

LINC

LINC  
PERSONALITY  
PROFILER

TIEFENPROFIL  
RESILIENZ

ANWENDER\*IN:  
Maria Musterfrau



# TIEFENPROFIL - RESILIENZ <sup>1</sup>

## Hilfreiche Ausprägungen von BIG FIVE Facetten zur Stressbewältigung

Die nachfolgenden Übersichten erläutern die wichtigsten BIG FIVE-Facetten für einen förderlichen und konstruktiven Umgang mit Stress. Ein Kompetenzfeld bildet sich aus den Werten der zugeordneten BIG FIVE-Facetten.

Die SOLL-Ausprägungen der Facetten (schwarze Balken) stellen Schwellenwerte dar, die in ihrer Kombination anzeigen, wann eine mindestens hohe Kompetenz in einem Bereich wahrscheinlich vorliegt (SOLL-Bereich). Eine Übererfüllung bei der Facettenausprägung ist möglich und kann zu einer sehr hohen Kompetenz in diesem Bereich führen.

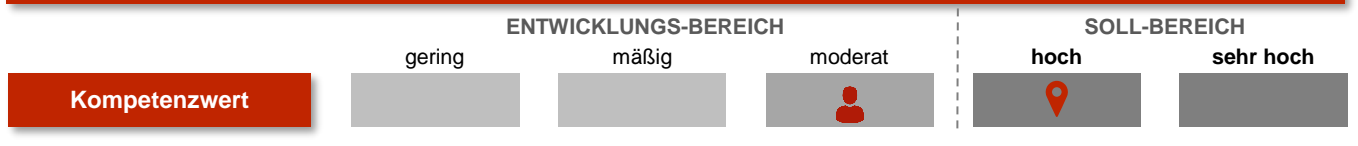
Zum IST-Kompetenzwert sind zwei Informationen ausgewiesen:

-  Selbsteingeschätzte IST-Ausprägung einer Kompetenz
-  Profilbasierte IST-Ausprägung: Der profilbasierte IST-Wert wird gebildet aus der Kombination der IST-Ausprägungen aller zugehöriger Big Five-Facetten (rote Balken).

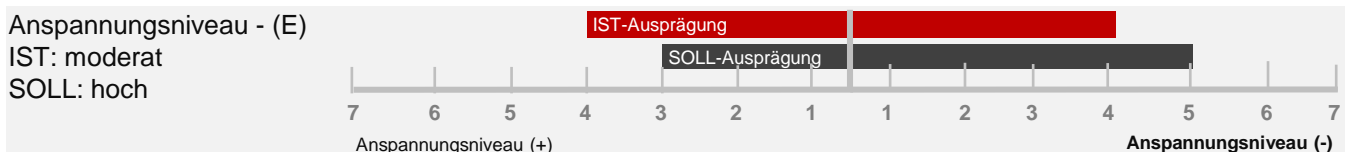
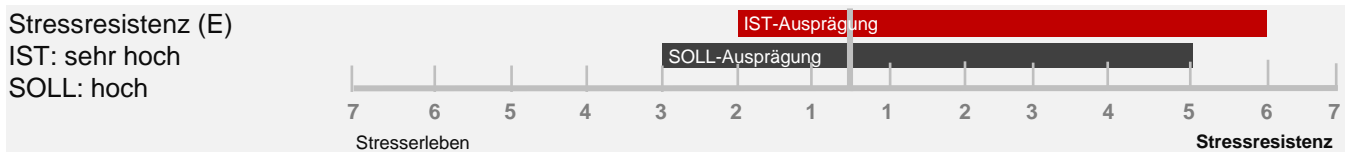
Wichtig: Abweichungen der IST-Werte von den SOLL-Werten bedeuten nicht, dass zwangsläufig Defizite in diesem Bereich vorliegen. Es wird lediglich davon ausgegangen, dass die entsprechende Tätigkeit leichter fällt, wenn eine große Passung zu den SOLL-Werten vorliegt. Abweichungen können daher Entwicklungspotentiale anzeigen.

### Veränderungskompetenz

- Schnelle Einstellung auf neue Gegebenheiten und Situationen
- Das Positive in Veränderungen fokussieren, anstatt sich auf die negativen Aspekte zu konzentrieren
- Veränderungen selbstständig anstoßen und handlungsinnovativ sein



Ausprägungen: 7 = maximal / 6 = sehr hoch / 5 = hoch / 4 = moderat / 3 = mäßig / 2 = gering / 1 = minimal

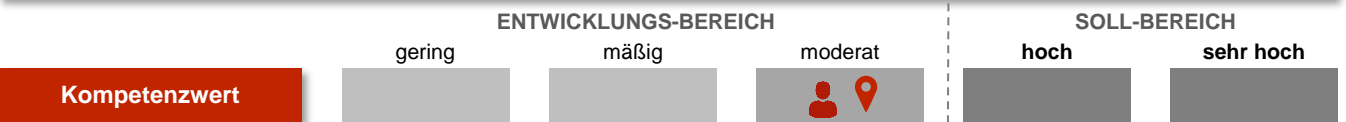


# TIEFENPROFIL - RESILIENZ <sup>2</sup>

Hilfreiche Ausprägungen von BIG FIVE Facetten zur Stressbewältigung

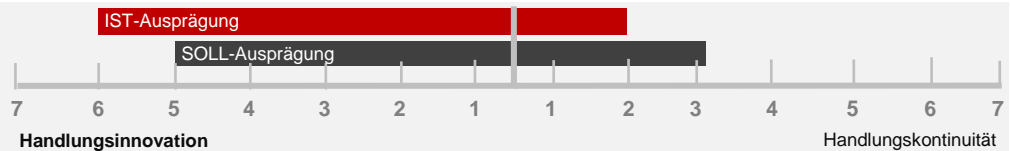
## Eigeninitiative

- Fortlaufendes Erkennen oder Kreieren neuer beruflicher Möglichkeiten
- Proaktives Handeln, wenn konkrete Anweisungen nicht verfügbar sind oder auf sich warten lassen
- Entwicklung von Lösungsvorschlägen im Falle von Krisen, statt passiv auf Unterstützung zu warten

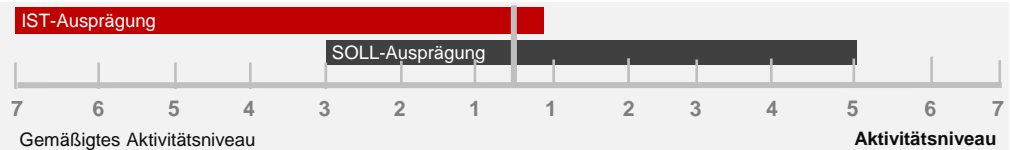


Ausprägungen: 7 = maximal / 6 = sehr hoch / 5 = hoch / 4 = moderat / 3 = mäßig / 2 = gering / 1 = minimal

Handlungsinnovation (O)  
IST: sehr hoch  
SOLL: hoch

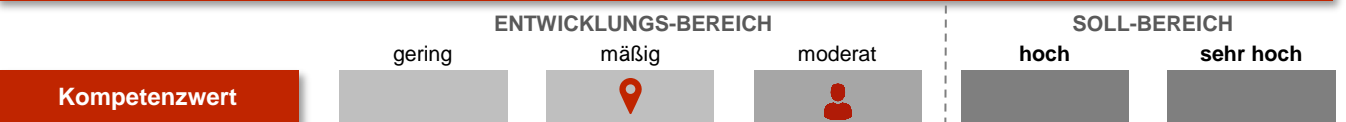


Aktivitätsniveau (X)  
IST: minimal  
SOLL: hoch



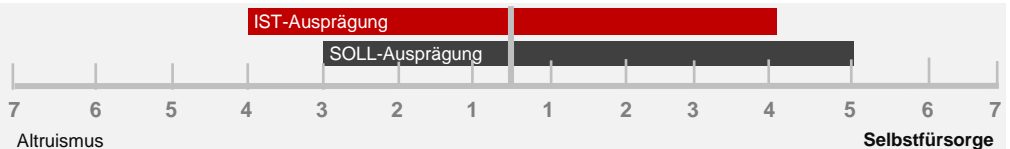
## Selbstfürsorge

- Achten auf und Einstehen für die eigenen Bedürfnisse und Rechte
- Fokussierung auf Tätigkeiten, die den eigenen Interessen entsprechen
- Achten auf die eigene körperliche und mentale Gesundheit
- Den Akku wieder aufladen, indem man sich etwas Gutes gönnt, wenn dies notwendig ist

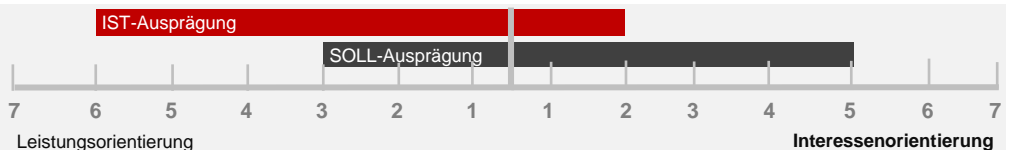


Ausprägungen: 7 = maximal / 6 = sehr hoch / 5 = hoch / 4 = moderat / 3 = mäßig / 2 = gering / 1 = minimal

Selbstfürsorge (W)  
IST: moderat  
SOLL: hoch



Interessenorientierung (F)  
IST: gering  
SOLL: hoch







# TIEFENPROFIL - RESILIENZ <sup>5</sup>

Hilfreiche Ausprägungen von BIG FIVE Facetten zur Stressbewältigung

## Planungs-kompetenz

- Komplexe Abläufe und Prozesse Schritt für Schritt planen
- Richtige und sinnvolle Reihenfolge von Prozessschritten im Rahmen umfangreicher Prozesse finden
- Vorausschauendes und gewissenhaftes Abwägen des Vorgehens vor Beginn einer anspruchsvollen Tätigkeit oder eines Projektes

ENTWICKLUNGS-BEREICH

SOLL-BEREICH

gering

mäßig

moderat

hoch

sehr hoch

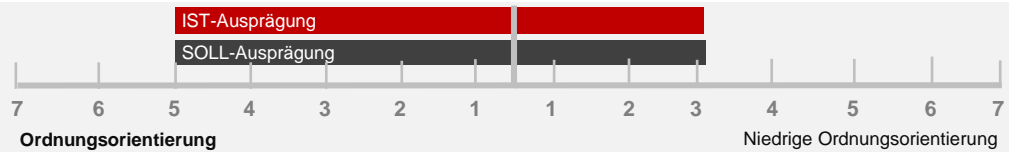
Kompetenzwert



Ausprägungen: 7 = maximal / 6 = sehr hoch / 5 = hoch / 4 = moderat / 3 = mäßig / 2 = gering / 1 = minimal

Ordnungsorientierung (G)

IST: hoch  
SOLL: hoch



Kontrollorientierung (G)

IST: maximal  
SOLL: hoch

