

Inhalt

Zu diesem Buch	11
Die fünf Bände des GABAL-Methodenkoffers.....	11
Inhalt und Aufbau dieses Bandes	13
Handlungskompetenz durch Schlüsselqualifikationen ...	14
Literatur.....	18

A Hinführung

1. Wer oder was ist eine Persönlichkeit?	20
2. Wie entsteht Persönlichkeit?	23
2.1 Die Bedeutung elementarer Merkmale und Veranlagungen des Menschen	24
2.2 Die Bedeutung des Eigen- und Umfelderlebens.....	25
3. Persönlichkeitstheoretische Grundmodelle	30
3.1 Typenlehre.....	31
3.2 Eigenschaftentheorie	38
3.3 Dynamische (Freud'sche) Theorien.....	39
3.4 Lerntheorie (Behaviorismus)	42
3.5 Sozialpsychologie.....	44
3.6 Statistische Theorien	47
3.7 Humanistische Theorien	49
4. Grundlagen der Persönlichkeitsdiagnostik.....	51
4.1 Kurze Geschichte der Psychometrie.....	52
4.2 Grundtypen und Arten von Persönlichkeitstests	55
4.3 Was leisten Persönlichkeitstests?	57
4.4 Qualitätsanforderungen an Persönlichkeitstests	60
Literatur.....	63

B Analytische Persönlichkeitsmodelle bzw. -tests

1. Discovery of Natural Latent Abilities (DNLA).....	66
1.1 DNLA – Sozialkompetenz.....	68
1.2 DNLA – Management	72
1.3 Allgemeines	76
1.4 Vertrieb.....	81
2. INSIGHTS MDI®-Verfahren	82
2.1 Zweck und Ziele.....	83
2.2 Klassifikation von Verhalten.....	84
2.3 Die Rolle von Normen und Werten	87
2.4 Ablauf einer INSIGHTS-Analyse	88
2.5 Vertrieb.....	90
Literatur.....	90
3. Myers-Briggs-Typenindikator (MBTI)	92
3.1 Die vier Grundpräferenzen	93
3.2 Die Kombinationen	96
3.3 Die Dynamik des MBTI.....	100
3.4 Vertrieb.....	101
Literatur.....	101
4. Structogram	102
4.1 Das drei-einige Gehirn	102
4.2 Die Biostruktur der Persönlichkeit	105
4.3 Vertrieb.....	108
Literatur.....	108
5. Herrmann Brain Dominance Instrument HBDI™	109
5.1 Theoretische Basis und Hintergrund.....	110
5.2 Kernaussagen und Ergebnisse	112
5.3 Durchführung einer Analyse	115
5.4 Vertrieb.....	118
Literatur.....	118
6. Team Management Profil (TMP).....	119
6.1 Die Arbeitspräferenzen nach dem TMP	121

6.2	Die Teamrollen.....	123
6.3	Selbsttest: Welcher Teamtyp sind Sie?	126
6.4	Vertrieb.....	128
	Literatur.....	128
7.	Enneagramm.....	130
7.1	Historie.....	131
7.2	Beschreibung des Verfahrens.....	132
7.3	Persönlichkeitsentwicklung.....	135
7.4	Einsatzbereiche	139
7.5	Durchführung.....	140
7.6	Auswertung	141
7.7	Qualitätskriterien.....	144
7.8	Vertrieb.....	145
	Literatur.....	146
8.	Die LIFO®-Methode.....	147
8.1	Nutzen der LIFO®-Methode	148
8.2	Die Beschreibung der LIFO®-Methode und ihrer sieben Besonderheiten	149
8.3	Einsatz, Auswertung und Interpretation	156
8.4	LIFO®-Materialien, Services und Vertriebsweg	159
	Literatur.....	159

C Psychologisch basierte Persönlichkeitsentwicklungskonzepte

1.	Emotionale Intelligenz.....	162
1.1	Die fünf Elemente der emotionalen Intelligenz	162
1.2	EQ + IQ – die den Erfolg generierende Synthese.....	164
1.3	Erlernen der emotionalen Intelligenz	166
	Literatur.....	167
2.	Focusing.....	168
2.1	Erste Annäherung	168
2.2	Sechs Schritte des Focusing-Prozesses	169
	Literatur.....	171

3. Gestalttherapie	173
3.1 Die Elemente der Gestalttherapie	174
3.2 Das praktische Vorgehen	178
3.3 Die Struktur des Veränderungsprozesses.....	179
3.4 Wie können Sie die Gestalttherapie nutzen?	181
Literatur.....	182
4. Neurolinguistisches Programmieren	183
4.1 Persönlichkeitsebenen nach NLP	184
4.2 Persönlichkeitsebene Umwelt, Kontext.....	186
4.3 Persönlichkeitsebene Verhalten	187
4.4 Persönlichkeitsebene Fähigkeiten	188
4.5 Persönlichkeitsebene Überzeugungen, Werte, Glaubenssätze.....	189
4.6 Persönlichkeitsebene Identität	191
Literatur.....	194
5. Persönlichkeitsentwicklung nach Schulz von Thun	195
5.1 Werte- und Entwicklungsquadrat.....	196
5.2 Kommunikationsstile und deren Auswirkung auf die Richtung der Persönlichkeitsentwicklung	197
5.3 Das Persönlichkeitsmodell vom inneren Team	203
Literatur.....	206
6. Psychomentale Programmierungstechniken	208
6.1 Zur psychoneurologischen „Mechanik“ zwischen Geist und Körper	209
6.2 Persönlichkeitsentwicklung durch Suggestion	211
6.3 Persönlichkeitsentwicklung durch Imagination.....	214
6.4 Persönlichkeitsentwicklung durch positives Denken... 218	
6.5 Positives Reframing – Positives im Negativen entdecken... 224	
6.6 Moment of Excellence	226
Literatur.....	230
7. Coaching	231
7.1 Begriffsklärung.....	231
7.2 Sinn und Zweck von Coaching	232
7.3 Anlässe von Coaching.....	233
7.4 Formen von Coaching.....	233

7.5	Der Coach und seine Qualifikation	234
7.6	Die praktische Umsetzung des Coachingprozesses.....	235
	Literatur.....	238
8.	Supervision	239
8.1	Konzepte der Supervision.....	240
8.2	Methoden der Supervision.....	242
8.3	Praxis der Supervision	243
	Literatur.....	246

D Lebens- und Erfolgsstrategien

1.	Biografisch basierte Selbstanalyse	248
1.1	Schritt 1: Lebensabschnitte.....	249
1.2	Schritt 2: Schlüsselereignisse Ihres Lebens.....	249
1.3	Schritt 3: Wichtige Menschen Ihres Lebens.....	250
1.4	Schritt 4: Beurteilung des Lebensverlaufs.....	250
1.5	Schritt 5: Ihr Lern- und Arbeitsverhalten	252
1.6	Schritt 6: Ihr Wertesystem	252
1.7	Schritt 7: Analyse Ihrer Stärken, Begabungen und Schwächen	256
1.8	Schritt 8: Ihr Leitbild, Ihr Lebensziel	257
	Literatur.....	258
2.	Sieben Wege zur effektiven Lebensgestaltung (nach Covey)	259
2.1	Weg 1: Proaktiv sein.....	260
2.2	Weg 2: Schon am Anfang das Ende im Sinn haben	261
2.3	Weg 3: Das Wichtigste zuerst.....	263
2.4	Weg 4: Gewinn-Gewinn-Denken.....	264
2.5	Weg 5: Erst verstehen, dann verstanden werden	265
2.6	Weg 6: Synergie erzeugen	266
2.7	Weg 7: Säge schärfen.....	266
	Literatur.....	267
3.	Engpasskonzentrierte Strategie (EKS)	268
3.1	Begriffsklärung.....	268
3.2	Die vier Grundprinzipien der EKS-Strategie	269

3.3	Das 7-Phasen-Programm zur Spitzenleistung	273
	Literatur.....	276
4.	Selbst-GmbH (Employability, Jobility).....	277
4.1	Begriffsbestimmung „Selbst-GmbH“	277
4.2	Der Kerngedanke	277
4.3	Umsetzung	279
4.4	Zusammenfassung und Ausblick	283
	Literatur.....	284
5.	Selbstmarketing	285
5.1	Selbstmarketingplan	285
5.2	Die häufigsten Fehler beim Selbstmarketing.....	293
5.3	Erfolge wahrnehmen, feiern und erinnern.....	295
	Literatur.....	296
6.	Persönliches Finanzmanagement.....	297
6.1	Anlagemotive	298
6.2	Anlageformen	299
6.3	Anlegermentalität	300
6.4	Anlageentscheidung.....	301
6.5	Vermögensaufbau	301
6.6	Möglichkeiten der Kapitalbeschaffung.....	303
6.7	Steuern	304
6.8	Kapitalanlagen und ihre Risiken	306
	Literatur.....	307
7.	Umgangsformen im Privat- und Geschäftsleben	308
7.1	Die Rolle der Kommunikation.....	309
7.2	Besucheretikette	312
7.3	Das äußere Erscheinungsbild.....	318
	Literatur.....	321
8.	Work-Life-Balance.....	322
8.1	Die fünf Lebensbereiche und Handlungsfundamente...	322
8.2	Life-Leadership: Analyse und Planung der Lebens- bereiche	324
8.3	Fazit	332
	Literatur.....	332
	Stichwortverzeichnis	334