

Persönlichkeits-Assessment

# Birkman

Was passt  
eigentlich  
zu mir?

Wer bin ich  
und was  
will ich?

Mein(e)  
Stärken  
Interessen  
Stressprofile  
Bedürfnisse  
Führungsstile  
Beruf / Jobs  
Karriereplanung

Wie ticke ich wirklich?



[www.birkmantest.ch](http://www.birkmantest.ch)

 **BIRKMAN**<sup>®</sup>  
Reaching Further

# Birkman

Mehr als nur ein Assessment

## Unsere Persönlichkeit

„Der der ich bin grüsst wehmütig den, der ich sein möchte.“

Hinter diesem Satz des dänischen Philosophen steckt eine Erfahrung, die wir alle kennen: Unsere Realität – so wie wir sind – und unser Ideal – unsere Vorstellung davon, wie wir eigentlich sein möchten – klaffen oft auseinander. Es ist durchaus verständlich, dass jeder Mensch gern ein Ideal repräsentieren will. Ideale haben die Kraft, unser Wachstum herauszufordern. Ideale brauchen wir, damit wir herausgelockt werden aus unserer Zone der Bequemlichkeit.

Aber leider identifizieren sich viele mit ihrem Ideal in einem Mass, dass sie nicht mehr den Mut haben, sich erst einmal so anzunehmen, wie sie sind. Sie weigern sich, ihre Realität zu bejahen. Sie meinen, sie seien nur dann beliebt, sie würden nur dann anerkannt von anderen Menschen, wenn sie etwas vorweisen könnten, wenn sie etwas besser könnten als andere. So verschmelzen sie nahezu mit ihrer Idealvorstellung. (Anselm Grün)

Viele bleiben in einem Urmisstrauen stecken, dass sie so, wie sie sind, nicht gut genug sind. Diesem Misstrauen nicht zu verfallen, dass ich mich so, wie ich bin, den anderen nicht zumuten möchte, nicht in diese Falle zu tappen, verlangt Demut: Es verlangt Mut zur eigenen Wahrheit – und Mut, die eigenen Schattenseiten anzuschauen, zu akzeptieren und sich bejahend damit zu versöhnen.

Erst dann habe ich auch ein volles JA zu meinen Stärken, Fähigkeiten und Leidenschaften. Dann erst gebe ich ihnen den Raum im Leben, der ihnen zusteht! Verleugnung ist kein Weg zum Glück und zum inneren Frieden. Die eigene Wahrheit in aller Demut anzunehmen führt viel eher zur Gelassenheit. Ich mache Ihnen Mut, in den folgenden Seiten Ihr wahres Selbst zu Wort kommen zu lassen.

## Birkman-Assessment:

Die Birkman-Methode® ist seit über 60 Jahren eine der weltweit führenden Persönlichkeitsanalysen. Über 4 Mio. Menschen haben den Test bereits gemacht.

Das wissenschaftliche Testverfahren erzeugt keine "Verlierer", sondern zeigt konkrete, handlungsorientierte Wege zur Ausschöpfung des eigenen Potenzials auf.

Das Profil besticht durch eine umfassende 50-seitige Persönlichkeits-Analyse.

Das Assessment kann online gemacht werden. Danach besprechen wir Ihr Profil im persönlichen Coaching (90 Min.) Live oder per Zoom.

## Was steckt wirklich in mir?

**Laufbahn:** Was sind eigentlich meine Stärken? Wo will ich beruflich hin? Wofür schlägt mein Herz? Was beflügelt mich? Welches Berufsfeld passt eigentlich zu mir? Was kam bisher zu kurz und welches Potential steckt noch in mir?

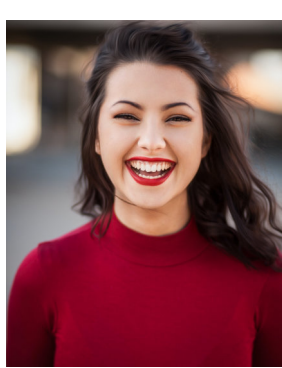
**Life-Balance:** Warum fühle ich mich oft so ausgelaugt? Was kostet mich zu viel Energie? Warum komme ich immer wieder in ähnliche Stresssituationen?

**Beziehungen:** Warum ziehe ich mich zurück? Warum ist mir Anerkennung von anderen so wichtig, dass ich dabei oft meine eigenen Bedürfnisse vernachlässige?

**Stressverhalten:** Warum gehen mir gewisse Menschen so auf die Nerven? Warum fühle ich mich oft unverstanden? Solche und ähnliche Fragen können uns umtreiben.

Das Birkman-Assessment ist mehr als ein Persönlichkeits-test. Es bietet fundierte Antworten auf diese Fragen und liefert Ihnen sozusagen ein „Handbuch“ über sich selbst.

Die 50-seitige Persönlichkeitsanalyse - zusammen mit einem persönlichen Auswertungscoaching - ist es eine sehr hilfreiche und effektive Methode für eine Standortbestimmung und gibt eine professionelle Orientierungshilfe, um sich und andere besser zu verstehen und das eigene Potential optimaler abrufen zu können.



## Umfassender Überblick über Ihre Persönlichkeit:

Sie erhalten mit dem Birkman-Profil einen umfassenden Überblick über:

- Ihren bevorzugten Lebensstil
- Ihre persönlichen Stärken und Interessen
- Ihre Bedürfnisse und Ihr Stressverhalten
- Ihr Beziehungsverhalten
- Ihre Empathiefähigkeit
- Umgang mit Autorität
- Stressprofil, Konfliktfallen
- Ihren Führungsstil
- Passende Berufsgruppen die passen
- Konkrete Berufsvorschläge die Ihnen entsprechen könnten
- und vieles mehr...

## Zusammenhang zwischen Bedürfnisse und Stressverhalten

Birkman zeigt u.a. auch Ihre Stressreaktionen in elf Verhaltensbereichen auf und bringt diese mit den dahinterliegenden Bedürfnissen in Zusammenhang. Ihre eigenen Bedürfnisse sind nach aussen nicht sichtbar! Diese selber wahrzunehmen und Ihrem Umfeld zu kommunizieren bringt Entlastung. Sonst sind Ihre Stressreaktionen für andere nicht nachvollziehbar. Melden Sie sich jetzt an! Es lohnt sich garantiert! Viele haben bereits profitiert.

Dieses Assessment bringt Sie bestimmt weiter. Investieren in sich selber und lernen Sie sich selber noch besser kennen.

**Es lohnt sich, garantiert!**

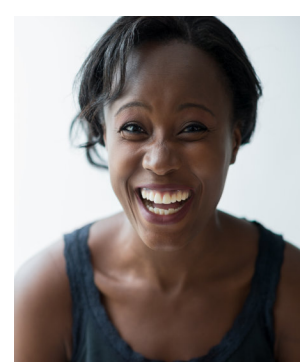
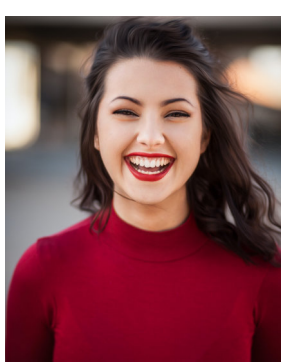


## Persönlichkeitsprofi

# Profil

**Über 50ig Seiten  
individuelle Analyse**





## Die Birkman-Methode®

Die Birkman-Methode® ist eine der weltweit führenden Persönlichkeitsanalysen. Das wissenschaftliche Testverfahren erzeugt keine "Verlierer", sondern zeigt konkrete, handlungsorientierte Wege zur Ausschöpfung des eigenen Potenzials auf.

Das Birkman-Verfahren® ist wissenschaftlich validiert, einzigartig und sehr umfassend. Eine Erfolgsgeschichte – das bestätigen über 60 Jahre Erfahrung und bislang über 4 Mio. Einzelpersonen und 8'000 Firmen, welche den Birkmantest weltweit erfolgreich einsetzen.

Die Persönlichkeits-Analyse hilft Ihnen in der Karriereplanung, in Beziehungen und im Umgang mit Ihren eigenen Stressfaktoren. Das soziologische Persönlichkeitsprofil gibt umfassende Hilfestellung für die Persönlichkeitsentwicklung Einzelner, Paarbeziehungen oder ganzer Teams.

### Nutzen:

- Die Kenntnisse der eigenen Bedürfnisse versetzt den Einzelnen besser in die Lage, sich gezieht zu erholen, motiviert zu bleiben und Stressverhalten vorzubeugen.
- Es fördert das Selbstmanagement und das Bewusstsein für die eigenen Stärken und eigenen Interessen.
- Den eigenen Kommunikationsstil zu erkennen erleichtert den Umgang mit anderen.
- Sie erkennen, welche konkreten Berufsgruppen zu Ihnen passen. Das bietet Orientierung in der Karriereplanung.
- Die wissenschaftliche Qualität bürgt für hohe Validität (85%) und Verlässlichkeit.
- und vieles mehr...

### Impressum:

© alle Texte copyright Christoph Hickert



## Nächste Schritte?

Die Birkman-Methode besteht aus einem Online-Assessment mit 298 validierten Fragen. Sie können die Fragen bequem von zuhause aus an Ihrem Computer beantworten. Ich sende Ihnen direkt nach Ihrem O.K. einen Zugangslink zu.

Lassen Sie sich beim Ausfüllen von Ihrem ersten Instinkt leiten. So widerspiegeln sich Validität und Genauigkeit im Persönlichkeitsprofil am besten.

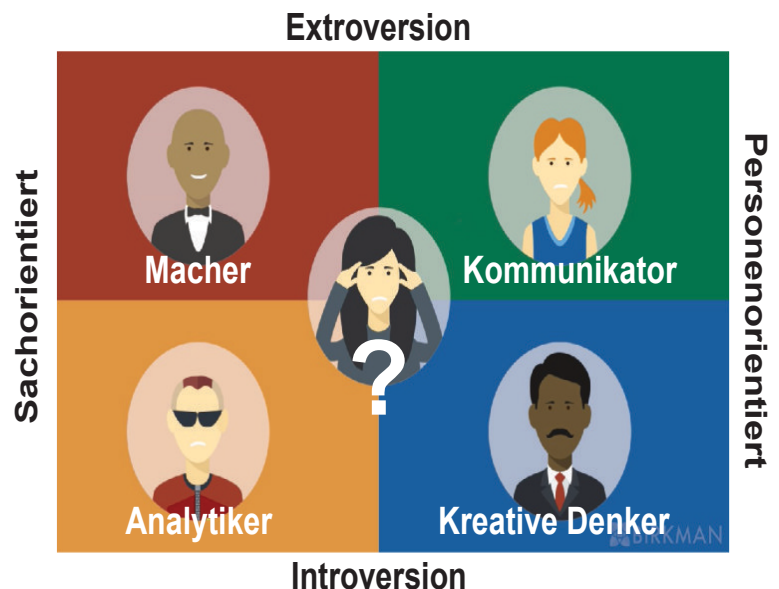
Die Tendenz der Menschen geht generell in Richtung "wie sollte ich sein" oder "wie möchte ich, dass andere mich sehen". Bei diesem Persönlichkeitstest geht es nicht um besser oder schlechter. Birkman bewertet weder unseren Charakter noch unsere Neigungen oder Interessen.

Nachdem Sie das Online-Assessment fertig ausgefüllt haben, erhalte ich automatisch eine Bestätigung und nehme die Auswertung vor.

Gleichzeitig vereinbaren wir einen Termin fürs Auswertungscoaching - live in meinem Coaching-Büro in Männedorf oder online per Video-Zoom. Ihr ausführliches Persönlichkeits-Dossier gebe ich Ihnen im Coaching-Gespräch ab.

## Ihr Lebensstil-Profil:

Welcher Typ sind Sie?



Sachorientiert

Personenorientiert

Extroversion

Introversion

Macher

Kommunikator

Analytiker

Kreative Denker

?

# Stimmen

## Was andere dazu sagen

### Kunden-Feedbacks:

"Der Birkman-Test hat mir neue, wertvolle Ideen für meine berufliche und private Neuorientierung gegeben. Anhand der Resultate wurden im Coaching gemeinsam konkrete Schritte definiert, die ich im Alltag umsetzen konnte. Die sehr detaillierten Unterlagen haben mir geholfen, meine Stärken und Stressverhalten zu reflektieren. Toll!" **E.C., Pflegefachfrau**

"Ich habe schon einige Tests gemacht, aber das Birkman-Profil ist etwas vom Besten, was ich kennengelernt habe. Es lohnt sich!" **A.M., Banker**

„Ich war schon bei Ihnen ganz erstaunt, wie präzise die Auswertung mein "Ich" widerspiegelt. Jetzt habe ich schwarz auf weiss, wie ich ticke, wie ich mich bei Stress verhalte, was meine Bedürfnisse und meine Stärken/Schwächen sind und in welchen Berufen ich mich am ehesten entfalten kann. Die Auswertung ist eine grosse Hilfe in meiner Neuorientierung. Danke vielmals für Ihre Unterstützung!" **M.O., Lehrerin/Familienfrau**

"Das Birkman-Profil ist zwar nicht günstig, aber ich bin froh, dass ich den Test gemacht habe. Diese Investition hat sich definitiv gelohnt und die Auseinandersetzung mit mir, meinen Bedürfnissen, Interessen und Berufsfeldern hat mich einen entscheidenden Schritt weiter gebracht. Vielen Dank." **D.G. Teamleiterin**

„Das Birkman-Coaching und Supervision bei Christoph Hickert war sehr Gewinn bringend. Insbesondere sein Wissen und Können auf dem Hintergrund verschiedener Theorien und Schulen (Psychologie, systemischer

Ansatz, therapeutische Seelsorge, etc.) und sein Geschick, diese Puzzleteile zu einem Bild zusammen zu fügen, machten die Sitzungen zu entscheidenden Momenten in meiner Entwicklung als Coach und Mensch." **T.M., Dipl. Coach**

"Danke für deine Begleitung - das Birkman-Coaching hat mir gutgetan und half mir, loszulassen und eigenverantwortlich vorwärts zu gehen und besser Grenzen zu setzen. Danke auch für den Kaffee!" **S.H., Sozialdiakonin**

### Paare / Beziehungen

"Bereits die Einzelgespräche mit Hr. Hickert waren sehr erhellend. Die Birkman-Auswertung brachte vieles auf den Punkt. Aber die gemeinsame Paar-Auswertung und systemische Aufstellen war noch besser. Wir haben gesehen, wo wir unsere Stresspunkte und die dahinter liegenden Bedürfnisse haben und können nun vieles besser einordnen. Das Verständnis füreinander ist gewachsen. Vielen Dank!" **Ehepaar S.**

### Firmen / Teams / Personalselektion

"Das Birkmann Assessment ist eines der wertvollsten und aussagekräftigsten Instrumenten, welches ich in meiner bisherigen Personalkarriere kennen gelernt habe. Ich bedanke mich recht herzlich für diese wertvolle Coaching-Erfahrung und kann das Birkman-Assesment wie auch Herrn Hickert als Coach bestens empfehlen." **M.B., HR-Leiterin**



# Ideal für

- Team-Assessment
- Kader-Selektion
- Laufbahnplanung

Persönlichkeits-Assessment

# Birkman

„Be yourself; everyone else is already taken.“ Oscar Wilde



Jetzt unverbindlich informieren:

[www.birkmantest.ch](http://www.birkmantest.ch)

oder: [www.beratung-coaching.ch](http://www.beratung-coaching.ch)



**Christoph Hickert**  
Dipl. Coach & Supervisor BSO  
Psych. Berater/Birkmantrainer

Coaching-Laufbahn-Beratung-Seminare  
© **Hickert-Coaching / Herweg 18 / 8708 Männedorf**  
079 234 73 93 / [info@beratung-coaching.ch](mailto:info@beratung-coaching.ch)