

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
SIZE Success Persönlichkeiten	7
Wahrnehmung und Wirklichkeit.....	14
Überzeugungen.....	24
Kontakt.....	33
Kommunikation.....	42
Eigenschaften und Stärken.....	56
Psychische Bedürfnisse.....	71
Arbeitszufriedenheit.....	83
Stressmuster	95
Wer bin ich?.....	107
Auswertung Selbst-Einschätzung.....	115
Erkenntnisse – Umsetzung	119
Übersicht.....	128
Literaturverzeichnis	130
Autor	132

Wir alle wissen, dass die Landkarte nicht die Wirklichkeit ist. Wenn wir mit dem Finger auf der Europakarte über die Alpen fahren, nach Italien, noch weiter südlich, bis in die Toskana, vielleicht bis nach Piombino oder nach Punta Ala mit seinem vornehmen Yachtclub, dann sind wir nicht „wirklich“ dort!

So ist es auch mit der „Landkarte“ der SIZE Success Persönlichkeiten. Diese Persönlichkeiten helfen uns zur Orientierung. Sie nützen uns, um uns Vorstellungen vom anderen als Mensch zu machen, geben uns Hinweise, wie wir Zugang zum anderen finden, um mit ihm in Kontakt zu kommen.

Eine gute Landkarte hat eine Legende, also eine Erklärung der verwendeten Symbole und Farben. Die SIZE Success Persönlichkeiten haben ebenfalls bestimmte „Symbole“ und Kategorien.

Diese Kategorien beschreiben typische Merkmale der Persönlichkeit. Im SIZE Success Persönlichkeitsmodell betrachten und beschreiben wir:

- **Wahrnehmung der Wirklichkeit**

Wie erkenne ich die „Wirklichkeit“?

Wie wird das Erkennen der „Wirklichkeit“ durch die verschiedenen Persönlichkeiten beeinflusst?

- **Überzeugungen und Glaubenssätze**

Welche Überzeugungen bestätige ich mir immer wieder?

Welche Überzeugungen sind typisch für die verschiedenen Persönlichkeiten?

- **Kontaktverhalten und „Zugangstüren“**

Wie nehmen die sechs Persönlichkeiten Kontakt auf?

Wie erreiche ich die unterschiedlichen Persönlichkeiten am Direktesten?

- **Kommunikation**

Welche Kommunikationsmuster gibt es?

Wie kommuniziere ich erfolgreich mit den sechs unterschiedlichen Persönlichkeiten?

- **Eigenschaften und Stärken der Persönlichkeit**

Was sind die typischen Eigenschaften und Stärken der sechs Persönlichkeiten?

Wie kann ich meine Stärken und Begabungen produktiv einsetzen?

Was sind die typischen, charakteristischen Merkmale der sechs Persönlichkeiten?

Woran erkenne ich die Persönlichkeiten im Alltag?

- **Bedürfnisse und Motivation**

Was ist es, was mir psychische Energie gibt und mich motiviert?

Was sind die Bedürfnisse der sechs verschiedenen Persönlichkeiten?

- **Arbeitszufriedenheit**

Was brauche ich, um im Beruf, bei meiner Arbeit zufrieden zu sein?

Welche gemeinsamen und welche unterschiedlichen Faktoren fördern die Arbeitszufriedenheit der sechs Persönlichkeiten?

- **Verhalten unter Stress**

Wie verhalte ich mich, wenn ich wenig psychische Energie habe, wenn ich mich im Stress erlebe?

Wie reagieren verschiedene Menschen unter Stress?

Was sind typische Stressmuster von Menschen?

Mit diesen verschiedenen Kategorien, typischen Merkmalen der Persönlichkeit, finden wir sechs unterschiedliche Persönlichkeiten, die sich deutlich voneinander unterscheiden lassen. Sowohl auf der „Landkarte“ der SIZE Persönlichkeiten, meist noch viel deutlicher im „wirklichen Leben“.

Die sechs Persönlichkeiten

Einfühlende

Die fürsorglichen Gefühlsmenschen

Analytiker

Die gewissenhaften Denker

Bewahrer

Die wachsamen Werteorientierten

Kreative

Die humorvollen Kontaktmenschen

Aktive

Die aktiven Abenteurer

Ruhige

Die phantasievollen Beobachter

 **Zusammengefasst:**

SIZE Success unterscheidet und beschreibt sechs Persönlichkeiten:

Einfühlsame – Fürsorgliche Gefühlsmenschen

Analytiker – Gewissenhafte Denker

Bewahrer – Wachsame Werteorientierte

Kreative – Humorvolle Kontaktmenschen

Aktive – Aktive Abenteurer

Ruhige – Phantasievolle Beobachter

In den folgenden Kapiteln werden Sie nach und nach mit den Eigenschaften und Merkmalen der verschiedenen SIZE Success Persönlichkeiten bekannt. Vermutlich werden Sie immer wieder bei sich und anderen typische Charakteristika und Verhaltensweisen feststellen.

Daher hier ein Tipp:

- ☞ Bitte lesen und/oder bearbeiten Sie immer die Beschreibung für alle sechs Persönlichkeiten

Danach können Sie Ihre speziellen Rückschlüsse ziehen und Ihre Vorstellungen und Hypothesen bilden.

Wenn Sie nur zwei oder drei Persönlichkeiten gelesen und bearbeitet haben, kommen Sie möglicherweise in Versuchung, nur hier die Ähnlichkeiten mit sich selbst zu erkennen und das „Gesamtbild“ zu übersehen.

So, bevor Sie sich nun auf die Entdeckungsreise zu den sechs SIZE Success Persönlichkeiten begeben, hier gleich eine Anregung:

✍ Übung

- Unter Umständen haben Sie bereits bestimmte Vorstellungen, die zu den einzelnen Persönlichkeiten passen.
- Vielleicht sogar schon „Bilder“ der Persönlichkeiten, ein Gefühl, eine Stimmung dafür. Oder auch Überlegungen dazu?

Gut, dann lade ich Sie ein, als Start Ihre „Bilder“ gleich hier festzuhalten.

Als Zeichnungen, in Stichworten, ...

Einfühlsame Die fürsorglichen Gefühlsmenschen	Analytiker Die gewissenhaften Denker
Bewahrer Die wachsamen Werteorientierten	Kreative Die humorvollen Kontaktmenschen
Aktive Die aktiven Abenteurer	Ruhige Die phantasievollen Beobachter