



Worksheet

Meine Stärken, meine Erfolge

Auf deiner Reise bist du der Held oder die Heldin.

Also hast du schon einige Herausforderungen geschafft. Welche Fähigkeiten hast du dabei eingesetzt? Und wie kannst du diese Fähigkeiten beim Schreiben gut einsetzen?

Beispiel: Ich habe eine Abschlussprüfung geschafft, obwohl ich viel lernen musste und nur wenig Zeit hatte. Das heißt, ich kann mir neue Inhalte schnell aneignen und auch konsequent bei der Umsetzung sein. – Wenn das bei einem Buchprojekt nicht hilfreich ist, weiß ich auch nicht. 😊

Das ist mir bereits gelungen und dabei habe ich folgende Fähigkeit/Stärke eingesetzt:	Wie kann mir diese Fähigkeit beim Schreiben behilflich sein?



Worksheet

Meine Stärken, meine Erfolge

Schwächen: Wenn es dir schwerfällt, Stärken zu finden, kannst du dir auch deine Schwächen anschauen und diese dann reframe, also positiv umdeuten.

Beispiel: Ich bin ungeduldig und arbeite immer viel zu schnell. Dadurch passieren auch Fehler. Was ist das Positive daran: Ich kann schnell arbeiten. In welcher Situation wäre meine Schnelligkeit hilfreich? Zum Beispiel, wenn die Abgabe-Deadline vor der Türe steht.

Meine Schwäche	Das Positive daran	In welcher Situation ist diese Schwäche nützlich (also eine Stärke)? Wie kann mir diese Schwäche helfen?