

## Test: Wie bin ich wirklich?

Hat Ihr Job auf Ihr Privatleben abgefärbt? Dieser Fragebogen hilft, blinde Flecken bezüglich Ihrer Persönlichkeit ausfindig zu machen. Sie identifizieren auf diese Weise Eigenschaften, die Sie selbst nicht wahrnehmen, die anderen aber auffallen.

### SO GEHT'S:

Schritt 1: Kopieren Sie diese Seite siebenmal. Drei Fragebögen verteilen Sie an nette Kollegen, drei weitere an Freunde oder Familienmitglieder. Bitten Sie die Helfer, anhand der Skala von 1 bis 7 – ehrlich und ohne Rücksicht auf Verluste – zu beurteilen, inwieweit die genannten Eigenschaften auf Sie zutreffen. Das siebte Exemplar und das Original auf dieser Seite bearbeiten Sie für sich: Damit schätzen Sie sich selbst ein – einmal im Privatleben, das andere Mal im Job.

Schritt 2: Wenn Sie die Fremdbild- Bögen zurückbekommen, vergleichen Sie die Bewertung der anderen mit Ihren eigenen. Generell gilt: Verwirrt Sie ein fremdes Urteil, fragen Sie nach und lassen Sie es sich anhand eines konkreten Beispiels erklären.

Schritt 3: Achten Sie nicht nur auf die Differenzen. Machen Sie sich vor allem klar: Will ich im Privaten so sein wie im Arbeitsleben? Wenn nein: Wie war ich früher? Wann hat sich das geändert? Warum bin ich so geworden – liegt das am Druck, an der Branche, an meinem Ehrgeiz?

Schritt 4: Überlegen Sie auch: Mit welchen positiven Privateigenschaften können Sie Ihren Job bereichern, um dort mehr Sie selbst zu sein?

## **BEWERTUNGSSKALA**

- 1 trifft gar nicht zu
- 2 trifft nicht zu
- 3 trifft eher nicht zu
- 4 weiß nicht
- 5 trifft etwas zu
- 6 trifft zu
- 7 trifft voll zu

## **EIGENSCHAFTEN: ICH BIN...**

1. aggressiv
2. akribisch
3. altklug
4. arrogant
5. aufmerksam
6. ausgeglichen
7. authentisch
8. beeinflussbar
9. beherrscht
10. besserwisserisch
11. charakterfest
12. dominant
13. egozentrisch
14. empathisch
15. geduldig
16. geltungsbedürftig
17. hilfsbereit
18. humorvoll
19. impulsiv
20. kompromissfähig
21. kritikfähig
22. lernfähig
23. liebenswürdig
24. offen
25. sachlich
26. tolerant