

# Charakterstärken und Beruf

Bildungskonferenz Elbinseln

Bildungskonferenz zum Thema „Übergang Schule Beruf“

Prof. Dr. Claudia Harzer  
claudia.harzer@medicalschoo-hamburg.de

# Ziele des Vortrags

- Nach dem Vortrag sollten Sie
  - wissen, was Charakterstärken und Signaturstärken sind
  - Forschungsbefunde kennen, die zeigen, welche Rolle Charakterstärken und die Anwendung von Signaturstärken im Arbeitsleben spielen
  - Anwendungsideen für dieses Wissen haben
  - Ihre Fragen zum Vortrag geklärt haben

# Berufswahl

- Strategien
  - Interessen, Stärken und Fähigkeiten abstimmen
  - Unterstützung durch Bezugspersonen (Eltern, Lehrpersonen, Peers)
  - Berufsberatung, Berufsfindungstests, Betriebsbesuche, Praktika
- Vertragslösungen/Abbruchquote
  - ~25% vorzeitig gelöster Ausbildungsverträge an allen begonnenen Ausbildungsverträgen (Bundesinstitut für Berufsbildung, 2013)
- Weitere Möglichkeiten der Berufswahl und der Förderung Auszubildender? → Stärken konkretisieren und systematisch fördern

# Charakterstärken (Peterson & Seligman, 2004)

- Charakterstärken sind positive Persönlichkeitsmerkmale
- Spiegeln sich im Fühlen (z.B. Freude an Teamarbeit), Denken (z.B. Vor- und Nachteile des eigenen Verhaltens bedenken) und Verhalten (z.B. Bücher/Blogs zu einem interessanten Thema lesen) wider
- Moralisch bewertete Eigenschaften, werden wertgeschätzt
- Obwohl eine genetische Basis vorliegt, sind Charakterstärken dennoch veränderbar ⇒ trainierbar und hängen von den Lebensumständen einer Person ab

# Charakterstärken (Peterson & Seligman, 2004)

- Kreativität
- Neugier
- Urteilsvermögen
- Liebe zum Lernen
- Weitsicht

## Weisheit & Wissen



- Tapferkeit
- Ausdauer
- Ehrlichkeit
- Tatendrang

## Mut



- Bindungsfähigkeit
- Freundlichkeit
- Soziale Intelligenz

## Humanity



- Teamwork
- Fairness
- Führungsvermögen
- Vergebungsbereitschaft
- Bescheidenheit
- Vorsicht
- Selbstregulation
- Wertschätzung
- Dankbarkeit
- Hoffnung
- Humor
- Spiritualität

## Gerechtigkeit



## Mäßigung

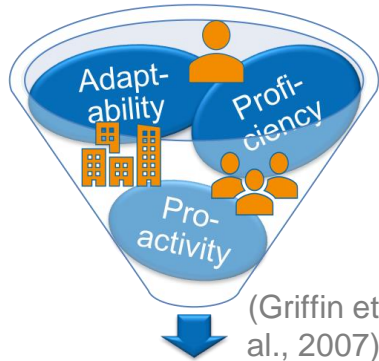


## Transzendenz



# Charakterstärken

- Forschungsergebnisse (Harzer et al., 2017, 2021) -



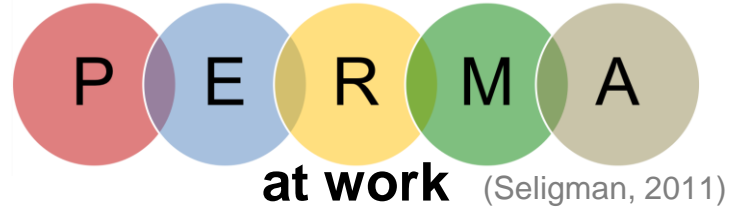
## Berufliche Leistung

Ausdauer, Urteilsvermögen,  
Führungsvermögen und  
Teamwork  
(über Intelligenz hinaus)



## Kontraproduktives Verhalten

Teamwork, Vergebungsbereitschaft und Fairness  
(über Intelligenz hinaus)



Tatendrang, Hoffnung,  
Teamwork,  
Bindungsfähigkeit

# Signaturstärken (Peterson & Seligman, 2004)



- Es ist nicht zu erwarten, dass eine Person alle 24 Charakterstärken hoch ausgeprägt hat
- Charakterstärken können innerhalb einer Person in eine Rangreihe gebracht werden
- Die drei bis sieben ranghöchsten Charakterstärken sind für eine Person besonders bedeutsam ⇒ Signaturstärken
- Anwendung von Signaturstärken ist erfüllend
  - Gefühl von Authentizität
  - Liefert Energie und Motivation
  - Intrinsisch motiviert
  - Schnelleres Lernen

# Signaturstärken

## - Forschungsergebnisse zur Anwendung von Signaturstärken -

- **Allgemein:** ↓ Stress, ↑ Selbstbewusstsein, ↑ Energie und ↑ positiver Affekt 3 und 6 Monate später ( $N = 207$  Erwachsene; Wood et al., 2011)
- **Studierende:** ↑ Erreichen von kurzfristigen Zielen → ↑ Bedürfnisbefriedigung und ↑ Wohlbefinden ( $N = 240$ ; Linley et al., 2010)
- **ehrenamtliche Arbeit:** ↑ Sinn im Leben und ↑ psychologisches Wohlbefinden (bei 15-18-Jährigen; Littman-Ovadia & Steger, 2010)
- **Beruf:** ↑ PE(R)MA, ↑ Berufung und ↑ berufliche Leistung (Harzer & Ruch, 2012, 2013, 2014, 2016; Harzer et al., 2017)

# Signaturstärken

## - Forschungsergebnisse zu Berufsgruppen (Harzer, 2011) -

- Einzelne Charakterstärken sind bei Berufstätigen einzelner Berufe besonders hoch ausgeprägt
- Automechaniker\*in: 17, 13, 11, 20, 23
- Bürokaufmann/-frau: 17, 18, 20, 13 ,8
- Gärtner\*in: 20, 24, 17, 16, 14
- Kaufmann/-frau Spedition und Logistikdienstleistung: 14, 11, 15, 6, 13
- Werbetexter\*in: 1, 20, 4, 2, 23

# Praktischer Nutzen

- **Berufswahl:** neben den üblichen Strategien auch die individuellen Signaturstärken berücksichtigen und mit den Signaturstärken in einzelnen Berufen abgleichen
- **Bewerbungsgespräche und Betriebsbesuche:** neben üblichen Informationen auch beschreiben, wie man sich ausleben kann hinsichtlich Charakterstärken
- **Während des Arbeitsalltags:** neben fachlichen Kompetenzen und Fertigkeiten auch die Signaturstärken fördern
  - Wie können Signaturstärken möglichst vielfältig bei den üblichen Arbeitsaufgaben angewendet werden?
  - Können neue Arbeitsaufgaben übernommen werden, die zu den Signaturstärken passen?

# Weitere Projekte

- Doktorarbeit zur Rolle von Charakterstärken beim Übergang von Schule in den Beruf (Kontakt: Natalia Bezuglova, [bezuglova@psychologie.tu-darmstadt.de](mailto:bezuglova@psychologie.tu-darmstadt.de))
  - Ausbildungsbetriebe
  - Berufsschulen
- Ausbildungsabbrüche im HW reduzieren und zukünftige Führungskräfte fördern (Kontakt: Christian Stadter, beruf.zukunft e.V., [beruf.zukunft@gmail.com](mailto:beruf.zukunft@gmail.com))
  - Schulen
  - Ausbildungsbetriebe



# HERZLICHEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!



Nehmen Sie gern mit mir Kontakt auf:  
Prof. Dr. Claudia Harzer  
[claudia.harzer@medicalschooll-hamburg.de](mailto:claudia.harzer@medicalschooll-hamburg.de)



# Literatur

- Bennett, R. J., & Robinson, S. L. (2000). Development of a measure of workplace deviance. *Journal of Applied Psychology, 85*, 349-360.
- Bundesinstitut für Berufsbildung (2013). *Indikatoren rund um den Themenkomplex Vertragslösungen/Abbildungsabbruch*. [https://www.bibb.de/dokumente/pdf/a21\\_dazubi\\_indikatoren-vertragsloesungen-und-nicht-erfolgreich-beendete-ausbildung\\_juli-2013.pdf](https://www.bibb.de/dokumente/pdf/a21_dazubi_indikatoren-vertragsloesungen-und-nicht-erfolgreich-beendete-ausbildung_juli-2013.pdf)
- Griffin, M. A., Neal, A., & Parker, S. K. (2007). A new model of work role performance: Positive behavior in uncertain and interdependent contexts. *Academy of Management Journal, 50*, 327-347.
- Harzer, C. (2011). Profile verschiedener Berufe. In D. Jungo, W. Ruch, & R. Zihlmann (Hrsg.), *Das VIA-IS ("Values in Action Inventory of Strengths"), ein Instrument zur Erfassung von Charakterstärken. Informationen und Interpretationshilfen für die Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung* (2. Auflage, S. 40-44). Bern, Schweiz: SDBB Verlag.
- Harzer, C., Bezuglova, N., & Weber, M. (2021). Incremental validity of character strengths as predictors of job performance beyond general mental ability and the Big Five. *Frontiers in Psychology, 12*:518369.
- Harzer C., Mubashar T., & Dubreuil P. (2017). Character strengths and strength-related person-job fit as predictors of work-related wellbeing, job performance, and workplace deviance. *Wirtschaftspsychologie, 19*(3), 23-38.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2012). When the job is a calling: The role of applying one's signature strengths at work. *The Journal of Positive Psychology, 7*, 362-371.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2013). The application of signature character strengths and positive experiences at work. *Journal of Happiness Studies, 14*, 965-983.

# Literatur

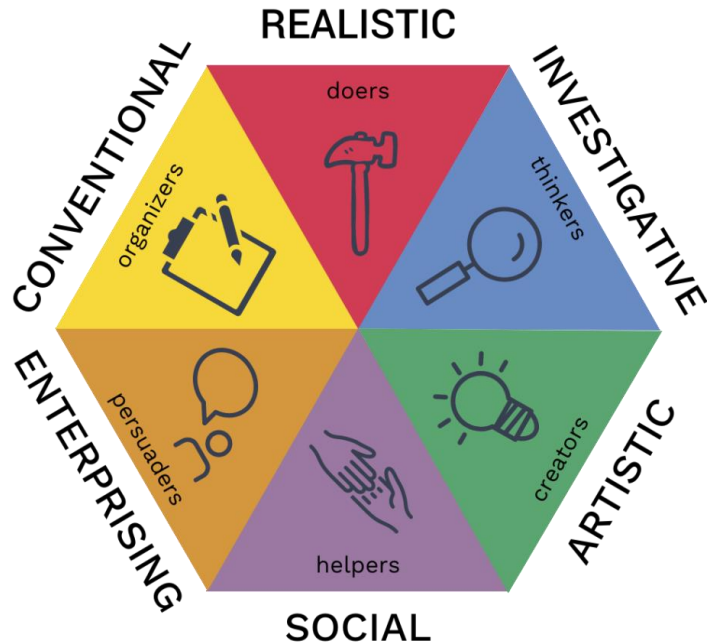
- Harzer, C., & Ruch, W. (2014). The role of character strengths for task performance, job dedication, interpersonal facilitation, and organizational support. *Human Performance*, 27, 183-205.
- Harzer, C., & Ruch, W. (2016). Your strengths are calling: Preliminary results of a strengths-based online-intervention to increase calling. *Journal of Happiness Studies*, 17, 2237-2256.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: The Free Press.
- Wood, A. M., Linley, A. P., Maltby, J., Kashdan, T. B., & Hurling, R. (2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 50, 15-19.
- Linley, P. A., Nielsen, K. M., Gillett, R., & Biswas-Diener, R. (2010). Using signature strengths in pursuit of goals: Effects on goal progress, need satisfaction, and well-being, and implications for coaching psychologists. *International Coaching Psychology Review*, 5, 6-15.
- Littman-Ovadia, H., & Steger, M. F. (2010). Character strengths and well-being among volunteers and employees: Toward an integrative model. *The Journal of Positive Psychology*, 5, 419-430.

# Bildquellen

- [cdn.pixabay.com](https://cdn.pixabay.com)
- © Creative Commons
- own creations
- [pixelio.de](https://pixelio.de)

# Charakterstärken

- Forschungsergebnisse (Gächter & Ursprung, 2005) -



R	/
I	Urteilsvermögen, Liebe zum Lernen, Neugier, Ausdauer
A	Wertschätzung
S	Freundlichkeit, Bindungsfähigkeit, Fairness
E	Freundlichkeit, Teamwork, Bindungsfähigkeit
C	/