

**SEI KLUG!**

**Tauche in den Ort  
Deiner größten Möglichkeiten ein ...**



## MERKSATZ

**Wer weiß, wie er in Krisen oder stark belastenden Lebensphasen „tickt“ und reagiert, hat die größeren Chancen, diese gut und gesund zu bewältigen.**

## ENTWICKLUNGSORIENTIERTE SELBSTMANAGEMENT-ANALYSE (EOS)

auszugsweise

Das Kennenlernen der eigenen Persönlichkeitsstrukturen und der grundlegenden Bedürfnisse sind die Voraussetzungen

- zur Erweiterung der persönlichen Kompetenzen und
- um die Passung zwischen Persönlichkeit und Arbeitssituation zu ermöglichen.

Sie sind das Fundament für Berufserfolg, Flow und eigene Zufriedenheit.

Mit der Entwicklungsorientierten Selbstmanagement-Analyse (EOS) verwende ich ein wissenschaftlich abgesichertes und in der Praxis bewährtes Diagnostik-Instrument. Die EOS-Potenzialanalyse misst über **100 Persönlichkeitsmerkmale** isoliert voneinander, die im systemischen Zusammenspiel das spezifische Verhalten einer Person verursachen.

EOS wurde von dem Persönlichkeitsforscher Professor Dr. Julius Kuhl entwickelt. Die Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI-Theorie) bildet hierbei die Basis. Vergleicht man die vielen Persönlichkeitstheorien kann man die PSI-Theorie als Meta-Persönlichkeitstheorie bezeichnen. Sie fußt auf mehr als 25 Jahren Grundlagen- und Anwendungsforschung am Max-Planck-Institut für psychologische Forschung in München und an der Universität Osnabrück.



### **DIE ZENTRALE FRAGE LAUTET:**

Was steuert unser Verhalten tatsächlich, oft im Gegensatz zu unseren bewussten Absichten?

Kernstück der PSI ist das Handlungssteuerungs-Modell. Es erklärt individuelles Verhalten durch das Zusammenspiel verschiedener psychophysiologischer Hirnprozesse – und macht erstmals die Ursache der Verhaltenssteuerung über ein sehr differenziertes psychologisches Testverfahren messbar. Forschungsbasis sind mehr als 20.000 Testpersonen. Moderne bildgebende Verfahren der Neurobiologie, die Arbeitsprozesse des Gehirns erst seit ca. 20 Jahren sichtbar machen, bestätigen Kuhls Theorie.

Dabei unterscheiden sich diese Tests ganz erheblich von den Tests der bekannten traditionellen Persönlichkeitskonzepte.

Beispielsweise beziehen sich die klassischen Begriffe zur Beschreibung der Persönlichkeit wie

- "Extraversion" (in Situationen immer sofort einen nicht zu bremsenden Handlungsimpuls haben) versus "Introversion" (nüchtern-sachlich erst einmal über etwas nachdenken müssen) oder
- "Ängstlichkeit" (zuerst die Gefahr sehen) versus "Robustheit" (ganz entspannt und gelassen selbst in gefährlichen Situationen reagieren)

usw. auf die Erstreaktion eines Menschen.

Für viele praktische Fragen, die persönliche Kompetenzen im Alltag betreffen, ist aber wichtiger zu wissen, wie die Zweitreaktion (= [Selbststeuerungskompetenz](#) \*1) aussieht, d. h., ob es z. B. bei einer (hyper-) sensiblen oder robusten Erstreaktion \*2 (Dünnhäuter oder Dickhäuter) bleibt oder ob die Person in der Lage ist, ihre Erstreaktion zu verändern, wenn sie dies in der jeweils vorgefundenen Situation für erforderlich hält.

Die klassische Typologie ist zu statisch, zu wenig entwicklungsorientiert, sie teilt Menschen zu einseitig nach ihren emotionalen und kognitiven Erstreaktionen ein, ohne zu berücksichtigen, ob Menschen diesen Erstreaktionen ausgeliefert sind.

Denn selbst eine extrem ausgeprägte Erstreaktion (z. B. sehr hohe Werte bei misstrauisch, bewertungsängstlich, sozial aufgeschlossen, impulsiv, zurückhaltend-rational, eigenwillig, misstrauisch, loyal, optimistisch, sorgfältig, spontan, u. v. m.) kann durch eine entsprechend ausgebildete Selbststeuerungskompetenz (z. B. Selbstberuhigung, Selbstmotivation, Selbstbremsung, Selbstkonfrontation und weitere) ausgeglichen werden.

Diese Selbststeuerungskompetenzen kann man trainieren.

## MERKSATZ

### **Souveränität und Situationselastizität wachsen dann, wenn sich der Mensch seiner selbst sicher ist.**

Die PSI-basierte Kompetenzanalyse bzw. Entwicklungsorientierte Selbstmanagement-Analyse (EOS) will somit nicht in erster Linie beobachtbare Phänomene wie etwa „Gewissenhaftigkeit“ oder „Extraversion“ oder psychologische Inhalte wie Überzeugungen, Werthaltungen oder Glaubenssätze erfassen, sondern sie will die Mechanismen aufzeigen, die diesen beobachtbaren Phänomenen zugrunde liegen und sich der direkten Wahrnehmung weitgehend entziehen.

Im Gegensatz zu anderen Verfahren werden keine Typen abgebildet, die lediglich auf der zusammenfassenden Reduktion verschiedener Eigenschaften basieren und damit nur eine grobe Verhaltenstendenz widerspiegeln. Dagegen misst die EOS-Potenzialanalyse von Prof. Kuhl über 100 Persönlichkeitsmerkmale isoliert voneinander, die im systemischen Zusammenspiel das spezifische Verhalten einer Person verursachen. Statt des „Outputs“ in Form von

sichtbarem Verhalten wird also erstmals die Verursachung des Verhaltens dargestellt.

Diese Betrachtung ermöglicht es, unterschiedliches Verhalten je nach Situation und Kontext zu erklären. Denn so lassen sich genau diejenigen Ansatzpunkte identifizieren, die für das Zusammenspiel der Fähigkeiten einer Person von entscheidender Bedeutung sind und bei denen die größten Chancen für die persönliche Entwicklung liegen. Hier kann dann ein gezieltes Coaching ansetzen, das wesentlich kompakter und zeitsparender an den individuellen Ressourcen und Engpässen ansetzt.

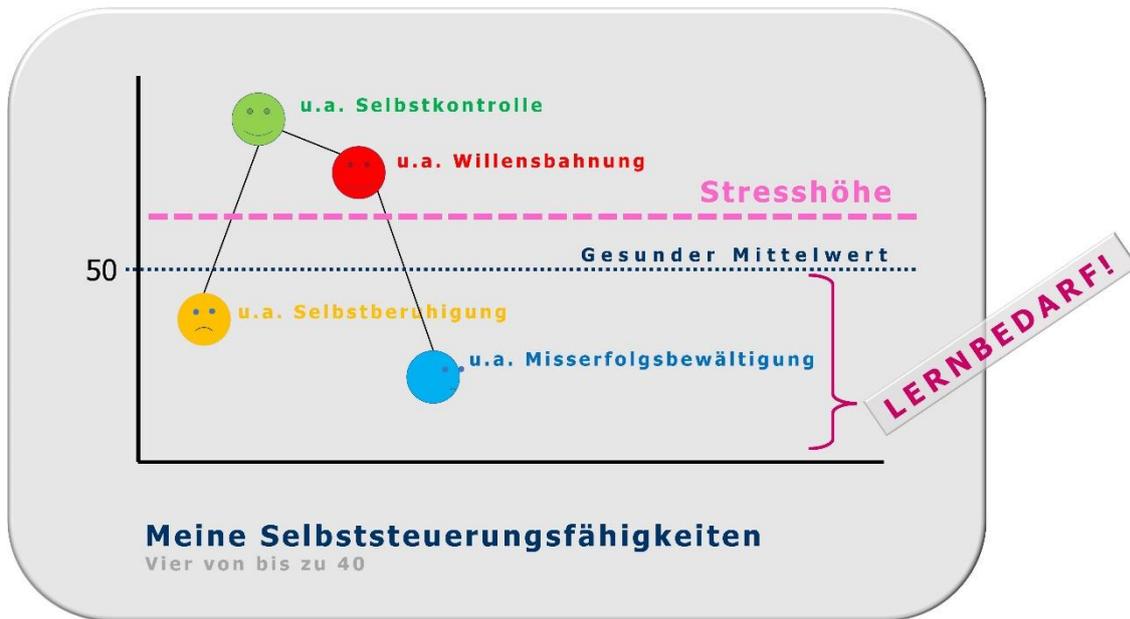
Einzigartig ist bisher die Messung der unbewussten Motivationsstruktur<sup>\*3</sup>. Es ist in der Tat überraschend, dass die unbewussten Antriebsquellen in etwa der Hälfte der Fälle deutlich von dem abweichen, was Testpersonen über ihre eigene Motivation annehmen. Dabei steuert gerade die unbewusste Motivation unser nachhaltiges Verhalten und ist die größte Kraftquelle für unser tägliches Handeln. Je besser es uns gelingt, diese Kraftquelle zu erschließen, desto leichter können wir die Aufgaben und Anforderungen im Beruf und Alltag erfolgreich meistern.

## **DIE VORTEILE DER PSI-KOMPETENZANALYSE**

- umfassender als die klassischen Ansätze
- dank der hochindividuellen Persönlichkeitsprofile keine Typisierung oder Etikettierung
- Prinzip der einfachen Beratung, ohne Vereinfachungstendenzen zu erliegen
- vereinfacht die Komplexität menschlichen Erlebens nur so weit, wie dies für die Praxis bzw. die Beratung erforderlich/gewünscht ist
- erkennen von bedeutsamen „Angelpunkte“ für einen Entwicklungs- und Veränderungsprozess
- Angelpunkt Diagnostik führt direkt zum Kern der Ursache des Coachinganliegens
- hilft mit ressourcenorientierter Perspektive Entwicklungsaufgaben und Entwicklungspotenziale zu entdecken - klarer Entwicklungsfokus
- zeigt ungenutzte Kraftquellen auf
- einfach durchführbar
- sehr gut akzeptiert bei allen Teilnehmenden
- wissenschaftlich zertifiziert
- Reduzierung von Beratungsresistenz/Widerstand gegen Veränderung
- weltweit einzigartige innovative Evaluationsmethodik (Integration vieler neuer Forschungsansätze)
- identifiziert die Funktion, bei der das größte Entwicklungspotential liegt
- beschreibt eine Systemdynamik persönlichen Erlebens und Verhaltens
- gut auf unterschiedlichste Praxisfelder übertragbar, wie z. B. Führung, Vertrieb, Ausbildung, gesundheitsförderndes Verhalten usw.
- differenziert unterschiedliche Ebenen der Persönlichkeit
- erklärt, zu welchem Verhalten und Erleben eine bestimmte Person in einem bestimmten Kontext tendiert
- bietet eine Gesamtschau der kognitiven, motivationalen und emotionalen Prozesse, die Persönlichkeit letztlich ausmachen

Eine weitere Stärke sind die enormen Forschungsanstrengungen, die hinter der Theorie und der Diagnostik stehen.

\*1



\*2

**Unerwünschte Erstreaktion**

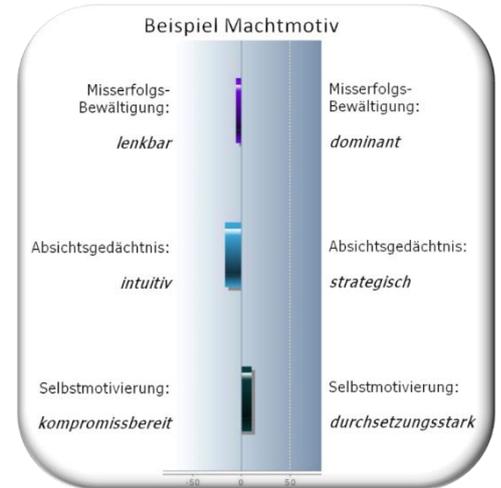
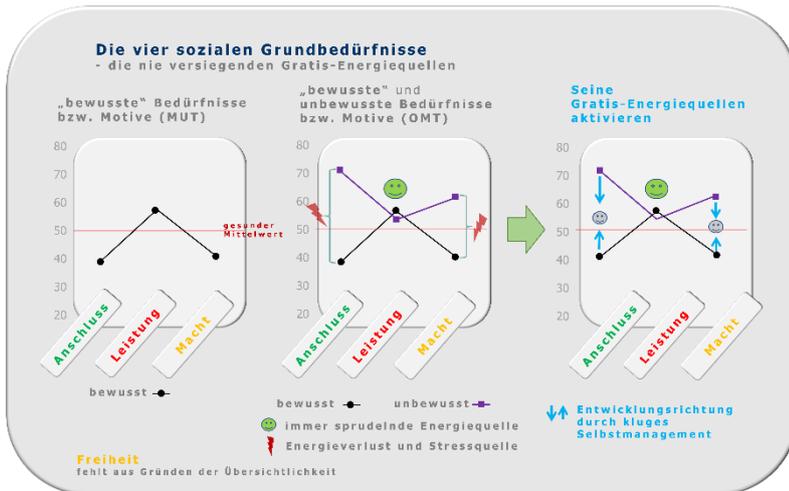
Neuronale Dichte nach X-Jahren häufiger Aktivierung und Nutzung:

VOR DEM (UM-)LERNEN:

**Erwünschte Zweitreaktion**  
Neues Lebensgefühl: mit sich im Reinen

Neuronale Dichte nach einem Tag Nutzung und/oder wenig Aktivierung:

\*3



## QUELLEN

Kuhl, Scheffer, Mikoleit, Strehlau  
**Persönlichkeit und Motivation in Unternehmen**  
Anwendung der PSI-Theorie in Personalauswahl und -entwicklung  
- über [AMAZON](#) bestellen

Prof. Dr. Julius Kuhl/Dipl. Psych. Philipp Alsleben  
**TOP**  
Manual für die Trainingsbegleitende Osnabrücker Persönlichkeitsdiagnostik  
Nov. 2023: **Derzeit nicht verfügbar.**

Prof. Dr. Julius Kuhl  
**Motivation und Persönlichkeit**  
Interaktion psychischer Systeme  
- über [AMAZON](#) bestellen

Hartmut Neusitzer  
Selbstmanagement-Trainer, Ressourcencoach, PSI-Kompetenzberater und  
autorisierter Berater des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales unternehmensWert: Mensch  
Mobil: 0160 – 975 46 221 E-Mail: Hartmut.Neusitzer@Mein-Ressourcencoach.de