

Erläuterungen zum Stärken-Profil 1232

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|--|
| 2 | Allgemeine Vorbemerkungen |
| 3 | Übersicht über die vier Gruppen, zu denen sich die Testperson zugehörig sieht |
| 4 | Beschreibung des ermittelten Grundtyps (Gruppe 1) |
| 5 | Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu (Teil 1) |
| 6 | Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu (Teil 2) |
| 7 | Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu (Teil 3) |

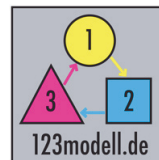
Mehr Informationen:

123-Akademie (Lernen mit/ohne Mentor): www.123modell.de/akademie.htm

Selbsttest zur Ermittlung des Stärken-Profiles: www.123modell.de/test.htm

Ausführliche Beschreibungen finden Sie auch im Standardwerk "Warum sind wir so verschieden?" von Werner Winkler (Neuaufgabe 2010, erhältlich als gedrucktes Buch direkt beim Autor unter www.laden81.de oder als Kindle-E-Book bei Amazon).





Vorannahmen des 123-Modells und der Stärken-Profil-Analyse

Das 123-Modell versucht, Verständnis für sich selbst und für andere dadurch zu optimieren, dass es Bewusstsein über die Art eines Menschen, über Unterschiede und Ähnlichkeiten schafft – in gewissem Sinne also Bewusstsein über die Art des Bewusstseins. Dabei geht es um Beobachtung und Bewusstsein sowohl des Verhaltens im Äußeren, als auch um den "inneren Menschen", seine Art, Natur und Beschaffenheit. Indem wir Unterschiede und Ähnlichkeiten beobachten, werden einzelne Menschen zwangsläufig mit anderen in einer Gruppe zusammengefasst, was manchmal als "Schubladendenken" missverstanden wird.

Wichtig ist hierbei, zwischen den konkreten Menschen und den über sie geäußerten Vermutungen zu unterscheiden. Modelle sind zwangsläufig Vereinfachungen, also gröber als die Wirklichkeit, so wie Landkarten sinnvollerweise immer gröber sein müssen als die Landschaft selbst.

Deshalb kann eine Stärken-Profil-Analyse auch nichts über eine konkrete Person aussagen, sondern nur aus der Theorie heraus beschreiben, was von Menschen mit diesem Stärken-Profil zu erwarten ist. Ob sich jemand zu einer solchen Gruppe zuordnet oder zuordnen lässt, bleibt jedem selbst überlassen – und auch, wie weit jemand sich mit den hinter dem Modell stehenden Vorannahmen einverstanden erklärt.

Eine dieser Theorien ist die Annahme, dass sich Menschen in grundlegender Weise dadurch unterscheiden lassen, dass sie innerhalb einer Liste von zwölf Stärken (der Landkarte des 123-Modells) bestimmte Bevorzugungen und dazu passende Vernachlässigungen zeigen. Diese Theorie ist nicht zu "beweisen", sie kann jedoch aus Beobachtung und Eigenbeobachtung einigermaßen sicher geschlossen werden.

Wortverwendung, Fachbegriffe

Im 123-Modell werden einige Begriffe verwendet, die eindeutig sind – wie Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft. Andere jedoch müssen genauer definiert werden, da sie auch in der Alltagssprache benutzt werden und so nicht automatisch das meinen, was die Begriffe in diesem Zusammenhang ausdrücken sollen:

Bevorzugung meint, dass sich ein Mensch durch eine angeborene Neigung (sein Naturell*) auf einzelne Bereiche oder Optionen des Lebens einstellt und dadurch hier mehr Befähigung und Erfahrung erlangt. (* vermutlich eine epigenetische Prägung während der Einnistung in die Gebärmutter-schleimhaut bzw. spätere, leicht einseitige Entwicklung, vergleichbar mit der Bevorzugung einer Hand; mehr dazu bei Interesse in der Fachliteratur)

Vernachlässigung meint das Gegenstück zur Bevorzugung, also die tendenzielle Vermeidung und häufige Ausblendung einer Lebensmöglichkeit, wodurch der Hang dazu schwächer ist. Gleichzeitig werden die Vernachlässigungen als "Ressourcen" verstanden, da sie noch brachliegende Möglichkeiten enthalten und so im Sinne einer optimierten Gesamtpersönlichkeit oder besserer Problemlösungskompetenz herangezogen werden können.

Stärken-Profil meint also eine bestimmte Kombination aus Bevorzugungen und Vernachlässigungen.

Fühlen darunter wird jede Reizaufnahme verstanden, also das Sehen, Hören, Schmecken und auch Lesen, Essen oder Riechen.

Denken bedeutet die Verarbeitung aufgenommener Reize, also auch Verdauen, Analysieren oder Sortieren dessen, was man gehört, gesehen und gelesen hat.

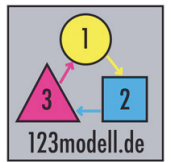
Machen fasst alle reizaussendenden Aktivitäten zusammen, also das Reden, Singen, Kommunizieren, Schreiben, Musik machen oder auch körperliche Aktivitäten, die etwas herstellen, das sichtbar und vorhanden ist (z.B. die Herstellung eines Werkzeugs).

Verbundenheit schließt die emotionalen Zugänge zur Welt, zu sich selbst und zu anderen ein, ebenso das Phänomen der Liebe, die Anziehung (oder Abstoßung), Sympathie, Freude usw.

Zeitorientierung steht neben der konkreten Orientierung in Raum und Zeit auch für das Bewusstsein, ein zeitlich begrenztes Wesen zu sein. Begriffe wie "Dasein" und "Existenz" gehören in diese Kategorie, ebenso wie das Verstehen des Daseins, Geist, Verstand und Vernunft.

Aktivität ist alles, was jemand bewusst oder unbewusst tut, wofür er Kraft und Energie aufwendet und seinen Körper bzw. die vorhandene Materie einsetzt.

Übersicht über die vier Gruppen, zu denen sich die Testperson zugehörig sieht.



Diese vier Gruppen wurden im Test ausgewählt, um im Ergebnis das Stärken-Profil 1232 zu erhalten:

Grundtyp: Verbundenheit als Bevorzugung

- kreativ, ständig neue Ideen; meistens fehlt das Durchhaltevermögen, diese anhaltend zu entwickeln oder zu pflegen
- zeigen durch vielfältige Mimik, was im Inneren vorgeht; rascher Wechsel von "überglücklich" zu "todtraurig" möglich, wenn entsprechende Impulse von außen kommen oder nicht kommen (wie erhofft/erträumt)
- eher oberflächliche und ungenaue Herangehensweise an neue Themen; jedoch dadurch fähig, sich rasch einen Überblick zu verschaffen und ein Themengebiet oder Beziehungsgeflecht auszu-leuchten
- Vielfältigkeit der Interessen, die sich auch in der Biografie niederschlägt und zu regelmäßigen "Neuanfängen" tendieren lässt; gleichzeitig starke Sehnsucht nach Normalität, Konstanz und Regelmäßigkeit
- Fluchttenenz, z.B., wenn er/sie sich ungeliebt und hilflos erlebt
- emotionale, meist positive Herangehensweise, selten ganz sachlich oder kritisch
- leicht zu begeistern, an Details nur selten interessiert
- Zeit- und Geldprobleme, z.B. verursacht durch die Vielfältigkeit und den evtl. raschen Wechsel der Interessen
- realisiert Probleme nicht oder zu spät; leidet eher an der Gesamtsituation
- kann gut mit Kindern umgehen, kindliche Seiten zeigen und neugierige Fragen stellen
- behält lange eine kindliche Lebensfreude
- schauspielerisch begabt; passt sich rasch der Situation und den darin geforderten Eigenschaften an
- ärgert sich darüber, wenn er/sie ausgelacht wird

Link zur Beschreibung: www.123modell.de/1000.htm

Zukunftsorientierung als Bevorzugung

- richtet sich meistens auf das aus, was als nächstes kommt/was noch bevorsteht; plant den Tag, die Woche usw. ganz automatisch vorausblickend
- erlebt die vermutete Zukunft so real, dass diese Anlass für Vorfreude oder Ängste ist
- verpasst häufig den Moment, weil mit den Gedanken/Gefühlen/Planungen bereits in der Zukunft lebend
- wenn vom Augenblick festgehalten (z.B. durch starke Faszination - ein Buch, ein Film, ein Gespräch), ist das etwas ganz Besonderes
- kauft sich früh im Jahr den neuen Kalender, legt neue Jahresordner an etc.
- wünscht sich Informationen über die Zukunft und richtet sich danach aus (Beziehungen, Geld, Job etc.)
- hat ein Faible für Science-Fiction, Zukunftsforschung etc.
- hat meist eine genaue Vorstellung, wie die Zukunft (die eigene, die des Gegenübers oder der ganzen Welt) aussieht und kann auch darüber reden, als sei dies sehr sicher

Link zur Beschreibung: www.123modell.de/0030.htm

Ich-Verbundenheit als Bevorzugung

- redet/schreibt bevorzugt in der Ich-Form, auch wenn dabei über zwei Akteure oder eine Gruppe berichtet wird ("Vor zwei Jahren habe ich geheiratet")
- zeigt deutlich überzogene Ich-Stärke oder extremes, nicht aus sachlichen Gründen ableitbares Selbstbewusstsein
- lässt sich nur schwer auf bestehende Gruppen ein oder in ihnen leicht im Selbstwertgefühl verunsichern
- kann sich nur schwer in eine Gruppe einfügen; fühlt sich unter vielen fremden Menschen anfangs sehr unsicher und schüchtern; wirkt jedoch auf Dritte eher arrogant und abweisend
- hält viel von Selbsthilfe, Eigenverantwortung oder 'Do-it-yourself'
- hat kein Problem damit, als "ich-bezogen" eingeschätzt zu werden; findet es 'normal', der eigenen Person relativ viel Aufmerksamkeit zu schenken (die eigene Person als "Zentrum der Welt")
- bringt z.B. die Haltung zum Ausdruck "Ich Sorge gut für mich, wenn das andere auch machen würden, wäre vieles leichter", "Ich muss mich zuerst auf mich selbst verlassen können, bevor ich mich auf andere verlasse" oder "Indem ich es mir gutgehen lasse, Sorge ich dafür, dass es auch anderen gut gehen kann"
- ist mit sich selbst sehr vertraut, kennt sich gut
- bezieht viele Ereignisse oder Äußerungen auf sich selbst, die in Wirklichkeit andere betreffen

Link zur Beschreibung: www.123modell.de/0200.htm

Denken als Bevorzugung

- Reize werden eindringlich verarbeitet (z.B. einen Film, ein Buch, ein Gespräch)
- kann schwer in Worte fassen, was im Kopf klar ist ("wie soll ich das jetzt sagen ...")
- Suche nach passenden Worten oder Formulierungen; vor allem bei neuen oder wichtigen Themen
- gerät leicht in Gedankenkreise, die kaum gestoppt werden können (der Kopf ist ständig damit beschäftigt); darüber reden bzw. aufschreiben hilft, ebenso normale körperliche Aktivität
- beim Machen anfangs etwas unbeholfen, wird bei häufigem Wiederholen aber zunehmend perfekter (z.B. Zusammenbau von Möbeln oder Kunsthandwerk)
- benutzt häufig die Wörter "denken", "Gedanke", "im Kopf", "nachdenken" etc.
- neigt dazu, gegenüber jemandem, der viel spricht längere Zeit still zu sein
- hört manchmal nicht richtig zu, weil noch bei Gedanken, die aktuell stark beschäftigen
- befürchtet öfters, falsch verstanden zu werden bzw. sich mit Worten nicht ausreichend verständlich machen zu können

Link zur Beschreibung: www.123modell.de/0002.htm

Beschreibung des Grundtyps (Gruppe 1, Relationiker, Beziehungstypen, "Gelb")

1. Bezeichnungen:

Relationiker, typus relationis, Beziehungstyp, gelber Typ, gelbe Gruppe, Ja-Typus

3. Hauptkennzeichen:

Bevorzugung des Lebensbereichs "Verbundenheit" und Vernachlässigung des Lebensbereichs "Zeitorientierung".

4. Metapher:

Schimpansen, Delfine, Schmetterlinge, bunte Blumenwiese, aufgehende Sonne, Frühling, Kind

5. Prominente Vertreter (Vermutungen):

Goethe, Schiller, Mozart, Jesus, Barack Obama, Marilyn Monroe, Sandra Bullock, Julia Roberts, Charlie Chaplin, Hermann Hesse, Lady Diana, Grace Kelly, Willy Brandt, Nelson Mandela

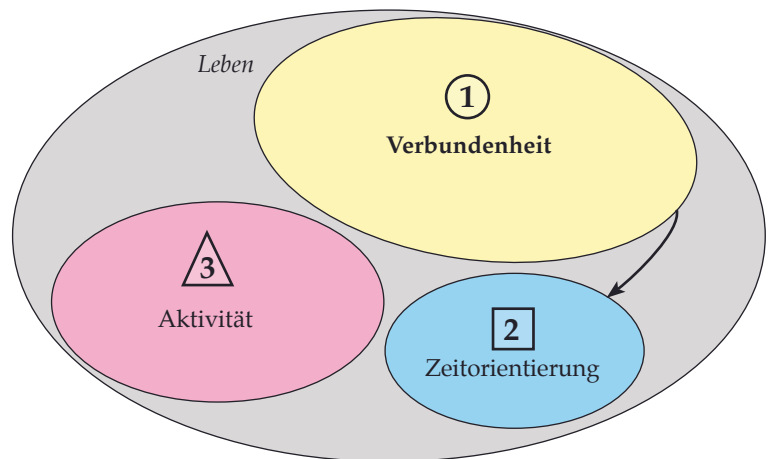
7. Typische Worte und Begriffe:

Beziehungen, Dramatik, Emotionen, Fantasie, Faszination, Fluchtverhalten, Freude, Frieden, Herz, Ideen, Kindlichkeit, Kommunikation, Neugier, Oberflächlichkeit, Reaktion, Schönheit, Seele, Situation, Spaß, Traum, Verbindung, Vertrauen, Vielfalt, Zusammenhang, Zuwendung.

10. Stärken, die oft zu Schwächen werden:

sich zu wenig Zeit nehmen; unkritisch, unvorsichtig sein; dramatisch reagieren; zu schnell 'Ja' sagen; zu schnell haben wollen; sich einmischen

2. Landkarte des 123-Modells aus Sicht von Gruppe 1:



6. Go's und No-Go's (für den Umgang mit Menschen dieser Gruppe):

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| Go's: | No-Gos's: |
| - Zeit nehmen und geben | - lieblos oder unfreundlich schauen |
| - Interesse an Themen zeigen | - Hilflosigkeit verstärken |
| - Dramatik freundlich ignorieren | - für dumm/inkompetent erklären |

8. Entwicklungsförderer und Entwicklungshemmnisse:

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------------|
| Förderer: | Hemmnisse: |
| - Vorsicht, Reserven, Realität | - immer nett und lieb sein müssen |
| - um Hilfe bitten; Normalität | - schnell reagieren müssen |
| - eins nach dem anderen mit Zeit | - alles perfekt haben wollen |

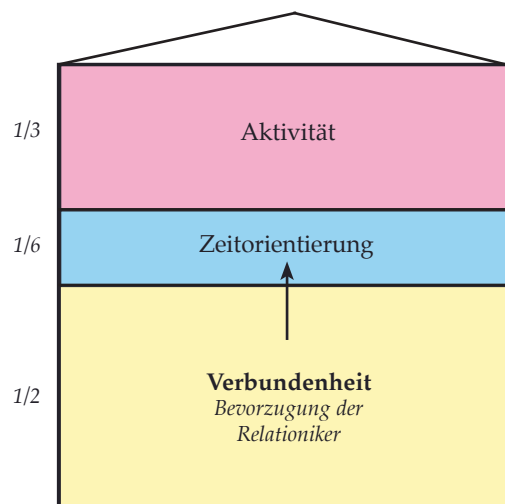
9. Besonders auffallend ausgeprägt:

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| - fantasievoll, ideenreich, kreativ | - meist glücklich und zufrieden |
| - meist positiv gestimmt/denkend | - freundlich, offen, nett, zugänglich |
| - guter Zugang zu Kindern | - Leichtigkeit und Lockerheit |
| - erkennen Zusammenhänge rasch | - freigebig, begeisterungsfähig |
| - variantenreiche Gesichtsmimik | - rasche Beziehungsaufnahme |

11. Bevorzugte und vernachlässigte Stärken:

| | | |
|----------------------|---|--------------------|
| Verbundenheit | → | Zeitorientierung |
| Ja | → | Vielleicht |
| Haben | → | Sein/Dasein |
| anders | → | weniger |
| genug | → | minimal |
| Anfang | → | Weg |
| fragen | → | lernen/studieren |
| Herz/Liebe | → | Geist/Verstand |
| fliehen/zurückziehen | → | verteidigen |
| emotional | → | sachlich |
| Vielfalt | → | Selbstorganisation |
| säen/beginnen | → | pflügen |
| reagieren | → | ignorieren |
| neugierig | → | kritisch |
| Bestandsaufnahme | → | Problemdefinition |
| geben | → | anfordern |
| Art und Weise | → | Frequenz |
| spielerisch | → | vorsichtig |
| Schönheit, Spaß | → | Sinnhaftigkeit |

12. Darstellung der Stärkenverteilung als Haus mit drei Stockwerken (kann auch als drei Felder eines Anwesens gesehen werden)



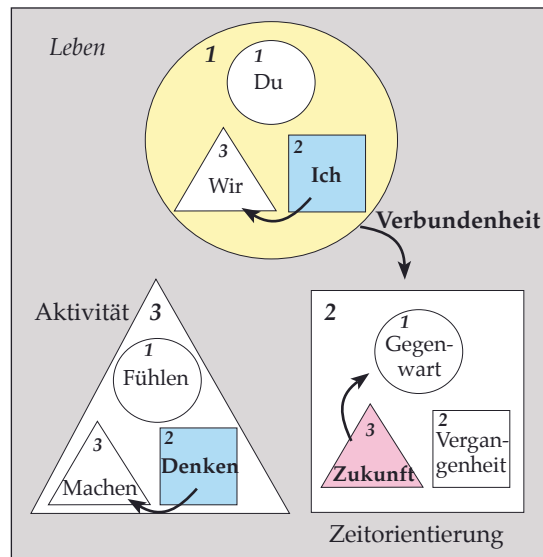
Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu (Teil 1)

Stärken-Profil 1232 bedeutet: Bevorzugung des Bereichs "Verbundenheit" auf der nebenstehenden Landkarte, dazu in den Unterbereichen die Bevorzugungen Ich-Verbundenheit, Zukunftsorientierung und Denken.

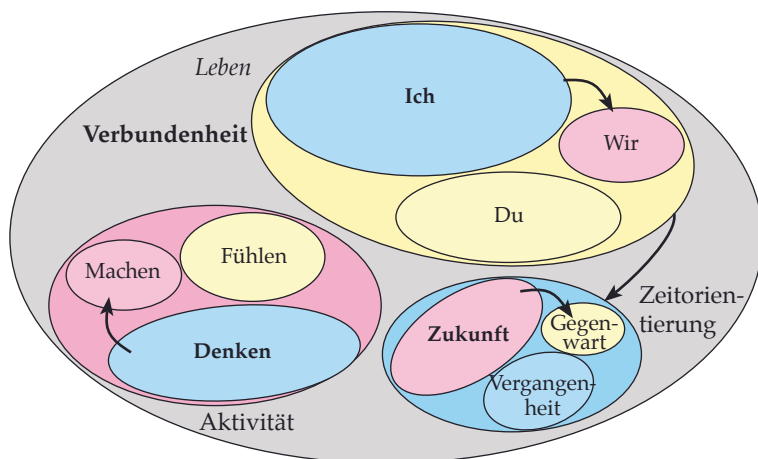
In der Fachsprache heißt diese Bevorzugungskombination "1232" oder Relationiker*, ich-verbunden, zukunftsorientiert und Denker. (*auch typus relationis, Beziehungstyp, gelber Typ).

Die Ziffernkombination 1232 ergibt sich aus der Nummerierung der verschiedenen Bereiche in der Landkarte. Die erste Ziffer steht für die Bevorzugung auf der Grundebene, die zweite für die auf der Unterenebene Verbundenheit, die dritte für die auf der Unterenebene Zeitorientierung und die vierte schließlich für die Bevorzugung auf der Unterenebene Aktivität.

Die vier Pfeile in der Landkarte geben die Richtung von den bevorzugten zu den vernachlässigten Bereichen (den "Ressourcen") der Landkarte an. Sie können für das Coaching, die Persönlichkeitsentwicklung oder zur Problemlösung verwendet werden. Die jeweiligen Bevorzugungen werden meist als besonders wichtig oder bedeutend erlebt, die gleichzeitig vernachlässigten Ressourcen eher ausgeblendet, abgewertet oder einfach zu selten als Lebensmöglichkeit genutzt.

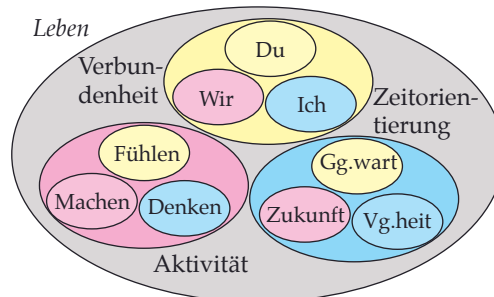


Gewichtete Landkarte für Stärken-Profil 1232



In einer alternativen Darstellung der Landkarte (links, große Darstellung) ist die Überlagerung der Bevorzugungen von Grundebene und Unterenebenen dargestellt.

Dazu eine nicht gewichtete Landkarte im direkten Vergleich:



Bevorzugungssätze und Ressourcensätze

Aus diesen vier Bevorzugungen lässt sich so beispielsweise der Satz: "Über die Zukunft aus meiner Perspektive nachdenken." ableiten, aus den vier vernachlässigten Ressourcen hingegen: "Zeit nehmen, um gemeinsam jetzt etwas zu machen."

Alternativ zu diesen Bevorzugungs- und Ressourcensätzen lassen sich weitere, auch kürzere bevorzugte Sätze, Haltungen, Verhaltensäußerungen zum Stärken-Profil 1232 bilden:

Bevorzugungen:

- Verbindungen und Verbundenheit bedenken
- emotional denken und reagieren
- an viele verschiedene Dinge gleichzeitig denken
- das Kommende vorausberechnen wollen
- für die Zukunft den Augenblick ausblenden

- etwas im Voraus durchdenken
- das Eigene bedenken, es mir selbst recht machen wollen
- sich auf die eigene Denkfähigkeit verlassen
- ausschließlich positiv über die eigene Person denken
- die eigene schöne Zukunft erträumen

Ressourcen:

- ausreichend Zeit und Raum nehmen
- jetzt (und nicht später) reden oder aufschreiben
- Themen und Probleme wahrnehmen
- den Geist und Verstand der Gruppe achten
- sich für die Gruppe kritisch und sachlich äußern
- das Aktuelle wichtig nehmen

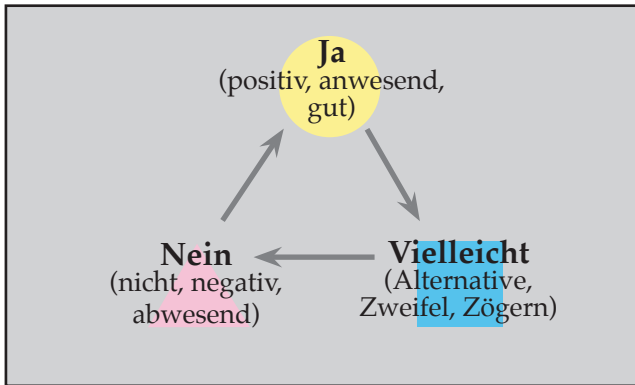
- Zeit für Gemeinsames nehmen, gemeinsame Themen ernst nehmen
- das "Hier und Jetzt" sachlich Wichtige kommunizieren
- die Gruppe wichtig nehmen
- sachlich und kritisch reden, dabei eher inaktiv bleiben
- Verbindungen zu Gruppen ernst nehmen und pflegen
- etwas Wichtiges mit ausreichend Zeit umsetzen

Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu (Teil 2)

Weitere Bevorzugungen und Ressourcen für Stärken-Profil 1232

Aus der Bevorzugung auf der Grundebene (also für die Gruppe 1, die Relationiker) lassen sich noch weitere bevorzugte und vernachlässigte Lebensmöglichkeiten, Haltungen oder Verhaltensweisen ableiten. Der erste Begriff steht hier für die Bevorzugung, der zweite in Pfeilrichtung für die vernachlässigte Ressource:

- Ja >> Vielleicht
- fragen >> lernen
- reaktiv >> inaktiv
- Haben >> Sein
- Herz >> Verstand
- offen >> kritisch
- anders, neu >> weniger
- emotional >> sachlich
- fliehen >> verteidigen
- Anfang/Start >> Weg
- beginnen >> pflegen
- kreativ >> genau



Diese Ableitung stammt aus den so genannten "Triaden" – im Beispiel links die Triade Ja >> Vielleicht >> Nein mit dazu passenden Begriffen.

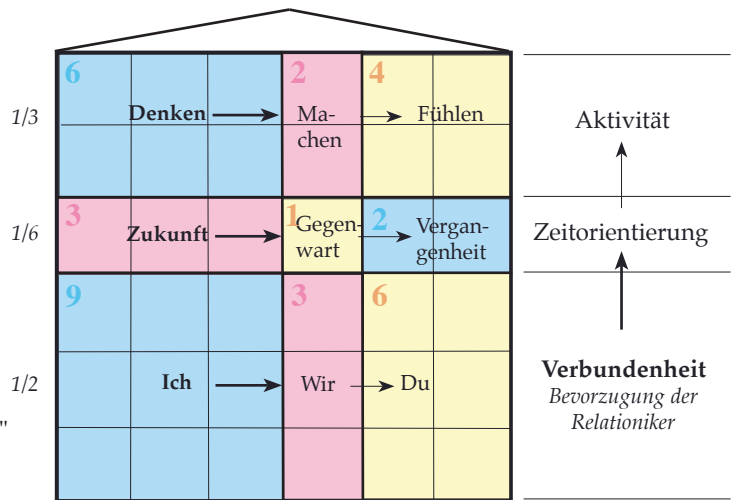
Die ersten Triaden wurden von Dietmar Friedmann in den 1980er-Jahren entdeckt, als er sich mit der Transaktionsanalyse von Eric Berne beschäftigte.

Weitere Triaden in der Fachliteratur bzw. im Internet unter www.123modell.de/modul035.htm

Das Stärken-Profil 1232 in der "Haus-Darstellung"

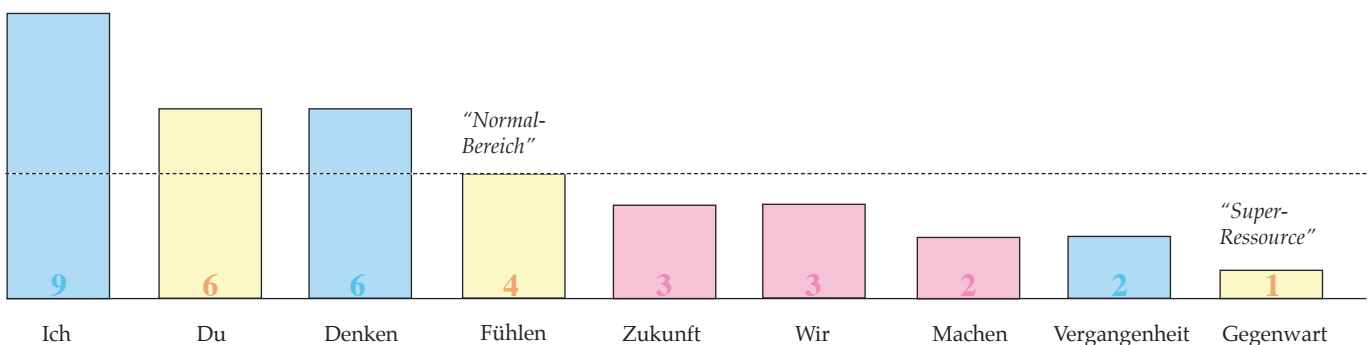
Stärken-Profil 1232 in einer "Haus-Darstellung", in der sich die Bevorzugungen des Grundbereichs (Stockwerke) und der Unterbereiche (Zimmer je Stockwerk) überlagern.

Das unterste Stockwerk (Verbundenheit) ist auf Kosten des zweiten (Zeitorientierung) vergrößert, das dritte (Aktivität) hat die normale Höhe. Im untersten Stockwerk ist der Raum "Ich" auf Kosten des "Wir" verbreitert; Raum "Du" hat normale Breite. Im zweiten Stockwerk ist der Raum "Zukunft" auf Kosten der "Gegenwart" verbreitert; Raum "Vergangenheit" hat normale Breite. Im obersten Stockwerk ist der Raum "Denken" auf Kosten von "Machen" verbreitert; Raum "Fühlen" hat normale Breite und normale Höhe.



Die am deutlichsten ausgeprägte Stärke ist also die Ich-Verbundenheit (= 9 Felder), die am geringsten ausgeprägte Stärke die Gegenwartsorientierung (= 1 Feld); der Bereich "Fühlen" hat die "normale Größe" (= 4 Felder).

Daraus lässt sich ableiten, dass die schwächer ausgeprägten Stärken (Gegenwart, Machen, Wir-Verbundenheit und Vergangenheitsorientierung) gezielt trainiert und bewusster wahrgenommen, die drei besonders deutlich ausgeprägten Stärken (Ich- und Du-Verbundenheit, Denken) hingegen eher etwas zurückgenommen werden sollten, wie im Diagramm zu sehen:



Bildhafte Darstellungen des Stärken-Profiles und erläuternde Texte dazu. (Teil 3)

Das Stärken-Profil 1232 in der "Garten-Darstellung"

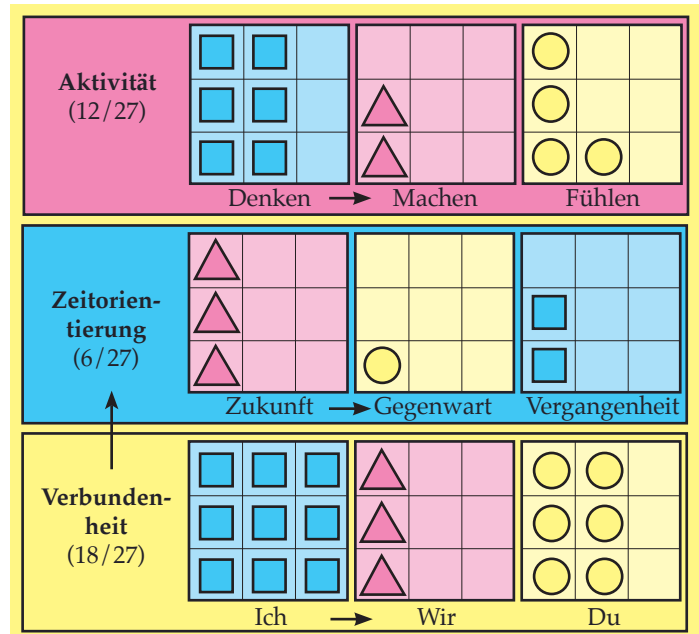
Eine zusätzliche Perspektive bietet die Darstellung des Stärken-Profiles als "Garten" mit einzelnen Parzellen: Hier wird der "innere Mensch" (also das angeborene Naturell) als ein Garten dargestellt, der in drei mal drei Bereiche unterteilt ist – die drei Grundbereiche Verbundenheit, Zeitorientierung und Aktivität, sowie die jeweils drei Unterbereiche.

In jedem dieser neun Unterbereiche können maximal neun "Parzellen" bepflanzt werden. Ein Teil davon ist bereits natürlicherweise und angeboren vorhanden und wird vermutlich deshalb bevorzugt benutzt.

Jeder kann nun je nach Bedarf noch weitere Parzellen bepflanzen und so seinen Bestand erweitern. Geht man im Metapherbild von Bäumen aus, wäre auch bei nachträglicher Bepflanzung anhand des Alters der Bäume noch zu erkennen, was bereits "angeboren" oder "geerbt" wurde (also die angeborene Stärkenausprägung) und was später hinzukam, z.B. durch Lebenserfahrung oder bewusstes Training.

In dieser Metapher wird von einem *maximalen* Potential jedes Menschen ausgegangen, das jedoch der einzelne nur in einem von neun Bereichen bereits angeboren mitbringt.

Unter den Bezeichnungen der drei Grundbereiche stehen die Anzahl der bereits abgedeckten und der gesamt vorhandenen Felder, also 18/27 für den bevorzugten und 6/27 für den vernachlässigten Grundbereich. Die Zahlen wurden aus der "Haus-Darstellung" (letzte Seite) übernommen, da sie die Relationen gut (wenn auch vereinfachend) darstellen.



Was wächst wo im "Garten"?

Da im 123-Modell – wie bereits am Anfang erwähnt – Fachbegriffe verwendet werden, um die unterschiedlichen Bereiche klar zu benennen und von einander zu unterscheiden, gehen leicht die direkt neben ihnen stehenden Wörter unter. Deshalb hier noch einmal einige zu den drei Grundbereichen und neun Unterbereichen gehörenden Begrifflichkeiten:

| | |
|--|---|
| Grundbereich Verbundenheit: | <i>Beziehung, Liebe, Herz, Seele, Freude, Positives, Gutes, Reaktion, Emotionen, Offenheit, Kindsein.</i> |
| Grundbereich Zeitorientierung: | <i>Sein, Verstand, Sachlichkeit, Erkenntnis, Ökonomie, Geist, Abwarten, Inaktivität, Entspannung, heranwachsende Haltung.</i> |
| Grundbereich Aktivität: | <i>Tat, Tun, Tätigkeit, Handlung, Arbeit, Kraft, Körper, Energie, Nicht, Nein, Spannung, Eltern-Haltung.</i> |
| Unterbereich Du-Verbundenheit: | <i>Gegenüber, der Andere, für den anderen, Du-Bezug, Partner, Objekt, dein, dich, Sie.</i> |
| Unterbereich Ich-Verbundenheit: | <i>das Eigene, Individualität, mich, mein, Ich-Bezug, auf sich beziehen, Subjekt, subjektiv.</i> |
| Unterbereich Wir-Verbundenheit: | <i>gemeinsam, Gemeinschaft, konsensuell, zusammen, gemeinsam, Team, Wir-Gefühl.</i> |
| Unterbereich Gegenwartsorientierung: | <i>was ist, heute, der Moment, Augenblick, jetzt, derzeit, aktuell, momentan, zur Zeit.</i> |
| Unterbereich Vergangenheitsorientierung: | <i>was war, früher, zurückliegend, das Gestern, vorbei, Erinnerung, Gedenken.</i> |
| Unterbereich Zukunftsorientierung: | <i>was sein wird, morgen, kommt noch, das Kommende, Ausblick, Vorschau, Vision.</i> |
| Unterbereich Fühlen: (nicht: Emotion!) | <i>Reize aufnehmen, sehen, hören, ertasten, riechen, schmecken, essen, trinken, spüren.</i> |
| Unterbereich Denken: | <i>Reize verarbeiten, verdauen, sortieren, ordnen, strukturieren, in Reihenfolge bringen.</i> |
| Unterbereich Machen: | <i>Reize aussenden, kommunizieren, reden, singen, Lärm/Musik machen, ausscheiden.</i> |