

# LEADERSHIP JOURNAL

Das *Leadership Journal* ist ein persönliches Reflexionswerkzeug. Es unterstützt dabei, Erlebnisse, Entscheidungen und Führungserfahrungen regelmässig zu hinterfragen, daraus zu lernen und bewusst weiterzuentwickeln. Ob täglich oder wöchentlich angewendet – das Journal fördert Selbstführung, Lernfähigkeit und Klarheit in der eigenen Rolle. Es schafft Raum für ehrliche Innenschau und konkrete Entwicklungsschritte im Führungsalltag.

1

## Zeitfenster schaffen

Nimm dir täglich oder wöchentlich bewusst ein paar Minuten Zeit für dein Journal – idealerweise zu einem festen Zeitpunkt, etwa am Ende des Arbeitstags oder am Ende der Woche. Der Schlüssel liegt in der Regelmässigkeit, nicht in der Länge einzelner Einträge.

2

## Reflexionsfragen beantworten

Nutze die Reflexionsfragen, um deine Gedanken zur eigenen Führungspraxis festzuhalten. Das strukturierte Format hilft dir, relevante Themen zu fokussieren, Muster zu erkennen und dein Führungsverhalten besser zu verstehen – ohne grossen Aufwand.

3

## Impuls festhalten

Am Ende jedes Eintrags leitest du für dich einen kleinen Fokus für den nächsten Tag oder die nächste Woche ab. So entsteht eine Verbindung zwischen Reflexion und Praxis – und deine Führung wird bewusster, klarer und wirksamer.

4

## Entwicklung analysieren

Wenn du dein Journal über mehrere Wochen führst, kannst du Rückschlüsse auf deine Entwicklung ziehen: Was wiederholt sich? Was verändert sich? Wo wächst du – und wo braucht es Aufmerksamkeit? Nutze dein Journal auch, um deinen eigenen Lernprozess zu dokumentieren.

# LEADERSHIP JOURNAL

WAS HABE ICH DIESE WOCHE GUT GEMACHT?

WIE GEHE ICH MIT HERAUSFORDERUNGEN UM?

WAS HABE ICH ÜBER MEIN TEAM/MICH GELERNNT?

WO HABE ICH BEWUSST GEFÜHRT – WO REAGIERT?

WAS NEHME ICH MIR ALS NÄCHSTE SCHRITTE VOR?