

# Stärken-Canvas

## Tool zur Freisetzung eigener Potenziale

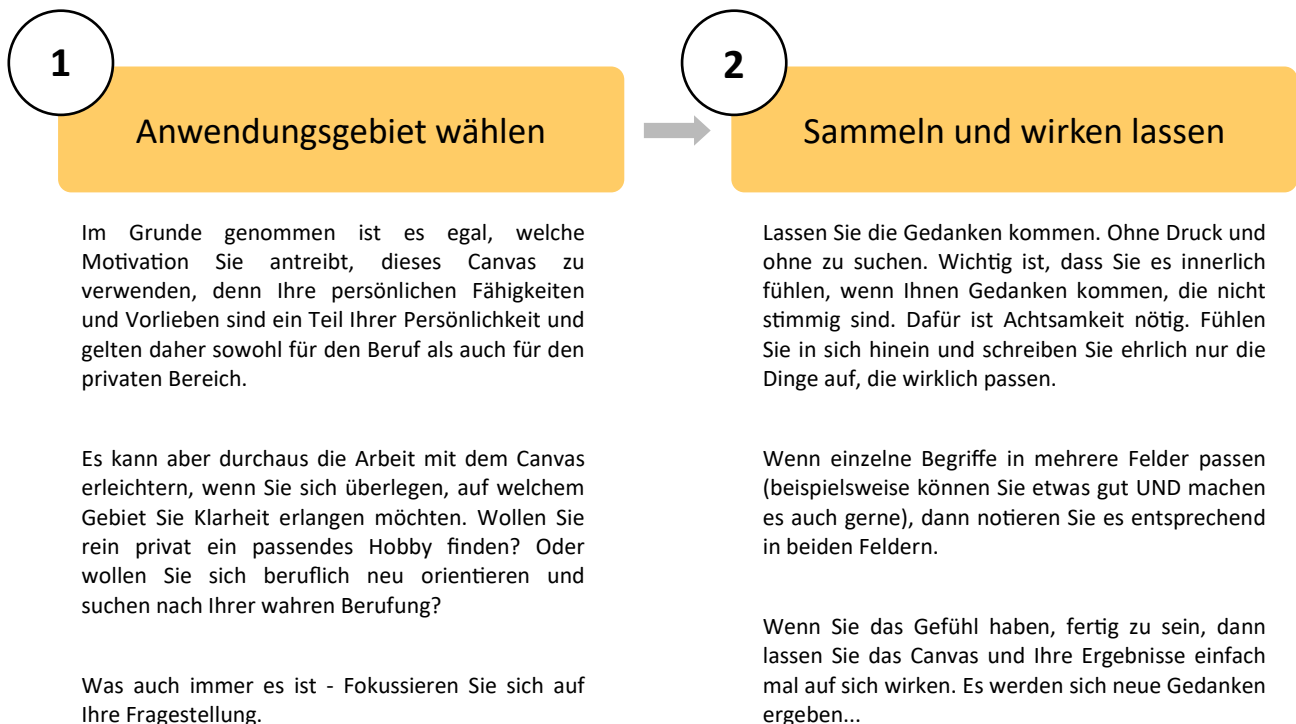
**Das Stärken-Canvas bietet eine einfache Möglichkeit, sich der eigenen Stärken und auch Vorlieben bewusst zu werden, um daraus Kraft und Potenzial zu schöpfen.**

Du kannst mehr als  
Du vielleicht denkst.

Solche Tools werden oft und gerne im professionellen Coaching verwendet, sind aber (natürlich begrenzt) auch für das Selbst-Coaching geeignet.

### So funktioniert's:

Wie bei allen solchen Übungen ist es wichtig, dass Sie sich ganz auf sich selbst konzentrieren können. Sorgen Sie also für eine ruhige Umgebung, eine bequeme Haltung und nehmen Sie sich 15-20 Minuten Zeit - ohne Störungen...



Vielleicht hilft Ihnen dieses Canvas bereits, Klarheit zu bekommen. Bei ausgeprägten Motivations- oder Orientierungs-Schwierigkeiten sollten Sie jedoch kompetente Hilfe in Anspruch nehmen.

Wenn Sie eine weitere Begleitung oder Beratung wünschen, dann stehe ich Ihnen gerne als professioneller Coach zur Seite.

**Schreiben Sie mir unverbindlich auf [www.teha-consulting.de/anfrage](http://www.teha-consulting.de/anfrage)**

Folgen Sie mir auch hier:



[www.teha-consulting.de](http://www.teha-consulting.de)

# Stärken-Canvas

Tool zur Freisetzung eigener Potenziale

**Was ich besonders gut kann**  
Hier erziele ich sehr gute Ergebnisse

**Was mir besonders leicht fällt**  
Dies schaffe ich ohne größeren Aufwand

**Was ich besonders gerne mache**  
Hier fühle ich Leidenschaft

**Was mir nicht so sehr liegt**  
Das ist nicht meins. Das können Andere besser erledigen.

**Worin ich mich verbessern möchte**  
Hier habe ich Potenzial, das ich ausbauen möchte.

Welche Gedanken lösen meine Ergebnisse in mir aus?