

WER FRAGT, DER FÜHRT.

INSPIRATION

WER FRAGT, DER FÜHRT.

Gute Führung beginnt nicht mit Antworten – sondern mit Fragen. Denn wer führen will, muss verstehen wollen: sich selbst, andere, das große Ganze.

Diese 10 Fragen sind mehr als Gesprächsöffner – sie sind Einladung, Haltung und Klarheit in Aktion zu bringen. Sie helfen dir, Führung bewusst zu gestalten, Beziehungen zu vertiefen und wirksam zu bleiben – auch in herausfordernden Momenten.

Denn wer kluge Fragen stellt, schafft Orientierung. Und führt mit Herz und Verstand.



Fragen verändern nicht nur
Gespräche – sie verändern
Perspektiven.

**(Denn echte Führung beginnt
mit echtem Interesse.)**

WILLKOMMEN BEI



Hey, ich bin Kathleen – Psychologin,
Coachin und Gründerin von Wunder.voll.

Ich liebe Klarheit, echtes Wachstum und
ehrliche Gespräche – besonders dann,
wenn's um Führung, innere Stärke und
Selbstwirksamkeit geht. Seit über zehn
Jahren begleite ich Menschen dabei, sich
selbst besser zu führen, mutig
Entscheidungen zu treffen und wirklich
etwas zu bewegen.

**Ich glaube nicht an perfekte
Führungskräfte – sondern an Menschen
mit Ecken, Kanten und einer klaren
Vision.**

Dieses Workbook ist wie ein ehrlicher
Spiegel: Du darfst entdecken, was dich
ausmacht – und wie du dein Potenzial
noch wirkungsvoller leben kannst.
Schön, dass du hier bist. Let's go – du
führst. Wunder.voll. 🌟



Führung beginnt nicht mit Antworten – sondern mit Fragen.

Mit echtem Interesse, aufrichtigem Zuhören und der Bereitschaft, andere Perspektiven zu verstehen. Diese 10 Fragen sind keine Technik, sondern Einladung – zum Denken, zum Dialog und zu echter Verbindung. Sie helfen dir, Gespräche bewusst zu gestalten, dein Gegenüber besser zu verstehen und Klarheit in komplexen Situationen zu schaffen. Du kannst sie gezielt vorbereiten, spontan einsetzen oder als Reflexionshilfe nutzen – im 1:1, im Team oder in herausfordernden Führungsmomenten.

Ganz nach dem Motto: Wer besser fragt, führt bewusster.

Offene vs. geschlossene Fragen

WARUM DEIN FRAGE-STIL ENTSCHEIDET, OB DU RAUM ÖFFNEST – ODER SCHLIEBT.



GESCHLOSSENE FRAGEN – KURZ, KNAPP, BEGRENZT

Geschlossene Fragen lassen sich meist mit „ja“, „nein“ oder einem kurzen Fakt beantworten. Sie sind praktisch, wenn du schnell Klarheit brauchst.

? Beispiele:

- „Hast du das erledigt?“
- „Warst du mit dem Ergebnis zufrieden?“
- „Kommst du morgen zur Besprechung?“

✓ Gut für schnelle Fakten oder eindeutige Entscheidungen.

✗ Weniger geeignet, wenn du Hintergründe, Meinungen oder Ideen erfahren willst.



OFFENE FRAGEN – EINLADEND, EXPLORATIV, FÜHRUNGSSTARK

Offene Fragen beginnen meist mit W-Fragewörtern wie „Was“, „Wie“, „Worauf“. Sie geben deinem Gegenüber Raum. Das macht sie zu einem echten Führungs-Tool.

? Beispiele:

- „Wie war das Projekt für dich?“
- „Wie hast du die Zusammenarbeit erlebt?“
- „Woran merkst du, dass du zufrieden mit dem Ergebnis bist?“

✓ Perfekt, um Reflexion, Eigenverantwortung und Vertrauen zu fördern.

💬 Ideal für Coachings, Entwicklungsgespräche und lösungsorientierte Führung.



Wunder.voll-Tipp

Wenn du das nächste Mal im Gespräch bist, beobachte dich mal selbst: Wie oft stellst du geschlossene Fragen – und wie oft öffnest du wirklich einen Raum?

Denn:

Geschlossene Fragen holen Informationen.

Offene Fragen holen Menschen ins Boot.

Und genau darum geht's beim Führen.

01

Öffnende Fragen – für echte Gespräche

„WIE SCHÄTZT DU DIE SITUATION EIN?“

„WAS BESCHÄFTIGT DICH GERADE IN BEZUG AUF DAS PROJEKT?“

„WAS WÄRE DIR IN DIESEM GESPRÄCH WICHTIG?“

Diese Fragen öffnen Türen. Sie laden dein Gegenüber ein, sich zu zeigen – mit Gedanken, Gefühlen, Einschätzungen.

Sie schaffen Vertrauen, weil sie Signale senden wie: „Ich will verstehen – nicht bewerten.“

✦ **Einsatzbereiche:**

- 1:1-Gespräche
- Teamrunden
- Feedback- oder Konfliktsituationen

✦ **Tipp:** Statt mit „Ich denke...“ zu starten, probiere mal: „Wie siehst du das?“

02

Klarheitsfragen – für Struktur & Verstehen

„WAS GENAU MEINST DU MIT ‚ES LÄUFT NICHT GUT?‘

„KANNST DU MIR EIN KONKRETES BEISPIEL NENNEN?“

„WAS HEIßT DAS FÜR DICH GANZ KONKRET?“

Klarheitsfragen wirken wie ein inneres Aufräumen – bei dir und deinem Gegenüber. Sie helfen, vage Aussagen greifbar zu machen. Und sie verhindern Missverständnisse, bevor sie entstehen.

✦ **Einsatzbereiche:**

- Missverständnisse klären
- Projektabstimmungen
- Neue Ideen gemeinsam durchdenken

✦ **Tipp:** Wiederhole ab und zu in deinen Worten, was du verstanden hast – und frag: „Stimmt das so für dich?“

03

Entscheidungsfragen – für Eigenverantwortung

„WAS BRAUCHST DU, UM DICH ENTSCHEIDEN ZU KÖNNEN?“

„WELCHE OPTION FÜHLT SICH FÜR DICH STIMMIGER AN?“

„WAS WÄRE DEIN NÄCHSTER SCHRITT – UND WAS HÄLT DICH NOCH ZURÜCK?“

Diese Fragen geben nicht deine Meinung vor – sondern holen die Entscheidungskraft deines Gegenübers hervor. Besonders hilfreich, wenn du spürst, dass jemand aus Unsicherheit ins Zögern rutscht.

✦ **Einsatzbereiche:**

- Delegation von Aufgaben
- Empowerment im Team
- Konfliktklärung

✦ **Tipp:** Mach bewusst eine Sprechpause nach solchen Fragen. Der Raum für Nachdenken ist Teil der Wirkung.

04

Entwicklungsfragen – für echtes Wachstum

„WAS NIMMST DU AUS DIESER ERFAHRUNG MIT?“

„WAS WAR DEIN PERSÖNLICHES LEARNING?“

„WIE KÖNNTEST DU IN EINER ÄHNLICHEN SITUATION ANDERS HANDELN?“

Diese Fragen machen aus Alltagssituationen kleine Lernmomente – ganz ohne erhobenen Zeigefinger. Du stärkst das Reflektionsvermögen deines Teams – und machst Entwicklung sichtbar.

✦ **Einsatzbereiche:**

- Nach Projekten („After Action Review“)
- In Feedback-Gesprächen
- Nach Fehlern oder Konflikten

✦ **Tipp:** Zeige selbst Offenheit für Entwicklung, indem du eigene Learnings teilst – das ermutigt zur Ehrlichkeit.

05

Perspektivwechsel-Fragen – für Ideen

„WAS WÜRD EINE KUNDE ZU DIESER LÖSUNG SAGEN?“

„WIE WÜRDST DU DIE SITUATION SEHEN, WENN DU NICHT PERSÖNLICH BETROFFEN WÄRST?“

„WAS WÜRD JEMAND TUN, DER MUTIG ENTSCHEIDEN WILL?“

Solche Fragen lösen Denkblockaden, laden zur Kreativität ein und helfen, festgefahrene Positionen zu verlassen.

Sie fördern Empathie, Lösungsorientierung – und systemisches Denken.

Einsatzbereiche:

✦ **Einsatzbereiche:**

- Strategie-Workshops
- Konfliktgespräche
- Change-Prozesse

✦ **Tipp:** Nutze Metaphern: „Stell dir vor, du wärest ein Adler und würdest von oben draufschauen... was würdest du sehen?“

A B S C H N I T T UND JETZT?

Fragen sind der Anfang – nicht das Ende.

Vielleicht hast du Lust bekommen, eine neue Gesprächskultur zu gestalten.

Vielleicht hast du gemerkt, wie viel Kraft in einer einfachen, ehrlichen Frage stecken kann. Oder du bist dir bewusst geworden, wie du noch präsenter, klarer und wirksamer führen möchtest. Was auch immer du mitnimmst: Du musst es nicht allein umsetzen. Führung darf wachsen – mit jeder Frage, jedem Gespräch, jedem bewussten Moment. Wunder.voll begleitet dich dabei.

Mit Coachings, Webinaren und Tools, die dir Orientierung geben – und dich dabei unterstützen, deinen ganz eigenen Führungsstil zu leben.

Klar. Mutig. Und auf deine Art. Führung beginnt mit Zuhören. Und vielleicht mit genau dieser einen Frage, die heute den Unterschied macht.

5-Fragen-Reflexion

IN GESPRÄCHEN KANN ES PASSIEREN, DASS DU MERKST: "HIER LÄUFT IRGENDWAS SCHIEF."

In solchen Momenten hilft diese kurze, kraftvolle Selbst-Check-in:

1. 🖐️ Rede ich mehr, als ich frage?
2. 🖐️ Höre ich wirklich zu – oder warte ich nur auf meinen Einsatz?
3. 🖐️ Habe ich Raum geschaffen für Mitdenken?
4. 🖐️ Bin ich neugierig – oder auf Bestätigung aus?
5. 🖐️ Führe ich gerade durch Fragen – oder durch Vorgaben?

Diese Reflexion dauert 30 Sekunden – aber verändert Gespräche nachhaltig.

REFLEXION NACH DEM ERSTEN AUSPROBIEREN

Fragen clever im Alltag



✓ BEGINNE MEETINGS MIT EINER FRAGE

Statt: „Ich habe ein paar Themen vorbereitet.“

Sag lieber: „Was braucht ihr heute, um gut arbeiten zu können?“

So setzt du den Fokus auf Beteiligung und Bedürfnisse – und nicht auf deinen eigenen Redebedarf.



✓ NUTZE FRAGEN STATT ANSAGEN

Statt: „Wir müssen das anders machen.“

Frag: „Was wäre für dich ein guter Weg, um das Ziel zu erreichen?“

So bleibt die Verantwortung da, wo sie hingehört – bei deinem Gegenüber.



✓ NUTZE FRAGEN STATT ANSAGEN

Challenge dich:

🧠 **Stelle in jedem Gespräch 3 Fragen**, bevor du deine Meinung sagst.

Mach's dir zur Gewohnheit – es verändert deine Wirkung nachhaltig.

Deine nächsten Schritte

1

Workbook: Führungstypen-Test
DIE 3 ESSENTIALS ECHTER (SELBST)FÜHRUNG

2

Webinar: Wunder.voll.führen
DIE 3 ESSENTIALS ECHTER (SELBST)FÜHRUNG

3

**INSPIRATION
BEI INSTAGRAM**

4

**INSPIRATION
IM NEWSLETTER**

5

**LEADERSHIP-
IMPULSE**

1 Führungstypen-Test

WELCHER FÜHRUNGSTYP BIST DU? TEST FÜR MEHR KLARHEIT, SELBSTFÜHRUNG & WIRKUNG



Führung ist kein Titel – sondern eine innere Haltung. Dieser Test ist kein Schubladendenken, sondern ein Spiegel für deine Selbstführung. Er hilft dir, dich selbst besser zu verstehen, damit du andere klarer, bewusster und wirksamer führen kannst.

👉 Für dich, wenn du...

- ☒ als Führungskraft reflektieren willst, wie du wirklich führst
- ☒ deinen Führungsstil besser verstehen und gezielter einsetzen möchtest
- ☒ mehr Bewusstheit und Wirksamkeit in deinen Alltag bringen möchtest

🙋 Nicht für dich, wenn du...

- ☒ glaubst, dass man Führung einfach „richtig“ machen muss
- ☒ keine Zeit oder Bereitschaft für ehrliche Selbstreflexion hast
- ☒ auf der Suche nach schnellen Buzzword-Lösungen bist

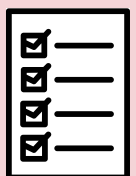
🌟 Du wirst merken, dass...

- ! ... Führung vor allem mit dir selbst beginnt – und dass dein persönlicher Stil wertvoll ist, wenn du ihn bewusst lebst. Du bekommst Klarheit über deine
- Stärken, deine blinden Flecken – und über das, was dich einzigartig macht.



lerne dich selbst besser kennen – als Leader & Mensch.

Starte jetzt mit dem Wunder.voll-Test und entdecke deinen Führungstyp unter
www.wundervollwerden.de/test



2 Live-Webinar

WUNDER.VOLL FÜHREN - DIE 3 ESSENTIALS ECHTER (SELBST)FÜHRUNG



Führen ist mehr als funktionieren – und echte Führung beginnt innen. In diesem kostenfreien Webinar bekommst du die 3 wichtigsten Essentials für moderne Führung mit Haltung. Keine Floskeln, kein Druck – sondern ehrliche Impulse und kleine Schritte mit großer Wirkung.

👉 Ideal, wenn du...

- ✓ verstehen willst, was Selbstführung mit guter Führung zu tun hat
- ✓ spürst, dass Führung mehr ist als To-dos & Tools
- ✓ Lust hast, dein Leadership von innen heraus zu gestalten

🙅 Nicht für dich, wenn du...

- ✗ glaubst, dass Führung ausschließlich reine Technik ist
- ✗ keine Lust auf ehrliche Reflexion und Weiterentwicklung hast
- ✗ denkst, dass man als Leader nie zweifeln darf

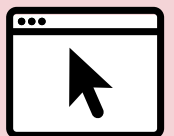
🌟 Du wirst merken, dass...

- ! ... du als Führungskraft nicht „perfekt“ sein musst – sondern präsent, klar und menschlich. Und dass kleine Veränderungen in dir Großes im Außen bewegen können.



Führen beginnt bei dir - starte jetzt!

Entdecke die 3 Essentials echter (Selbst)führung im kostenfreien Webinar. Melde dich direkt an unter www.wundervollwerden.de/webinar



Wunder.voll gehts weiter

Du willst weiterdenken, tiefer einsteigen oder einfach dranbleiben?
Hier sind drei kostenlose Möglichkeiten, wie du deinen Weg mit Wunder.voll fortsetzen kannst:



FOLGE @WUNDERVOLLWERDEN AUF INSTAGRAM

Inspiration to go: In meinem Feed findest du Impulse, Reflexionsfragen und ehrliche Einblicke rund um Leadership, Selbstführung & innere Stärke.

[JETZT AUF INSTAGRAM BESUCHEN](#)



HOL DIR INSPIRATION IM WUNDER.VOLL-NEWSLETTER

Kurz, ehrlich, hilfreich – für mehr Klarheit, Fokus und Umsetzungskraft in deinem (Führungs-)Alltag. Mit Tools, Texten & Mini-Reflexionen direkt in dein Postfach.

[JETZT NEWSLETTER BESTELLEN](#)



KENNST DU SCHON DIE LEADERSHIP-IMPULSE?

Diese 10 ehrlichen Leadership-Impulse sind genau das Richtige für dich. Sie regen zum Nachdenken an, stärken deine innere Klarheit und geben dir neue Perspektiven für deinen Führungsalltag.

[JETZT HERUNTERLADEN](#)

THANK YOU

ZUM ABSCHLUSS: EIN KLEINES DANKE & EIN GROSSER GEDANKE

Danke, dass du dich auf die Kraft der Fragen einlässt.

Denn gute Führung zeigt sich nicht in der Lautstärke
der Antworten – sondern in der Qualität der
Fragen, die du stellst.

Du musst nicht alles wissen.

Aber du darfst Räume öffnen:
für Perspektiven, für Wachstum, für Verbindung. Führung
entsteht im Gespräch. Im neugierigen Zuhören. Im mutigen
Nachfragen. Im Vertrauen darauf, dass Fragen oft mehr
bewegen als Erklärungen.

✦ Wer fragt, führt – und entwickelt nicht nur andere,
sondern auch sich selbst.

Danke, dass du diesen Weg gehst. Vielleicht ist das hier der
Anfang von etwas Wunder.vollem. Wenn du tiefer
einsteigen willst: Im Webinar, im Coaching oder im
Führungstypen-Test findest du die nächsten Schritte.

**Bleib offen. Bleib fragend. Bleib du.
Wunder.voll eben.**

Wunder.volle Grüße,
Kathleen



Wunder.voll

Impressum:

© Wunder.voll by Kathleen Jeske

Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung der Autorin unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Kontakt:

kontakt@wundervollwerden.de

Haftungsausschluss.

Der Inhalt dieses Workbooks wurde mit großer Sorgfalt geprüft und erstellt.

Für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Inhalte kann jedoch keine Garantie oder Gewähr übernommen werden. Der Inhalt des Workbooks repräsentiert die persönliche Erfahrung und Meinung der Autorin. Es wird keine Garantie für Erfolg übernommen.

Die Autorin übernimmt daher keine Verantwortung für das Nicht-Erreichen der im Workbook beschriebenen Ziele.

Weitere Informationen über die Autorin:

www.wundervollwerden.de

Instagram [@wundervollwerden](https://www.instagram.com/wundervollwerden)