



## StrengthFocus im Steckbrief

### *Ziel*

Schnelles, sicheres und unkompliziertes **Erkennen von individuellen Stärken**, die relevant für Erfolg und Zufriedenheit im Beruf sind.

### *Methode*

Gestützte **(Selbst-)Reflexion** von individuellem, stärkenkorreliertem **Verhalten**. Ermittlung des Rankings der Stärken durch Alternative Forced Choice.

### *Hintergrund*

Die Forschung zur **positiven Psychologie** zeigt, dass ein Fokus auf die Stärken mit besseren **Ergebnissen**, mehr **Zufriedenheit** und größerer **Offenheit für Veränderung** im Beruf einhergeht. Das Erkennen individueller Stärken ist der notwendige Ausgangspunkt, stellt oft aber auch die größte Hürde dar.

### *Literatur*

- Blickhan, D. (2015). Positive Psychologie. Ein Handbuch für die Praxis. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Cameron & Spreitzer (2012). The Oxford Handbook of Positive Organizational Scholarship.
- Cameron, K. (2012). Positive Leadership. Strategies for extraordinary performance (2nd ed.). Oakland: Berrett-Koehler.
- Clifton, D. O., Harter, J. K. (2003). Investing in strengths. In: K. S. Cameron, J. E. Dutton, R. E. Quinn (Eds.), Positive organizational scholarship (pp. 111-121). San Francisco: Berrett-Koehler.
- Corporate Leadership Council (2002). Building the High-Performance Workforce A Quantitative Analysis of the Effectiveness of Performance Management Strategies (pp. 28A - 31a)
- Rego, A., Sousa, F., Marques, C. Cunha, M. P. (2012). Measuring flourishing. In International Journal of Wellbeing, 1, 62-90.