

59 Személyiségjegyek



CsKMÖ

SZÜKSÉGES IDŐ
CSOPORT MÉRETE
SZÜKSÉGES ANYAG

30–60 perc, a csoport méretétől és a rendelkezésre álló időtől függően. Korlátlan.

Minden résztvevőnek egy „Milyen szín vagyok?” és egy „Négy stílus” fénymásolat, valamint egy toll.

Áttekintés

A gyakorlatot a csoporton belüli személyiségtípusok gyors azonosítására használhatjuk.

Célok

1. Azonosítja a résztvevők személyiségtípusát.
2. Bemutatja a 4 alapvető csoport különböző jellemzőit.

Gyakorlat menete

1. Először is tájékoztassa a csoportot, hogy négy fő személyiségtípus különböztethető meg, és hogy a következő gyakorlatból kiderül, ki hová tartozik.
2. Minden résztvevőnek adjon egy „Milyen szín vagyok?” fénymásolatot és egy tollat.
3. Utasítsa a résztvevőket, hogy fussák át a jellemvonásokat, és pipálják ki a rájuk legjobban illőket.
4. Ha mindenki elkészült, kérje meg őket, hogy összesítsék az egyes csoportokhoz tartozó pipákat.
5. Mondja meg nekik, hogy jelenleg az a szín határozza meg a személyiségtípusukat, amelyhez a legtöbb pipa tartozik.
6. Most pedig adjon mindenkinek egy „Négy stílus” fénymásolatot, és kérje meg őket, hogy olvassák el. Ezután vitassák meg a négy stílus jó és rossz tulajdonságait.

Megvitatandó szempontok

1. Mi az ön meghatározó színe?
2. Mely tulajdonságokat szeretjük, és melyeket nem?
3. Mi az a jellemvonás, ami a többi színből idegenkedést vált ki?
4. Hogyan alkalmazhatjuk a gyakorlat tapasztalatait a munkahelyünkön?

Variációk

1. Kis csoportos gyakorlatként is elvégezhető.
2. A 4. lépés után hozunk létre 4 csoportot. A csoport tagjai tartozzanak ugyanahhoz a színhez. Így mint csoport megvitathatják az erős és gyenge pontjaikat. A vita után mondják el a másik három csoportnak.

Forrás: Linda Urquhart: „Personality Styles” Carolyn Greenwich, The Fun Factor című könyvében, McGraw -Hill, Sidney, 1997

A TRÉNER JEGYZETEI

Milyen szín vagyok?

Tegyen pipát az önre leginkább jellemző tulajdonságok mellé.

Kék

Határozott
Független
Uralkodásra hajlamos
Erős akaratú
Azonnal eredményeket akar
Tettre kész
Szereti a hatalmat és a tekintélyt
Szereti a korlátlan szabadságot
Nem bírja az ellenőrzést
Szókimondó
Egyenes választ vár
Ideges
Szeret versenyezni
Kalandvágyó
Rámenős

Zöld

Rendszerető
Gondos munkát végez
Szereti a szabályozott körülményeket
Kedveli a garantált biztonságot
Kritikus szellem
Betartja a szabályokat
Elolvassa és követi az utasításokat
Konzervatív
Nem szereti a hirtelen gyökeres váltásokat
Hajlamos a komolyságra és kitartó
Óvatos
Diplomatikus
Tisztelettudó
Hajlamos a kompromisszumokra
Pontos

Vörös

Optimista
Rendszerint izgalmas, ösztönző
Lelkesítő
Gyakran drámai
Beszédés
Nytott és barátságos
Szeret emberekkel dolgozni
Szeret csoportokhoz tartozni
Szívesen segít másokon
Szüksége van az önkifejezésre
Nagyvonalú
Szereti a változásokat, a spontaneitást
Meggyőző
Magabiztosnak tűnik
Szereti ha elismerik

Sárga

Türelmes
Készséges
Jó hallgatóság
Lojális
Pontosan ellátja a feladatát
Szereti a biztonságot és az állandóságot
Nyomós ok nélkül nem változtat
Első a magánélet
Megbecsülést vár az elvégzett munkáért
Hagyománytisztelő
Konfliktuskerülő
Barátságos
Figyelmes másokkal
Fontos a számára, hogy jól végezze a munkáját
Adakozó és részvételi teli

Négy stílus

Kék

A kék az ég és az óceán színe. A tekintély színének is tartják. A felfedezők régen a szárazföld, a tenger és az úr úttörői voltak, az ő jellemük illik ehhez a stílushoz. Szeretik a nagy egészet megvizsgálni, és könnyedén vállalják a megfelelő kockázatot saját maguk és a csapatuk számára. Célorientált személyiségek és szeretnek mindenben benne lenni. Általában ösztönzőleg hatnak rájuk a kihívások és kedvelik a versenyhelyzeteket. A többi stílushoz tartozó embereket frusztrálják a „kékek”, mert általában türelmetlen és hirtelen embereknek tartják őket, akik csak azt hallják meg, amit akarnak, ugyanakkor értékelik erős vezetői képességeiket, amiről bizonyoságot tesznek.

Zöld

A zöld a dollár színe és a számítógép képernyőjének egyik első eredeti színe. Valamennyi stílus közül a zöldek érzik leginkább otthon magukat azokban a helyzetekben, ahol a pontosságnak és a számoknak van fontos szerepük. A tökéletességre törekvés a stílus szerves részét képezi. „Ha már csinálunk valamit, azt csináljuk jól és mindjárt az első alkalommal” – ez lehetne a mottójuk. Nem sajnálják az időt rá, hogy jól végezzék a dolgukat. A négy stílus közül ők a legjobbak a tervezésben és a kritikus gondolkodásban. Belőlük válnak a legjobb adminisztrátorok, mivel szeretik a rendet, a meghatározott kereteket, követik az útmutatásokat és a terveket (különösen, ha ők kezdeményezték azokat). A többi stílus a zöldek túlzott merevségére panaszkodik, szerintük túl lassan hoznak döntéseket, és túl sokat „szőrzönek”, de értékelik a tervező és problémamegoldó készségüket.

Vörös

A vörös a vér és a Valentin napi szerelmes levelek színe, hajlamosak a túlzott szenvedélyre és lelkesedésre. A vörösek akkor a legboldogabbak, ha hatnak másokra, vagy szóragoztatják a többieket. A kékekhez hasonlóan szívesen vállalnak kockázatot és szeretnek új dolgokat kipróbálni. Untatja őket, ha mindig ugyanazt kell csinálniuk. Olyan elbűvölő, játékos, spontán, beszédes egyéniségek, akiket feldob, ha a figyelem középpontjában vannak. Ösztönzőleg hat rájuk az elismerés, szeretet-hesek! A többi stílus folytonos halogatónak tartja őket, akik menet közben találják ki a szabályokat, ugyanakkor becsülik a szervező-készségüket, amellyel bármit képesek eladni.

Sárga

A sárga a nap színe és a sárgák, amikor barátságos, törődő stílusukkal belépnek egy szobába, olyanok, akár a napsugár. Számukra a család a legfontosabb. Hajlamosak mások szükségletei miatt aggódni. Ők a legjobb csapatépítők, mindig mindenkit meghallgatnak és bátorítanak, a legjobbat hozzák ki másokból. Ösztönzi őket, ha elismerik az elvégzett munkájukat, és nagy szükségük van a mások megnyerésére. A zöldekhez hasonlóan nem szeretik az összetűzéseket, és hajlamosak engedni, csak hogy elkerüljék a konfliktust. A többi stílus a sárgákat túl gyengének tarja, akik nem elég keményfejűek, határozatlanok (minden oldalról megvizsgálják a témát) és akik ellenállnak a változásoknak. Gyakran ők a „ragasztó”, amely összetartja a csoportot.

101 Megválllok / Megállok



JKETM

SZÜKSÉGES IDŐ	1–2 perc.
CSOPORT MÉRETE	Korlátlan.
SZÜKSÉGES ANYAG	Nincs.

Áttekintés

Igen egyszerű gyakorlat, mely bemutatja a tudatalatti működését.

Cél

Lehetővé teszi, hogy a résztvevők érzékeljék a tudatalatti működés hatalmát.

Gyakorlat menete

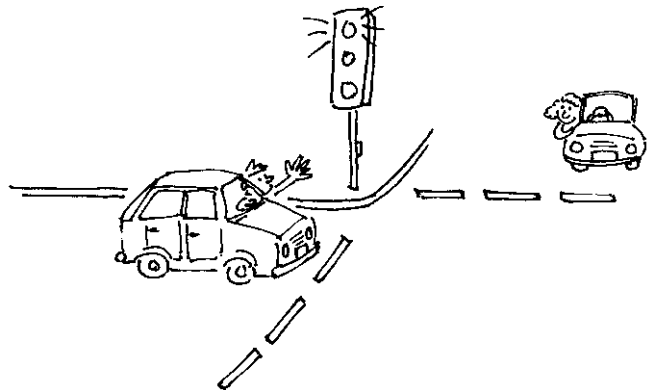
1. Kezdje azzal a kérdéssel, hogy a csoportból hányan hisznek a hipnózisban, vagy a tudatalatti fel-
színrre törésében.
2. A kérdés bizonyításához kérjen egy önként jelentkezőt.
3. Kérje meg az önkéntest, hogy betűzze a „megválllok” szót. Kérje, hogy ismétlje meg még egyszer,
hogy igazolja, mit hallottak.
4. Most kérdezze meg, mit csinál, ha zöld lámpához érkezik. Miután az önkéntes kimondja a „megál-
lok” szót, kérdezze meg, hogy fog ma hazajutni, hisz mindenki akit ismer, a zöld lámpánál megy át.

Megvitatandó szempontok

1. Miért mondja a legtöbb ember ezt: „Meg-
álllok”?
2. Mi köze a gyakorlatnak a tréninghez?

Variációk

Más történetet is használhatunk – például kérje az önkéntest, hogy betűzze a „nej” szót, majd kérdezze meg: Mit az, amit a tehén iszik? A leg-
többben tejet fognak mondani víz helyett.



A TRÉNER JEGYZETE!