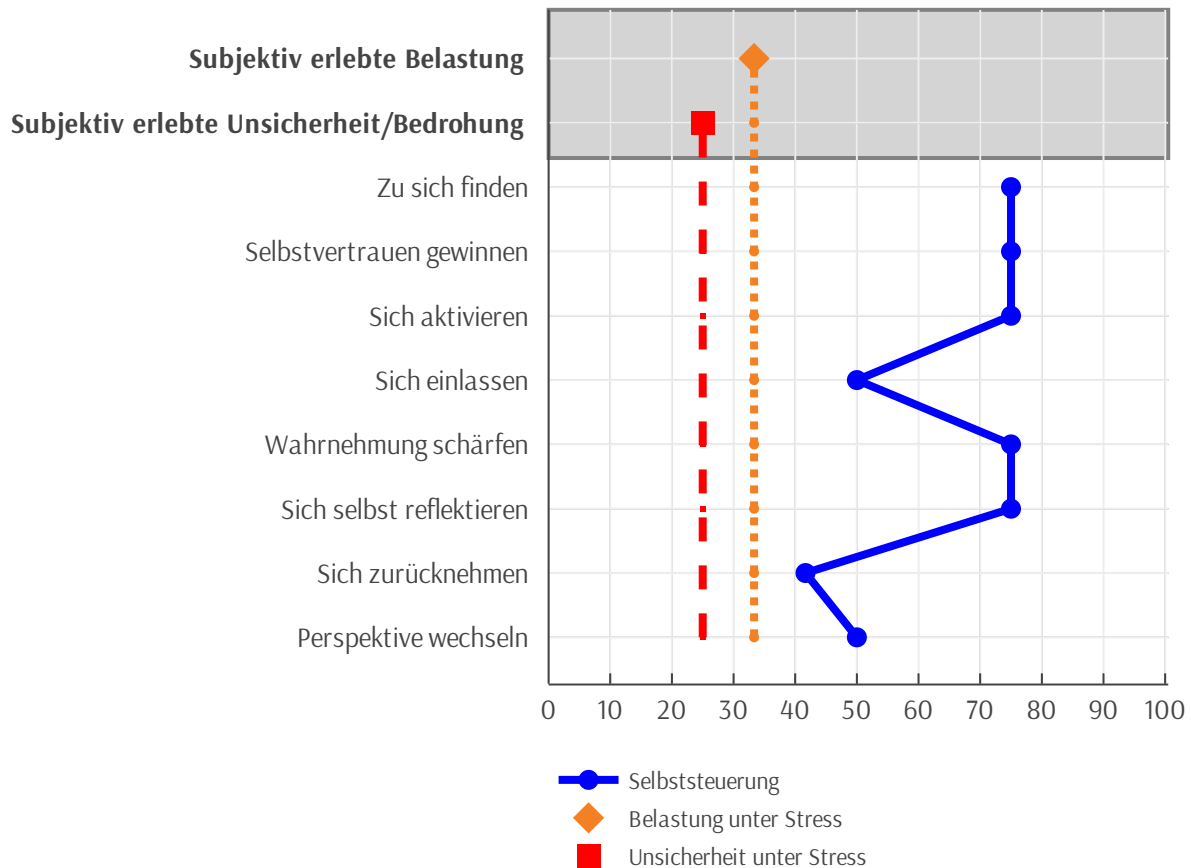


Selbststeuerungs- und Persönlichkeits- Analyse

SPA

Auswertungsbericht für
[Name]

EBENE 2: SELBSTSTEUERUNGSPROFIL



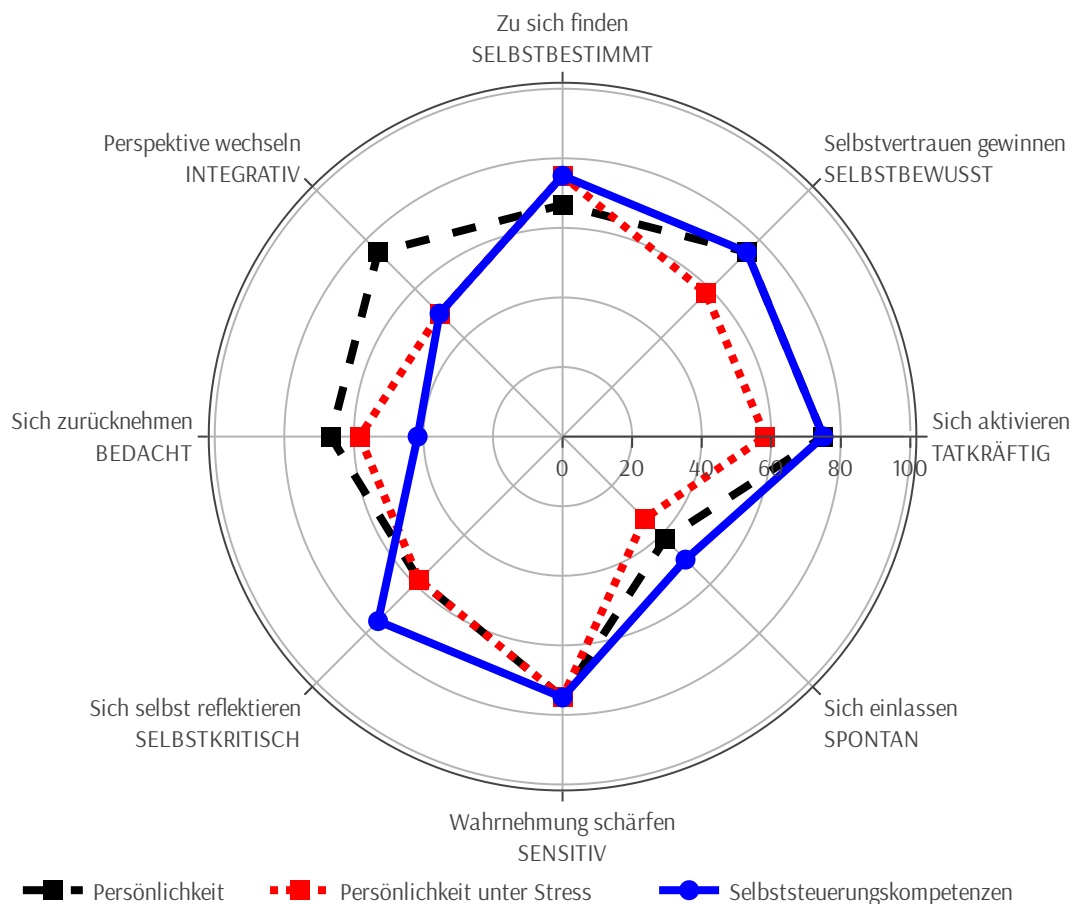
Das Selbststeuerungsprofil stellt die Fähigkeiten dar, mit stressreichen, ungewohnten oder unangenehmen Situationen umzugehen und sie zu bewältigen. Mittels der orangefarbenen und roten Linie wird das aktuelle Stresserleben zum Zeitpunkt der Ist-Aufnahme abgebildet. Dabei werden zwei Arten von aktuellem Stress unterschieden:

Niveau der erlebten Belastung (z. B. Stress aufgrund eines hohen Arbeitsaufkommens oder schwieriger Vorhaben)

Niveau der erlebten Unsicherheit (z. B. Stress aufgrund von Unstimmigkeiten, aktuellen Risiken oder Unsicherheiten)

Die blaue Punktlinie stehen für die Selbsteinschätzung der jeweiligen Selbststeuerungskompetenz. Die Punkte, die einen höheren Wert erreichen als die Stresslinien, zeigen Kompetenzen an, mit denen der aktuelle Stress gut reguliert werden kann. Die Punkte, die einen niedrigeren Wert als die Stresslinien erreichen, zeigen an, dass die jeweilige Fähigkeit unter Stress eher verloren geht.

EBENE 1 UND 2: PERSÖNLICHKEITS- UND SELBSTSTEUERUNGSPROFIL



Erklärung zur grafischen Darstellung

Die Beschriftung in Großbuchstaben am Rand des Netzes bezeichnen den jeweiligen Persönlichkeitsstil und die Beschriftung in normalen Buchstaben die jeweiligen die Selbststeuerungskompetenzen.

Die schwarze Profillinie stellt Ihre Persönlichkeitsstile unter gewöhnlichen Bedingungen dar. Die rote Profillinie zeigt Ihre Persönlichkeitsstile unter Stress.

Die blaue Profillinie zeigt die Ausprägung Ihrer Selbststeuerungskompetenzen. Diese zeigen, wie gut Sie Ausprägungen der jeweiligen Persönlichkeitsstile ausgleichen können.

TIPPS ZUR WEITERENTWICKLUNG DER SELBSTSTEUERUNG

SELBSTBESTIMMT (zu sich finden)

Prüfen Sie, in welchen Situationen Sie selbst für sich bestimmen und in welchen Situationen Sie sich von anderen abhängig machen. Wie selbstständig sind Sie im Denken? Wie oft und in welchen Situationen lassen Sie sich von anderen beeinflussen? Handeln Sie bevorzugt nach Ihren eigenen Wünschen oder knüpfen Sie Ihre Wünsche daran, was andere von Ihnen bezüglich Ihrer eigenen Wünsche erwarten? Was werden Sie ändern?

SELBSTBEWUSST (Selbstvertrauen gewinnen)

Prüfen Sie, in welchen Situationen Sie selbstbewusst gegenüber anderen auftreten und in welchen Situationen eher nicht. Wie fühlen Sie sich innerlich bezüglich Ihres Selbstbewusstseins? Sind Sie sich Ihrer selbst bewusst mit all Ihren Stärken, mit allem was Sie als Person zu bieten haben, aber auch im inneren Zulassen und Annehmen Ihrer Schwächen? Wie zeigen Sie Selbstbewusstsein gegenüber anderen? Wie setzen Sie Ihre eigenen Interessen gegenüber anderen durch? Wie gehen Sie mit Widerstand anderer um? Halten Sie dagegen oder geben Sie nach? Was werden Sie ändern?

TATKRÄFTIG (sich aktivieren)

Prüfen Sie, in welchen Situationen Sie Tatendrang zeigen und in welchen Situationen eher nicht. Sind Sie eine Person, die man als Treiber beschreiben könnte, wenn es darum geht, Dinge voranzubringen, andere zu aktivieren oder aus der Reserve zu locken? Wo sehen Sie bei einem Kongress eher Ihren Platz: Vorne auf der Bühne oder vorne in der ersten Reihe, in einer mittleren Reihe oder ganz hinten in der letzten Stuhreihe? Sind Sie aktiv und mit wieviel Energie setzen Sie Themen um? Sind Sie eine Person, die initiiert, Dinge anpackt, aktiv Prozesse vorantreibt? Was werden Sie ändern?

SPONTAN (sich einlassen)

Prüfen Sie, in welchen Situationen Sie Spontaneität zeigen und in welchen eher nicht. Können Sie intuitiv reagieren? Wenn nein, was hält Sie davon ab? Können Sie sich spontan auf einen anderen Menschen einlassen? Wenn nicht, was fehlt Ihnen, um soziale Risiken einzugehen, das heißt, zu riskieren Fehler zu machen oder auch mal nicht so gut anzukommen? Wie reagieren Sie auf Veränderungen im Nahfeld, schnell oder eher zögerlich oder gar nicht? Wie schnell lassen Sie sich auf andere Menschen ein, sehr schnell, eher zögernd, sehr zögerlich, überhaupt nicht? Was werden Sie ändern?

KONTAKT

Die Selbststeuerungs- und Persönlichkeits-Analyse wurde von der SAAMAN GmbH unter der Federführung von Prof. Dr. Wolfgang Saaman entwickelt.

Gerne beraten wir Sie eingehender im Rahmen eines Coachings. Zu unserem Team gehört eine Vielfalt an ausgebildeten Coaches.

SAAMAN GmbH
Munzinger Straße 5 a
79111 Freiburg i. Br.

Tel. +49 761 21680-0
E-Mail: om@saaman.de

Weitere Informationen und Anregungen erhalten Sie unter <https://www.saaman.de>