

Download 1 zu: Jenison Thomkins, Mauerblümchen oder Rampensau?

Der nachfolgende Text schließt an Kapitel 1.6.1 der Buchausgabe an (S. 79).

„Es ist alles schon einmal gesagt worden, nur noch nicht von jedem!“

Karl Valentin

Die vier Energiemuster im Spiegel historischer und zeitgenössischer

Persönlichkeitsmodelle

An dieser Stelle scheint mir – aus Respekt zu vorangegangenen Persönlichkeitsforschern und für den interessierten Leser – ein Vergleich der vier Energiemuster mit anderen Modellen spannend.

Schon im alten Griechenland unterschied Hippokrates in seinem *Vier-Temperamente-Modell* Choleriker, Sanguiniker, Melancholiker und Phlegmatiker. Vielleicht kennen Sie das berühmte Dürer-Gemälde „Die vier Apostel“. Die Dargestellten, durch bestimmte Attribute zu identifizieren (Johann: offenes Buch; Petrus: Schlüssel; Markus: Schriftrolle; Paulus: Schwert und geschlossenes Buch), verkörpern ebenfalls die vier Temperamente:

1. Johannes: Sanguiniker
2. Petrus: Phlegmatiker
3. Markus: Choleriker
4. Paulus: Melancholiker

1

Je nach Persönlichkeitslehre gibt es aber unterschiedliche Begründungen für die Existenz von typischen Charakteren mit unterschiedlichen Verhaltensgrundmustern.

Persönlichkeitslehren mit psychoanalytischem oder psychotherapeutischem Hintergrund –

z.B. auf C.G. Jungs „Psychologische Typen“ (1928) zurückgehend –, leiten ihre jeweiligen Typen aus negativen Kindheitserlebnissen und Ängsten ab. Der bedeutende

Psychoanalytiker Fritz Riemann hat z.B. vier Persönlichkeitsmuster entwickelt und sie in seinem berühmten Werk „Grundformen der Angst“ eindrücklich dargestellt. Sein Ansatz fußt auf der Freud'schen Auffassung von der Persönlichkeit als Produkt von Ängsten und Kindheitsstörungen. Ganz anders die „Reiss Profile“ und das „Herrmann-Dominanz-Instrument (HDI)“. Diese Ansätze sind motivations- und bedürfnisorientiert, bzw. beziehen sich auf das Lernverhalten. Viele Wege führen nach Rom!

Ausgehend von C. G. Jungs Typenlehre entwickelte W. M. Marston das „DISG-Modell“, das ebenfalls vier Typen unterscheidet: dominant (Rot), initiativ (Gelb), stetig (Grün) und gewissenhaft (Blau). Diese mir stimmig scheinende Farbgebung habe ich übrigens für die

Farbkreise der Energiemuster (siehe Abb. 1 auf S. 33 im Buch) übernommen. Auch die Persönlichkeits-Attribute kann man in den Energiemustern, wenn auch nicht eins zu eins, so doch im Wesentlichen wiederfinden: dominant (Rot) für den Aggressiven, initiativ (Gelb) für den agilen Besserwisser, stetig (Grün) für das naturverbundene, traditionell orientierte kleine Kind und gewissenhaft (Blau) für den akribisch prüfenden, rationalen Rückzieher. Auch die von Eric Berne begründete **Transaktionsanalyse** legt aus Krankheitsbildern abgeleitete psychoanalytische Diagnosebezeichnungen zugrunde, wie „Histrioniker“, „Schizoide“ oder „Paranoide“. Zur Bezeichnung der drei Instanzen in der menschlichen Psyche entwickelte die Transaktionsanalyse die Begriffe „Eltern-Ich“, „Erwachsenen-Ich“ und „Kind-Ich“. Die einzelnen Persönlichkeitstypen werden sodann als ein z.B. „vom Eltern-Ich eingetrübtes Erwachsenen-Ich“ gekennzeichnet. Das entspricht im System der Energiemuster dem Aggressiven Einschüchterer, der „im Auftrag des Herrn“ unterwegs ist, während ein vom „Kind-Ich eingetrübtes Erwachsenen-Ich“ dem Kleinen-Kind-Muster entspricht, das keine Verantwortung übernehmen will.

2

Ebenfalls berühmt geworden sind die vier möglichen Kurzformel-Kombinationen der Transaktionsanalyse: „Ich bin okay, du bist okay!“, „Ich bin nicht okay, du bist okay!“ usw., womit verschiedene vier Grundeinstellungen gekennzeichnet werden.

Eine teilweise dem Obigen widersprechende Erklärung zur Herleitung von Persönlichkeitsmustern soll in dieser Auflistung nicht fehlen. In ihrem Buch „Neun Portraits der Seele“ über die Arbeit mit dem **Enneagramm** behauptet Sandra Maitri (2001), dass der „Ennea“-Typus bereits bei der Geburt festgelegt sei und dass ein Kind seine Eltern beeinflusst, sich seinem Muster anzupassen. Diese Sichtweise finde ich spannend, da sie den systemischen Bezug der Persönlichkeitsmuster in Familien berücksichtigt und das Beziehungsgeflecht beleuchtet, das natürlich in beide Richtungen ausstrahlt, wie es auch in den Energiemustern angelegt ist. So erklärt sich auch, weshalb z.B. Besserwisser Aggressive Einschüchterer-Eltern und ebensolche Kinder-Persönlichkeiten im System haben. Die Muster erzeugen sich gegenseitig! Der eine gibt, der andere nimmt, wie im Yin-Yang-Muster. Fels und Brandung, Ebbe und Flut, Himmel und Erde.

Wie bereits erwähnt geht das Persönlichkeitsmodell des „**Reiss Profile**“ nicht von Defiziten und Ängsten aus: „Die Leute sollen aufhören, ihre Eltern oder die unbewussten Anteile ihrer Seele für ihre Schwierigkeiten verantwortlich zu machen; sie sollten aufhören, sich selbst als Opfer ihrer Erziehung zu verstehen. Stattdessen sollten Sie sich klarmachen, wie sie durch

ihre unerfüllten Wünsche, durch ihre nicht zum Ausdruck gekommenen Wertvorstellungen und durch ihre Werte-Konflikte in Schwierigkeiten geraten“ (Reiss 2010, S. 14). Steven Reiss erforschte die Lebensmotive von Menschen in aller Welt, entdeckte mit quantitativ umfangreichen Studien insgesamt 16 Lebensmotive und entwickelte auf dieser Grundlage sein „Profile“. Menschen sollen schneller und pragmatischer Zugang zu ihren Problemen bekommen und sie besser lösen können. Lieber den Arbeitsplatz wechseln, als lang und breit die Kindheit zu analysieren umherauszufinden, warum man Probleme mit diesem oder jenem hat. Mir gefällt dieser Ansatz genauso wenig wie dem Affen, Elefanten, Papagei und Fisch, die der angeblichen Gerechtigkeit wegen die gleiche Aufgabe bekommen und auf einen Baum klettern sollen, was allerdings nicht jeder gleich gut kann. Jeder braucht für ihn passende Aufgaben, um gut zu sein. Oder anders ausgedrückt: Selbst die ausführlichste Kindheitsanalyse würde den Fisch nicht auf den Baum bringen!

Einige Persönlichkeitsmodelle beruhen auf der empirischen Hirn- und Verhaltensforschung. In seiner Konstitutionstypologie ordnete z.B. **William H. Sheldon** Menschen aufgrund ihres Körperbaus in die drei Kategorien ein (Wagner 2002, S. 16).

3

Bei den von Virginia Satir entwickelten und nach ihr benannten „**Satir-Kategorien**“ geht es vor allem um eine innere Haltung, die Stress vermeiden soll. Großen Wert legte sie auf die Art und Weise, wie diese Stresspositionen in der Körpersprache zum Ausdruck kommenⁱ.

Die Energiemusterübersicht

In der nun folgenden großen Energiemusterübersicht habe ich Virginia Satirs Zugang in gewisser Weise Rechnung getragen, indem ich die äußeren Merkmale von Energiemustertypen dargelegt habe. Für mich sind die Energiemuster jedoch psychologische Kategorien, die sich körperlich ausdrücken, nicht umgekehrt.

In meine Übersicht habe ich zudem die vier Hauptelemente – Feuer, Wasser, Erde, Luft – und die Bedeutung der Himmelsrichtungen aus dem indianischen Medizinrad mit aufgenommen. Letztere entsprechen ebenfalls metaphorisch den Energiemustern und zeigen zusätzliche Aspekte auf. Sie erhalten eine Übersicht, wie die Energiemuster in andere Modelle übersetzt werden können, wobei das natürlich immer nur Annäherungswerte sind. Jedes Modell verfügt über andere Schwerpunkte und Blickwinkel, durch die es seine Berechtigung und seinen Wert erhält.ⁱⁱ

Energiemuster	Aggressiver Einschüchterer	Besserwisser	Kleines Kind	Rückzieher
Elemente	Feuer	Erde	Luft	Wasser
Himmelsrichtungen, indianisches Medizinrad	Süden: Sommer, Fruchtbarkeit, Jugend, schnelles Wachstum, Widersprüche	Westen: Herbst, Ernte, Abenddämmerung, Erwachsensein, Stärke, Ausgleich, Kompetenz	Osten: Erwachen, Morgendämmerung, Frühling, Säugling, Neuanfang, Begeisterung, Kreativität	Norden: Winter, das Alter, Vernunft, Ziele und Absichten, Weisheit, Kopf
Vier Temperamente	Choleriker	Sanguiniker	Melancholiker	Phlegmatiker
Typenlehre C.G. Jung	extravertiert	extravertiert	introvertiert	introvertiert
DISG	Rot, dominant	Gelb, initiativ	Grün, stetig	Blau, gewissenhaft
Riemann, „Grundformen der Angst“	zwanghaft: die Angst vor der Wandlung, als Vergänglichkeit und Unsicherheit erlebt	(hysterisch) jetzt histrionisch genannt: die Angst vor der Notwendigkeit, als Endgültigkeit und Unfreiheit erlebt	depressiv: die Angst vor der Selbstwerdung, als Ungeborgenheit und Isolierung erlebt	schizoid: die Angst vor der Selbsthingabe, Als Ich-Verlust und Abhängigkeit erlebt
Transaktionsanalyse	Ich bin okay, du bist nicht okay. Narzisst	Ich bin okay, du bist okay. Histrioniker	Ich bin nicht okay, du bist nicht okay. Narzisst	Ich bin nicht okay, du bist okay. Neurotiker
Satir-Kategorien	Ankläger (Blamer)	Ablenker (Distractor) und Beschwichtiger (Placater)	nicht vertreten	Rationalisierer (Computer)
„Rechts- und Linkshirner“	links	rechts	rechts	links
Metaprogramme	großer Chunk Zukunft proaktiv innenorientiert	kleiner Chunk Gegenwart reaktiv außenorientiert	großer Chunk Gegenwart und Vergangenheit proaktiv innenorientiert	kleiner Chunk Vergangenheit reaktiv außenorientiert

Welchen Stellenwert, fragen Sie sich vielleicht, liebe Leserin, lieber Leser, haben nun die Energiemuster, wenn es schon so viele andere Modelle und Kategorien gibt? Eine anschauliche Antwort fand ich in Hardy Wagners Grundlagenwerk über Persönlichkeitsmodelle: „Als Metapher für die ‚Andersartigkeit trotz Richtigkeit‘ wird gern das Beispiel von Landkarten aller Regionen – zu jeweils unterschiedlichen Aspekten – herangezogen. Für den gleichen geografischen Raum können etwa eine Straßenkarte, ein Eisenbahnnetz oder Karten bezüglich Topographie, Klima, Bevölkerungsdichte und vieles mehr erstellt werden. Die Aussagen können jeweils völlig anders sein, bezogen auf den jeweiligen Fokus aber dennoch durchaus richtig“ (2002, S. 24).

Dazu noch einmal das Zitat von Anaïs Nin: Wir sehen die Dinge nicht wie sie sind, sondern wie wir sind! Sie, liebe Leser, sind eingeladen, sich ein eigenes Bild zu machen und Ihre eigenen Kategorien zu bilden, so wie ich die Energiemuster von Gundl Kutschera übernommen und durch eigene Studien angepasst und verändert habe.

Literatur:

Reiss, Steven (2010): Das Reiss Profile. Die 16 Lebensmotive: Welche Werte und Bedürfnisse unserem Verhalten zugrunde liegen. Offenbach: Gabal.

Wagner, Hardy (Hrsg.) (2002): Persönlichkeitsmodelle: Die wichtigsten Modelle für Coaches, Trainer und Personalentwickler. Offenbach: Gabal.

ⁱ Ausführliche Beschreibung des Kategorien mit Abbildungen bei Stephan Landsiedel unter: <http://www.nlp-bibliothek.de/nlp-master/m-12-03-beschwichtigen.html>

ⁱⁱ In seinem Buch „Persönlichkeitsmodelle“ bietet Hardy Wagner (2002) eine noch größere Übersicht und ein ausführliches Literaturverzeichnis für den interessierten Leser (S. 29 f.).