

Test: Berufseinstellungen und -verhaltensweisen

Test-Einweisung

Der folgende Test dient dazu, Ihre aktuelle berufliche Situation im Hinblick auf Ihre berufsbezogene Verhaltensweisen und Einstellungen zu reflektieren.



Abb. 1: Einbettung von Verhaltensweisen und Einstellungen im Werte-Feld und den Umfeldfaktoren

Unsere persönlichen Werte bilden dabei die Grundlage für unsere Einstellungen und die darauf aufbauenden beobachtbaren individuellen Verhaltensweisen in der Berufswelt. Eingebettet ist unser Handeln in das gesellschaftliche Umfeld, welches unsere Verhaltensweisen wahrnimmt und rückkoppelt (vgl. Abbildung 1).

Sie erhalten durch den Test Hinweise darauf

- a) wie Ihre berufsbezogenen Einstellungen und Verhaltensweisen sind und
- b) welche dieser Charaktermerkmale Ihre berufliche Position stärken bzw. schwächen können.



Prof. Dr. Richard K. Streich

Executive-Coach und Geschäftsführer von COMMENT! – coaching + communication
Ein Autorenporträt und Kontaktdaten finden Sie unter gmkg-online.de/gm-autoren

Test-Aufnahme

Kreuzen Sie im Fragebogen die entsprechende Punktzahl an, die Ihnen

am besten entspricht. Beachten Sie, inwieweit Sie sich beim Ankreuzen der Null vor einer persönlichen Entscheidung drücken!

Einstellungen/ Verhaltensweisen	Trifft sehr oft zu	Trifft oft zu	Trifft teilweise zu	Trifft manchmal zu	Trifft selten zu	neutral	Trifft selten zu	Trifft manchmal zu	Trifft teilweise zu	Trifft oft zu	Trifft sehr oft zu	Einstellungen/ Verhaltensweisen
	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	
Ich arbeite gern mit anderen zusammen.												Ich arbeite gern allein für mich.
Ich mache gern tagtäglich das Gleiche.												Ich bevorzuge Abwechslung und Änderung.
Ich bin risikobereit.												Ich gehe auf Nummer sicher.
Ich kann Druck nicht ausstehen.												Ich brauche Druck.
Ich arbeite gern in einer großen Organisation.												Ich arbeite gern in einer kleinen Organisation.
Ich bin ein Macher im tagtäglichen Auf und Ab.												Ich bin ein Denker und brauche Zeit für Planung und Vorbereitung.
Ich kommuniziere gern.												Ich höre gern zu.
Ich beobachte zuerst, und dann denke ich das Problem durch.												Ich habe eine Unmenge an Gedanken, die ich ergebnisorientiert zusammenfassen möchte.
Ich arbeite gern mit Zahlen-Daten-Fakten.												Ich arbeite gern mit Menschen.
Ich neige dazu, Dinge zu überorganisieren.												Ich neige dazu, schnell und planlos zu handeln.

Quelle: Testzusammenstellung in Anlehnung an: HIRTH, R., TH. SATTELBERGER und R. TH. STIEFEL: Dein Weg zur Selbstverwirklichung, München, 1994, S. 118 f.; nach: UDRIS, I.: Ist Arbeit noch länger zentrales Lebensinteresse? In: Psychosozial, 1/79, S. 104 ff.

Einstellungen/ Verhaltensweisen	Trifft sehr oft zu	Trifft oft zu	Trifft teilweise zu	Trifft manchmal zu	Trifft selten zu	neutral	Trifft selten zu	Trifft manchmal zu	Trifft teilweise zu	Trifft oft zu	Trifft sehr oft zu	Einstellungen/ Verhaltensweisen
	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	
Ich stelle mich Krisen und Risiken.												Ich beuge Risiken und Krisen vor.
Ich habe das Gefühl, erfolgreich sein zu müssen.												Ich kann mit Misserfolgserlebnissen umgehen.
Ich stelle mich neuen beruflichen Herausforderungen.												Ich vermeide berufliche Veränderungen.
Ich kann mit Konflikten gut umgehen.												Ich kann Konflikte nicht adäquat handhaben.
Ich strebe einen beruflichen Aufstieg an.												Ich brauche keine Karriere für meine Berufszufriedenheit.

Test-Auswertung

Schritt 1:

Verbinden Sie die Einzelwerte durch einen senkrechten Strich. Sie erhalten hierdurch Ihr berufsbezogenes Einstellungs- und Verhaltensprofil.

Schritt 2:

Ergründen Sie, inwieweit Ihre Einschätzungen von Ihrer aktuellen Arbeits- und Lebenssituation abhängig sind.

Schritt 3:

Ermitteln Sie nun jene Aussagen, die aus Ihrer Sicht überdauernd also langfristig schon Ihre Einstellungen bzw. Verhaltensweisen charakterisieren.

Schritt 4:

Schauen Sie sich die aus Schritt 3 ermittelten Aussagen bzgl. Ihrer Bewertungen an und benennen Sie jene, welche Sie davon im Rahmen Ihrer aktuellen Berufstätigkeit

- a) stabilisieren und
- b) verändern

wollen.

Schritt 5:

Entwickeln Sie mindestens 4 konkrete Maßnahmen für die in Schritt 4 unter a) und b) genannten Einschätzungen mit Hilfe des folgenden Aktionsplans (vgl. Abbildung 2).

Schritt 6:

Falls Sie an einem Fremdbild interessiert sind, bitten Sie einen Kollegen bzw. eine Kollegin, den Fragebogen auszufüllen, wie er bzw. sie Sie wahrnimmt. Vollziehen Sie dann die vorgenannten Schritte 1 bis 5 im Vergleich der Ergebnisse aus dem Selbst- und Fremdbild.

Schritt 7:

Kontaktieren Sie eine Vertrauensperson mit der sie Ihren Aktionsplan durchsprechen und vereinbaren Sie Kontrolltermine.

Prof. Dr. Richard Streich

Aktion-Nr.:	Fragestellungen:						
	Was?	Warum?	Bis wann?	Mit wem?	Wie?	Welche Erfolgskriterien?	Wie Erledigungsstand?
1							
2							
3							
4							

Abb. 2: Aktionsplan mit zentralen Fragestellungen