



Die Birkman-Methode® ist eine der weltweit führenden Persönlichkeitsanalyse. Das wissenschaftliche Testverfahren zeigt konkrete, handlungsorientierte Wege zur Ausschöpfung des eigenen Potenzials auf. Sie hilft Ihnen in der Karriereplanung, in Beziehungen und im Umgang mit Ihrem eigenen Verhalten. Das Persönlichkeitsprofil gibt umfassende Hilfestellung für die Persönlichkeitsentwicklung Einzelner, Paarbeziehungen oder ganzer Teams.

Das Birkman-Persönlichkeitsprofil® zeigt *Ihr Normalverhalten, Ihre Bedürfnisse und Ihre Stressreaktionen in elf Verhaltensbereichen* auf. Das Wissen darum wirkt sich positiv auf zwischenmenschliche Beziehungen, Umgang mit Konflikten und Entscheidungsfindungen aus.

Das Profil besteht durch eine umfassende Persönlichkeits-Analyse mit einer Vielzahl von diversifizierten Reports. Diese können problemlos in bestehende Coaching- oder Personal-Entwicklungs-Prozesse integriert werden. Ihre persönliche Birkman-Auswertung hilft Ihnen, Ihre Eigenwahrnehmung zu schärfen und besser mit den täglichen Herausforderungen umzugehen.



#### Ihr bevorzugter Lebensstil

- Beziehungs- oder Sachorientierung?
- Direkte oder indirekte Kommunikation und Beteiligung?
- Ihr Beziehungsverhalten (Nähe / Distanz, empathisch/direkt, etc.)
- Welches ist ihr Kommunikationsstil? Eher kreativ oder strukturiert?
- Wo liegen Ihre Bedürfnisse und Ihre Stressfelder?

#### Ihre Interessenbereiche

- Wo liegen Ihre Interessen?
- Zu welchen Interessensbereichen zieht es Sie immer wieder hin?
- Was machen Sie gerne und bereitet Ihnen Freude?
- Was kostet Sie viel Energie und was beflügelt Sie?
- Wo liegen Ihre persönlichen Stärken und Interessen?

#### Ihr Stressdossier

- Welches sind Ihre Stressbereiche und potentiellen Konfliktfelder und was müssen Sie dabei beachten?
- Wie können Sie Stress im Vorfeld vermeiden?
- Was brauchen Sie konkret, um nicht in die Stressfalle zu tappen?

#### Ihre Normalverhalten, Bedürfnisse und Stressverhalten in:

- Beziehung zu Einzelpersonen / Gruppen
- Umgang bspw. mit Führung, Kontrolle, Veränderung, Autorität, Struktur, Ordnung, Teamfähigkeit oder Entscheidungsfindung
- Bevorzugtes Arbeitstempo

- Eigenes Image - Wie sehen Sie sich?
- Empathie und Gefühlsbeteiligung
- Persönliche Unabhängigkeit / Freiheit

#### Ihre bevorzugten Berufsfelder

- Berufsgruppen, die zu Ihnen passen
- Konkrete Berufsvorschläge, die Ihrem Profil entsprechen
- Optimales Arbeits-Umfeld für Ihren Persönlichkeitstyp
- Welches ist Ihr Führungsstil?

#### Kosten

- Birkmantest inkl. 1-2Auswertungsgespräche Fr. 280.-.
- Birkmantest für Paarberatung inkl. 2 Gesprächen: Fr. 450.- (Die Profile lassen sich miteinander vergleichen und tragen zu vertieftem, gegenseitigem Verständnis bei)
- Weitere Beratungsgespräche sind möglich
- Auch für ganze Gruppen geeignet (mit individualisierten Gruppenreports). Kosten je nach Gruppengröße nach Absprache.

#### Kontakt

Hans-Jörg Rätz, Säntisstr. 5c, 9240 Uzwil  
Pastor, Seelsorger, Coaching, Intervention,  
Konfliktberatung, ZHAW / IAP Zürich  
Liz. Birkman-Berater

079 715 04 84  
raetz@solnet.ch

