

Es gibt kein Copyright für dieses PDF. Gerne kannst du es auch an andere weiterleiten. Viel Spaß und viel Erfolg!

Übungsaufgabe „Das kann ich gut“

Diese Übung dient dazu, dass du dir bewusst wirst, dass du mehr kannst als du denkst. Ggf. kannst du dich hinterher auch mehr auf deine Stärken fokussieren und diese ausbauen. Ich freue mich, wenn du diese Aufgabe mit einem guten Gefühl für dich abschließt! Bitte nimm dir einen Moment Zeit zum nachdenken und mache diese Aufgabe für dich, in Ruhe. Jeder Mensch hat verschiedene Fähigkeiten, auch du! Überlege dir verschiedene Dinge, die dir besonders gut gelingen. Welche Situationen in der Vergangenheit hast du erlebt? Welche Lösungen hast du entwickelt wo andere vielleicht verzweifelt wären? Worum wirst du häufig um Hilfe gebeten? Gibt es etwas, wo du der erste Ansprechpartner für andere bist? Machst du vielleicht etwas für andere? Umso mehr du nachdenkst, umso mehr wird dir einfallen! Da bin ich mir sicher!

Schreibe mindestens 10 Sachen auf!