung: Ute Flockenhaus, GABAL Verlag

Lektorat: Susanne von Ahn, Hasloh

Umschlaggestaltung: Martin Zech Design, Bremen | www.martinzech.de

Satz und Layout: Das Herstellungsbüro, Hamburg | www.buch-herstellungsbuero.de

© 2016 GABAL Verlag, Offenbach

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise,
nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

www.gabal-verlag.de

www.twitter.com/gabalbuecher

www.facebook.com/Gabalbuecher

Inhalt

Finden Sie Ihre starken Seiten! 9

Teil 1: Die Welt der Stärken

Wie Sie Stärken bei sich und anderen aufspüren 13

Wann ist eine Stärke eine Stärke? 16

Stärken und Talente 17

Stärken und Schwächen 18

Stärken psychologisch betrachtet 20

Warum wir unsere Stärken oft falsch bewerten 22

Wie Stärken mit Selbstbewusstsein zusammenhängen 24

Der Fischteichereffekt oder warum Stärken immer relativ sind 27

Wie Sie Ihre Stärken entwickeln 29

Stärken-Entwicklung – eine wunderbare Entdeckungsreise 30

Die Formel für Ihre Veränderung nutzen 31

So »ist« es: Stärken vermessen 32

So »soll« es sein: die nächste Entwicklungsstufe 33

Lassen Sie sich bei der Stärken-Suche anregen 35

Den StärkenNavigator nutzen 36

Ihre Fokusstärke finden 36

Ihr individuelles Stärken-Mosaik 37

StärkenNavigator fürs Coaching und Selbstcoaching 39