



Schweizer
Kader
Organisation

Netzwerk für Kader und alle, die es werden wollen



Urs Bärtschi

Coachingplus GmbH
Dorfstr. 111
CH 8424 Embrach

044 865 37 73

www.coachingplus.ch
info@coachingplus.ch

St. Gallen

Zürich

Stärken stärken

Wer seine eigenen Stärken und Schwächen kennt und eine Vorstellung davon hat, was er im (Berufs-)Leben erreichen will, hat einen klaren Wettbewerbsvorteil auf dem Arbeitsmarkt. Die Schwächen verringern ist das eine, den Fokus auf seine Stärken zu richten, ist etwas ganz anderes, denn Stärken haben ihre eigenen Muster. Deshalb nützt es wenig, Schwächen zu korrigieren, um stark zu werden. Stattdessen gilt es, persönliche Stärken zu erkennen und zu nutzen. Um aus der Spirale der Schwächen auszubrechen, gilt es die Betrachtungsweise zu ändern. Sie werden anders über sich und andere sprechen und Menschen anders beurteilen und fördern.

Die neuen Grundsätze lauten:

1. Die Fähigkeiten jedes einzelnen Menschen sind einzigartig.
2. Der grösste Spielraum für die Leistungssteigerung liegt bei jedem einzelnen Menschen in seinen grössten Stärken.

Die Betonung der Stärken ermöglicht eine Verbesserung der Leistungsfähigkeit und macht Ihr Handeln effektiver. Die neue Sichtweise auf Ihre Stärken wird Ihnen neue Erfahrungen ermöglichen, die Ressourcen - Ihre Fähigkeiten - in den Mittelpunkt zu stellen.

Kursinhalte

- Stärken wertschätzen
- Selbstwert – so wie ich bin, bin ich gut genug
- Selbstgespräche – 4000 Selbstgespräche pro Tag
- Persönliche Stärken-Liste herstellen
- Stärkenfokussiert zuhören

Kursziele

- Sie benennen Ihre eigenen Stärken
- Sie bekommen Feedback über eigene Fähigkeiten
- Sie planen Ihre weiteren Schritte

Arbeitsformen

- Alltagsrelevante Inputs
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Diskussion
- Vorstellung Coaching-Tools

Mi, 17. März

Kurs Nr. 12

Im Hauptbahnhof St. Gallen, 1. Stock, Zimmer 122,
Bahnhofplatz 2, 9001 St. Gallen

Di, 18. Mai

Kurs Nr. 19

Digicomp Academy AG, Limmatstr. 50
8005 Zürich, www.digicomp.ch

Kursdauer

18 bis 21 Uhr, inkl. Verpflegung