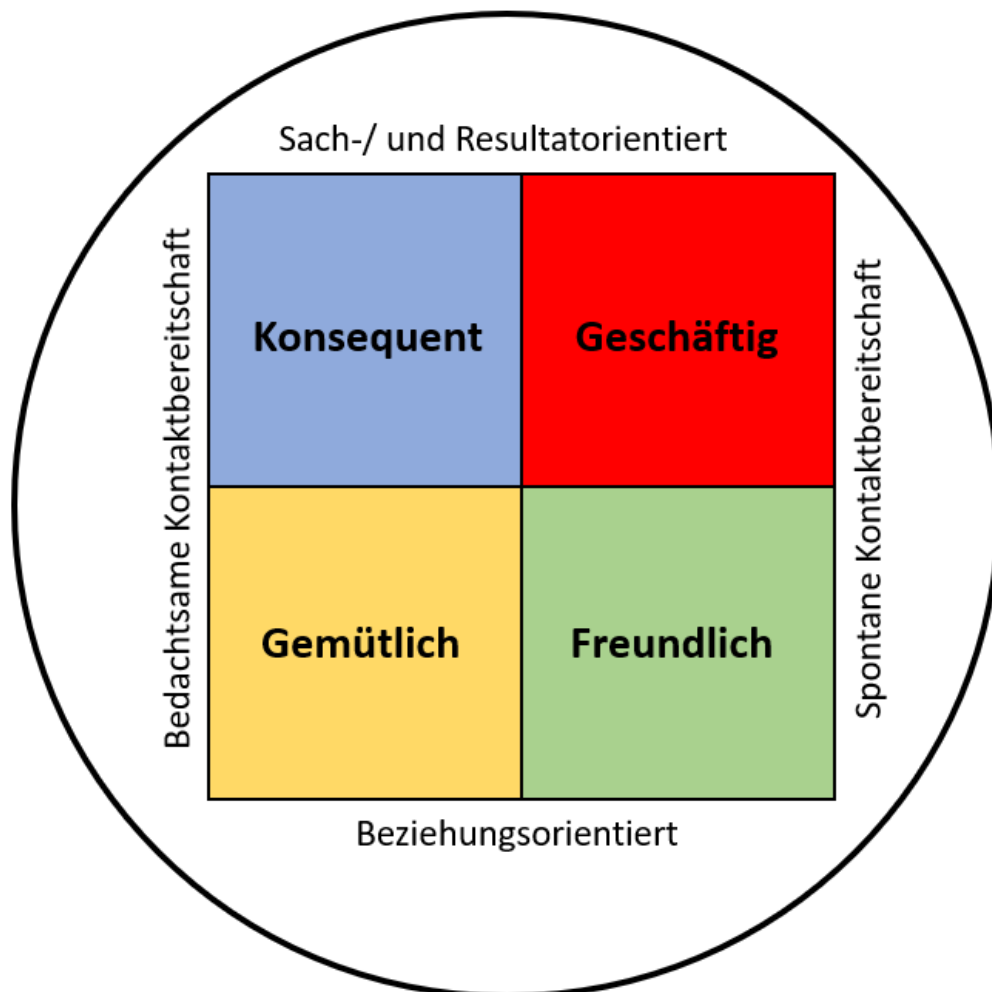




# GPI® Coaching

Grundrichtung der Persönlichkeit nach Individualpsychologie

## Die vier Grundrichtungen der Persönlichkeit





## Stärken des Testverfahrens GPI®

«Wie bin ich? Wie wirke ich?» Diese Fragen beschäftigen jeden. Das eigene Wesen zu erkunden, ist unglaublich reizvoll. Aus dem Grund mögen Menschen Persönlichkeitstests. Der GPI®-Test nutzt die Energie dieser natürlichen, menschlichen Neugier. Mit seiner Hilfe entdecken Sie Ihre Stärken sowie Entwicklungschancen Ihrer Persönlichkeit. Die neu gewonnene Selbsterkenntnis weckt Begeisterung und damit die Bereitschaft für eine Persönlichkeitsentwicklung. Das moderne Testverfahren GPI® mit integrierter Persönlichkeitsanalyse kann in der Praxis gewinnbringend eingesetzt werden:

- Stärkung des Selbstmanagements
- Ressourcenoptimierung
- Berufs- und Karriereplanung
- Teamentwicklung
- Kommunikation und Konfliktlösung
- Veränderungsprozesse
- Stressregulation
- Führungsprofil

Das Testverfahren GPI® erzeugt ausschliesslich Gewinner: Die «Grundrichtungen der Persönlichkeit» verdeutlichen bestehende Überzeugungen sowie Denk- und Verhaltensmuster. Das Verfahren basiert auf Stärken und Möglichkeiten und zeigt konkrete, handlungsorientierte Wege zur Ausschöpfung des eigenen Potenzials auf. Die Einzigartigkeit liegt darin, dass innere Dialoge sehr gut nachvollzogen und verdeckte eigene Absichten erkannt werden können. Es werden Strategien skizziert, wie die konstruktiven Aspekte der eigenen «Grundrichtung» mit Mut und Selbstvertrauen entfaltet und gestärkt werden können. Durch gezielte Interventionen lassen sich hilfreiche und langfristige Verbesserungen erzielen.

## Grundrichtungen sind wie Visitenkarten

Sie verdeutlichen, was der Mensch: Am höchsten bewertet. Am intensivsten anstrebt. Auf alle Fälle vermeiden will (Sackgasse). Dafür in Kauf nehmen muss (Preis). Menschen mit nur einer Grundrichtung sind berechenbar. Die Grundrichtungen sind nicht angeboren. Jeder Mensch entwickelt in seinen ersten Lebensjahren Grundregeln und Anschauungen, die den persönlichen Lebensstil ausmachen. Jede der Grundrichtungen kann an erster Stelle stehen. Keine der Grundrichtungen ist besser oder schlechter. Liegen die Grundrichtungen dicht beisammen, ist der betreffende Mensch anpassungsfähiger. In Krisensituationen tritt die eigentliche Grundrichtung stärker hervor. Es wird grundsätzlich davon abgeraten, seine Grundrichtung abzulehnen oder extrem verändern zu wollen. Mit sich selbst in Frieden zu leben, heisst, seine Eigenart (Stärken und Schwächen) erkennen und diese annehmen.



## **DIE KONSEQUENTEN: Sicherheit durch Überblick**

- ☞ Sprichwort: Doppelt genährt hält besser.
- ☞ Ziele: Überschaubare Verhältnisse, Ordnung und Schutz
- ☞ Sackgasse: Unsicherheit, lächerlich sein, ausgeliefert sein
- ☞ Preis: Sozialer Abstand, Verminderung der Spontaneität, wenig eigene Freiräume
- ☞ Entwicklungsrichtung: Flexibilität üben, nimm es nicht so wichtig.

## **DIE GESCHÄFTIGEN: Mit 120% an die Spitze**

- ☞ Sprichwort: Frisch gewagt ist halb gewonnen
- ☞ Ziele: Will der Beste sein, gewinnen, etwas sein und darstellen.
- ☞ Sackgasse: Unterlegenheit, Bedeutungslosigkeit, durchschnittlich sein.
- ☞ Preis: Überverantwortlichkeit, Überbelastung.
- ☞ Entwicklungsrichtung: Besinnung auf soziale Gleichwertigkeit, lernen zu entspannen.

## **DIE GEMÜTLICHEN: Sich selber sein ist das Geheimnis der Lebensfreude**

- ☞ Sprichwort: Gut Ding will Weile haben.
- ☞ Ziele: Angenehm und behaglich haben, nicht gestört werden, geniessen.
- ☞ Sackgasse: Verantwortung, Stress, Druck
- ☞ Preis: Verringerte Produktivität, Passivität, mangelnder Erfolg
- ☞ Entwicklungsrichtung: Aus 'ich sollte' > 'ich will' machen. Zur Grundrichtung stehen.

## **DIE FREUNDLICHEN: Diplomaten und Teamplayer**

- ☞ Sprichwort: Besser Unrecht leiden als Unrecht tun.
- ☞ Ziele: Von den anderen gemocht werden.
- ☞ Sackgasse: Ablehnung, will nicht lästig sein, hohe Kompromissfähigkeit
- ☞ Preis: Kann nicht 'nein' sagen, verzögerte Persönlichkeitsentwicklung
- ☞ Entwicklungsrichtung: Lernen 'nein' zu sagen, eigene Bedürfnisse erkennen.