



Persönlichkeits-

SWOT

AUFGABE



PERSÖNLICHKEITS- SWOT – DEINE AUFGABE

Sobald du diese Aufgabe erledigt hast, besitzt du einen Überblick über deine eigenen Stärken, Schwächen, Chancen und Risiken – **lerne dich** selbst noch einmal aus einer ganz anderen Sichtweise **kennen!**

Zunächst in **Selbstreflexion**, dann **im Austausch** mit Freunden, Familie, Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen:

Fülle deine SWOT.

Anschließend machst du dich daran, die Stärken in den Schwächen zu ermitteln.



Wenn es dir schief fällt, Stärken in deinen Schwächen zu finden, kannst du natürlich wie immer noch mal ins **Video schauen**.

Manchmal hilft aber auch der **Dialog mit Nahestehenden**, deine verborgenen Talente zu entdecken!



DEINE SWOT

1 Fülle im ersten Schritt deine persönliche SWOT aus: Finde deine

Stärken und Schwächen und entdecke Chancen und Bedrohungen.

STRENGTHS

Deine Stärken...

WEAKNESSES

Deine Schwächen...

OPPORTUNITIES

Deine Chancen...

THREATS

Deine Bedrohungen...

STÄRKEN UND SCHWÄCHEN

2 Finde nun in jeder **Schwäche** die darin **enthaltene Stärke**.

| Stärken in der Schwäche | |
|-------------------------|---------|
| SCHWÄCHE | STÄRKEN |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |
| _____ | _____ |

3 Frage ein paar **Kollegen, Freunde** und / oder **Familienmitglieder**, welche Stärken, Schwächen, Chancen und Bedrohungen sie bei dir sehen.

Besonders spannend wird es, wenn du nicht nur Leute fragst, die dich **gut kennen**, sondern auch mal jemanden, der

dich nur aus der Arbeit oder von einem Hobby kennt.

Wenn dabei **neue Erkenntnisse** für dich entstehen, **ergänze die SWOT** Analyse aus Punkt 1 und überlege dir welche **Stärken in den neu gefundenen Schwächen** liegen.