

A large, abstract yellow brushstroke graphic that serves as a background for the main text. The stroke is thick and textured, with varying shades of yellow and some white highlights, giving it a hand-painted appearance. It is centered on the page and partially overlaps the text.

DEINE STÄRKEN



FRIDA HOTH
BERUFS- & BUSINESSCOACHING

www.frida-hoth.com
info@frida-hoth.com

Kennst du deine Stärken?

Diese Auflistung ist als Impuls für dich und deinen Baustein „Kompetenzen“ in der Ideenbox gedacht.

Stärke ist die umgangssprachliche Beschreibung von Mustern, deines Denkens, Handelns und Fühlens, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen.

Kompetenzen sind umfassende Konstrukte aus Fähigkeiten, Problemlösemethoden und Wissensbausteine, mit deren Hilfe du komplexe Aufgaben löst.

Was du noch mit der Liste machen kannst.

Runde 1: Wähle max. 10 Stärken aus, die dich gut beschreiben.

Runde 2: Drucke die Liste oder schicke sie (ohne deine Auswahl) an bis zu 5 Menschen, die dir wohlgesonnen sind und bitte sie, ebenfalls max. 10 Stärken zu markieren.

Runde 3: Sprich mit den Menschen über ihre und deine Auswahl.

Analytisch

Anpassungsfähig

Aufgeschlossen

Ausdauernd

Ausgeglichen

Ausgleichend

Begeisterungsfähig

Belastbar

Besonnen

Charmant

Diplomatisch

Durchsetzungsfähig

Effizient

Ehrgeizig

Ehrlich

Eigenverantwortlich

Einfühlsam

Engagiert



Enthusiastisch	Experimentierfreudig
Fantasievoll	Fehlertolerant
Fleißig	Flexibel
Fokussiert	Fortschrittlich
Freundlich	Frustrationstolerant
Führungsstark	Geduldig
Genießerisch	Geradlinig
Gesundheitsbewusst	Gewissenhaft
Glaubwürdig	Großzügig
Herzlich	Hilfsbereit
Humorvoll	Improvisationstheater
Initiativ	Innovativ
Intuitiv	Kommunikativ
Kompromissfähig	Kompetent
Konfliktfähig	Kontaktfreudig
Kooperativ	Kreativ
Künstlerisch	Lernbereit
Leistungsbereit	Lösungsorientiert
Loyal	Lustig
Motivieren	Musikalisch
Offen	Optimistisch
Pünktlich	Qualitätsbewusst
Respektvoll	Risikobereit
Rücksichtsvoll	Ruhig



Selbstbewusst

Spontan

Stilsicher

Überzeugend

Verantwortungsvoll

Vielseitig

Werteorientiert

Willensstark

Selbstreflektiert

Sportlich

Tolerant

Unabhängig

Verhandlungssicher

Wandlungsfähig

Wertschätzend

Zuverlässig

