

CHECKLISTE

Fragen Sie sich selbst: Welche persönlichen Eigenschaften habe ich?

Die Listen über förderliche persönliche Eigenschaften sind lang. Hans-Christian Seidel zeigt Ihnen für 13 Themen Reflexionsfragen, die aus seiner Erfahrung wichtig sind. Machen Sie den Test und sehen Sie, wo Sie sich weiterentwickeln dürfen.

NR.	THEMA	FRAGEN ZU IHREN PERSÖNLICHEN EIGENSCHAFTEN	JA	NEIN
1	Stärken	Kann ich meine persönlichen und fachlichen Stärken realistisch einschätzen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Schwächen	Akzeptiere ich ehrlich meine Schwächen? Bin ich bereit zu delegieren, wenn ich etwas nicht kann?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3	Proaktives Denken	Beobachte ich aktiv im Vorfeld, wo Unsicherheiten oder Bedrohungen lauern können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Resilienz	Habe ich eine innere Widerstandskraft bei Druck, psychischen Belastungen oder Widrigkeiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Frustrationstoleranz	Habe ich ein dickes Fell, sodass mich erlebte Rückschläge im Berufsalltag nicht aus dem Gleichgewicht bringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Kontaktfähigkeit	Gehe ich aktiv und gerne auf andere Menschen zu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Ambiguitätstoleranz	Kann ich mit bedingt oder nicht beeinflussbaren Ungereimtheiten und Widersprüchen umgehen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Stressoren	Kenne ich meine persönlichen und fachlichen Stressauslöser? Kann ich diese selbst regulieren? Kann ich abschalten?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9	Sinnhaftigkeit	Betrachte ich meine Arbeit als sinnstiftend und wichtig für das Unternehmen? Finde ich, dass meine Erfolge sich wirklich positiv für meine Firma auswirken?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
10	Verantwortung	Bin ich bereit, Verantwortung zu übernehmen? Bin ich bereit, Fehler zuzugeben?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
11	Optimismus	Bin ich ein Optimist, der mehr in Chancen als in Risiken denkt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Lösungsorientierung	Suche ich bei Problemen eher die Lösung und nicht die lange Fokussierung auf das Problem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Kenntnis der Antreiber	Sind mir meine eigenen Antreiber geläufig? Ist es ständiger Perfektionsdrang? Sind es monetäre Anreize? Ist es Zeitdruck, Dinge schnell zu erledigen? Geht es mir darum, es anderen ständig recht zu machen?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>