



Selbsttest für Führungskräfte

Steht Ihre Führung auf stabilem Fundament?

• 6 Fragen • 2 Minuten • Sofortige Auswertung

www.dg-mental-coaching.de • info@dg-mental-coaching.de • +49 211 91734455

Selbsttest für Führungskräfte

„Steht Ihre Führung auf stabilem Fundament?“

■ Anleitung

- Bewerten Sie jede Aussage spontan.
- Skala: 1 (trifft nicht zu) bis 5 (trifft voll zu).
- Addieren Sie am Ende Ihre Punkte.

■ Die Fragen

1. Zeit für Reflexion – Ich nehme mir regelmäßig Zeit, mein Handeln und meine Entscheidungen bewusst zu reflektieren.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. Stress-Management – Auch in intensiven Phasen behalte ich Überblick und innere Ruhe.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. Klarheit in Entscheidungen – Meine Entscheidungen fühlen sich stimmig und gut begründet an.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. Kommunikation – In meinem Team läuft Kommunikation offen, respektvoll und ohne größere Reibungsverluste.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Feedback-Kultur – Ich hole aktiv Feedback ein und nutze es zur Weiterentwicklung.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Balance & Selbstfürsorge – Ich achte darauf, dass meine Leistungsfähigkeit nicht dauerhaft überlastet wird.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

■ Auswertung

6–14 Punkte – Akute Warnsignale: Ihre Führung läuft Gefahr zu kippen. Es ist Zeit, bewusst gegenzusteuern.

15–22 Punkte – Solide Basis, aber Stressfaktoren und blinde Flecken können belasten. Reflexion und Coaching bringen hier viel.

23–30 Punkte – Sehr stabil: Sie meistern Stress, Kommunikation und Entscheidungen souverän. Feinjustierung lohnt sich trotzdem.

■ Ihr nächster Schritt

Blinde Flecken rechtzeitig erkennen, bevor sie zum Risiko werden: Mit Tools wie dem **LINC Personality Profiler** begleite ich Sie dabei, Klarheit und Stabilität in Ihrer Führungsrolle zu sichern.

■ www.dg-mental-coaching.de/kontakt