

EINFACH MIT JEDEM KLARKOMMEN

**Das TYPO-Prinzip[®] für ein leichteres
und erfolgreicherer Miteinander in
Privatleben und Beruf**

MYRIAM BIRGIT HÜLSMANN

Inhalt

Seite

Lerneinheit 1

Warum ist das Zwischenmenschliche überhaupt so kompliziert?	11
Das Psychographie-Modell	12

Lerneinheit 2

Auf einen Blick: Schneller Start ins Typenwissen	21
Die 3 Typos im Kurzporträt	22
Gesamteindruck: So wirken die 3 Typos nach außen	28
Wie wurde ich dieser Typo?	30
Was mir als Handler, Fühler, Denker wichtig ist	32
Mini-Rätsel 1: Wer ist wer?	35

Lerneinheit 3

Die äußeren Erkennungs- und Unterscheidungsmerkmale der drei Typos	37
Die typische Begrüßung und der erste Händedruck	38
Der typische Gang	40
Die typische Ausstrahlung und Gestik	42
Die typische Mimik und der typische Blick	44
Die typische Sprache, Stimme, Kommunikation und das typische Lächeln	46
Achtung, Mimik!	48
Heiteres Typo-Raten im Alltag	50
Die Untertypen: Die Untertypen der 3 Typos	52
Der Typotest: Hier findest du deinen Typo heraus	54

Lerneinheit 4

Die 3 Typos im Alltag	67
Wertvolle Eigenschaften vom Handler, Fühler und Denker	68
Kleidungsstil	70
Geselligkeit und Gastfreundschaft	72
Pünktlichkeit	74
Mini-Rätsel 2	78
Stärken, Fähigkeiten und Schwächen	80
Die Typos und ihre Emotionen	82
Anwender des Typo-Prinzips erzählen aus ihrem Alltag	86
Schnell-Gebrauchsanweisung für die 3 Typos	98
Darin sind die 3 Typos gut	100
Was allen 3 Typos guttut: Positive Formulierungen und Kraftsätze	102
Was die 3 Typos schätzen ...	104
... und was für sie gar nicht geht	106
„Jetzt wird’s kritisch!“: So gehen die 3 Typos mit Konflikten und Kritik um	108

Lerneinheit 5

Die 3 Typos im Berufsleben	111
In welchen Berufen blühen die 3 Typos regelrecht auf?	112
Warum keiner der 3 Typos in einem Team fehlen darf	114
Interview zwischen einem Headhunter und einem Personalleiter	116
Zusammenfassung der wichtigsten Merkmale und Eigenschaften der 3 Typos	122

Lerneinheit 6

So wächst du über dich selbst hinaus	137
1. Einstellung und Verhalten	138
2. Kommunikation	142
3. Positive Lebensgestaltung: Leg doch mal den Schalter um!	148

Lerneinheit 7

Kinder	153
Welcher Typo ist mein Kind	154
Wie lobe ich typogerecht?	162

Lerneinheit 8

Tiere	165
Gibt es die Typos auch bei Tieren?	166
Ein paar letzte, wichtige Tipps	170
Schlusswort	172
Die Autorin	174
Seminare und Beratungen bei der Autorin	176
Weiterführende Literatur	177
Danksagung	176
Erfahrungen von Anwendern und Teilnehmern aus den Typo-Seminaren	180

Meine Stärken sind:

Die 3 Typos im Kurzporträt:

Wer bin ich?



Handler 

Kraft · Wollen · Handeln

Fühler 

Liebe · Beziehung · Fühlen

Denker 

Geist · Erkennen · Denken

Ich bin ein **Handler** und ... über mich selbst würde ich sagen:



Ich stehe mit beiden Beinen im Leben, wie ein Fels in der Brandung. Ich komme energiegeladen, zügig und meist aufrecht auf dich zu.

Ich spreche meist laut, verständlich und manchmal fordernd und schaue dich beim Sprechen direkt an. Oft schaue ich dich auch unbewusst streng oder fixierend an. Das hat aber nichts mit dir zu tun – dann bin ich in Gedanken.

Ich werde schnell aktiv und daher leider auch mal ungeduldig oder impulsiv.

Ich denke in Selbstgesprächen und inneren Unterhaltungen.

Ich verwende gern die Wörter „man“ oder „wir“, auch wenn ich von mir selbst oder mit Einzelpersonen spreche.

Ich sage erst mal schneller „Nein“ als „Ja“, weil ich sowieso schon viel mache.

Ich mag es gern, wenn alles richtig und harmonisch ist und ich unabhängig und selbstständig sein kann.

Meist weiß ich sofort, was ich nicht möchte, tue mich aber schwer zu sagen, „was ich stattdessen möchte“. Ich darf auf mein Bauchgefühl hören und vertrauen, da mir das „Wir“ sehr wichtig ist. Ich stelle (im positiven und im negativen Sinne) meist das Wohl des „Wir“ über das Wohl des Einzelnen.

Ich erscheine oft unverletzbar, stark und selbstbewusst, das **ist aber** nur die harte Schale um meinen weichen Kern.



Ich bin ein **Fühler** und ... über mich selbst würde ich sagen:



Ich komme positiv, schwungvoll und meist anmutig auf dich zu. Du wirst mich bemerken.

Ich habe einen ausgesprochenen Blick fürs Positive und bin immer vom Guten im Menschen überzeugt. Ich bin daher selten kritisch, unzufrieden oder negativ (nur wenn's mir schlecht geht, bin ich auch mal kühl).

Ich spreche gewinnend, begeistert und manchmal ausschmückend und lächle dich dabei an.

Ich bin sehr offenherzig, trage mein Herz oft auf der Zunge und knüpfe gerne neue – unverbindliche – Kontakte.

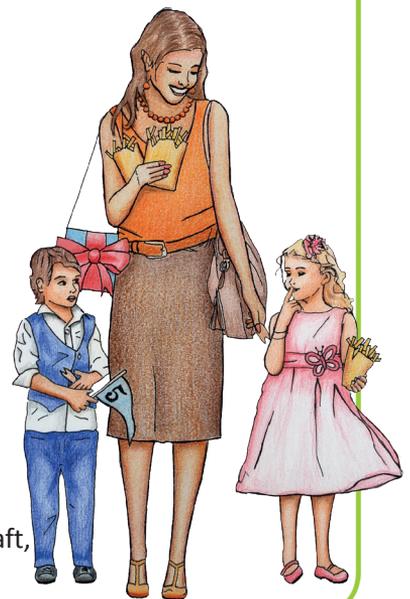
Ich denke in Bildern.

Ich verwende lieber die „Du“- als die „Ich-Form“.

Ich sage (manchmal zu) schnell „Ja“, da ich anderen gerne helfe oder sie retten will.

Ich mag es gerne, wenn ich mich geliebt, anerkannt und wertgeschätzt fühle und verstanden werde.

Ich erscheine oft kindlich, naiv, oberflächlich oder nicht ernsthaft,
bin aber sehr am Erkennen und Verstehen interessiert.



Ich bin ein Denker und ... über mich selbst würde ich sagen:



Ich komme langsam, zurückhaltend und unverbindlich auf dich zu.

Ich bin oft still, unauffällig, eher defensiv und gebe mich gerne lässig.

Ich bin sehr konzentriert und sachlich und bleibe meistens ruhig.

Ich bleibe gerne erst mal abwartend im Hintergrund.

Ich spreche leise, ruhig, vielleicht auch mal eintönig, und zeige erst mal wenig Emotionen.

Ich denke in Verbindung mit Körperbewegungen und -empfindungen.

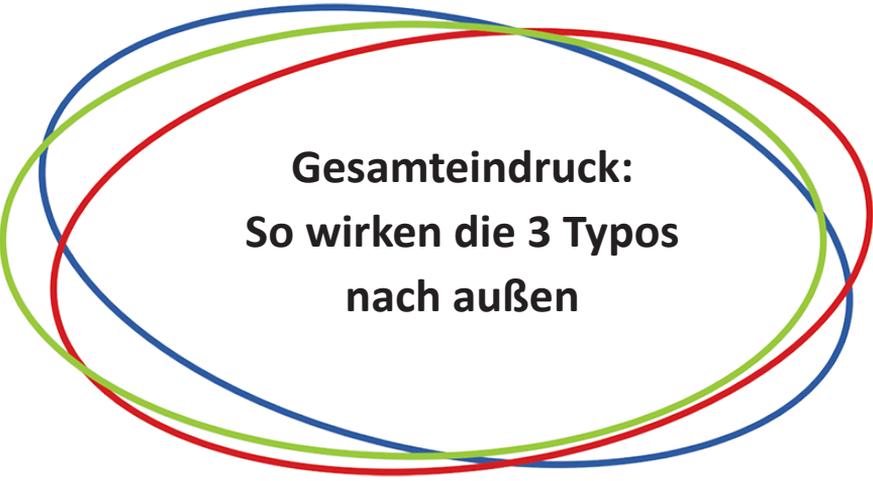
Ich sage gerne „vielleicht“ oder „mal sehen“, um mir alle Optionen offen zu lassen.

Ich verwende gerne die „Ich-Form“ und finde es normal, mir selbst Aufmerksamkeit zu schenken und gut für mich selbst zu sorgen.

Ich mag gerne Sicherheit und Garantien, Zufriedenheit und wenn ich die Umwelt und das Leben verstehe.

Ich erscheine oft geheimnisvoll, überheblich, eingebildet oder auch hochmütig, **bin aber** leicht verletzbar und mein Selbstbewusstsein schwindet leicht.





**Gesamteindruck:
So wirken die 3 Typen
nach außen**

Handler

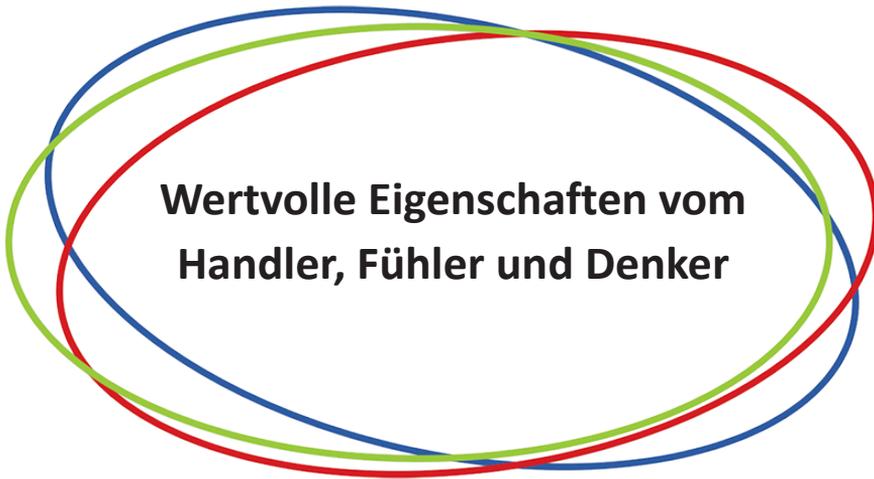
ehrlich, pflichtbewusst, manchmal selbstgerecht,
gradlinig und direkt, verlässlich, energiegeladen,
moralisch, entschlossen, schnell mal ungeduldig

Fühler

quirlig, liebenswürdig, lebhaft, von zierlich bis gut
gepolstert, manchmal bestimmend und ehrgeizig,
mitfühlend und sozial eingestellt

Denker

geistig flexibel, behutsam,
ruhig, nachdenklich, einsichtig und verständnisvoll,
distanziert, zurückgenommen, sachlich, nüchtern, zeigt
wenig Gefühle, manchmal wichtigtuersch



**Wertvolle Eigenschaften vom
Handler, Fühler und Denker**

Raum für deine Notizen: Was erkennst du über dich?

Handler

Ich bin:

organisiert, konsequent, freundlich, energisch, verlässlich, ehrlich, leistungsfähig, weitblickend, fair, diszipliniert, mutig, gerecht, ordnungsliebend, unterstützend, direkt, moralisch hochstehend, loyal, bodenständig, beschützend, unabhängig, idealistisch und manchmal Respekt einflößend.

Fühler

Ich bin:

warmherzig, intuitiv, selbstbewusst, unterstützend, anspornend, kreativ, empfindsam, liebevoll, begeisternd, selbstlos, fleißig, beliebt, optimistisch, mitfühlend, vertrauensvoll, anpassungsfähig, großzügig, ausdrucksvoll, ideenreich, feinfühlig, fürsorglich und nehme auch Nuancen wahr.

Denker

Ich bin:

sachkompetent, originell, konzentriert, engagiert, treu, objektiv, verlässlich, überzeugend, analytisch, loyal, anerkennend, interessiert, einfühlsam, nüchtern, selbstgenügsam, klug, feinnervig, sachlich, gewissenhaft, ausdauernd, manchmal visionär und tief blickend.

1. "Ich will etwas Wichtiges mit meinem Denker-Mann besprechen" Ein aufschlussreiches Interview mit einer Handler-Frau

Barbara (Name geändert), ist 54 Jahre alt. Sie ist eine Handlerin und seit 37 Jahren mit einem Denker verheiratet. In dieser langen Zeit hat sie so manche Erfahrung gesammelt, die ihnen beiden das Zusammenleben wieder enorm erleichtert hat. Viele Paare scheitern an der Kommunikation genau an diesen Stellen, darum habe ich dieses Gespräch mit Barbara hier für dich aufgeschrieben.

Barbara erzählt:

„Wenn ich mit meinem Mann etwas Wichtiges besprechen will, dann gehe ich mit ihm spazieren. Denn beim Spaziergehen, da braucht er mich nicht anschauen, sondern kann ganz im Kopf bleiben. Wenn er vor mir sitzen würde im Gespräch, dann schaut er weg – weil anschauen UND denken, das geht für ihn nicht.“

Ich stimme ihr zu:

„Ja, die Denker schauen wirklich meist weg, um zu denken. Denn wenn dein Mann dich anschauen würde, dann geht er ja ins Gefühl. Dann sieht er die Frau, die er liebt. Aber wenn er denken will, dann muss er wegschauen.“

Barbara lacht:

„Ja, das ist schon interessant. Weil – seinen PC, den kann mein Mann immer anschauen beim Denken. Er ist ja Ingenieur. Aber er kann keine lebenden Personen beim Denken anschauen! Daher habe ich herausgefunden, wenn man seinem Ehemann / seiner Ehefrau oder dem Freund / der Freundin, die Denker sind, etwas Wichtiges sagen will oder wenn es etwas Ernsthaftes zu besprechen gibt, dann sollte man eine Runde spazieren gehen.“

Ich frage nach:

„Nun kann man aber ja nicht immer spazieren gehen. Wie handhabt ihr das im Alltag?“

Barbara antwortet:

„Also, die besten Gespräche, die führen wir immer, wenn er auf der Arbeit ist und mit mir telefoniert. Das funktioniert immer sehr gut – weil dann muss bzw. kann er mich dabei

ja nicht anschauen. Oder auch, wenn er im Wohnzimmer sitzt und ich bin in der Küche (oder umgekehrt). Wir sprechen dann einfach etwas lauter über die Zimmer hinweg – auch das funktioniert sehr gut. Es war schon eine Wahnsinnsherausforderung, das zu verstehen. Das muss man ja auch aushalten können. Weil ich als Handlerin – ich muss mein Gegenüber immer anschauen! Ich fixiere mein Gegenüber richtig im Gespräch. Jemanden gar nicht dabei anschauen, das musste ich erst richtig lernen.“

Ich frage weiter:

„Und wenn es doch mal was gibt, bei dem du dir wünschst, dass dich dein Mann anschaut?“

Barbara erzählt:

„Dann sage ich zu ihm: Schatz, bei unserem heutigen Gespräch musst du dich mal verrenken. Schau mich bitte an. Ich erzähle dir jetzt etwas und bitte sieh mich dabei an. Ich brauch das jetzt auch mal, dass man mich während einem Gespräch ansieht. Ich kann heute nicht durch die Gegend schauen, während ich mit dir spreche! Und dann strengt sich mein Denker-Ehemann auch wirklich an und bemüht sich, mich anzuschauen. Weil er ja weiß, dass ich mich sonst ebenfalls bemühe, auf seine Eigenarten in dieser Angelegenheit einzugehen. Ich habe auch etwas Superwichtiges gelernt – ein Geheimtipp im Umgang mit Denkern sozusagen.“ Sie schmunzelt mich an.

Ich sage:

„Na, den wollen wir aber jetzt unbedingt hören!“

Barbara sagt:

„Wenn ich ihm etwas ganz Wichtiges, zum Beispiel etwas Familieninternes, erzählen will, dann sage ich nur 3 oder 4 Sätze – und dann mache ich eine Pause. Dann kann es sein, dass da 5 Minuten dazwischenliegen, bevor er etwas antwortet. Für mich als Handlerin natürlich eine fast unmögliche Situation. Man erzählt – und es kommt ewig lange keine Antwort. Hat er mich nicht verstanden?, denke ich dann. Hat er mich vielleicht gar nicht gehört? Soll ich alles noch einmal erzählen? Nein – er denkt doch über das Erzählte nach ... und denkt ... und denkt ... und denkt – und dann kommt eine Antwort. Für ihn ist das völlig normal.“

Ich frage nach:

„Warum genau machst du diese Pause nach 3 bis 4 Sätzen?“

Sie nickt:

„Wenn ich zu viele Sätze oder Infos hintereinander bringe – dann sagt er manchmal kurz darauf: Das hast du mir gar nicht erzählt. Und ich sage: Doch, das hab ich erzählt, ich weiß es ganz genau, das war doch ein wichtiges Detail.

So etwas passiert, weil er schon nach 3 Sätzen im Denken ist. Dann hört er den Rest gar nicht mehr, den ich sage. Darum mache ich diese Pause. Denn er braucht Zeit, um in alle Richtungen zu denken. Er checkt alle Eventualitäten im Kopf durch, um dann zu einer super-durchdachten Antwort zu kommen. Aber das dauert halt seine Zeit.

Ich gebe meine Antworten aus dem Bauch heraus – dadurch bin ich schneller. Wir hatten mal ein ganz verrücktes Erlebnis: Wir sind zu einer Familienfeier gefahren. Und wir fahren daheim los und ich frage ihn was. Nach 10 Minuten (!), schon kurz bevor wir am Ziel angekommen sind, gibt er mir die Antwort. Ich hatte schon vergessen, dass ich ihn was gefragt hatte. Also sage ich: Na, das hat jetzt aber gedauert. Darauf sagt er: Wieso, das hast du mich doch gerade eben gefragt! Und ich: Das habe ich dich vor 10 Minuten gefragt! Darauf er: Ach, ist das schon sooo lange her?“

Wir beide lachen.**Barbara seufzt und sagt:**

„Ich muss einfach Geduld haben mit meinem Denker-Ehemann. Früher habe ich ihn richtiggehend ‚zugebabbelt‘ mit 20 Sätzen – alles hintereinander weg – um ein bestimmtes Thema abzuhandeln. Und dann hat er mir oft eine Frage gestellt, bei der ich dachte: Das habe ich dir doch schon vor 5 Minuten erzählt. Dadurch habe ich dann gemerkt, den ganzen Rest nach dem dritten oder vierten Satz hatte er gar nicht mehr mitbekommen. Heute weiß ich: Er braucht die Zeit während meiner Redepause einfach zum Nachdenken. Früher war das oft schwierig und hat zu Streit geführt oder zu Diskussionen. Jetzt, nach all den vielen Ehejahren, haben wir sehr gut gelernt damit umzugehen. Er weiß allerdings auch umgekehrt, dass er mir nicht nur 2 Sätze als Antwort geben darf. Ich brauche mindestens 10 Sätze“, sagt sie lächelnd.

Das interessiert mich:

„Und wie geht er damit um?“, frage ich nach.

Barbara erzählt:

„Nun, für gewöhnlich, wenn er mit seinen Eltern eine Stunde lang telefoniert, erzählt er mir nur 2 Sätze über das gesamte Telefonat. Ich rege mich natürlich über diese wenigen Infos auf und sage: Du hast doch nicht eine Stunde telefoniert und es ging nur über diese eine Sache. Er meint daraufhin: Ja, dann muss ich jetzt halt noch mal drüber nachdenken, was die Eltern alles gesagt haben. – Oder es kann sein, dass er mir am nächsten Tag beim Frühstück etwas erzählt, was ich noch nicht wusste, und ich frage dann: Woher weißt du das? Darauf er: Ich hab doch gestern mit meinen Eltern telefoniert! Und ich sage: Ich hatte dich doch gestern gefragt, was sie alles erzählt haben. Und er sagt dann meistens: Ja, gestern ist mir das nicht mehr eingefallen.

Ja, das ist wirklich so bei uns!“, schmunzelt Barbara.

Es ist erstaunlich, wie typisch dieser Denker-Ehemann für viele weitere Denker steht. Es scheint so, als sammelten die Denker Wissen „für schlechte Zeiten“ – damit sie es dann haben, wenn sie es benötigen. Daher beobachten sie so vieles, ganz still für sich. Und wenn es gebraucht wird, können sie ihre Beobachtungen anwenden.

Barbara berichtet mir noch ein weiteres Beispiel – aus der Arbeit:

„Wenn ich ihn frage: Wie war es auf der Arbeit?, dann kommen als Antwort oft nur 2 Sätze. Wenn er gestresst ist, dann kommen sogar nur Wörter. Ich frage dann nach: So, ich habe jetzt 5 Wörter bekommen. Soll ich mir eine Geschichte dazu basteln, oder magst du mir mehr dazu erzählen? – Er schaut mich dann ganz groß an, fängt aber an zu erzählen. Ich muss auch oft nachfragen und sagen: Das reicht mir nicht. Was hat der denn darauf geantwortet, was hat der andere dazu gesagt oder darauf reagiert? Ich frage also all die Informationen nach, die ich – wenn ich im Gespräch mit jemand anderem wäre – von mir aus liefern würde. Meinem Denker-Mann ist das viel zu viel Drumherum. Aber mit Humor geht doch alles – wir haben uns da wirklich gut aufeinander eingespielt. Manchmal sage ich auch: Das waren jetzt aber noch keine 10 Sätze, du weißt doch, ich brauche meine 10 Sätze. Denk an unsere Abmachung. – Dann sagt er: Ich überleg´ noch mal was.“

Barbara ergänzt noch:

„Manchmal, wenn ich merke, dass mein Mann wieder im Denken verhakt ist und gar nicht ausspricht, an was er gerade herumdenkt: So, jetzt mal kurz Stopp mit Denken – bitte sprich schon mal ein Stück, dann hab ich auch was zum Nachdenken. Dann kann ich mitspielen.“

Es ist einfach klasse zu sehen, was dieses Paar gemeinsam aus seinen Unterschieden gemacht hat und wie es aufeinander eingeht.

Mein Tipp ist ebenfalls: Ärgern Sie sich nicht zu sehr über Ihr Gegenüber – machen Sie ein Spiel draus!

Mit Humor und dem Typo-Wissen geht eben vieles leichter.

Noch ein paar kleine Tipps auf einen Blick zu diesem Thema:

TIPP 1: Besprechen Sie mit einem Denker wichtige Dinge am Telefon. Das Telefon hilft ihm, weil er sein Gegenüber nicht anschauen muss.

Räumen Sie ihm/ihr eine kurze Bedenkzeit ein: „Hast du mal 5 Minuten Zeit?“

Signalisieren Sie die Wichtigkeit für Sie: „Lass dich bitte jetzt nicht ablenken, denn mir ist das jetzt sehr wichtig!“ (Falls er/sie noch nebenbei in seinen Computer schaut o. Ä.)

TIPP 2: Besprechen Sie Wichtiges nicht im Auto.

Während der Fahrt muss sich ja jeder auf den Verkehr konzentrieren. Sie würden keine voll durchdachte Antwort bekommen.

TIPP 3: Wenn Sie einem Denker keine Bedenkzeit geben können, legen Sie einen Zeitpunkt für seine/ihre Antwort fest.

TIPP 4: Wenn Antwort oder Hilfe zu lange auf sich warten lassen:

„Nimm dir Zeit, ich kann auch jemand anders fragen.“ ... und da er/sie gerne behilflich ist, will er/sie dann lieber selber helfen.

TIPP 5: Schlagen Sie einen Spaziergang vor.

Dabei schaut man sich nicht an. Und weil sich Denker oft beim Denken bewegen, gehen sie meist auf solch einen Vorschlag ein.

2. „Ich fühlte mich immer wie das schwarze Schaf und nie verstanden“

Hier noch ein weiteres Beispiel, wie auch zwischen Kindern und Eltern das Typo-Thema eine wichtige Rolle spielt.

Jasmin (Name geändert), ist 32. Sie ist eine Fühlerin. Ihre ganze Familie – ihre Mutter, ihr Vater und auch ihre Schwester – sind Denker. Jasmin arbeitet in einem Biofachmarkt, sie hat einen Mischlingsschäferhund und eine Zweizimmerwohnung, die ordentlich aufgeräumt ist, jedoch nicht zu penibel. Ab und zu liegt aber auch gerne mal was rum.

Jasmin ist eine gläubige junge Frau. Sie verabscheut Fleisch aus Massentierhaltung und isst nur Fisch, der geangelt wurde. Früher neigte sie zu Süchten, hat mal Marihuana und Ähnliches ausprobiert, einfach aus Neugierde.

Sie hat das Bedürfnis, gute Beziehungen zu haben. Dafür tut sie viel. Oft auch Dinge, die sie im Nachhinein bereut. Doch es ist ihr wichtig, mit Menschen in Beziehung zu treten, es fällt ihr leicht und ist ihr natürlicher Impuls.

Es gab eine Zeit, in der es Jasmin nicht gut ging. Ihre Eltern machten sich große Sorgen und wollten ihr einen Brief mit Hilfsangeboten schreiben.

Bisher hatte Jasmin alle Versuche der Eltern und Schwester abgelehnt, sich helfen zu lassen. Sie fühlte sich schon immer missverstanden – als Kind schon und in dieser schweren Zeit erst recht.

Jasmins Eltern kamen zu mir mit der Bitte, ich solle den Brief, den sie Jasmin schicken wollten, doch bitte lesen und ihnen Feedback geben. Sie wussten, dass ich mich schon lange mit dem Typenwissen beschäftige. Und tatsächlich fand ich einige Formulierungen, die für Denker durchaus „typisch“ und normal sind, die ein Fühler aber niemals verstehen und annehmen kann.

Ich machte ihnen einige Formulierungsvorschläge, die sie dankbar annahmen. Dann

schickten sie den Brief an ihre Tochter ab.

Das Ergebnis: Jasmin nahm ihre Hilfsangebote an.

Sie fühlte sich zum ersten Mal in ihrem Leben von ihren Eltern wirklich verstanden!

Jasmin kannte mich und vermutete nach dem Lesen des Briefes, dass ich geholfen haben könnte. Sie sagte: „So haben meine Eltern noch nie mit mir kommuniziert. Ich habe mich zum ersten Mal so richtig verstanden gefühlt. Deshalb konnte ich die angebotene Hilfe jetzt annehmen.“

Wir sprachen offen darüber und ich erzählte ihr von den drei Typen Handler, Fühler und Denker. Denn ich hatte keinen anderen Brief geschrieben – der Brief war zu 100 Prozent der ihrer Eltern! Nur eben jetzt auf eine Weise formuliert, in der sich ein Fühler angenommen fühlt.

Jasmins Eltern hatten beim Lesen und bei der gemeinsamen Abstimmung, ob sie meine Formulierungen verwenden könnten, einfach mal statt ihrer gewohnten Denker-Brille die Fühler-Brille aufgesetzt.

Heute sind sie alle große Typo-Prinzip-Fans.

Auf einmal fiel es Jasmin wie Scheuklappen von den Augen und es passierte etwas Erstaunliches und Tiefgreifendes in ihr:

Zum ersten Mal in ihrem Leben verschwand das Gefühl, dass etwas mit ihr persönlich nicht stimmt.

Als Kind und als Teenager hatte sie oft das Gefühl, das schwarze Schaf der Familie zu sein. Sie fühlte sich oft böse und schlecht, und was immer sie auch tat, es schien falsch zu sein. Dabei war sie nicht falsch, sie war einfach nur ganz anders als ihre Eltern und ihre Schwester!

Für Jasmin war es der Hauptschlüssel zu verstehen, dass sie nicht falsch, sondern nur anders ist.

In ihrer Denker-Familie wurde nicht über Gefühle gesprochen, es wurden auch keine

Gefühle gezeigt. Für einen Fühler ist dies schwer – er hat permanent das Bedürfnis, seine wahren Gefühle zu zeigen. Andernfalls verspürt er den Drang, immerzu etwas verheimlichen und verstecken zu müssen. Denn wenn man seine Denker-Eltern beobachtet, machen die es ja ganz anders.

Jasmin hatte bis zu diesem Zeitpunkt immer das Gefühl gehabt, ihre eigene Wahrnehmung sei falsch, sie könne nie etwas gut machen oder richtig entscheiden. So wie die anderen es eben machten. Alles, was sie faszinierte, alles, was ihre Aufmerksamkeit weckte ... Es fühlte sich immer „nicht richtig“ an. Dass ein Denker-Teenager ganz anders agiert als ein Fühler-Teenager wäre ihr damals nie in den Sinn gekommen. Woher auch?

Damals hatte sie das starke Bedürfnis, eine Art zweite Persönlichkeit zu erschaffen, die macht und sagt, was man von ihr erwartet. Sie wusste: Wenn ich es so oder so mache oder sage, dann komme ich damit durch.

Natürlich spielen da ja auch noch andere Faktoren eine Rolle, wie zum Beispiel die Erziehung in moralischer/religiöser Familie etc. Doch grundsätzlich war es bei Jasmin das Äußern ihrer wahren Gefühle, Interessen, Sehnsüchte oder Neigungen, das ihr Schwierigkeiten gemacht hatte. Sie hätte sich nie getraut zu sagen: „Ich würde gerne wissen, wie eine Zigarette schmeckt, und das einfach mal ausprobieren.“

All diese Dinge und auch andere, von denen sie annahm, dass sie für ihre Eltern ein „Weltuntergang“ oder ein Riesendrama gewesen wären, behielt sie für sich. Nur der Gedanke daran bestärkte schon ihr Gefühl, schlecht und böse zu sein. Sie konnte sich einfach nicht als Mensch sehen, der ein gutes Herz hat – denn ihr Herz sagte oder wollte ja immer Dinge, die für die anderen völlig unverständlich und tabu waren!

Diese Gefühle zogen sich durch ihr ganzes Leben. Bis sie das Typo-Prinzip kennenlernte. Da verstand sie: „Ich bin gar nicht das schwarze Schaf. Ich bin nur anders und meine Eltern haben mich nicht verstanden – und ich mich selbst natürlich auch nicht.“

Heute gesteht sie sich ihre wahren Gefühle zu. Sie lebt in einer glücklichen Beziehung. Wenn sie mal einen hübschen jungen Mann sieht und denkt: „Wow, ob der wohl weiß,

wie hübsch er ist?“, dann gesteht sie sich auch das zu. Sie will in dem Moment gar nichts von diesem anderen Mann. Es ist ihr natürlicher Impuls, mit anderen Menschen in Beziehung treten zu wollen. Sie ist deswegen kein schlechter Mensch. Es ist einfach ihr erster Gedanke als Fühler. Und sie selbst hat ja das Ruder in der Hand und kann auch einfach wieder wegsehen, wenn sie das möchte.

Heute sagt Jasmin: „Um nichts in der Welt würde ich meinen Typo tauschen wollen. Aber erst, nachdem ich mich selbst richtig verstanden habe!“

Heute ist sie in Frieden mit sich und ihrer Art. Sie kann sich verstehen und sie kann auch die anderen in ihrem Umfeld viel besser verstehen. Sie kann ihre eigene Lebensfreude leben und andere damit anstecken. Und sie muss sich nicht mehr verstecken, sich verbiegen oder „wie die anderen“ sein, um angenommen zu werden.

Es ist ein Geschenk und eine Gabe des Fühlers, mit anderen Menschen sehr schnell in Kontakt zu kommen. Das fällt einem Fühler viel leichter als einem Denker oder Händler. Wenn ein Fühler in den Raum kommt und lächelt, ist er ganz schnell in Beziehung zu den Anwesenden.

Fazit: Wollen wir auf eine schnelle, positive und angenehme Art ins Gespräch mit anderen Menschen kommen, können wir uns vom Fühler ganz viel abschauen.

Mein Tipp, wenn du Vater oder Mutter von Kindern bist:

Bewahre die Ruhe, wenn dein Kind etwas äußert, was du nicht gut findest. Bewerte nichts und hebe nicht gleich den Finger oder werde gar laut. Schaue mit einer anderen Brille auf dein Kind!