



# Erfolgsfaktor Persönlichkeit

## Persönlichkeit – Was ist das überhaupt?

Der Begriff Persönlichkeit hat seinen Ursprung im Griechischen. „Persona“ hieß im alten Griechenland die Maske, die sich Bühnendarsteller vor das Gesicht hielten, um ihre Rolle zu spielen. Im übertragenen Sinn können wir auch heute noch Persönlichkeit als eine Art Maske verstehen, mit der wir „die Bühne der Welt“ betreten.

Wissenschaftlich gesehen werden unter Persönlichkeit zeitlich überdauernde Eigenschaften verstanden, die sich im Laufe unserer Geschichte entwickelt haben. Introversion–Extraversion oder die Emotionalität eines Menschen sind Beispiele für Persönlichkeitseigenschaften. Hinzu kommen die Einstellungen, Interessen, Wertorientierungen sowie die Selbstkonzepte, d.h. die Einschätzung der eigenen Person unter verschiedenen Gesichtspunkten.

Persönlichkeit ist ein sehr komplexes Gebilde, aus dem wir häufig unsere Identität beziehen: Wir erleben uns als der verständnisvolle Lebenspartner, der erfolgreiche Geschäftsmann, der verlässliche Kumpel ... Die Entstehung dieses Ich-Bewusstseins ist ein langer Prozess, der sich aus vielen Erfahrungen und unseren Vorstellungen, Bedürfnissen und Erwartungen entwickelt. Dabei übersehen wir manchmal etwas sehr Wesentliches: nämlich dass unser ICH nicht dasselbe ist wie unsere Persönlichkeit; diese ist nur ein Teil unseres ICHs. Ein anderer ist unser Wesenskern, unsere Essenz sozusagen. Synonym werden dafür auch manchmal die Begriffe Seele oder höheres Selbst verwendet. Zu diesem Teil unseres ICHs fällt in der Regel der Zugang

nicht ganz so leicht wie zu unserer Persönlichkeit. Während wir unsere Persönlichkeit über bestimmte Rollen direkt erfahren, kommen wir mit unserem Wesen eher indirekt in Kontakt, beispielsweise in Zuständen von Trance oder Meditation.

## Wie hängen Persönlichkeit und Wesen zusammen?

Um bei dem Bild von Maske und Rolle zu bleiben: Die Maske allein macht noch nicht den Darsteller aus, sie transportiert bzw. verstärkt lediglich das, was im Darsteller steckt. Je besser Maske und Darsteller (also Persönlichkeit und Wesen) zusammenspielen, um so eindrucksvoller wird das Schauspiel (also unser Auftreten und unsere Wirkung auf andere) werden. Wenn unser Handeln nicht nur eine „leere Hülle“ bleibt, sondern unser Wesen sichtbar und spürbar wird, sprechen wir von Authentizität, Ausstrahlung, Kongruenz. Dann sind wir präsent, handeln mit Verstand und Herz, sind frei von Ängsten. Schöne Vorstellung, aber unerreichbar? Ganz und gar nicht. Aber der Weg erfordert Einsatz, Disziplin und Ausdauer: der Weg der Persönlichkeitsentwicklung.

## Persönlichkeitsentwicklung – wozu?

Wenn wir uns persönlich weiter entwickeln möchten, bedeutet dies in gewisser Hinsicht, unsere „Maske“ zu formen, zu pflegen und in Einklang mit unserem Wesen zu bringen. Es bedeutet, Verhaltensweisen, Einstellungen, Reaktionsmuster fallen zu lassen, die uns hinderlich sind und solche zu erlernen, die uns dienlich sind. Wozu uns dies nützt? Zur Verbesserung unserer Befindlichkeit in allen Bereichen unseres Lebens: am Arbeitsplatz ebenso wie in unseren privaten

Beziehungen in Familie und Freundeskreis. Zahlreiche Studien belegen inzwischen beispielsweise, dass erfolgreiche Menschen nicht nur kognitiv gebildet sind (also Experten sind in ihrem Fach) sondern sie auch über persönliche und soziale Kompetenzen verfügen, mit Herausforderungen des Lebens umzugehen. Eine persönlichkeitsbezogene Kompetenz ist beispielsweise Resilienz – eine Art seelische Widerstandskraft mit Krisen erfolgreich umzugehen. Eine andere Kompetenz ist emotionale und kognitive Selbststeuerung – eine Fähigkeit, sich nicht von Emotionen oder Gedanken überwältigen zu lassen ohne sie andererseits zu unterdrücken. Noch eine Kompetenz ist Stressmanagement – die Fähigkeit, klug mit dem eigenen Energiehaushalt umzugehen, eigene Grenzen zu kennen und sich nicht von äußeren oder inneren Erwartungen übermannen zu lassen. Dies sind nur drei Beispiele, die Hinweise darauf geben, weshalb es sinnvoll erscheint, seine persönlichen Kompetenzen weiter zu entwickeln.

Unabhängig vom äußeren Erfolg durch eine „reife“ Persönlichkeit, verfolgen viele das Ziel einer Persönlichkeitsentwicklung, weil sie dadurch die eigene Befindlichkeit verbessern können. Sie fühlen sich freier, glücklicher, zufriedener mit ihrem Leben. Dies entsteht dadurch, dass sie sich mehr ihrem Inneren, ihrem Wesen nähern. Sie kommen mehr und mehr in Kontakt mit ihrer „wahren Natur“, mit ihrer inneren Kraft, Kreativität, Freude, ihrem (Selbst)wert. Und hier schließt sich der Kreis: genaue diese Dinge tragen wiederum bei, dass sie auch im außen erfolgreich sind.

### **Persönlichkeitsentwicklung – wie geht das?**

Der Weg der Persönlichkeitsentwicklung ist zu aller erst ein Weg des Sich-Bewusst-Werdens und Wahrnehmens seiner blinden Flecken, Überzeugungen, inneren Antriebe, inneren Anliegen. Erst durch Wahrnehmen dessen, was ist, kann das Ziel unserer Entwicklung auf unseren Bildschirm kommen: welche persönlichen Kompetenzen wir lernen, welche Verhaltensweisen, Ansichten, Einstellungen wir möglichst loslassen sollten. Wie genau

der Weg der persönlichen Entwicklung aussieht und wie lange er dauert, ist sehr individuell. Manche Schritte mögen uns leicht fallen, andere wiederum schier unmöglich erscheinen – abhängig von unseren Erfahrungen und Glaubenssätzen, aber auch von unseren Ressourcen und Talenten.

Bei Persönlichkeitsentwicklung geht es letztendlich genau darum, was das Wort buchstäblich ausdrückt: Es wird etwas entwickelt, und was zum Vorschein kommt ist: unser Wesen. Unsere Persona wird so

zur „gläsernen Maske“, durch die unser Inneres nach außen scheinen kann, in den prächtigsten und buntesten Farben, die wir anzubieten haben!

### **info**

Wenn Sie sich mehr mit dem Thema Persönlichkeitsentwicklung auseinandersetzen oder sich selbst auf den Weg Ihrer persönlichen Entwicklung machen möchten, freue ich mich auf Ihre Kontaktaufnahme.

**Christa Beyrer**

**Beratung | Coaching | Training**

[www.christa-beyrer.de](http://www.christa-beyrer.de)

[cb@christa-beyrer.de](mailto:cb@christa-beyrer.de)

T +49.89.9810 6688