



# Zeit für eine Zwischenbilanz

1

Was kann ich tun, um ein »starkes Leben« zu führen?  
 Vermutlich fragen Sie sich auch: Was nun? Was fange ich mit meinen Stärken an?  
 Und vor allem: Wie fange ich es an?

Rufen Sie sich bitte noch einmal die Stärken-Formel in Erinnerung:

$$\text{Stärke} = \text{Talent} + \text{Wissen} + \text{Können} + \text{Wollen}$$

Sie wissen ja, am Talent können Sie nichts mehr verändern. Aber Sie können weiterhin am Wissen, am Können und am Wollen arbeiten. Es ist einleuchtend: Je mehr Sie daran arbeiten, desto größer Ihre Stärke. Also müssen die Aufgaben lauten:

1. Stärken kultivieren
2. Stärken nutzen
3. Stärken zielorientiert einsetzen

Um diese Aufgaben zu lösen und damit in ein erfolgreiches und stärkenorientiertes Leben zu starten, sollten Sie zunächst die richtigen Antworten auf die folgenden Fragen finden.

## 1. Stärken kultivieren

### Checkliste Wissen

- Wo stehe ich mit meinem Wissen?
- Welches Wissen habe ich mir bisher angeeignet oder antrainiert, obwohl es mir weder Spaß macht noch meinen Talenten entspricht?
- Welches angeeignete Wissen hat bisher gezielt auf meine Talente aufgebaut?
- Was will ich überhaupt wissen?
- Benötige ich mehr Fachwissen oder Erfahrungswissen?
- Wie kann ich mein Wissen erweitern?
- Wo oder wie kann ich es erfahren?
- Welche Seminare können mein Wissen erweitern?
- Welche Bücher können mir helfen, mehr zu wissen?
- Welche Audioprogramme, also Hörbücher, bringen mich voran?
- Welche Personen kenne ich, von denen ich lernen kann?
- Wo will ich mit meinem Wissen in einem Jahr stehen?
- Woran erkenne ich, dass ich mein Wissensziel erreicht habe?



Meine Aktionsschritte: Wer macht was bis wann?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

### Checkliste Können

- Wo stehe ich mit meinem Können?
- Wo habe ich bisher an meinen Talenten vorbei trainiert?
- Wo habe ich bisher talentorientiert trainiert?
- Wie kann ich mein Können verbessern?
- Was will ich können?
- Wie und wo kann ich es lernen?
- Welche Seminare, Bücher, Audioprogramme können mir weiter helfen?
- Welche Spitzenkönner sollte ich genau analysieren?
- Was trainieren diese Menschen ständig?
- Wie häufig sollte oder muss ich trainieren?
- Welche Trainer oder Coaches bringen mich voran?
- Wo will ich mit meinem Können in einem Jahr stehen?
- Woran erkenne ich, dass ich mein Ziel in punkto Können erreicht habe?

Meine Aktionsschritte: Wer? Was? Bis wann?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



### Checkliste Wollen

- Will ich wirklich einen stärkenorientierten Weg gehen?
- Wie viel Zeit will ich investieren?
- Wie viel Zeit kann ich dafür realistisch investieren?
- Was motiviert mich durchzuhalten?
- Sind mir meine Werte, meine Vision, Lebensrollen und Ziele bewusst?
- Wo können Probleme auftauchen?
- Finde ich in der Partnerschaft, der Familie, bei Freunden Unterstützung?
- Muss ich Dinge, die mir wichtig sind, zurückstellen?
- Woran erkenne ich, dass sich meine Motivation verbessert hat?

Meine Aktionsschritte: Wer? Was? Bis wann?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_



**Verstecke Deine Talente nicht! Sie wurden Dir gegeben,  
damit Du sie benutzt! Was nutzt schon eine Sonnenuhr, die im Schatten steht?**  
Benjamin Franklin



## 2.1. Stärken im Beruf nutzen

- Welche meiner Talente und Stärken sollte ich beruflich nutzen?
- Habe ich Spaß in meinem Beruf?
- Bin ich bereit, freie Zeit und Geld für den Ausbau meiner Talente und Stärken einzusetzen?
- Investiert das Unternehmen in die Ausbildung talentierter Mitarbeiter?
- Welchen besonderen Nutzen kann ich anderen Menschen durch meine Stärken geben?
- In welchem Bereich kann ich mit meinen Stärken spürbar mehr Nutzen geben als andere?
- Wie lautet das größte Problem meiner Kunden oder meiner Firma, das ich mit meinen Stärken lösen kann?
- Welches Aufgabengebiet ist, auf Basis meiner Stärken, im Unternehmen besonders für mich geeignet?
- In welchem Zukunftsmarkt werden meine Stärken gefragt sein?
- Wo finde ich die besten Möglichkeiten diese auszubauen?
- Auf welche Bedürfnisse und Zielgruppen sollte ich mich konzentrieren?
- Weiß ich um die Talente und Stärken meiner Mitarbeiter und Kollegen?
- Sind meine Mitarbeiter im Unternehmen stärkenorientiert eingesetzt?
- Gehe ich individuell auf deren Stärken ein?
- Coache ich meine Mitarbeiter, um ihre Talente zu echten Stärken zu entwickeln?
- Verwende ich Zeit und Geld, um die richtigen Mitarbeiter auszuwählen?
- Fördere ich Stärken oder versuche ich Defizite auszugleichen?
- Hat mein Unternehmen ein Management-System, das auf Stärken beruht?
- Ist das Karrieresystem auf Stärken aufgebaut oder führen Beförderungen den Einzelnen meistens weg von seinen Stärken?
- Welche Mitarbeiter haben überhaupt die Stärke »Führungskompetenz«?
- Habe ich persönliches Interesse am Erfolg meiner Mitarbeiter und Kollegen?
- Wissen alle Mitarbeiter vom stärkenorientierten Ansatz des Unternehmens?
- Wie sieht mein geschäftliches Aufgabenfeld in fünf Jahren aus, wenn ich zielgerichtet auf meine Stärken aufgebaut habe?
- Woran werde ich erkennen, dass ich dieses Ziel erreicht habe?

Meine Aktionsschritte: Wer? Was? Bis wann?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Sie merken schon, Fragen über Fragen. Doch die richtigen Antworten weisen Ihnen den Weg, durch den Sie die in Ihnen liegenden Stärken kultivieren, gezielt nutzen und bewusst einsetzen. Der Lohn: Sie werden lieben, was Sie tun.



## 2.2. Stärken im privaten Alltag nutzen

Um ein ausgeglichenes Leben führen zu können, sollte Sie sich auch in Ihrem Privatleben der Aufgabe stellen: Ihr Leben um das herum aufzubauen, was Sie mögen und können? Deshalb stellen Sie sich dazu Fragen:

- Welche meiner Talente und Stärken fördere und nutze ich im privaten Alltag?
- Welche meiner Talente und Stärken sollte ich zukünftig mehr fokussieren?
- Welche Freizeitaktivitäten würden mir richtig Spaß machen?
- Welchen Lieblingsaktivitäten möchte ich mehr Zeit einräumen?
- Von welchen Lebensrollen und Aufgaben sollte ich mich verabschieden, weil sie mich zuviel Zeit und Energie kosten?
- Was würde mir richtig Energie und Lebensfreude bringen?
- Was müsste ich dafür aufgeben?
- Welche besonderen privaten Wünsche möchte ich verwirklichen?
- Durch welche meiner Stärken könnte mein privates Umfeld profitieren?
- Wie würde ich mein Privatleben gestalten, wenn ich die Chance auf einen Neustart hätte?
- Woran werde ich erkennen, dass ich mein Privatleben stärkenorientiert lebe?

Meine Aktionsschritte: Wer? Was? Bis wann?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Fragen Sie sich zudem, ob Sie die Talente und Stärken Ihrer Lebenspartnerin, Ihres Lebenspartners und vor allem Ihrer Kinder kennen. Fördere ich diese? Oder habe ich die Verantwortung einfach ans Schulsystem abgeschoben? Nehme ich mir für diesen wichtigen Punkt genügend Zeit?

Empfehlenswert: »Der große Begabungstest – Entdecken Sie die Stärken Ihres Kindes«  
Thomas von Krafft, Dr. Edwin Semke, Moses Verlag

Überlegen Sie auch, welche Talente und Stärken Sie beruflich und privat nutzen können? Wie können Sie beides sogar miteinander kombinieren? Ihre mögliche »Kreativität« zum Beispiel können Sie sowohl im Job als auch privat ausleben. Manchmal kann aus einem kreativen Hobby auch ein zweites berufliches Standbein werden. Vielleicht haben Sie als Maler, Fotograf, Erzähler oder Bildhauer bald ein zweites Einkommen.



### 3. Stärken zielorientiert einsetzen

- Welche Ziele habe ich?
- Wie lauten meine fünf wichtigsten Ziele, die ich zwingend in den nächsten zwei Jahren erreichen muss?
- Und warum?
- Stimmen diese Ziele mit meinen Stärken überein?
- Muss ich meine Ziele entsprechend meiner Stärken verändern?
- Wie kann ich meine Stärken nutzen, um meine Ziele zu erreichen?

Meine 5 wichtigsten stärkenorientierten Ziele:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_