



## 5 Fragen zur Selbstreflexion zu Vertrauen

Hallo!

Auch wenn wir uns vielleicht (noch) nicht kennen, spreche ich Dich hier per Du an. Es geht um Dich und deshalb ist meines Erachtens eine direkte Ansprache wichtig.

Die nachfolgenden Fragen sollen Dir dabei helfen, konkreter über Dich bezüglich «Vertrauen» nachzudenken. Es ist nämlich einfach, darüber entsetzt zu sein, dass das Misstrauen in Zeiten der Digitalisierung, resp. dem hybriden Arbeiten wächst. Dagegen ist es viel schwieriger, zuerst einmal bei sich zu schauen, wie es um das Vertrauen tatsächlich steht.

Als verantwortungsvolle Führungskraft, oder wie ich es nenne «Active Leader», schaust Du aktiv zuerst bei Dir. Dabei sollen Dir die nachfolgenden Fragen helfen zu entdecken, wie weit Dein Vertrauen tatsächlich geht. Wenn Du Dir dann darüber klarer bist, dann hast Du zwei Möglichkeiten: entweder Du tust etwas dagegen, oder Du akzeptierst, was ist.

Die Fragen beantwortest Du einfach in Deinem Tempo. Es gibt kein bestimmtes Resultat zu erreichen. *Bitte deshalb einfach so spontan und ehrlich wie möglich.* Es geht einzig um Dich und Deine Klarheit.

### 1. Wie gut magst Du Dich selber?

Gar nicht    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10    Sehr

★    ★    ★    ★    ★    ★    ★    ★    ★    ★

### 2. Welches sind Deines Erachtens Deine grössten Stärken (wobei vertraust Du Dir wirklich)?

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Streiche die 5 wichtigsten für Deine Führungsrolle mit einem Leuchtstift an

### 3. In welchen Bereichen darfst Du als Vorgesetzte/r noch lernen?

Nenne sicher 2, maximal 3

1. ....
2. ....
3. ....

4. In welchen Bereichen, oder gegenüber einzelnen Personen, darfst Du noch mehr Vertrauen?

---

---

---

5. Was nimmst Du Dir heute vor, wie Du Deinem Team, oder einzelnen Personen, noch mehr Vertrauen schenken kannst?

- a) .....
- b) .....
- c) .....

Empfehlenswert ist es, wenn Du zu Deinen Vorhaben allenfalls auch ein Datum resp. einen Zeitraum festsetzt.

---

Natürlich ist die erstere Option, etwas dagegen zu tun, die für Dich günstigere Variante. Dies deshalb, weil es Deine Entwicklung fördert. Es ist aber auch wirklich vollkommen ok, wenn Du jetzt gerade zu diesem Schritt nicht bereit bist. Ich finde es schon sehr wichtig, sich wenigstens nichts vorzumachen, d.h. wirklich hinzuschauen. Sozusagen nicht blind, sondern eben bewusst zu sein.

Wenn Du gerne meine Einschätzungen zu Dir bezüglich der Fragen haben möchtest, dann kannst Du mir diese gerne zuschicken. Ich gebe Dir dann sehr gerne innerhalb von 48 Stunden eine schriftliche Antwort. Selbstredend ist, dass ich dieses Dokument sehr vertraulich behandle. Ich verpflichte mich dazu, dieses nach der Antwort an Dich auf Deinen Wunsch auch zu vernichten.

Meine E-Mail-Adresse lautet: [regula@regulamuller.ch](mailto:regula@regulamuller.ch)

Ich freue mich, wenn ich Dir mit diesen Fragen ein paar Anregungen geben konnte, etwas über Dich selbst nachzudenken.

Herzliche Grüsse  
Regula Müller

Liestal, im September 2022