

Vorwort

SocialProfiling® kann Licht in unser Verhalten bringen und Zusammenhänge sichtbar machen. Es kann und soll jedoch nicht einen Menschen auf etwas „festnageln“. In Ihrer Analyse versuche ich, ihr soziales Verhalten in zwischenmenschlichen Beziehungen darzustellen. Aus der Fülle der bekannten Verhaltensweisen wird von mir ein „roter Faden“ ermittelt. Wir Menschen sind vielschichtige und widersprüchliche Wesen. Eine Persönlichkeitsbeschreibung kann deshalb nie einheitlich sein. Lassen Sie sich nicht verwirren, sondern markieren Sie den Absatz, der Sie überhaupt nicht anspricht, der völlig „daneben“ zu sein scheint, und besprechen Sie ihn mit mir.
Ihr Hans-Peter Hepe

Grundzüge Ihrer Persönlichkeit

„Ringen die Pflanzen um Wachstum, so ringt der Mensch um selbständige Bewegung in der Begegnung mit Anderen. Er ringt um Halt im Unvertrauten, um inneren Rückhalt und Haltung gegenüber dem sozialen Umfeld, um Raum in einem konkurrierenden sozialen Umfeld und um Begegnung im sozialen Umfeld in großer Selbständigkeit. Das braucht enorme Energiemengen, die nicht vom sozialen Umfeld sondern aus dem Menschen selbst bezogen werden müssen. Das geht an die Reserven, schwächt und macht gegen Übergriffe von außen anfällig.“

Michaela Musterfrau hat das Thema „ wie muss ich mich verhalten, um von den Anderen akzeptiert zu werden.“ Damit hat Michaela Musterfrau im SocialProfiling® die soziale Überschrift „Der Andere in mir“ und erfährt sich in Abhängigkeit der primären Bezugsperson. Der Wunsch nach selbständiger Bewegung und eigener Identität im System wird in Abhängigkeit von der Zusage oder Absage des Anderen erfahren.

Ihr Wesenskern

Ihre Stellung in der Familie, in der Gemeinschaft oder in der Partnerschaft sagt etwas aus über das Ich-Bewusstsein, über Ihren Willen und über die Art und Weise, wie Sie ihr Leben gestalten.

Michaela Musterfrau setzt ihre Gaben für die Bedürfnisse anderer ein und sorgt sich um deren Gesundheit, Ernährung, Erziehung und Wohlergehen. Sie vermittelt ein Maß von Annahme und Wertschätzung, das anderen helfen kann, an den eigenen Wert zu glauben. Sie kann großzügig teilen und für andere „ihr letztes Hemd“ hergeben. Sie steht anderen bei, wenn sie Leid, Schmerz oder Konflikte durchstehen müssen.

Michaela Musterfrau hat in ihrer Kindheit nur bedingte Liebe erfahren. Die Liebe ihrer Eltern, besonders ihrer Mutter, musste durch Wohlverhalten erkaufte werden. Wenn sie die Bedingungen erfüllt hatte, konnte sie unter Umständen Liebe und Geborgenheit bekommen. So hindert die „schöne“ Kindheit Michaela Musterfrau daran, wütend oder traurig darüber zu sein, dass man sie ständig zu übertriebenen Wohlverhalten animiert hatte. Es könnte auch sein, dass sie schon früh das Gefühl hatte, eine Stütze für die emotionalen Bedürfnisse der Mutter sein zu müssen – wenn zum Beispiel Vater und Mutter Konflikte verdrängten. So hielt unbewusst Michaela Musterfrau als emotionale Stütze her, gab sich verständnisvoll und hilfsbereit und stellte eigene Bedürfnisse zurück.

Auch heute noch stellt Michaela Musterfrau ihre eigenen Bedürfnisse zurück, was sich auch in ihrem fehlenden Selbstwert zeigt. Sie hat Schwierigkeiten, sich im Raum der Familie oder Partnerschaft richtig zu positionieren bzw. sich ins Regelwerk eines sozialen Gefüges nach *ihren Wünschen und Sehnsüchten* zu integrieren.

Michaela Musterfrau hält fortwährend das Thermometer in die Luft, um die soziale Temperatur und Windrichtung zu messen, weil sie ihre Identität darauf aufbaut, wie andere ihr gesonnen sind und auf sie anspringen. Sie hat nah am Wasser gebaut, weil sie gefühlvoll und sensibel ist.

Ihr Glauben

Der Mensch ist gar nicht so individuell, wie wir gerne glauben. Er ist vor allem Teil einer Gemeinschaft, die sich aus der Quelle zwischenmenschlichen Beziehungen selbst schöpft. Ohne den „Glauben“ zu verstehen, kann man auch den Menschen, der glaubt, nicht verstehen. Dabei können wir natürlich selbst nicht erkennen, dass wir mit unserem Glauben das Problem selbst sind. Glauben bedeutet „meinen“, „vermuten“ oder „vertrauen“. Es ist ein Fürwahrhalten eigener Wahrnehmungen, Überzeugungen und Schlussfolgerungen, die jedoch nicht logisch zwingend sein müssen und impliziert gleichzeitig die Verpflichtung, etwas für wahr zu halten, das man nicht sieht.

Michaela Musterfrau glaubt, dass sie den Anderen lieben muss - statt sich. Und vielleicht glaubt sie auch, dass andere ihr nicht wirklich etwas zutrauen, bis sie eines Tages erkennt, dass sie der Schlüssel ist. Dabei sind ihr Schuldgefühle nicht unbekannt. Schuldgefühle versagen ihr „Selbstwertung“ und „Selbstwirksamkeit“.

Themen im sozialen Profil

Versäumen wir es, die sozialen Risikofaktoren, wie Verlust von Familienangehörigen, drohender Arbeitsplatzverlust, Verlust von Identität, Ängste vor Auseinandersetzungen und vieles mehr, aufzulösen, kommt es verstärkt zu Spannungen, Stress und Druckgefühlen und in deren Folge zu körperlichen oder seelischen Erkrankungen.

Was Michaela Mustermann tut, tut sie nicht freiwillig, sondern aus Angst vor Normen; aus Präsenz des Beziehungspartners; Gewissens- und Verfolgungsängste. Schlechtes Gewissen, was ihr nicht erlaubt, sich auszuruhen, herumzusitzen zu entspannen – was sie natürlich macht und dann zu inneren Unruheerscheinungen, wie unbändige Gedanken von Beziehungssucht, führt. Ein Gefühl „wie bestellt und nicht abgeholt“.

Michaela Musterfrau ist im Umgang mit Stress der „In-sich-hinein-Fresser“: Sie macht Probleme mit sich selbst aus, schluckt Ärger herunter. Von allen Persönlichkeitstypen hat sie das höchste Herz-Kreislauf-Erkrankungsrisiko, leidet an Schlafstörungen, etc. und ist suchtgefährdet. Neben Esssucht und der Sucht nach Schokolade müssen in diesem Zusammenhang vor allem Sex- und Beziehungssucht erwähnt werden. Die Bedürfnisse sind sinnlich-emotionaler Natur: Zärtlichkeit, zärtlicher Sex, Zuneigung. Andere sinnliche Bedürfnisse können dabei leicht zum Ersatz werden: Essen oder exzessives Einkaufen. Es kann, muss aber nicht, zu Gewichtsproblemen kommen. Dabei handelt es sich oft um den „Kummerspeck nicht geglückerter Liebe“. Niemand sehnt sich so nach Liebe wie Michaela Musterfrau.

Die dominante Emotion von Michaela Musterfrau in der initialen Regulation ist Ärger und Zorn.

Eine allgemeine Erklärung dazu: Die wirksamste Möglichkeit, bei einem Kleinkind Zorn auszulösen, besteht in einem physischen Übergriff: Sie halten einem Kind die Arme so fest, dass es sich nicht bewegen kann. Häufigste Ursache für Ärger und Zorn: **Jemand stört uns bei dem, was wir tun wollen.** Haben wir den Eindruck, dass es auch noch vorsätzlich geschieht, wird unser Ärger noch heftiger. Will uns jemand körperlich oder psychisch verletzen, beleidigt er uns, verunglimpft unsere Leistungen oder unsere äußere Erscheinung, werden wir Ärger und Zorn verspüren.

Physische und psychische Übergriffe und die unbewusste initiale Regulation mit Ärger und Zorn führen in unserem Körper zu Unterfunktionen, wie Schilddrüsenunterfunktion oder generelle Stoffwechselstörungen.

Enttäuschung darüber, wie eine Person gehandelt hat, kann uns wütend machen, vor allem dann, wenn uns sehr viel an dem anderen liegt.

Das richtige Maß an Strukturen und Lösungen

Die Gefangenschaft der gelebten Gefühle gilt es zu unterbrechen um Raum für neue Lebenskonzepte zu schaffen. Eine gute Lebensberatung bzw. ein gutes Coaching sollte immer ein sinnstiftendes Angebot sein, den sozialen Risiken entgegen zu wirken und die langverschlossene Tür zu einem neuen Daseins-Verständnis auf zu stoßen. Dazu müssen Gefühle, die auf Eis liegen, abgeschmolzen, neue Hoffnung geschöpft und neue Perspektiven gewonnen werden.

Um Michaela Musterfrau zu beraten, muss man sehr behutsam vorgehen und darf ihr vor allem nie das Gefühl nehmen, trotz allem akzeptiert und geliebt zu sein. Michaela Musterfrau braucht erst sehr viel Annahme und „weiche“ Liebe, bevor sie bereit ist, sich durch „harte“ Liebe herausfordern zu lassen.

Früher oder später muss aber genau dies passieren: die zugleich liebevolle und schonungslose Konfrontation mit der eigenen Pseudoliebe, mit dem eigenen Selbstmitleid, mit der eigenen Egozentrik. Sie muss mit sehr viel Druck von Seiten eines Coachs ermächtigt und ermutigt werden. Autonomie und Selbstbestimmung müssen gefördert werden.

Mobilisierung eigener Ressourcen

Michaela Musterfrau ist erlöst, wenn **sie sich glücklich macht** und wirkliche Freiheit in der Begegnung mit anderen **für sich** spüren kann. Eine erlöste Michaela Musterfrau kann auch andere Menschen endlich freigeben und für das Maß von Nähe und Zuwendung dankbar sein, das in Beziehungen möglich ist.

Zum Schluss

Diese Seiten sollen nicht sagen: „So sind Sie! Hier stoßen Sie an, und dort könnte es Probleme geben“ auch wenn es von der Formulierung manchmal diesen Eindruck erwecken könnte. Sie sollen helfen, die richtigen Fragen zu stellen, damit Sie immer mehr herausfinden, wer Sie wirklich sind.



Hans-Peter Hepe • Jägerkoppel 12 • 22393 Hamburg
Telefon +49(0)40-63919403 • Telefax +49(0)40-6401450 • Mail: info@simplepower.de

www.simplepower.de

Wichtiger Hinweis: Die Profilanalyse SocialProfiling® ersetzt keine Beratung, sondern ist eine beratungsorientierte Bestandsaufnahme. Diese Analyse sollte immer in Verbindung einer Beratung und Erklärung mit Ihrem SocialProfiler® stehen. Copyright © 2010. H.-P.Hepe

www.socialprofiling.eu