

## Die PSI-Kompetenzanalyse – Selbstmanagement und Motivation



Die Kompetenzanalyse basierend auf der Theorie „Persönlichkeits-System-Interaktionen“ (PSI) von Prof. Dr. Julius Kuhl berücksichtigt die individuellen Stärken und Entwicklungschancen einer Person und lässt auch die Probleme und Handlungsblockaden erkennen.

Die beste Vorbeugung gegen chronische Überarbeitung und Burnout und Garantie für ein nachhaltiges, psychisches wie körperliches Wohlbefinden ist, wenn Sie den Einsatz Ihrer Kräfte auf Ihr Potential und Ihr Umfeld abstimmen.

Fragen, die Sie beschäftigen:

- Wie kann ich mich besser motivieren?
- Wie finde ich wieder Sinn in dem, was ich tue?
- Welches sind meine handlungsleitenden Motive?
- Wie erkenne ich wiederkehrende „Stolpersteine“?
- Gibt es Differenzen zwischen bewussten und unbewussten Motiven?
- Wie kann ich meine Absichten gezielter umsetzen?
- Wie kann ich meine Selbstmanagementfähigkeiten besser entwickeln?
- Wie bleibe ich trotz grossen Widerständen und Hindernisse handlungsfähig?

### Vorgehen

In einem ersten Gespräch kläre ich mit Ihnen, was Sie von der PSI-Kompetenzanalyse erwarten und was die Analyse abdecken soll. Anschliessend erhalten Sie den persönlichen Zugangscodes und können die PSI-Kompetenzanalyse bei sich zu Hause oder im Büro online ausfüllen. Je nach gewähltem Umfang dauert die Bearbeitung 1 – 2½ Stunden. Für die Besprechung der Ergebnisse sind je nach Fragestellung 1½ – 2 Stunden einzuplanen.

### Nutzen

Bei der Besprechung der Ergebnisse der PSI-Kompetenzanalyse zeige ich Ihnen, was Sie motiviert und erfüllt, wie Sie Ihre bewussten und unbewussten Motive ausleben, wie Sie sich selbst managen, wie Sie Ihr persönliches Potenzial zur Entfaltung bringen und Hürden angehen können, wie Handlungsblockaden behoben und bearbeitet werden.

**Kosten:** Siehe Tarife auf der Website

### Kontakt:

Christa Heer  
Burgweg 46, 8008 Zürich, Tel. 043 333 05 05  
Kirchhofplatz 12, 8200 Schaffhausen, Tel. 052 682 05 05  
info@christa-heer.ch, [www.christa-heer.ch](http://www.christa-heer.ch)