



LYNTHARIS
— HUMAN MEANING —

Workbook

Bereit *für morgen.*

7 geführte Übungen, um die Stärken zu finden,
die keine KI kopieren kann.

KOSTENLOSE LESEPROBE

Bevor du beginnst

Warum Haltung wichtiger ist als Technik-Wissen

Die meisten Zukunftsängste rund um KI drehen sich um die falsche Frage: *Welches Tool muss ich lernen?* Tools ändern sich alle paar Monate. Was bleibt, ist etwas anderes — Urteilsvermögen, echte Beziehungen, Kreativität. Dinge, die eine Maschine unterstützen, aber nicht ersetzen kann.

Dieses Workbook stellt nicht die Frage, wie gut du mit KI-Werkzeugen umgehst. Es fragt, wie klar dir deine eigenen, nicht kopierbaren Stärken sind — und ob du sie schon gezielt einsetzt.

Zukunftsfähigkeit ist kein Talent. Es ist eine Entscheidung — und sie beginnt damit, die eigenen Stärken schwarz auf weiss zu kennen.

Dieses Workbook ist ein Selbstreflexions-Impuls. Es spiegelt Haltung und Selbstbild — nicht deine fachlichen Kompetenzen.

Wie du mit diesem Workbook arbeitest

Nimm dir für jede Übung 15 bis 30 Minuten ungestörte Zeit. Schreib konkret, nicht abstrakt — «ich bin kreativ» hilft dir weniger als eine echte Situation, in der genau das den Unterschied gemacht hat.

Die sieben Übungen bauen aufeinander auf. Am Ende kennst du deine drei stärksten menschlichen Stärken — und einen konkreten Plan, sie gezielter einzusetzen.

01

Dein Zukunfts-Barometer

Lies die folgende Liste langsam durch. Markiere *ohne lange nachzudenken* alles, was gerade auf dich zutrifft.

Neue Tools machen
mich eher neugierig

Ich frage öfter nach, wie
andere etwas lösen

Ich weiss, worin ich
wirklich gut bin

Veränderung löst bei
mir eher Unruhe aus

Ich probiere Dinge
lieber aus, als sie nur zu
lesen

Ich pflege bewusst
Beziehungen zu
Menschen

Ich traue mir eigene
Urteile zu

Ich schiebe
Weiterbildung gern auf

Ich denke oft in neuen
Verknüpfungen

Ich hole mir gern eine
zweite Meinung

Ich fühle mich
austauschbar

Ich habe eine klare
Antwort auf «worin bin
ich unersetzlich?»

Deine eigenen Worte

Fehlt ein Punkt, der zu dir passt? Notiere ihn hier:

Tipp: Es geht nicht um eine Punktzahl, sondern darum, ehrlich zu sehen, wo du gerade stehst.



Gefällt dir der Anfang?

Das vollständige Workbook führt dich durch alle 7 Übungen — von deinen drei menschlichen Stärken über dein Kompetenz-Inventar bis zu deinem persönlichen Lern-Portfolio.

Hol dir das komplette Workbook auf lyntharis.com — und finde, worin du unersetzlich bist.

lyntharis.com/#downloads