

Peter Lauster

Persönlichkeitstest

Ein Beratungs- und Testprogramm
zu Ihrer persönlichen Entfaltung



»Man kann die Schwachen nicht stärken, indem man die Starken schwächt. Man kann keinen Charakter aufbauen, indem man einem Menschen die Initiative nimmt. Man kann Menschen nicht dauerhaft helfen, indem man für sie tut, was sie für sich selbst tun können und sollen.«

Abraham Lincoln

»Die einmalige Gelegenheit, die du suchst, ist in dir selbst. Sie ist nicht in deiner Umgebung, sie ist kein Glücks- oder Zufall oder eine Chance oder Hilfe anderer. Sie liegt in dir allein.«

Orison Swett Marden

Vorwort

Dieses Buch ermöglicht Ihnen eine Entdeckungsreise in die Bereiche Ihrer Psyche. Ein umfangreiches Testprogramm bietet Ihnen eine intensive Beschäftigung mit Ihren persönlichen Einstellungen, Meinungen, Vorurteilen und Verhaltensweisen. In der Auswertung der Tests erfahren Sie, wie stark oder schwach Ihre Persönlichkeitsmerkmale ausgeprägt sind.

Wenn Sie alle zehn Tests durchgeführt haben, können Sie die einzelnen Ergebnisse in eine Diagnosekarte übertragen und Ihr individuelles Persönlichkeitsprofil zeichnen. Diese Selbstanalyse verhilft Ihnen, sich selbst besser kennen- und verstehen zu lernen. Damit Sie jedoch von diesem Buch noch mehr profitieren können, als nur Ihre Stärken und Schwächen zu erfahren, folgt jedem Test ein Beratungsteil – als Unterstützung zur Entfaltung Ihrer Persönlichkeitseigenschaften.

Für dieses Buch wurden Test- und Beratungsprogramme ausgewählt, die für eine ausgeglichene Lebensgestaltung im Alltag besonders wichtig sind:

Selbstsicherheit
Optimismus

Risikoeinschätzung

Unabhängigkeit

Selbstlosigkeit

Menschenkenntnis

Belastbarkeit

Toleranz

Ehrgeiz

Einfühlungsvermögen

Diese Persönlichkeitsmerkmale sind nicht angeboren, sondern werden im Laufe des Lebens erworben, durch Erziehung einprogrammiert und erlernt. Menschliches Verhalten wird nicht wie beim Tier vorwiegend durch Instinkte gesteuert, sondern durch Einstellungen, übernommene Meinungen und Rollennormen. Hinzu kommen im Laufe der Jahre Erfahrungen und gewonnene Lebensmaximem; sie bilden die Persönlichkeitseigenschaften und beeinflussen Denken und Verhalten.

Die Vererbung spielt eine viel unwichtigere Rolle bei der Entstehung einer Persönlichkeit, als viele glauben. Keiner sollte z.B. die Ausrede gebrauchen »Ich bin eben nicht tolerant, weil ich das nicht geerbt habe«. Niemand ist zwar für seine Persönlichkeitseigenschaften absolut allein verantwortlich, weil Bezugspersonen (Eltern, Lehrer, Chefs, Freunde) seine Eigenschaften prägen, aber jeder hat die Chance, durch Aneignung einer höheren Bewußtseinsstufe seine Eigenschaften zu verändern. Zu dieser Veränderung soll das Buch auffordern.

Aufgrund meiner Erfahrungen als Psychologe bin ich der Ansicht, daß niemand un-

sicher, pessimistisch, leichtsinnig, abhängig, egoistisch, intolerant und faul bleiben muß. Jeder kann jeden Tag etwas selbstsicherer, selbstloser, optimistischer, vorsichtiger, unabhängiger, toleranter und strebsamer werden. Eine Persönlichkeit bildet sich täglich. Sie kann sich entfalten oder auf der Stelle treten. Zur Entfaltung der eigenen Möglichkeiten und zu einer glücklicheren Lebensbewältigung soll dieses Buch beitragen.

Das Buch dient auch dem Zweck, einmal einen ›Persönlichkeitstest‹ kennenzulernen. Auf diese Weise wird die Scheu vor Tests abgebaut, die Ihnen in ähnlicher Form auch einmal in einer Bewerbungssituation begegnen können. Die meisten Firmen und Personalberatungen sind allerdings wieder davon abgekommen, Fragebogentests einzusetzen, weil sich herausgestellt hat, daß fast alle diese Fragen durchschaubar sind, also eine für das Ergebnis vorteilhafte Antwort angekreuzt werden kann. Sehen Sie die Tests dieses Buches vor allem als eine spielerische Möglichkeit, sich einmal mit sich selbst zu befassen und sich über die eigenen Reaktionsweisen Gedanken zu machen.

Der dem Testteil nachfolgende Beratungsteil ist eine Anregung zum Nachdenken über die jeweilige Eigenschaft. Es geht darum, im Getriebe des Alltags innezuhalten und über persönliche Eigenschaften und die der Mitmenschen nachzudenken, etwa über Ehrgeiz, Eitelkeit, Neid, Gel-

tungsstreben, Egoismus oder Optimismus und über die Vernetzung dieser Eigenschaften zu einer Eigenschaftsstruktur.

Das vorliegende Buch ist erstmals 1974 unter dem Titel *Der Persönlichkeitstest* im Mosaik-Verlag erschienen. Es war viele Jahre vergriffen und wird in (fast) unveränderter Form wieder neu aufgelegt.

Was können die zehn Tests messen?

Im allgemeinen Sprachgebrauch bezeichnet der Ausdruck »Persönlichkeit« eine Person, die ein auffallend gutes, beeindruckendes Auftreten besitzt und eine überdurchschnittlich starke Ausstrahlung hat. In diesem Sinne wird in der Psychologie und auch in diesem Buch das Wort »Persönlichkeit« nicht gebraucht. Jeder Mensch besitzt eine Persönlichkeit – auch ein Schwachsinniger oder Geisteskranker. Die Persönlichkeit macht das Zusammenspiel der Eigenschaften aus; etwas abstrakt kann man dies mit »individueller Persönlichkeitsstruktur« umschreiben.

Die Persönlichkeitsstruktur setzt sich aus den unterschiedlich ausgeprägten Eigenschaften zusammen. In diesem Buch wird nicht das gesamte Spektrum der Eigenschaftsstruktur getestet. Es wurden allerdings zehn besonders wichtige Eigenschaften ausgewählt. Sie beziehen sich zum einen auf das Verhalten im mitmenschlichen Kontakt, wie z.B. Selbstsicherheit, Unabhängigkeit, Selbstlosigkeit, Menschenkenntnis, Toleranz und soziales Einfühlungsvermögen. Sie beziehen sich außerdem auf Verhaltenstendenzen wie

z.B. Optimismus, Vorsicht und Ehrgeiz (Leistungsmotivation) und auf die seelische Stabilität, wie z.B. Belastbarkeit.

Der Bereich »Begabungen und intellektuelle Fähigkeiten« wurde in diesem Buch nicht berücksichtigt. Es handelt sich hierbei zwar auch um Persönlichkeitsmerkmale, aber sie gehören in den Bereich der geistigen Leistungsfähigkeit und weniger zur Gruppe der Charaktereigenschaften. Bewußt wurde außerdem auf Eigenschaften und Merkmale verzichtet, die bei »psychischen Störungen« auftreten, wie beispielsweise Angstanfälligkeit, Aggressivität, Neigung zur Schizophrenie und Neigung zu manisch-depressiven Reaktionen. Das Buch ist also nicht geeignet, seelische Abnormalitäten aufzudecken. Die Tests wurden für psychisch gesunde Personen entwickelt, die mehr über ihre individuelle Persönlichkeitsstruktur erfahren wollen.

Die Tests bieten die Möglichkeit, sich selbstkritisch zu überprüfen. Jeder Test ist eine Prüfsonde, der Reaktionsweisen und Einstellungen abcheckt. Daraus können Rückschlüsse gezogen werden, welche Eigenschaften in welchem Ausprägungsgrad dominierend sind. Jeder Test ist natürlich störanfällig; das Ergebnis hängt davon ab, ob Sie sich in ausgeruhtem oder psychisch labilem Zustand testen, ob Sie ehrlich zu sich selbst sind oder versuchen, ein möglichst schmeichelhaftes Bild von sich zu erzielen.

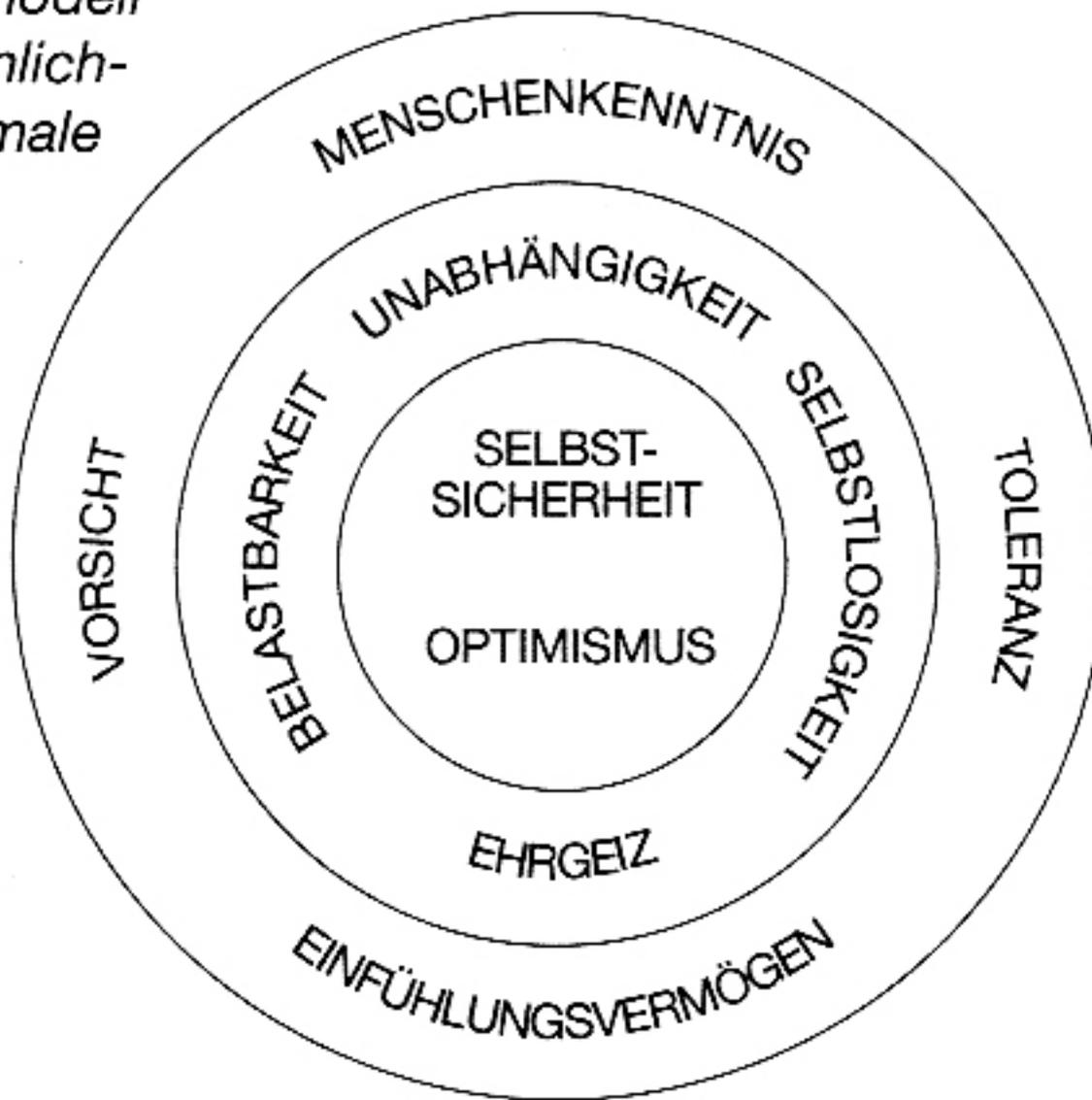
Sie sollten Ihr Testergebnis nicht als ein unabänderliches Schicksal ansehen und

keine weitreichenden privaten oder beruflichen Entschlüsse daraus ableiten. Das Testergebnis dient in erster Linie Ihrer Selbsterkenntnis. Es soll Ihnen Denkanstöße geben, damit Sie Ihre Persönlichkeitsstruktur bewußter sehen. Ein wichtiges Anliegen des Buches besteht darin, Ihnen zu zeigen, daß Persönlichkeitseigenschaften durch einen Einstellungswandel veränderbar sind. Niemand sollte also sagen »Ich bin eben so« und bei dieser Selbsterkenntnis stehenbleiben, denn jeder kann seine Persönlichkeitsstruktur weiter entfalten.

Jede Persönlichkeitseigenschaft ist auf komplizierte Weise mit anderen Eigenschaften verbunden. Die einzelnen Persönlichkeitsmerkmale beeinflussen sich gegenseitig und existieren nicht isoliert nebeneinander. So beeinflußt Selbstsicherheit z.B. Eigenschaften wie Vorsicht, Unabhängigkeit, Selbstlosigkeit, Toleranz und Ehrgeiz. Ein sehr selbstsicherer Mensch ist nicht übertrieben vorsichtig, er fühlt sich unabhängig, ist aufgrund seiner Selbstsicherheit nicht extrem egoistisch und neigt zur Toleranz, weil er dadurch sich selbst nicht unbedingt in Frage gestellt sieht. Auch sein Ehrgeiz ist normal ausgeprägt, da er nicht durch übertriebene Ambitionen ein mangelndes Selbstwertgefühl kompensieren muß.

Selbstsicherheit und Optimismus sind sehr zentrale Persönlichkeitsmerkmale, deshalb wurden sie in der Grafik in der Mitte platziert. Um diese Mitte gruppieren sich Unabhängigkeit, Selbstlosigkeit, Ehrgeiz und Belastbarkeit. Peripherere Eigenschaften

*Das Ringmodell
der Persönlich-
keitsmerkmale*



sind Menschenkenntnis, Toleranz, Einfühlungsvermögen und Vorsicht.

Die äußeren vier Merkmale lassen sich am leichtesten trainieren, weil sie in weniger tiefen Schichten der Persönlichkeit verankert sind. Selbstsicherheit und Optimismus dagegen sind schwieriger zu verändern, weil sie rationalen Überlegungen nur bedingt zugänglich sind. Menschenkenntnis kann erlernt werden wie Physik oder Biologie, Optimismus aber ist eine seelische Grundhaltung, die tief mit vergangenen Erfahrungen und Erlebnissen verwurzelt ist. Um Optimismus zu steigern, muß sich die gesamte Persönlichkeit engagieren. Vergangene Erlebnisse müssen bewältigt und ein neues Bewußtsein von sich selbst und dem Leben aufgebaut werden.