

Übung: Die 5-Tage-Stärkenwoche

Jedem Wochentag von Montag bis Freitag ordnen Sie jetzt eine Ihrer Top-Fünf Stärken zu. Zum Beispiel Montag=Neugierde, Dienstag=Begeisternder Tatendrang, Mittwoch=Freundlichkeit, Donnerstag=Fairness und Freitag=Sinn für das Schöne und Wunderbare. Also, los geht's, am besten gleich für die nächste Woche auch festhalten:

<u>Wochentag</u>	<u>Stärke</u>
Montag	
Dienstag	
Mittwoch	
Donnerstag	
Freitag	

Jetzt geht es darum, dass Sie an dem jeweiligen Tag der Woche Ihre Tagesstärke möglichst intensiv und häufig einsetzen. Am besten schauen Sie sich bereits am Abend vorher die Termine des nächsten Tages an. Wie können Sie zum Beispiel am Montag besonders neugierig sein? Wobei könnte Ihnen dies helfen? Welche Aufgaben könnten Sie mit Hilfe der Neugierde einmal kreativ und anders lösen?

Am Abend des jeweiligen Wochentages überlegen Sie sich im Rahmen Ihres Positiv-Checks:

- Wie habe ich mich durch den Einsatz meiner Signaturstärke gefühlt?
- Wie energiegeladen und glücklich war ich dabei?
- Welche Erfolge im Verkauf hat mir der Einsatz der Stärke ermöglicht?
- Wann nehme ich mir vor, diese Stärke wieder ganz bewusst einzusetzen?