

# Finde deine Spur!



## Die Birkman-Methode<sup>®</sup> eignet sich optimal für...

- ✓ umfassende Potential- und Persönlichkeitsanalyse
- ✓ Stärken-Bedürfnis-Stress-Profil
- ✓ Interessensbereich ermitteln
- ✓ Laufbahn-Coaching und Karriere-Planung
- ✓ Team- und Beziehungsfähigkeit fördern
- ✓ Führungs- und Konfliktpotential erkennen
- ✓ passende Berufsfelder und Berufsvorschläge
- ✓ und vieles mehr!



© **Christoph Hickert**  
Dipl. Coach & Supervisor BSO  
Lizenzierter Birkman-Consultant

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

## 1. Kennen Sie solche Fragen auch?

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

**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?

**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 Persönlichkeitsstest.** Das Assessment liefert Ihnen sozusagen ein Handbuch über sich selbst.



Die 35-50 seitige Persönlichkeitsanalyse - zusammen mit einem persönlichen Auswertungcoaching - ist eine sehr hilfreiche und effektive Methode für eine Standortbestimmung und gibt eine professionelle Orientierungshilfe, um sich und andere besser zu verstehen, das eigene Potential besser zu erkennen und die eigenen Stressfaktoren zu ermitteln.

**Dies bringt Sie bestimmt weiter. Investieren Sie in sich selber und lernen Sie sich selber noch besser kennen. Es lohnt sich, garantiert!**

## 2. Birkman-Methode<sup>®</sup>

Die **Birkman-Methode<sup>®</sup>** 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<sup>®</sup>** ist wissenschaftlich validiert, einzigartig und sehr umfassend. Eine Erfolgsgeschichte – das bestätigen über 60 Jahre Erfahrung und bislang über 3,5 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, für Paarbeziehungen oder ganze Teams.

**Das Birkmanprofil<sup>®</sup> zeigt u.a. 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 ist daher zentral. Sonst sind Ihre Stressreaktionen für andere nicht nachvollziehbar. Dies wirkt sich negativ auf zwischenmenschliche Beziehungen, Konflikte und Entscheidungsfindungen aus.

Das Profil besteht durch eine umfassende 35-50 seitige Auswertung. Ihr persönliches **Birkman-Dossier** hilft Ihnen weiter zu kommen. Zusammen mit einem **1,5 Std. Auswertungsgespräch durch einen professionellen Coach profitieren Sie** in Ihrer Persönlichkeitsentwicklung, in der Beziehungsgestaltung, in der Karriereplanung und im Umgang mit Ihren individuellen Stressfaktoren.



### 3. Sie erhalten unter anderem einen umfassenden Überblick über:



#### Ihren bevorzugten Lebensstil

- ✓ Beziehungs- oder Sachorientierung
- ✓ direkte oder indirekte Kommunikation und Beteiligung
- ✓ Sind Sie eher der Macher, Kommunikator, die Kreative oder der Strukturierte?
- ✓ Wo liegen Ihre Bedürfnisse und Ihre Stressfelder?



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

- ✓ Beziehung zu Einzelpersonen
- ✓ Beziehung zu Gruppen
- ✓ Umgang mit Führung und Kontrolle
- ✓ Umgang mit Veränderung
- ✓ Umgang mit Struktur und Ordnung
- ✓ Teamfähigkeit
- ✓ Bevorzugtes Arbeitstempo
- ✓ Eigenes Image - Wie sehen Sie sich?
- ✓ Empathiefähigkeit und Gefühlsbeteiligung
- ✓ Umgang mit Veränderung
- ✓ Persönliche Unabhängigkeit/Freiheit
- ✓ Umgang mit Entscheidungsfindung



#### Ihre Interessensbereiche

- ✓ 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?
- ✓ persönliche Stärken und Interessen

#### Ihr Stressdossier

- ✓ Was bringt Sie auf die Palme und was müssen Sie dabei beachten?
- ✓ Wie können Sie Stress im Vorfeld vermeiden?
- ✓ Was brauchen Sie konkret, damit Sie nicht in die Stressfalle tapen?

#### Ihre bevorzugten Berufsfelder

- ✓ Berufsgruppen die zu Ihnen passen
- ✓ konkrete Berufsvorschläge, die ihrem Profil entsprechen könnten
- ✓ optimales Arbeits-Klima für Ihre Persönlichkeitstyp

**....und vieles mehr!**

## 4. Vorgehen

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. Die Birkman-Methode besteht aus einem **Online-Fragenkatalog mit 298 validierten Fragen**.

Sobald Sie sich für den Birkmantest entschieden haben, erhalten Sie in einem Mail Ihren persönlichen Zugangscode zur Online-Befragung. Sie können die

Fragen bequem von zuhause aus an Ihrem Computer beantworten. Nachdem Sie fertig sind, erhalten Sie automatisch eine Bestätigung und nehmen die Auswertung vor.

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

Gleichzeitig vereinbaren wir einen Termin fürs Auswertungscoaching, Ihr ausführliches Persönlichkeits-Dossier gebe ich Ihnen im Coaching-Gespräch ab.

## 5. Wichtige Anmerkungen, bevor Sie die Testfragen beantworten

### Willkommen zum Birkman-Assessment!

Jeder Mensch ist eine einzigartige, vielschichtige und dynamische Persönlichkeit. Der Birkman-Persönlichkeitstest ist ein ausgezeichnetes Werkzeug, welches eine detaillierte Auskunft durch eine komplexe Betrachtung der Persönlichkeit ermöglicht.

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

Die Birkman-Methode besteht aus einem 298-Fragenkatalog. Nachstehend finden Sie eine Wegleitung zur Befragung. Damit sich Validität und Genauigkeit im Persönlichkeitsprofil widerspiegeln haben wir hier einige wichtige Tipps für die Beantwortung der Fragen:

- **Beantworten Sie die Fragen ehrlich, d.h. so wie Sie wirklich sind.** 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.
- **Lesen Sie die Fragen gründlich durch** und lassen Sie sich von Ihrem **ersten Instinkt** leiten. Wenn Sie z. Bsp. gefragt werden ob Sie

- lieber zu einem Konzert gehen oder lieber einem Menschen zuhören würden der Ihnen seine Probleme erzählt, wählen Sie das was Sie wirklich lieber machen würden. Die Frage ist, was Ihnen mehr Freude machen würde.
- Alles was Sie nun benötigen ist ca. 30 Minuten. **Machen Sie den ganzen Test bitte an einem Stück** und weder unter Stress noch in einem Zustand grosser Übermüdung. Nachdem sie eine Frage beantwortet haben, klicken Sie weiter zur nächsten Frage – zurückklicken geht nicht.
- **Der Test umfasst drei Teile:** im ersten Teil geht es darum, **wie Sie die meisten anderen Menschen einschätzen**, im zweiten Teil geht es darum, **wie Sie sich selber einschätzen** und im dritten Teil geht es um **Ihre beruflichen Interessen**.
- **Nachdem Sie den Fragebogen vollständig abgeschlossen haben**, werde ich die ca. 35-50-seitige Auswertung ausdrucken, die wir nachher gemeinsam in meinem Coaching-Büro in Männedorf besprechen werden.

## 6. Vergleich mit anderen Methoden



### Die Birkman Method<sup>®</sup> im Test-Vergleich

Mehr Infos: [www.birkmantest.ch](http://www.birkmantest.ch) / [www.beratung-coaching.ch](http://www.beratung-coaching.ch)

	The Birkman Method <sup>®</sup>	16 PF	MMPI <sup>®</sup>	DISC <sup>®</sup>	Myers-Briggs (MBTI)	Edwards Personal Performance	Strong Interest Inventory
Clinical Syndromes		X	X				
Non-Judgmental	X			X	X	X	X
Personality Characteristics	X	X	X	X	X	X	X
Behavior Styles	X	X	X	X	X	X	
Attitudes	X	X	X	X	X		
Stress Profiles	X	X	X				
Motivation	X	X				X	X
Motivational Need Profiles	X	X				X	
Relational Needs	X					X	
Personal Values	X						
Perceptual Profiles	X	X					X
Occupational Interests	X	X					X
Occupational Comparisons	X	X					X
Occupational Themes	X						X
Occupational Library	X						
Occupational Strengths	X						
Organizational Comparisons	X						
Interview Guide	X						
Job Analysis	X						
Work Requirements	X						
Job Behaviors	X						
Job Profiles	X						
Performance Reviews	X						
Integrated Database	X						

**Die Birkman Method<sup>®</sup> deckt viel mehr ab, als andere bekannte Testmethoden!**

## 7. Potential-Analyse als Hilfestellung für Personalentscheide

Verschiedene Firmen setzen weltweit mit grossem Erfolg auf das Birkmanprofil<sup>®</sup>. Unternehmen bewegen sich in einem dynamischen Marktumfeld.

Sie müssen sich Veränderungen stellen und diese kompetent bewältigen. Somit ist die richtige Auswahl von geeigneten Mitarbeitern, sowie deren Anpassungsfähigkeit an die Firma, wesentlich für den Geschäftserfolg.

\*\*\*\*\*

**Als Teamleiter, Personalverantwortlicher oder Chef erhalten Sie mittels der Testauswertung eine genaue Analyse\*:**

- ✓ des **Arbeitsstils** des potentiellen Mitarbeiters
- ✓ der **beruflichen Stärken** des neuen Mitarbeiters
- ✓ des **Führungsstils** Ihres potentiellen Kadermitglieds
- ✓ der **Anpassungsfähigkeit** des Mitarbeiters
- ✓ der **Motivation** des Mitarbeiters
- ✓ der **Bedürfnisse** und **Interessen** des Mitarbeiters
- ✓ dem Umgang mit **Autorität** und Teamfähigkeit
- ✓ des Einfühlungsvermögens/**Empathiefähigkeit**
- ✓ des **Umgangs mit Veränderungen**



### The Birkman Method<sup>®</sup>

- Der Mensch als soziales Wesen steht im Mittelpunkt der Methode
- über 60 Jahre Erfahrung und Millionen von validierten Marktforschungs-Daten
- über 3,5 Mio. haben bereits ein Birkman Profil erstellen lassen
- über 8'000 Firmen arbeiten weltweit erfolgreich mit der Birkman-Methode, z.B.:



- ✓ der potentiellen **Stressbereiche** des Mitarbeiters
- ✓ mögliche potentielle **Konfliktfelder**
- ✓ **Vergleichsmöglichkeiten mit Birkmanprofilen anderer Mitarbeiter- oder Vorgesetzten**

(\*Diese Vorgehensweise muss aus Datenschutzgründen Vorgängig mit dem Bewerber abgesprochen werden.)

## 8. Testimonials - Was andere sagen:

### Einzelpersonen und Paare:

- "Der **Birkman-Test** hat mir neue, wertvolle Ideen für meine berufliche 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, Schwächen oder Verhalten bei Stress zu reflektieren."  
**E.C., Pflegefachfrau/Katechetin**
- "Ich habe schon einige Tests gemacht, aber das **Birkman-Profil** ist etwas vom Besten, was ich kennengelernt habe. Das Coaching war sehr hilfreich." A.M. **Banker**
- In der Zwischenzeit habe ich die **Birkman-Unterlagen** mehrere Male durchgesehen und 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 meisten entfalten kann. Die Auswertung ist mir eine grosse Hilfe in meiner Neuorientierung. Danke nochmals für Ihre Unterstützung! **Musikschullehrerin/Familienfrau**
- "Bereits das Einzelgespräch mit Hr. Hickert war sehr erhellend. Die Birkman-Auswertung brachte vieles auf den Punkt. Aber die gemeinsame **Paar-Auswertung und systemische Aufstellung** war noch besser. Wir haben gesehen, wo unsere Stresspunkte und die dahinter liegenden Bedürfnisse haben und können nun vieles besser einordnen. Das Verständnis füreinander ist gewachsen. Vielen Dank!" **Ehepaar S.**
- "Das **Birkman-Profil** ist zwar nicht billig, 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**
- "**Birkman-Coaching und Supervision** bei Christoph Hickert war sehr Gewinn bringend. Insbesondere sein Wissen und Können auf dem Hintergrund verschiedener Theorien und Schulen (Individual-Psychologie, Zürcher Ressourcenmodell, 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 und Berater SCA**

- "Nach einigen Gesprächen und mit Unterstützung des **Birkman-Profiles** habe ich meine eigene Muster besser verstanden und konnte die schwierige Situation in meiner Kirchgemeinde anders einschätzen. Durch die Gespräche konnte ich hilfreiche Änderungen einleiten, die mich weiter gebracht haben. Danke für deine seelsorgerliche und psychologische Begleitung." A.Z. **Pfarrer**
- "Die **psychologische Beratung** inklusiv Birkmanprofil waren sehr gewinnbringend für mich. Der Persönlichkeitstest aber auch die Erarbeitung der Familienkonstellation haben mir geholfen, mich und meine Persönlichkeitsstruktur besser zu verstehen. Dies half mir in der Mitarbeiterführung und in privaten Beziehungen." **Leiter NPO**
- "Danke für deine Begleitung - das **Birkman-Coaching** hat mir gut getan und half mir, loszulassen und eigenverantwortlich vorwärts zu gehen und besser Grenzen zu setzen. Danke auch für den Kaffee!" **Pflegefachfrau**

### Firmen / Organisationen / Teamentwicklung

- **Pharma Medica AG - Teamsetting:** "Die BIRKMAN-Methode erlaubt einen fundierten und detaillierten Einblick in Verhaltensmuster und Stressreaktionen. Insbesondere im Team-Setting zeigte Herr Christoph Hickert hervorragend visuell auf, wie unterschiedlich selbst in einem harmonischen Team die Menschen in Stresssituationen reagieren. Für die zukünftige Zusammenarbeit konnte auf Basis der Einzelprofile zahlreiche Erkenntnisse für die Interaktion diskutiert und erarbeitet werden. Ein sehr spannender und konstruktiver Prozess der Teamentwicklung, den wir jederzeit gerne weiterempfehlen." **Verkaufsleiterin Anita Mosimann**

- **NPO-Leitungs-Coaching:** "Personelle Veränderungen in der Leitung weckten den Wunsch, uns gegenseitig besser kennen und verstehen zu lernen. Christoph Hickert hat uns gut in den Birkman-Test eingeführt. Kompetent und gut verständlich hat er uns durch diesen Prozess geführt und hilfreiche Hinweise für die Zusammenarbeit vermittelt." **Geschäftsleitung, Entwicklungsorganisation**
- **Geschäftsleitungs-Coaching - JägerPartner AG** - "Wirklich toll war, wie schnell wir uns im Birkman-Teamsetting gegenüber einander öffnen konnten und aus dieser Offenheit eine neue Klarheit über die Persönlichkeit des Einzelnen zu Tage kam. Seit dem Teamsetting können wir in etwas hektischen Gesprächen plötzlich lachen, da wir uns an unsere "Farben" oder Verhaltensweisen zueinander erinnern. Wir können das Resultat des Birkmanprofils im alltäglichen Miteinander einweben und verankern." **Vanessa Ott, Geschäftsleitung JägerPartner AG**
- **Bundesverwaltung Bern,** „Die Gespräche inkl. Birkmanprofil mit Christoph Hickert waren sehr ermutigend. Ich fühlte mich von Beginn weg abgeholt und verstanden. Die zwei Stunden sind stets im Nu verfliegen, und nach jedem Gespräch bin ich inspiriert und zuversichtlich nach Hause zurückgekehrt. Hr. Hickert versteht es sehr gut, die richtigen Fragen zu stellen, die wesentlichen Punkte herauszuschälen, diese aus verschiedenen Blickwinkeln zu beleuchten, zu ordnen und, wo sinnvoll, in ein neues Licht zu rücken. Dadurch habe ich überraschende Einsichten erhalten, neue Facetten an mir entdeckt und insgesamt mehr Klarheit gewonnen, wohin ich mich beruflich weiterentwickeln möchte. Ein Coaching mit Christoph kann ich sehr empfehlen.“ **M. S. Kommunikationsfachfrau**



## 9. Auswertungs-Möglichkeiten für Einzelpersonen

Sie können beim Birkman-Assessment folgende Möglichkeiten wählen:

### Variante A (Basic)

1. Profil: Ihr **Karriere-Berufsfelder-Profil**
2. Profil: Ihr **Lebensstil-Diagramm**
3. Profil: Ihre **Bedürfnisse-und-Stressfaktoren**
4. Profil: Ihre **Interessensbereiche**
5. Profil: **Birkman-Basic-Report**

### Variante B (Advanced)

Alle Profile des Basic inkl. Führungsaspekte und Stressdossier (**Birkman-Advanced-Report-inkl.Führungsaspekte**)

### Variante C (Birkman®-Paar-Vergleich)

mit zusätzlichen Auswertungs-Möglichkeiten, um Gemeinsamkeiten, Stressbereiche und Wachstumspotenzial in der Partnerschaft zu erkennen

### Variante D (Birkman®-Business-Solution)

mit zusätzlichen Team-Analysen, Profil-Vergleiche von Abteilungen, Peer-to-Peer-Vergleichen, etc.

**Kosten siehe Homepage:**  
[www.birkmantest.ch](http://www.birkmantest.ch)

### D) Birkman®-Business-Solution:

- Für Firmen/Organisationen gibt es die Birkman®-Business-Solution.
- Für Teamworkshops, Vergleichsprofile Ihres Teams, Paarvergleiche, etc. gibt es spannende Zusatzmöglichkeiten.
- Gerne erstelle ich Ihnen eine separate Offerte.

**Eine Investition, die sich lohnt!**

**Nehmen Sie unverbindlich mit mir Kontakt auf, um Ihr persönliches Birkmanprofil® zu besprechen. Ich freue mich auf Sie!**

**Christoph Hickert:** 079 234 73 93 / [info@beratung-coaching.ch](mailto:info@beratung-coaching.ch)  
[www.birkmantest.ch](http://www.birkmantest.ch) / [www.beratung-coaching.ch](http://www.beratung-coaching.ch)