



MEIN FÜHRUNGSVERHALTEN UNTER STRESS

Verändert sich Ihr Führungsverhalten, wenn Sie im Stress sind? Entscheiden Sie sich zwischen rechts und links, auch wenn die Seiten keine eindeutigen Gegensätze darstellen – die Frage ist, zu welchem Verhalten tendieren Sie eher?				
<input type="checkbox"/>	Delegieren Sie dann eher weniger	<i>oder</i>	eher mehr, um sich selbst zu entlasten?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Verzichten Sie dann auf Ihre kleinen Ausgleichs- oder Entspannungsübungen / bewusste Auszeiten die Sie sich sonst nehmen	<i>oder</i>	denken Sie dann daran, dass es in solchen Momenten umso wichtiger ist, Verspannungen vorzubeugen?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Wird Ihre Mimik dann schon mal starr, fest, unbeweglich	<i>oder</i>	haben Sie auch oder vielleicht gerade dann öfter ein Lächeln auf den Lippen?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Leidet dann der Umgangston schon mal	<i>oder</i>	bleiben Sie auch dann höflich und freundlich?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Denken Sie dann: „Gute Arbeit ist selbstverständlich (dafür werden meine Leute ja bezahlt)“	<i>oder</i>	ist Ihnen immer bewusst, dass positives Feedback gerade in stressigen Zeiten die nötige Sicherheit für gute Leistung gibt?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Ist Ihnen dann egal was Sie essen	<i>oder</i>	achten Sie dann erst recht auf eine ausgewogene Ernährung?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Sind Ihnen dann Sicherheitsvorschriften schon mal egal	<i>oder</i>	folgen Sie auch dann dem Prinzip: „Sicherheit hat Vorrang“?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Neigen Sie dann dazu, wichtige Vorgänge, die Sie schon mal delegiert haben, wieder an sich zu reißen	<i>oder</i>	haben Sie dennoch das Vertrauen, dass Ihre Mitarbeiter ihren Job schon gut machen werden?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Arbeiten Sie dann zu 100% aufgaben- und sachorientiert	<i>oder</i>	achten Sie weiterhin auf das Arbeitsklima und das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeiter?	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	Versuchen Sie dann abends einfach nur zu vergessen und abzuschalten	<i>oder</i>	gönnen Sie sich (und manchmal auch Ihrem Team) gerade dann etwas Gutes?	<input type="checkbox"/>

Verwenden Sie den Fragebogen zur persönlichen Selbstreflexion: gibt es irgendwo Verhaltensweisen, die Sie lieber ändern möchten, bei denen Sie einen anderen Anspruch an sich haben?

Das Schöne ist: solange Sie (zumindest im Nachgang) dies kommunizieren oder sich entschuldigen, werden Ihre Mitarbeiter Ihnen (fast) alles verzeihen.