

Inhalt

Vorwort	6
1. Stärken finden	9
Wo brennt Ihr inneres Feuer?	10
Was motiviert Sie?	13
Ressourcen und Kraftquellen	17
Talente erkennen	21
2. Stärken vertrauen	27
Werte und innere Stärke	28
Selbst- und Fremdbild angleichen	32
Von den eigenen Fähigkeiten überzeugt sein	37
Selbstverantwortung übernehmen	41
3. Stärken stärken	45
Nützliche Gedanken	46
Sich seiner selbst bewusst sein	49
Mit Stärken Persönlichkeit entwickeln	53
Selbstbewusst mit Kritik umgehen	56
4. Stärken zeigen	61
Übung macht den Meister	62
Mut zu klaren Worten	65
Sich selbst präsentieren	69
Klappern gehört zum Handwerk	73

5. Schwächen annehmen	79
Schwächen managen	80
Mit Selbstakzeptanz leben	83
Fast Reader	87
Die Autorin	92
Weiterführende Literatur	93
Register	95