**Selbstanalyse: Meine Stärken – meine Schwächen**

**Wer bin ich? Was kann ich? Was kann ich (noch) nicht?**

Datum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Stärken Schwächen**

ambitioniert ☐ ☐ ☐ ☐ freudlos

anpassungsfähig ☐ ☐ ☐ ☐ nicht offen für Neues

anständig ☐ ☐ ☐ ☐ respektlos

aufmerksam ☐ ☐ ☐ ☐ gleichgültig

ausdauernd ☐ ☐ ☐ ☐ ungeduldig

ausgeglichen ☐ ☐ ☐ ☐ launisch

beharrlich ☐ ☐ ☐ ☐ verbissen

belastbar ☐ ☐ ☐ ☐ überfordert

beständig ☐ ☐ ☐ ☐ sprunghaft

clever ☐ ☐ ☐ ☐ nutzt Chancen nicht

diskret ☐ ☐ ☐ ☐ schwatzhaft

diszipliniert ☐ ☐ ☐ ☐ zerstreut

dynamisch ☐ ☐ ☐ ☐ antriebslos

ehrgeizig ☐ ☐ ☐ ☐ ziellos

ehrlich ☐ ☐ ☐ ☐ unehrlich

eigenständig ☐ ☐ ☐ ☐ unselbstständig

einfühlsam ☐ ☐ ☐ ☐ gefühlslos

einsichtig ☐ ☐ ☐ ☐ stur

exakt ☐ ☐ ☐ ☐ ungenau

fleissig ☐ ☐ ☐ ☐ faul

flexibel ☐ ☐ ☐ ☐ stur

ganzheitlich ☐ ☐ ☐ ☐ oberflächlich

geduldig ☐ ☐ ☐ ☐ ungeduldig

gepflegt ☐ ☐ ☐ ☐ ungepflegt

grossmütig ☐ ☐ ☐ ☐ neidisch

hilfsbereit ☐ ☐ ☐ ☐ egoistisch

interessiert ☐ ☐ ☐ ☐ desinteressiert

innovativ ☐ ☐ ☐ ☐ ideenlos

kann gut zuhören ☐ ☐ ☐ ☐ kann nicht gut zuhören

kommunikativ ☐ ☐ ☐ ☐ wortkarg

kompetent ☐ ☐ ☐ ☐ rechthaberisch

konstruktiv ☐ ☐ ☐ ☐ destruktiv

kontaktfreudig ☐ ☐ ☐ ☐ eigenbrötlerisch

kreativ ☐ ☐ ☐ ☐ fantasielos

kritisch ☐ ☐ ☐ ☐ unkritisch

leistungsbereit ☐ ☐ ☐ ☐ minimalistisch

lernwillig ☐ ☐ ☐ ☐ unbelehrbar

mutig ☐ ☐ ☐ ☐ ängstlich

realitätsnah ☐ ☐ ☐ ☐ naiv

redegewandt ☐ ☐ ☐ ☐ schüchtern

rücksichtsvoll ☐ ☐ ☐ ☐ rücksichtslos

sachlich ☐ ☐ ☐ ☐ nimmt alles persönlich

tolerant ☐ ☐ ☐ ☐ wertend

umgänglich ☐ ☐ ☐ ☐ hochnäsig

verbindlich ☐ ☐ ☐ ☐ zaudernd

vertrauensvoll ☐ ☐ ☐ ☐ nicht vertrauenswürdig

zurückhaltend ☐ ☐ ☐ ☐ angriffslustig

zuverlässig ☐ ☐ ☐ ☐ unzuverlässig

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ☐ ☐ ☐ ☐ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ☐ ☐ ☐ ☐ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ☐ ☐ ☐ ☐ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Mehr dazu im Buch «Fit für den Berufsalltag – Lehre fertig, wie weiter?». Buch bestellen: [www.denkfit.shop](http://www.denkfit.shop).