

FACHBEITRAG

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 die verständnisvolle Lebenspartnerin, der ergebnisorientierte 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.

Der Unterschied zwischen dem ICH und der Persönlichkeit

Persönlichkeit stellt nur einen Teil unseres ICHs dar. Ein anderer Teil des ICHs ist der 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, umso 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 überwältigen zu lassen. Dies sind nur drei Beispiele, die Hinweise darauf geben, weshalb es sinnvoll erscheint, seine persönlichen Kompetenzen weiter zu entwickeln.

„Man braucht andere, um sich kennenzulernen.“
(C.G. Jung)

Voraussetzung zur persönlichen Weiterentwicklung ist, dass man sich zunächst selbst besser kennenlernt – das eigene Selbstbild schärft, die eigene Wirkung auf andere kennt und sich seiner Stärken und Schwachpunkte bewusst ist. Dieses Bewusstsein ist deshalb so wichtig, weil wir nur dann handlungsfähig werden. Wir können nur diejenigen Aspekte verändern und im eigenen Sinne weiter entwickeln, wenn wir uns ihrer bewusst sind. Deshalb ist Feedback beispielsweise ein sehr wichtiges Entwicklungs-Instrument. Nur wer fortlaufend Rückmeldung über das eigene Verhalten und Auftreten bekommt, kann ein realistisches Selbstbild entwickeln und konkrete Schritte für ein Vorankommen definieren.

Insights Discovery – ein Persönlichkeitsanalyse- und Entwicklungsinstrument aus der Wissenschaft

Auch wenn es zunächst unglaublich klingt – etwas so „Persönliches“ und Individuelles wie unsere Persönlichkeit kann durch ein wissenschaftliches Instrument relativ genau erfasst und dargestellt werden. Mehr noch – man kann sogar Hinweise und Tipps für die eigene persönliche Weiterentwicklung bekommen (wenn natürlich diese in einem persönlichen Gespräch/ Entwicklungs-Coaching noch treffgenauer und spezifischer entwickelt werden können.)

Ein Beispiel für ein wissenschaftliches Persönlichkeitsinstrument ist: Insights Discovery (ISD). Es wurde auf Basis des

psychologischen Wissens des Schweizer Arzt und Psychologen Carl Gustav Jung (Schüler Sigmund Freuds) von Schottischen Forschern zu einem PC-gestützten Instrument entwickelt, das bevorzugt im Arbeitskontext zum Einsatz kommt. Durch statistische Auswertung von vorgenommenen Priorisierungen von Adjektiven (erfasst durch einen Fragebogen) kann ein individuelles Präferenzprofil erstellt werden, das Angaben zu bevorzugten Verhaltensstrategien, Kommunikationsmustern, Entscheidungswegen u.v.m. macht. Diese Analyse hat eine hohe Trefferquote und stellt einen wertvollen Ausgangspunkt für die persönliche Weiterentwicklung, aber auch die Zusammenarbeit mit anderen (z.B. Teamkollegen, Vorgesetzten, Kunden etc.) dar. Im persönlichen Coaching oder in Team-Workshops werden konkrete Maßnahmen erarbeitet, die zur Verbesserungen von Beziehungen (im Sinne von „Umgehen mit Andersartigkeit“) führen.

Fazit

Unabhängig vom äußeren Erfolg durch eine bewusste, „reife“ Persönlichkeit, verfolgen wir das Ziel einer Persönlichkeitsentwicklung deshalb, weil wir dadurch die eigene Befindlichkeit verbessern: Wir fühlen uns freier, glücklicher, zufriedener mit und in unserem Leben - letztendlich deshalb, weil wir uns mehr unserem Inneren, dem eigenen Wesen nähern! Mehr und mehr kommen wir in Kontakt mit unserer „wahren Natur“, mit unserer inneren Kraft, Kreativität, Freude, unserem (Selbst)wert. Und hier schließt sich der Kreis: genaue diese Dinge tragen wiederum bei, dass wir auch im außen erfolgreich sind.

Der Weg der Persönlichkeitsentwicklung ist zu aller erst ein Weg des Sich-Bewusst-Werdens und Wahrnehmens seiner „Blinden Flecken“, Überzeugungen, inneren Antreiber, 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 *ent*wickelt, 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!

© Christa Beyrer, 2019