

Zwischen Gefühl & Verantwortung ein Reflexionsblatt für Klarheit

Emotionen sind kein Führungsfehler sie sind Information. Dieses Blatt hilft dir, deine Gefühle zu lesen und bewusst zu handeln.



Frage 1: Was spüre ich gerade wirklich?

⌚ Z. B. Frust, Ohnmacht, Sorge, Druck?

)



Frage 2: Was will dieses Gefühl mir sagen?

🔍 Welche Botschaft steckt vielleicht dahinter?



Frage 3: Was ist mein nächster reifer Schritt?

➡ Was kann ich tun, ohne mich oder andere zu überrollen?

