

Auswertung

welcher Krisentyp bist Du?

Der Handlungstyp:

Allgemein

Der Handlungstyp macht von Anfang an einen soliden, ordentlichen und kraftvollen Eindruck. Er steht fest mit beiden Beinen im Leben, ist tatkräftig und legt gerne ein fürsorglich und bestimmendes Verhalten an den Tag. Er ist zielstrebig, hält sich an Vorschriften, Regeln und Normen. Das verlangt er dann auch von seinen Mitmenschen. Auch wenn er es selbst nicht wahrnimmt ist er hart zu sich selbst und durchaus auch zu anderen. Der Handlungstyp kleidet sich konservativ und solide und begegnet Dir energisch, rechtschaffen. Er spricht kräftig, deutlich und bestimmend, kann aber herzlich lachen.

Sein Verhalten ist kameradschaftlich, verlässlich und er will als menschlich und liebenswert gelten. Allerdings kann er in Beziehungen auch einschränkend sein. Er ist konfliktfähig und wird diesen auch nicht aus dem Weg gehen.

Eigenschaften: Verantwortungsvoll, pflichtbewusst, zuverlässig, tüchtig, aktiv, ordnungsliebend, entschlossen, zielstrebig, kraftvoll, kämpferisch, selbstsicher, fordernd, engagiert, einsatzfreudig, fair, gerecht, hilfsbereit, praktisch veranlagt

Stärken:

Der Handlungstyp hat eine sehr praktische Begabung, oft auch handwerklich beschickt. Er kann Handlungsabläufe gut überblicken und organisieren. Er denkt zielstrebig und planerisch. Bei der Ausrichtung und Erreichung von seinen Zielen lässt er sich nicht stoppen und weiß unter normalen Umständen genau was er will. Er verhält sich taktisch klug und vermeidet unkontrollierte direkte Konfrontationen. In der Bewältigung von großen Krisen ist er meist unübertrefflich.

Er ist bei seinen Partnern (privat und geschäftlich) loyal, setzt sich ein und ist ausdauern/beständig. Er identifiziert sich mit dem was er macht und hat. Er ist fürsorglich, tüchtig und hilfsbereit.



Erstaunlich ist die typische Bescheidenheit des Handlungstyps: Es geht ihm nicht so sehr darum, sich persönlich zu profilieren, sondern er stellt seine Person in den Dienst einer Aufgabe (mit der er sich identifizieren kann)

Schwächen:

Der Handlungstyp empfindet die Welt als einschränkend und ist im Außen auf der Suche nach Wertschätzung, die er aber meist gar nicht annehmen kann. Ihn treiben die Glaubenssätze: „Mach´s perfekt/Sei perfekt“ und „Beeil Dich“ an. Diese Antreiber bewirken, dass er das Leben auf der Ebene des Machens zu lösen versucht und zwar so, wie er glaubt, dass man es von ihm erwartet. Er „muss“ alles richtigmachen und er darf nicht gegen Regeln und Normen verstoßen. Ordnung und Tüchtigkeit sind gleichfalls ein MUSS. Gefühle und Spaß können nicht „eingeordnet“ werden und sind daher suspekt bis gefährlich. Daran knüpft sich oft exzessives Arbeiten. Manche gleichen das auch mit exzessivem „Entspannungsmethoden“ (z.B. Alkohol) aus.

In schwierigen Situationen ist der Handlungstyp manchmal zu ehrlich/barsch in seiner Kommunikation. Er wird dann oft als selbstgerecht empfunden. Aus einer Rechts-, Ordnungs- und Sauberkeitsmoral heraus beurteilt er andere und wertet sie nicht selten damit ab. Ihre Lebendigkeit erscheint ihm als chaotisch, das Gefühlsmäßige als irrational, ihr Genießen als leichtfertig oder sündhaft.

Krisen:

Der Druck alle Regeln befolgen zu müssen und keine Fehler machen zu dürfen führt nicht selten zu Handlungsblockaden. Der Handlungstyp kann sich dann nicht mehr entscheiden bzw. kreativ sein. Ihm nützt dann seine ganze Tüchtigkeit nichts mehr. Er wertet die Situation als Misserfolg und stürzt in eine Krise. In solchen Krisen übergeht der Handlungstyp dann verstärkt seine eigenen Gefühle und Bedürfnisse oder die der Mitmenschen, da er vorrangig (zwanghaft) DAS ZIEL vor Augen hat. Die Lösung versucht er dann erneut in normativen Verhalten zu finden, der Kreislauf beginnt von neuem.

Da gibt es aber noch eine andere Seite in ihm, sein Heißhunger nach Lebendigkeit, Lebensfreude und Liebe. Wenn er diese nicht beachtet wird er irgendwann ausbrechen und zu viel riskieren. Das führt dann zu großen Enttäuschungen und Rückschlägen. Er verachtet sich selbst für seine eigene Schwäche und fängt wieder an, wo alles angefangen hat, in der Welt der Handlungen, Normen und Regeln.

- . Im Extremfall zwingt dann ein Zusammenbruch oder eine Krankheit den Handlungstyp aus seinem Kreislauf. Auch dieses wird er mit normativen medizinischen Erklärungen begründen und niemals mit psychosomatischen Problemen.

Eigenschaften in Krisen: Ungeduldig, fantasielos, selbstüberschätzend, negativ, überkritisch, perfektionistisch, zwanghaft, konservativ, wenig aufgeschlossen

Der Schlüssel:

Die Schlüsselenergien für den Handlungstypen liegen im Fühlen. Er muss innehalten und sich bei seinen Entscheidungen und Zielen fragen: was fühle ich dabei, geht es mir gut, wenn ich diese Entscheidung treffe. Da helfen keine Regeln, Normen oder die Meinung eines Dritten. Er muss endlich sich spüren und fühlen und sich damit selbst kennen lernen. Wenn er seine im Fühlen liegende Schlüsselenergie realisiert, dann fühlt sich das an, als ob nach langer Regenzeit plötzlich die Sonne durchbricht. Der Handlungstyp muss aufwachen und lebendig werden, sein Leben genießen, laut lachen und sich daran erfreuen. Nicht Regeln und Normen dürfen ihm dann den Weg zeigen, sondern sein eigenes Gefühl.

Das gilt auch für Beziehungen. Er muss sich auf sie einlassen, sich einfühlen und mitfühlen um zu leben und nicht nur nach Regeln (von wem auch immer) funktionieren.

Belohnung:

Als Belohnung kommt dann zu der Tüchtigkeit des Handlungstyp auch noch die Spontanität, Lebensfreude und Liebenswürdigkeit seines Wesens hinzu. Wenn er auf seinen Bauch hört, dann kann er ganz andere, viel wichtigere Dinge erkennen. Wenn er auf seine Gefühle hört, dann kann er selbst erkennen und entscheiden, ob die Regeln und Normen Dritter wirklich für ihn stimmig und lebenswert sind. Das Leben, seine Beziehungen und sein Handeln werden dann sonniger, genüsslicher, menschlicher und lebendiger. Voll das pralle Leben, also

Hör auf Deinen Bauch!

Brauchst Du Hilfe auf der Reise in die Welt Deiner Gefühle?