Persönlichkeit führt

Das wichtigste Instrument ist die eigene Person. Wer sich kennt, kann sich besser steuern. Und der kann eher Blindflüge vermeiden. Weiss ich, wer ich bin? Hierzu einige Fragen zur Selbstreflexion:

- Weiss ich, wie ich wirke?
- Wie gut gelingt es mir, mit meinem Temperament umzugehen?
- Wie und wann stehe ich mir manchmal selber im Wege?
- Kenne ich meine Triggerpunkte? Verführungen? Aufpassfelder?
- Welche Rolle spielt mein Ego in meinem Handeln?
- Wann stellt mir mein Ego ein Bein?
- Wer oder was führt Regie in meinem Handeln? Welches sind meine inneren Regisseure?
- Wie sehen meine Stress- und Konfliktmuster aus? Wie zufrieden bin ich damit?
- Wie gut gelingen es mir, Spannungen und Unsicherheiten auszuhalten?
- Wie gut gelingt es mir, Disharmonie auszuhalten?
- Wie gelassen kann ich in anspruchsvollen Situationen bleiben?
- Was heisst für mich überhaupt Gelassenheit? Welche Vorbilder/Rollenmodelle habe ich dafür?
- Wie nehme ich aus meiner Persönlichkeit heraus Einfluss? Kenne ich meine Quellen der persönlichen Mächtigkeit?
- Welches sind meine zentralen Werte in meinem Handeln und Wirken?
- In welchen Situationen verliere ich meine Mitte oder gerate aus dem Häuschen?
- In welchen Situationen gelingt es mir manchmal nicht, Herr im eigenen Haus zu bleiben?
- In welchen Situationen führen Angst, Wut oder Ärger bei mir die Regie?
- Weiss ich, wie meine Vergangenheit/Biographie mein heutiges Verhalten beeinflusst oder prägt?
- Wie gut und stabil ist mein Selbstwert? Wovon hängt das ab?
- Wie wichtig ist für mich Anerkennung?
- Würde ich mich als mutig bezeichnen?
- Welche Seiten an mir mag ich nicht besonders? Stehe ich zu meinen Ecken und Kanten?
- Bin ich zu echtem, menschlichem Kontakt und Begegnung fähig?
- Wie ausgeprägt sind meine Empathie und menschliche Wärme?
- Mit welchen Typ Menschen arbeite ich gut / weniger gut zusammen? Was hat das mit meinem eigenen Typ zu tun?
- Wie nutze ich meine Intuition?
- Was gut habe ich meine Glaubenssätze und zentralen Überzeugungen reflektiert?
- Wie gut kann ich Nein sagen und mich abgrenzen?
- Bin ich ein positiver Mensch?
- Was tue ich für meine Energie / Kraft?
- Wie gut kenne ich mich wirklich?
- Welches ist mein allerwichtigstes persönliches Entwicklungsfeld?