Deine Stärken

Stell dir vor du würdest einen Rucksack packen mit all deinen Fähigkeiten, Ressourcen und Erfahrungen, die du gesammelt hast. Was würde alles in deinen Rucksack hineinkommen?
Umso bewusster du dir deiner Stärken bist, desto mehr bist du dir über deine Ressourcen bewusst und begegnest Krisensituationen mit mehr Leichtigkeit und Selbstvertrauen. So kannst du auch für andere mehr da sein.