



Meine Stärken



Schreibe hier alle deine Stärken auf und die Situationen, in denen du sie ausleben kannst

STÄRKEN

Hier kann ich meine Stärken ausspielen





Meine Schwächen



Schreibe hier auf, was du zu deinen Schwächen zählst. Überlege dir, was du nicht tun könntest, wenn du diese Schwäche nicht hättest.

Meine Schwächen

Mit dieser Schwäche ist es mir möglich, ...

Z.B. ich bin eher still und lache wenig

...zuzuhören, Dinge zu überdenken und nicht in unpassenden Momenten zu lachen





Meine Selbstempathie



Kannst du dir vorstellen, dass es Menschen gibt, die dich um einige deiner „Schwächen“ beneiden?

Kannst du dir vorstellen, dass es Menschen gibt, die deine Schwächen auf der Seite „Meine Stärken“ aufgeschrieben haben?

Kannst du dir vorstellen, dass es Menschen gibt, die deine Stärken bei sich selbst als Schwächen sehen?

Das, was du siehst, ist immer nur die Bewertung, die du einer Sache gibst. Verändere deine Perspektive. Öffne dich für deine Selbstempathie. Fang an deine Schwächen zu lieben. Ändere deine Einstellung zu den Dingen und genieße, dass du DU bist! So einzigartig und wertvoll für die Welt! Feiere deine Schwächen und erlebe, wie sie zu deinen Stärken werden!

Hier ist Platz für einen persönlichen Satz von dir für dich. Überlege dir, wie würde der liebevollste Teil in dir zu dir sprechen?

