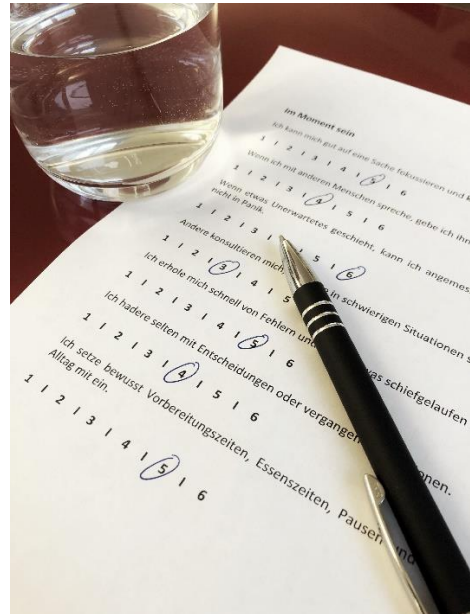


# Strauss Executive

## COACHING & CONSULTING

Bitte Kreuzen Sie die entsprechende Punktzahl pro Frage an.

- 1 Punkt = Schwach
- 2 Punkte = Noch angemessen
- 3 Punkte = Ok, durchschnittlich
- 4 Punkte = Auf gutem Weg
- 5 Punkte = Richtig gut
- 6 Punkte = Topstärke



Selbstkenntnis	1	2	3	4	5	6
Ich kenne meine Stärken und Talente.						
Ich kenne meine Schwächen, Ängste und wunden Punkte.						
Mir ist bewusst, welche Menschen oder Situationen ich gerne vermeide.						
Ich kenne meine Ziele und das, was ich in meinem Leben bewirken möchte.						
Ich kann mich selbst gut spüren und meine Emotionen wahrnehmen.						

Im Moment sein	1	2	3	4	5	6
Ich kann mich gut auf eine Sache fokussieren und konzentrieren.						
Wenn ich mit anderen Menschen spreche, gebe ich ihnen meine volle Aufmerksamkeit.						
Wenn etwas Unerwartetes geschieht, kann ich angemessen damit umgehen und verfall nicht in Panik.						
Andere konsultieren mich, wenn sie in schwierigen Situationen sind.						
Ich erhole mich schnell von Fehlern und wenn etwas schiefgelaufen ist.						

<b>Verbindung herstellen</b>	1	2	3	4	5	6
Ich kann akzeptieren, dass andere Menschen andere Meinungen und Interessen haben und bleibe souverän, wenn ich dies wahrnehme.						
Ich frage regelmäßig andere, was sie über meine Arbeit/Ideen denken und kann die Antworten hören, ohne gekränkt zu sein oder mich zu rechtfertigen.						
Ich kann Grenzen setzen und auch meine Positionen in Gesprächen vertreten, ohne aggressiv zu werden.						
Ich vertrete meine Meinungen deutlich, stelle sie aber nicht als die absolute Wahrheit dar.						
Mein Kontaktnetz erfährt eine kontinuierliche Erweiterung.						

<b>Mut und Kreativität</b>	1	2	3	4	5	6
Ich probiere gerne etwas Neues aus.						
Ich setze mir gerne Ziele, die mich herausfordern.						
Ich lerne gerne und immer wieder.						
Ich kann anderen verzeihen und dafür auch den ersten Schritt machen.						
Mein Freundes- und Bekanntenkreis ist heterogen.						

<b>Stimmigkeit von Person und Rolle</b>	1	2	3	4	5	6
Ich fülle meine Rolle im Beruf angemessen aus und kenne und nutze ihre Freiräume.						
Meine Stärken und Talente passen überwiegend zu meiner Rolle.						
Ich habe auch schon Rollen verlassen, die nicht zu mir gepasst haben.						
Ich kann auch mal Verhaltensweisen zeigen, die außerhalb meiner Komfortzone liegen, wenn sie der Sache bzw. meinem Ziel dienen.						
Ich kann meine Rolle und mein Mensch-Sein gut auch mal trennen, ich nehme die Rolle nicht mit nach Hause.						