

# STÄRKEN STÄRKEN

## Die eigenen Talente entdecken, ausbauen und gezielt einsetzen

Der Schlüssel für das Wachstum jedes Menschen liegt in seinen größten Stärken. Unsere inneren Ressourcen sind unser Reichtum und gleichzeitig auch unser Sicherheitsnetz im Leben. Sie bereiten den Boden für harmonische Beziehungen, ermöglichen beruflichen Erfolg und erhöhen die Selbstwirksamkeit. Persönlichkeitsentwicklung fängt genau hier an: Sich seiner Stärken bewusst zu sein, sie auszubauen und gezielt einzusetzen. Im Mittelpunkt des Workshops stehen die Fragen: Welche Stärken, Talente und Kompetenzen habe ich? Wie komme ich von der Stärke zum Erfolg? Wie kann ich souveräner den Herausforderungen meines Lebens begegnen?

### Zielgruppe

alle Interessierten

### Inhalte

- Sich selbst besser kennenlernen: Analyse und individuelles Stärkenprofil
- Innere Bremsen, hemmende Muster und Gewohnheiten
- Transformation: Persönliche Stärken im Beruf gezielt einsetzen
- Das mehrdimensionale Zeitmodell als Weg in den persönlichen Erfolg
- Das Opfer- und Gestaltermodell
- Der Kontext macht´s: Schwächen neu bewerten
- Eigenheit oder Besonderheit?
- Selbstwert stabilisieren und erhöhen
- Reframing statt innerer Kritik, Vorwürfen und Schuldfragen
- Gezielter und wirksamer den Herausforderungen des Alltags begegnen
- Selbstoptimierung: Wie nutze ich meine Stärken und baue sie weiter aus?
- Bewusst andere Wege gehen
- Mögliche Hürden auf dem neuen Weg: Szenarien entwickeln, vorbereitet sein
- Mein persönlicher Plan: Schlussfolgerungen und konkrete erste Schritte

### Methoden

Einzel- und Kleingruppenarbeit mit Analysen und Tests, mündliche und schriftliche Reflexion, theoretischer Input des Trainers

### Kosten:

185 EUR

Mitglieder: 145 EUR

**Seminar-Nr:**

K-PK 20-06-25

**Anmeldung bis:**

04.06.2020

---

<b>Datum/Uhrzeit</b>	<b>Ort</b>	<b>Anmeldung</b>
25.06.2020 09:00 - 16:00 Uhr	Felsenweg-Institut der Karl-Kübel-Stiftung Straße des 17. Juni 25 Haus 102 A 01257 Dresden	