

# Persönlichkeitsentwicklung



## Business-Bereich

Management

Personal

Führung

**Erfolg & Karriere**

Kommunikation

Marketing & Vertrieb

Finanzen

IT & Office

## Sofort-Nutzen

### Sie erfahren:

- Wie die Macht des Zauberwortes «Persönlichkeit» negativ wirkt.
- Warum Sie längst eine Persönlichkeit sind.
- Wie Sie Ihre Persönlichkeitsanteile entdecken können.

### Sie können:

- Sich selbst als Persönlichkeit wertschätzen.
- Ziele der Persönlichkeitsentwicklung benennen.
- Ihre Entwicklung nach innen und aussen realisieren.

## Autorin

---



**Brigitte Miller** ist freie Autorin und Journalistin. Seit 1990 schreibt sie für namhafte Verlage und Onlineportale im In- und Ausland zu den Themenbereichen Management, Mitarbeiterführung, Zeitmanagement, Kreativität und Selbstmanagement.

In ihre Beiträge lässt sie nicht nur die vielen Tipps und Erfahrungen fließen, die sie durch Gespräche und Interviews erhält, sondern auch persönliche Erkenntnisse, die ihr der Berufsalltag beschert.

Dabei hat sie stets einen offenen Blick, weil sie, beeinflusst von zwei Grundgedanken,

«*Man kann nicht zweimal in den gleichen Fluss steigen*» (Heraklit)

und

«*Was gestern gut und richtig war, muss heute längst nicht mehr sein*» (Unbekannt)

immer weitere Handlungsoptionen entdecken möchte, die die eigenen Grenzen überschreiten lassen – um so das eigene Leben zu bereichern.

Brigitte Miller  
Lilienthalstrasse 18  
D-65205 Wiesbaden

Telefon: +49 (0) 611 718831  
Fax: +49 (0) 611 1472629  
E-Mail: millerbrigitte@web.de

## Impressum

---

WEKA Business Dossier

### **Persönlichkeitsentwicklung**

Satz: Dimitri Gabriel  
Korrektorat: m communications GmbH, Mettmenstetten

WEKA Business Media AG  
Hermeschloostrasse 77  
8048 Zürich  
Tel. 044 434 88 34  
Fax 044 434 89 99  
info@weka.ch  
www.weka.ch

1. Auflage 2015

VLB – Titelaufnahme im Verzeichnis Lieferbarer Bücher:

ISBN: 978-3-297-00604-7

© WEKA Business Media AG, Zürich

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werks darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet oder verbreitet werden.

# Inhalt

## Persönlichkeitsentwicklung

|   |    |
|---|----|
| <b>Einleitung</b> .....   | 4  |
| <b>Die Macht des Zauberwortes «Persönlichkeit»</b> .....                                | 7  |
| <b>Und seine leider negativen Auswirkungen</b> ... ..                                   | 8  |
| ... auf Ihren Selbstwert .....  | 8  |
| ... auf Ihr Verhalten .....   | 8  |
| <b>Sie müssen keine Persönlichkeit werden: Sie sind es längst</b> .....                 | 10 |
| Entdecken Sie Ihre Persönlichkeit .....   | 10 |
| Sie sind einzigartig .....  | 17 |
| <b>Entfalten Sie sich weiter: 5 Bausteine für Ihre Persönlichkeitsentwicklung</b> ..... | 18 |
| Baustein 1: Wertschätzen, was ist .....   | 18 |
| Baustein 2: Ziel der Persönlichkeitsentwicklung entdecken .....                         | 21 |
| Baustein 3: Entfalten Sie sich .....  | 24 |
| Baustein 4: Kommunikation – nach innen und aussen .....                                 | 25 |
| Baustein 5: Hindernisse als Sprungbrett nutzen .....                                    | 28 |
| <b>Fazit</b> .....  | 31 |
| Persönlichkeitsentwicklung: Eine lebenslange Reise .....                                | 31 |
| <b>Literaturverzeichnis</b> .....   | 32 |
| <b>Tools</b> .....  | 33 |
| Skalierung der Persönlichkeitsanteile .....   | 33 |
| Meine Persönlichkeitsentwicklung .....  | 34 |

# Einleitung

---

Kaum ein Begriff hat in den letzten Jahrzehnten an Interesse gewonnen wie «Persönlichkeit» und «Persönlichkeitsentwicklung». Tagtäglich wird dessen Bedeutung bekräftigt. Denn wieder und immer wieder werden diese Begriffe über Internetsuchmaschinen abgerufen, in der Hoffnung, Informationen und Tipps zu diesem Thema zu finden. GoogleAdwords präsentiert knallharte Zahlen: Die Klickrate liegt pro Monat für den Begriff

- **Persönlichkeitstest** bei 18 100
- **Charaktertest** bei 3600
- **Persönlichkeit** bei 2900
- **Persönlichkeitsentwicklung** bei 2900
- **Coaching** bei 12 100
- **Selbstbewusstsein**, der durchaus damit verknüpft werden darf, bei 9900

Zahlen, die eine deutliche Sprache sprechen – und die entsprechende Antworten generieren. Google listet allein für den Begriff «Persönlichkeit» 16 400 000 Suchergebnisse auf, für den Begriff «Persönlichkeitsentwicklung» 742 000. Auch Amazon schlägt sich wacker: 11 549 Bücher zum Thema «Persönlichkeit» und 5830 Bücher über das Thema «Persönlichkeitsentwicklung». Ganz zu schweigen von der boomenden Dienstleistungsindustrie der Trainer, Coaches und Institute, die jeden – auch Unternehmen – darin unterstützen, die eigene Persönlichkeit oder die des Mitarbeiters zu benennen und zu entwickeln.

Ein Hype ist entstanden – und dieser hat eine durchaus logische Entwicklung. Der erste Impuls zur Persönlichkeitsentwicklung – oder besser zur Selbstfindung – gab es ja bereits im antiken Griechenland. Die berühmte Weissagungsstätte «Das Orakel von Delphi» begrüßte seine Ratsuchenden bereits mit den Worten «Gnothi seauton = Erkenne dich selbst», die über dem Tor dieser Kultstätte standen. Worte, die in den folgenden Jahrtausenden nachhallten, um entsprechende Denk- und Lebensbewegungen wie beispielsweise die Anthroposophie des Rudolf Steiners, die Theosophie, Kabbala, andere philosophisch-religiöse Richtungen oder psychologische Richtungen wie die Gestalttherapie, Transaktionsanalyse, systemisches Denken hervorzubringen.

Seit den 60er-Jahren des letzten Jahrhunderts bewegte dieser «Erkenne dich selbst»-Impuls verstärkt viele Menschen, gar Generationen. Mehr und mehr Menschen begaben sich auf die Suche nach sich selbst – also der eigenen Persönlichkeit. So hat die Flower-Power-Hippie-Bewegung gefolgt vom New-Age-Denken die Selbstfindungs- und Persönlichkeitsentwicklung nicht allein bereichert, sondern gesellschaftlich so stark etabliert und integriert, dass es längst «schick», gar eine Pflicht ist, sich selbst zu coachen bzw. coachen zu lassen.

Allerdings – und dies darf nicht vergessen werden – fanden und finden zu dieser Entwicklung parallel gesellschaftliche Umbrüche statt, die mit Stichworten wie Kaltem Krieg, Mauerfall, Globalisierung, Wissens- und Informationsgesellschaft, Wandel der Arbeit, demografischem Faktor, Internet, Vernetzung, Digital Natives ein komplexes, facettenreiches Bild beschreiben – und durchaus auch als Einfluss auf die Persönlichkeit und deren Entwicklung bezeichnet werden dürfen. Es hat somit

## Die Macht des Zauberwortes «Persönlichkeit»

Das Wort «Persönlichkeit» löst trotz all der entstandenen Sensibilität für das Thema weiterhin höchst unterschiedliche Reaktionen aus. Mal wird in Begriffen wie «introvertiert, extrovertiert, emotional, pragmatisch» gesprochen, um somit einzelne Persönlichkeitsmerkmale zu benennen und sich so auf die Individualität des Einzelnen zu beziehen. Oft genug wird schnell – und fast nur dann – von einer Persönlichkeit gesprochen, wenn diejenige Person Herausragendes geleistet hat oder durch seine Stellung «wer» ist – sei es im Sport, in der Musik, Literatur, dem Film, der Politik oder in der Gesellschaft. Alle anderen verblassen eben neben Persönlichkeiten wie Merkel, Obama, dem Dalai Lama, Sir Simon Rattle, Lang Lang oder jeder anderen «Berühmtheit». Leider.

Denn das eigene Naturell verliert so an Farbe. Der Blick ruht viel stärker auf den «Persönlichkeiten», die als solche vom Aussen anerkannt werden, als auf sich selbst. «Ach, so sein können», mag gedacht werden. «Dann, ja dann wäre ich wer.» Sehnsüchte werden durch diesen Blick geweckt und vom Aussen permanent bedient. Jeder, der sich auf die Suche zum Thema «Persönlichkeit» im Internet macht, stösst auf Schilderungen, die deren Wichtigkeit hervorheben und vieles mit dieser verbinden:

- Persönlichkeitsentwicklung ist das wichtigste Element für mehr Glück und Erfolg im Leben.
- Karriere: Persönlichkeit zählt. Das wissen Absolventen nicht erst aus Stellenanzeigen.
- Eine Umfrage im ...-Karriereblog zeigt, dass Unternehmen mehr Wert auf Persönlichkeit legen als auf fachliche Ausbildung.
- Erfolg durch Persönlichkeit.

Persönlichkeit wird zum Zauberwort für vieles. Nur – leider – fällt es schwer, diesen Zauber für sich zu nutzen, wenn, die Persönlichkeit nur im anderen gesucht wird, statt endlich die eigene Natur zu entdecken und diese als positiv zu bewerten.

### Praxistipp



Selbst der Duden trägt leider kaum zu einer Entspannung bei. Denn im Bedeutungswörterbuch bietet der Duden folgende Erläuterung:

*«Persönlichkeit: 1. Mensch mit ausgeprägter individueller Eigenart. 2. jemand, der eine führende Position im öffentlichen Leben innehat».*

Sie können also nur eine «Persönlichkeit» sein, wenn Sie eine starke Individualität zeigen oder eben eine «Berühmtheit» sind. Als Normalsterblicher würden Sie laut Duden beim Thema «Persönlichkeit» durchfallen. Verabschieden Sie sich von solchen Begrifflichkeiten. Durchforsten Sie Ihre Einstellungen und Glaubenssätze, die Sie zu diesem Thema abgespeichert haben. Befreien Sie sich vom mentalen Müll, der Ihnen suggeriert «Ich bin keine Persönlichkeit». Das Gegenteil ist der Fall.

---

## **Sie müssen keine Persönlichkeit werden: Sie sind es längst**

---

Zwischenzeitlich haben sich, trotz des hartnäckigen Bestandes des verzerrten Persönlichkeitsbegriffes, neue Definitionen etabliert:

- Im Fernstudium Psychologie findet sich die Erläuterung: *Als Persönlichkeit werden nach der allgemein verbindlichen Definition alle prägenden Eigenschaften eines Menschen bezeichnet.*
- Der Psychologe Gordon W. Allport wird auf Wikipedia wie folgt zitiert: *«Personality is the dynamic organization within the individual of those psychophysical systems that determine his characteristic behavior and thought.»* (Persönlichkeit ist die dynamische Organisation derjenigen Systeme im Individuum, die sein charakteristisches Verhalten und Denken determinieren.)

Sie brauchen also keine Persönlichkeit mehr zu werden. Sie sind längst eine.

Entscheidend ist jetzt eher, zu erkennen, welche prägenden Eigenschaften Ihrer Persönlichkeit zugrunde liegen – und wie sich diese im Laufe der Zeit anpassen und verändern. Denn Ihre Persönlichkeit ist ja keine statische Einheit an Kenntnissen, Ressourcen, Fähigkeiten und Denkmustern. Vielmehr befinden Sie sich – und somit Ihre Persönlichkeit – in einer ständigen Weiterentwicklung. *«Persönlichkeitsentwicklung ist also ein lebenslanger dynamischer Prozess, an dem die innere (körperliche und geistige) Konstitution, die genetische Struktur und die äussere Realität (Umwelt) aktiv beteiligt sind»* (Walter Simon, Persönlichkeitsentwicklung, Gabal Verlag, 2007, S. 23).

Dank diesem mentalen Ansatz löst sich wie automatisch der Blick vom Aussen. Nicht länger spielen mehr andere «Persönlichkeiten» eine Rolle. Denn deren Eigenschaften und/oder Entwicklung verlieren an Relevanz für Sie. Ihre eigene Persönlichkeit rückt in den Fokus.

### **Entdecken Sie Ihre Persönlichkeit**

Verinnerlichen Sie sich eine Tatsache: Sie sind es, der am besten über sich selbst Bescheid weiss. Diese Kompetenz sollten Sie sich von niemandem nehmen lassen – von keinem Persönlichkeitstest oder Coach. Beide können zwar unterstützend wirken, d. h. Ihnen Impulse anbieten, um sich selbst besser beschreiben und einordnen zu können. Allerdings werden Sie ja den Test oder den Coach nur zu einem bestimmten Zeitpunkt in Ihrem Leben konsultieren. Da jedoch Ihre Persönlichkeit sich dynamisch organisiert, sollten die gewonnenen Erkenntnisse stets nur als zeitliche Einordnung verstanden werden. Es kann durchaus sein, dass sich der eine oder andere Persönlichkeitsanteil verschiebt.

Vertrauen Sie deshalb auf sich selbst – jetzt und in der Zukunft. Sie haben längst ein Gespür für Ihren Charakter entwickelt. Setzen Sie gezielt Ihre Kenntnisse frei. Und bauen Sie dieses Gespür vertiefend aus.

---

## **Entfalten Sie sich weiter: 5 Bausteine für Ihre Persönlichkeitsentwicklung**

---

Sie entfalten sich bereits – und zwar tagtäglich, ohne dass Sie es vielleicht wahrnehmen und ohne dass Sie es momentan gezielt steuern. Ihre Entwicklung geschieht fast ein wenig «nebenbei». Kein grosses Zutun war meist vonnöten, wie Sie ja dank Ihrer Antworten aus den vorausgegangenen Übungen – allen voran der Lebenslinie – festgestellt haben.

Das Zauberwort «Persönlichkeitsentwicklung» wandelt sich in diesem Kontext wirklich zu einem Zauberwort. Simalabim – und einige Zeit später (es mag vielleicht Jahre dauern) hat wieder eine Entfaltung stattgefunden. Es ist schon ein wenig magisch. Oder doch eher evolutionär? Wie auch immer, Sie dürfen sich jetzt einfach einmal entspannt zurücklehnen. Ihre Entwicklung findet ja bereits statt. Sie sind längst nicht mehr im mentalen «Minus» gefangen. Ihnen fehlt es weder an Persönlichkeit noch an Persönlichkeitsentwicklung. Nein, stattdessen wissen Sie jetzt: Es geht stets voran. Sie können sich nicht nicht entwickeln.

Und mit diesem Wissen, das Sie ab heute abspeichern dürfen, gelingt ein mentaler Quantensprung. Sie lassen den Druck los. Sie verabschieden sich vom Persönlichkeits-Stress. Dafür umarmen Sie Ihre Freiheit, sich entscheiden zu können – und zwar für Ihre Entwicklung, Ihr Ziel der Entfaltung und Ihre Schritte, die Sie dafür unternehmen möchten. Es geht nur um Sie, um sonst niemanden. Um keinen Coach, keinen Test, keine Erfolgsversprechen, die so oft mit der «richtigen Persönlichkeit» verknüpft werden.

Dank dieser Freiheit dürfen und können Sie auch entscheiden, was Sie jetzt, ganz aktuell für sich und Ihre Persönlichkeit eigentlich benötigen. Manches Mal ist es gar nicht der nächste Entwicklungsschritt, sondern eher einmal anzuerkennen, wie toll Sie eigentlich sind. Oder es ist höchste Zeit, die eigene Persönlichkeit und/oder Entfaltung auch dem Aussen deutlich zu signalisieren – durch Kommunikation oder Ihre Körpersprache.

Deshalb suchen Sie sich den Baustein aus, der Sie momentan anspricht, reizt und etwas in Ihnen in Schwingung versetzt. Natürlich dürfen Sie alle durcharbeiten. Es hält Sie niemand ab.

### **Baustein 1: Wertschätzen, was ist**

Der Wunsch nach Anerkennung ist gross. Jedes Jahr bestätigt der Gallup Engagement Index: Die Mitarbeitermotivation und das Mitarbeiterengagement sinkt, weil u.a. der Vorgesetzte zu wenig Feedback gibt und Wertschätzung ausspricht. Obwohl sich solch ein Lob sicherlich vordergründig auf die Leistung bezieht, wird natürlich stets ein Teil der gesamten Persönlichkeit angesprochen – der Sensitiv-Empfindende erkennt das Feedback zum «Praxisbezug» als eine persönliche Eigenschaft, der Intuitive die gelobte «Kreativität» oder der Extrovertierte seine «Kontaktfreudigkeit».

Fällt dieses Feedback aus oder ist es nach der eigenen Meinung und dem persönlichen Empfinden «emotional zu schwach, zu wenig präzise und übersieht wichtige Fakten», passiert oftmals eins: Die Persönlichkeit gerät ins Wanken. Betroffene Charakterzüge können in Zweifel gezogen werden, weil der «positive Spiegel des Aussen» fehlt.