

## Messverfahren für psychische Gesundheit

von Dr. Wolfgang Hinz



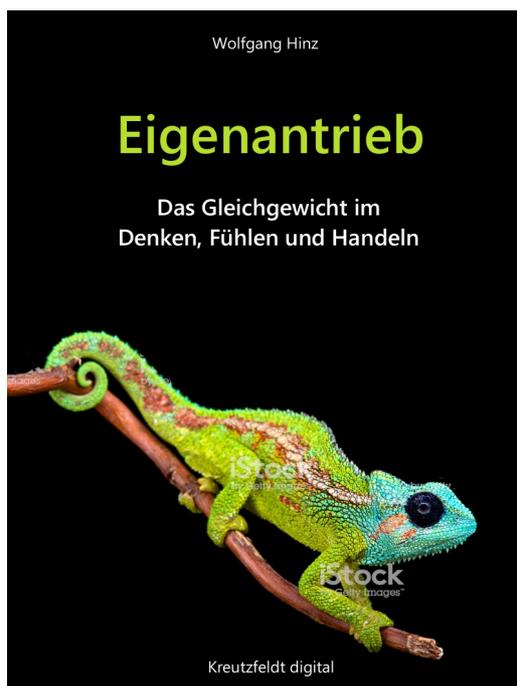
Dieses Messverfahren zur Bestimmung der psychischen Gesundheit kann vielfältig eingesetzt werden. Im persönlichen Bereich

- zur Bestimmung des Persönlichkeitstyps und des Fortschritts im persönlichen Reife- und Entwicklungsprozess
- als Ausgangssituation für das Selbststudium
- als Ausgangspunkt und zur begleitenden Überprüfung für das Selbststudium intensiv
- als Beziehungsnavigator

Im beruflichen Bereich

- in Seminaren der Personalentwicklung
- als Assessment für Bewerber
- als Assessment für die Unternehmenskultur
- als Assessment für die Führungskultur
- als Ausgangspunkt für Führungskräfte-Training
- als Ausgangspunkt für Vertriebsschulungen
- als Orientierungshilfe für Projektverantwortliche
- als Teamnavigator

Das gesunde Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln ist in diesem Kontext die Definition für psychische (mentale, seelische, geistige) Gesundheit. Mit dem ca. halbstündigen Life-Balance-Test auf [www.pbi-institut.org](http://www.pbi-institut.org) kann zuverlässig festgestellt werden, ob eine Persönlichkeit ihr Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln bereits gefunden hat (balanced) oder nicht (unbalanced).



Die Testauswertung, die direkt nach Testende per Email zugestellt wird, liefert zunächst den Persönlichkeitstyp der Testperson. Auf einer zweiten Seite wird die Gleichgewichts-Bilanz geliefert. Als Hilfsgröße dient dabei der HIT-Indikator, der anzeigt, wie oft der Vertrauensbereich für Denken, Fühlen und Handeln getroffen wurde. HIT = 3 repräsentiert das gesunde Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln. Das Ergebnis wird in einer Grafik dargestellt.

Weiter liefert die Gleichgewichts-Bilanz entwicklungsorientiert dem Teilnehmer auch den Hinweis, was er tun kann, um sein gesundes Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln zu finden.

Mehr Informationen zu diesem Messverfahren finden Sie in meinem Buch „Eigenantrieb“.