



Selbsttest für Führungskräfte

Wie souverän ist Ihr Führungsverhalten unter Druck?

• 7 Fragen • 3 Minuten • Sofortige Auswertung

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

Selbsttest für Führungskräfte

„Wie souverän ist Ihr Führungsverhalten unter Druck?“

■ Anleitung

- Beantworten Sie jede Frage spontan.
- Bewerten Sie auf einer Skala von 1 (trifft nicht zu) bis 5 (trifft voll zu).
- Am Ende addieren Sie Ihre Punkte.

■ Die Fragen

1. Entscheidungsstärke – In wichtigen Situationen fühle ich mich sicher, schnell und klar in meinen Entscheidungen.

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

2. Präsenz – Bei Meetings oder Präsentationen trete ich souverän und überzeugend auf.

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

3. Gelassenheit unter Druck – Auch bei hoher Verantwortung oder Zeitdruck bleibe ich innerlich ruhig und klar.

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

4. Selbstvertrauen – Ich vertraue darauf, dass ich auch in neuen, schwierigen Situationen das Richtige tue.

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

5. Zugriff auf Ressourcen – In kritischen Momenten habe ich vollen Zugriff auf mein Wissen, meine Ideen und meine Stärken.

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

6. Wirkung auf andere – Mein Team und mein Umfeld erleben mich als souverän, klar und verlässlich.

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

7. Energie & Balance – Ich fühle mich im Alltag mental ausgeglichen und habe genügend Energie für Führungsaufgaben.

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

■ Auswertung

7–17 Punkte – Deutliche Einschränkungen im Führungsverhalten. Wingwave® Coaching kann hier schnell helfen.

18–27 Punkte – Vieles läuft gut, aber manche Situationen kosten unnötig Energie. Wingwave® stärkt gezielt.

28–35 Punkte – Sehr souverän! Feinheiten lassen sich optimieren – Wingwave® unterstützt, Ihr Potenzial voll zu nutzen.

■ Ihr nächster Schritt

Möchten Sie herausfinden, wie Wingwave® Coaching Sie konkret unterstützt? Dann lade ich Sie herzlich zu einem kostenfreien, 30-minütigen Erstgespräch ein.

■ www.dg-mental-coaching.de/kontakt