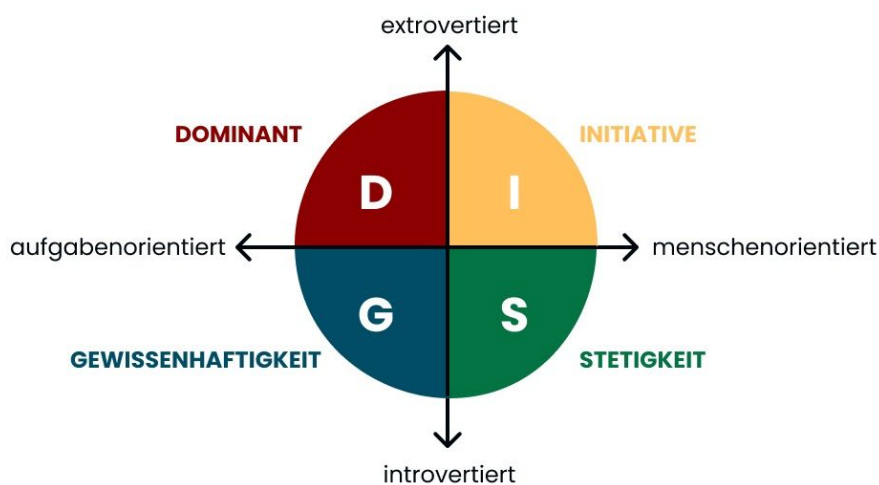


Deine Persönlichkeitsfarbe

„Das Leben ist ein weißes Blatt, die Farben sind in dir.“
– Jochen Mariss

DARUM GEHT ES

In diesem Worksheet bekommt deine Persönlichkeit einen neuen Anstrich! Das heißt, dass wir bestimmten Eigenschaften von dir eine Farbe zuordnen – mit Hilfe des DISG-Persönlichkeitsmodells. Die vier Buchstaben DISG stehen für die vier Grundtypen der Persönlichkeiten: dominant, initiativ, stetig und gewissenhaft. Diese hat der Psychologe William Marston daran orientiert, ob eine Person eher extrovertiert oder introvertiert und eher aufgaben- bzw. menschenorientiert ist.



AUFGABE

Finde heraus, welche Farbkombination auf dich zutrifft. Lies dir dazu bitte erstmal die folgenden vier Grundtypen durch und lass ihre Beschreibungen auf dich wirken. Frage dich dabei immer wieder: An welcher Stelle habe ich mich wiedererkannt? Was passiert mir auch oft? Wie oft handle ich genau so? Und in welchem Umfeld fühle ich mich wohl? Viel Spaß beim Entdecken!

Nice to know! Wir sind oftmals eine Mischung aus verschiedenen Grundtypen, tragen jedoch eine besonders stark ausgeprägte Tendenz zu einem bestimmten Grundtyp in uns.





Grundtyp 1

DOMINANTE AUSRICHTUNG

EIGENSCHAFTEN

entschlossen | willensstark | herausfordernd | konkurrierend | ergebnisorientiert | stur | bestimmend | durchsetzungsfähig | direkt | offen | mutig | aggressiv | hartnäckig | ruhelos | anspruchsvoll

BESCHREIBUNG

Hey, ich bin der dominante Typ. Ich liebe es, Probleme zu lösen und schnelle Ergebnisse zu erzielen. Oft stelle ich den Status Quo in Frage und versuche eigenständig, Dinge zu verändern oder zu steuern und zu kontrollieren. Ich zeige von mir aus Initiative und habe große Freude an Wettbewerben und Herausforderungen. Was ich gut kann? Entscheidungen treffen – und das schnell. Wie du vielleicht merkst, bin ich sehr direkt, konkret und geradeheraus... zugegeben, manchmal auch etwas grob. Ich stehe gern im Mittelpunkt und verlange viel von mir, aber auch von anderen. Ich kann eine starke Willenskraft entwickeln, um meine Ziele schnell zu erreichen. Mein Fokus liegt auf Effektivität, Unabhängigkeit und Kontrolle.

IN DIESEM UMFELD FÜHLE ICH MICH WOHL

- ich kann persönliche Erfolge erzielen
- ich nehme eine starke und einflussreiche Position ein
- es gibt stets neue, abwechslungsreiche Aufgaben
- es besteht viel Bewegungsfreiheit bei der Arbeit
- es wird Klartext gesprochen und es gibt wenig Diskussion
- es herrscht wenig Kontrolle und Beaufsichtigung
- ich kann mich Herausforderungen stellen und erhalte Ansehen dafür

Notiere deine ersten Gedanken. Hast du dich in der Beschreibung wieder gefunden?
Wenn ja, in welchen Eigenschaften? Und in welchen unterscheidest du dich sehr?

Versuche auf einer Skala von 1 – 10 einzuschätzen, inwiefern diese Ausrichtung deinen
Charakter beschreibt. 1 steht für „Überhaupt nicht.“ und 10 „Ja, total, das bin ich!“



Grundtyp 2

INITIATIVE AUSRICHTUNG



EIGENSCHAFTEN

beziehungsorientiert | einflussreich | begeisternd | emotional | gesprächig |
anregend | optimistisch | spontan | gesellig | freundlich | nett | inspirierend |
fröhlich | einnehmend | kontaktfreudig | verspielt | gesprächig | unterhaltsam

BESCHREIBUNG

Hello! Hello! Ich bin der initiative Typ und habe kein Problem damit, mit Menschen zu interagieren. Ich knüpfe offen neue Kontakte, unterhalte andere gerne und schaffe somit eine motivierende, anregende Atmosphäre. Ich versprühe meistens einen fröhlichen Optimismus – einfach zum Anstecken! Ich schaffe es, die Leute mit meiner Begeisterungsfähigkeit anzustecken und stehe, ähnlich wie der dominante Typ, gerne im Mittelpunkt. Am effektivsten arbeite ich eigentlich, wenn ich keiner Kontrolle, Beaufsichtigung oder detailorientierter Arbeit ausgesetzt werde. Weil ich mich mit Worten so gut ausdrücken kann, bevorzuge ich es, in einer Gruppe oder im Team zu arbeiten. Ich habe zudem keine Angst davor, meine Gefühle offen mitzuteilen. Mein Fokus liegt auf Anerkennung, Einfluss und Kommunikation.

IN DIESEM UMFELD FÜHLE ICH MICH WOHL

- in einer freundlichen, angenehmen Atmosphäre
- es gibt keine Kontrolle und keine Beaufsichtigung
- ich muss keine Detailarbeit erledigen
- es besteht die Gelegenheit, neue Ideen einzubringen
- es gibt die öffentliche Anerkennung meiner Fähigkeiten
- gemeinsame Aktivitäten werden in der Freizeit geplant
- die freie Meinungsäußerung ist möglich

Notiere deine ersten Gedanken. Hast du dich in der Beschreibung wieder gefunden?
Wenn ja, in welchen Eigenschaften? Und in welchen unterscheidest du dich sehr?

Versuche auf einer Skala von 1 – 10 einzuschätzen, inwiefern diese Ausrichtung deinen
Charakter beschreibt. 1 steht für „Überhaupt nicht.“ und 10 „Ja, total, das bin ich!“



Grundtyp 3

STETIGE AUSRICHTUNG

EIGENSCHAFTEN

treu | loyal | hilfsbereit | teamfähig | unterstützend | bescheiden | schutzbietend | geduldig | pragmatisch | zuverlässig | ausgleichend | entspannt | aufmerksam | beständig | rücksichtsvoll | gutmütig | einsichtig | mitfühlend | verbindlich

BESCHREIBUNG

Hallo! Ich bin der stetige Typ und ich tendiere in sozialen Kontexten zu Harmoniestreben. Ich wünsche mir, dass sich alle wohlfühlen und ich möchte zudem niemandem zu nahe treten. Durch meine empathische und entspannte Art, fällt es mir leicht, zwischen anderen Menschen zu vermitteln und Diskussionen oder Auseinandersetzungen zu schlichten. Ich kann anderen Menschen gut zuhören, sowie Vorgaben oder Aufgaben befolgen. Ich arbeite auch gerne im Team, bevorzuge es an einem festen Arbeitsplatz meine Tätigkeiten auszuüben und scheue mich etwas vor Veränderungen. Ich spezialisiere mich gerne auf einem Gebiet und arbeite stetig und vertieft an diesem weiter. Ich mag es zudem auch, Anerkennung für meine Arbeit zu bekommen. Mein Fokus liegt auf Harmonie, Stabilität und Unterstützung.

IN DIESEM UMFELD FÜHLE ICH MICH WOHL

- echte, ernsthafte Wertschätzung wird ausgetauscht
- es gibt möglichst keine (großen und nicht lösbaren) Konfliktsituationen
- ich erhalte Anerkennung für geleistete Arbeit
- ich habe ein festes, abgegrenztes Aufgabengebiet
- es gibt gute Gründe für anstehende Veränderungen
- es bestehen geregelte und geordnete Vorgehensweisen
- es besteht die Gelegenheit, Persönliches zu teilen



*Notiere deine ersten Gedanken. Hast du dich in der Beschreibung wieder gefunden?
Wenn ja, in welchen Eigenschaften? Und in welchen unterscheidest du dich sehr?*

*Versuche auf einer Skala von 1 – 10 einzuschätzen, inwiefern diese Ausrichtung deinen
Charakter beschreibt. 1 steht für „Überhaupt nicht.“ und 10 „Ja, total, das bin ich!“*



Grundtyp 4

GEWISSENHAFTE AUSRICHTUNG

EIGENSCHAFTEN

hohe Maßstäbe | detailorientiert | selbstdiszipliniert | vorsichtig | analytisch | logisch | systematisch | genau | reserviert | gründlich | beherrscht | akkurat | vorausplanend | vorsichtig

BESCHREIBUNG

Guten Tag! Ich gehöre zum gewissenhaften Typ und es ist meine oberste Priorität, eine Sache richtig und gut zu machen. Daher bevorzuge ich Ordnung und Disziplin in meinem Umfeld, um selbst fokussiert arbeiten zu können. Ich bemühe mich darum, einen Sachverhalt möglichst gut zu analysieren, um dann eine qualitativ möglichst hochwertige Arbeit leisten zu können. Ich habe daher auch einen sehr genauen Blick für's Detail. Um mit anderen unnötige Konflikte während der Arbeit zu vermeiden, gehe ich selbst sehr diplomatisch vor. Autoritäten kann ich bereitwillig akzeptieren, denn diese bieten mir meist klar definierte Vorstellungen und Anweisungen, denen ich problemlos folgen kann. Ich freue mich ebenso, wenn meine Erfolge und Bemühungen mit der Anerkennung von anderen belohnt werden. Mein Fokus liegt auf Struktur, Effizienz und Qualität.

IN DIESEM UMFELD FÜHLE ICH MICH WOHL

- es gibt genaue Aufgabenbeschreibungen
- sachliche Kritik darf geäußert werden
- Detail- und Qualitätsarbeit wird gebraucht
- es bestehen (eingefahrene) Routinen
- Veränderungen werden vorbereitet, bevor sie eintreten
- es können bestimmte Sicherheitsgarantien gewährt werden
- Anerkennung wird auch ausgesprochen
- es ist ausreichend Zeit vorhanden, um meine Aufgaben gut zu erledigen



Notiere deine ersten Gedanken. Hast du dich in der Beschreibung wieder gefunden?
Wenn ja, in welchen Eigenschaften? Und in welchen unterscheidest du dich sehr?

Versuche auf einer Skala von 1 – 10 einzuschätzen, inwiefern diese Ausrichtung deinen Charakter beschreibt. 1 steht für „Überhaupt nicht.“ und 10 „Ja, total, das bin ich!“



Schaue dir mal dein soziales Umfeld genauer an und stelle dir folgende Fragen:



- Sind die Menschen, die mich bei der Arbeit bzw. in der Schule eher nerven, vom DISG-Persönlichkeitstyp eher gegensätzlich zu mir ausgerichtet auf der vertikalen (also senkrechten) Geraden (Bsp. rot vs. blau oder gelb vs. grün)? Denn oftmals verstehen sich diese Grundtypen im Arbeitskontext nicht so gut miteinander.
- Sind die Menschen, die ich als besonders anziehend wahrnehme (oft auch Partner:innen) vom DISG-Persönlichkeitstyp eher auf der schräg gegenüberliegenden Seite (Bsp. rot vs. grün oder gelb. vs. blau)? Oftmals empfinden wir Menschen, die vom Grundtyp her schräg gegenüber von uns sind, als attraktiv. Was uns dann vereint, ist eine leichte Tendenz zu einer gemeinsamen Ausrichtung (Bsp. Grün vs. Rot und beide vereint die Tendenz zu Gelb).

Dein nächster Schritt



Überlege ...

1. ... welcher Grundtyp dich am ehesten beschreiben würde und
2. ... welche Mischung aus 2 Grundtypen am ehesten auf dich zutreffen würde.

Trage deine Ergebnisse dann anschließend in die Modulaufgabe von Modul 4 im Feld „Persönlichkeitstyp“ ein.