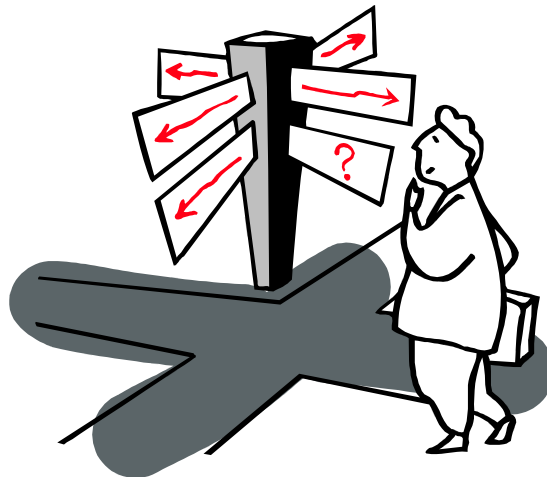


Persönliche Verhaltensmuster ***(Die vier Prioritäten)***



*Was ist das für ein Mensch? Wie verhalte ich mich ihm gegenüber?
Welches ist mein Verhaltensmuster, was bewirke ich damit bei anderen und
was ist dabei besonders zu beachten?
Anhand eines Persönlichkeitsmodells der vier Prioritäten können wir
zentrale Verhaltensmuster erkennen und so den Umgang mit uns selber und
anderen Personen vereinfachen.*

11. Ausgabe November 2010

INHALTSVERZEICHNIS

1	Einführung	2
2	Wunsch zur Systematik	3
3	Grundplan - Lebensstil	3
4	Die vier Prioritäten	4
4.1	Einführung.....	4
4.2	Typische Verhaltensmöglichkeiten.....	5
4.3	Strategien um Engpass zu vermeiden	7
4.4	Denkprozess bezüglich der Prioritäten.....	8
5	Zusammenfassung.....	9

***Anredungsform:** Zur Verbesserung der Lesbarkeit dieser Dokumentation, wird die männliche Personenbezeichnung anstelle von Paarformen gewählt. So bezeichnen in der Regel "Mitarbeiter", "Teilnehmer" usw. Personen beider Geschlechter. Abweichungen von diesen Bezeichnungen dienen dem Verständnis.*

1 EINFÜHRUNG

Wir alle stehen mehr oder weniger in permanenten Kontakt mit Menschen. Sei dies im Arbeitsprozess, mit unseren Kollegen oder Vorgesetzten oder in der Familie mit unserer Frau oder den Kindern oder aber im erweiterten Sozialen Umfeld mit unseren Freunden oder Vereinskameraden.

Dabei stellen wir uns je nach Anlass z.B. speziell dann wenn uns eine Person besonders auffällt durch ihr Benehmen, die Frage: Was ist das für ein Mensch? Dabei meinen wir meistens das Verhalten der entsprechenden Person.

Jeder Mensch hat eine bestimmte Meinung darüber, wie er ist und wie er wirkt.

Er macht sich ein **Selbstbild**. Man spricht dann auch von einer **Selbsteinschätzung** oder **Selbstbeurteilung**.

Derselbe Mensch wirkt aber auch auf sein Umfeld, welches sich ebenfalls ein Bild von ihm macht. Man nennt dies ein **Fremdbild**. Andere Menschen schätzen den betroffenen Menschen (oft unbewusst) ein. Man nennt dies dann auch eine Fremdeinschätzung oder eine Fremdbeurteilung.

Um die eigenen Verhaltensweisen ein bisschen besser verstehen zu können, kann das Modell der vier Prioritäten wertvolle Dienste leisten.

2 WUNSCH ZUR SYSTEMATIK

Es ist schon seit Jahrhunderten der Versuch von Menschen, Ähnlichkeiten im persönlichen Verhalten zu systematisieren. Dieses Strukturieren und Zusammenfassen der menschlichen Eigenschaften ist bekannt unter dem Namen „Typologie“.

Bereits in der Antike befasste sich der griechische Arzt Hippokrates mit dem Zusammenhang von Körperbau und Temperament, indem er den Typus des „hinfälligen“ Schwindsüchtigen von dem des „aufgeregten“ Schlaganfallgefährdeten unterscheidet (*zitiert nach Titze / Gröner 1989*)

Der römische Arzt Galen entwickelte diese Typenlehre weiter zu dem auch uns noch bekannten Temperamentstypen, wie sie auch mehrfach vom Gründer der Individualpsychologie, Alfred Adler (1870–1937) aufgegriffen und besprochen wurden, es sind diese z.B.:

Sanguiniker, Choleriker, Melancholiker und der Phlegmatiker

Weitere bekannte Typologien stellt die von Kreschmer (1977) dar, in der er aufgrund von zahlreichen Untersuchungsreihen ein Zusammenhang zwischen dem Körperbau und seiner Persönlichkeit, also seiner lebensstil – typischen Art hergestellt wird.

Der leptosome (schmalwüchsige) Typ, Der phyknische Typ, der athletische Typ

Neben der erwähnten Typologien, gibt es eine Unmenge weiterer Typologien.

In der betrieblichen Fortbildung haben folgende Typologien mit unterschiedlichem Gewicht Bedeutung erlangt:

Struktogramm (R.W. Schirm), **HDI** (Ned Hermann), **DISG** (F. Gay), **SYNCHRONIZING**[®] (Jensch...Jenni), **Die vier Prioritäten** (Kefir.../ Schoenaker / Jenni)

3 GRUNDPLAN - LEBENSSTIL

Jeder baut sich seine Welt. Den Grundplan hat er in den ersten Lebensjahren selbst geschrieben, entworfen und nun richtet er sich täglich danach – aber er kennt ihn selber nicht bzw. nur Teile davon. Diesen Grundplan nennen wir den Lebensstil. Er enthält Grundregeln und Anschauungen, die man in den ersten Lebensjahren selbst entwickelt hat – aus den **Erfahrungen** dieser Jahre, aus dem **Erleben** seiner Eltern, seiner Geschwister, der häuslichen und der weiteren (sozialen) Umwelt. Er ist aber **keinesfalls** formuliert nach dem Motto:“ Wie ich es als **Kleinkind** der Welt erlebt habe“. Vielmehr ist er gefasst **als Gesetz**, als eine **letzte ultimative Erkenntnis**: So **ist** die Welt, so **sind** die Menschen – Männer, Frauen, so bin ich, dass muss ich anstreben, so kann ich das erreichen. Festgehalten ist dieser Plan nicht in Worten, sondern in Bildern und lebendigen, bildhaften Vorstellungen, besonders deutlich in den frühkindlichen Erinnerungen. Jeder hat seinen persönlichen Lebensstil, bzw. Charakter! Solange uns dieser Plan **unbekannt** ist, wird er **zwingend empfunden** in dem Sinne: Das **ist** so, das muss ich so machen. Gelingt es uns dagegen, ihn ins **Bewusstsein** zu rufen, so gewinnen wir die **freie Entscheidung** zurück. Nun heisst es: Das sehe ich so – ich kann es so oder auch anders sehen, das **kann ich** so machen, ich bin es so gewohnt – ich kann es so machen oder auch anders versuchen.

4 DIE VIER PRIORITÄTEN

4.1 Einführung

Mag auch jeder Mensch bedingt durch seinen Lebensstil, einmalig und unverwechselbar sein, so gibt es trotzdem Wünsche, Neigungen, Bestreben, die **vielen Menschen gemeinsam sind**. Die Persönlichkeitstheorie der vier Prioritäten wurde 1972 erstmals auf einem Individualpsychologischen Kongress in Tel Aviv von der Psychologin Nira Kefir vorgestellt. Später wurde sie von den Individualpsychologen Dr. med. Bill Pew sowie Theo Schoenaker weiterentwickelt und von W. Jenni ergänzt.

Die Persönlichkeitstheorie ist als ein Versuch zu verstehen, diese Eigenarten der Menschen in Gruppen zusammenzufassen. Wünsche und Abneigungen klar zu stellen und herauszufinden, welchen Preis man für eine bestimmte Priorität zu zahlen bereit ist. Denn alle Menschen teilen die gleiche Werte, der Unterschied liegt darin, **welchen Werten sie Priorität zuschreiben!**

Die Theorie geht davon aus, dass jeder Mensch aufgrund seines **Zugehörigkeitsstrebens** einer der vier beschriebenen Prioritäten den Vorzug gibt.

Das Zugehörigkeitsstreben beinhaltet einerseits den **Aktivitätsgrad** des Menschen (mit einer zielgerichteten Bewegung) als auch die Fähigkeit sich den andern Menschen **anzunähern** (Nähe – Distanz, Gefühl für die Gemeinschaft)

Vereinfacht dargestellt, lässt sich folgend Zusammenfassung erstellen:

**Ich handle so, dass ich das was mir nach meiner Meinung gut tut (Lustprinzip),
mit aller Kraft anstrebe,
und das was mir schlecht bekommt, mit aller Kraft vermeide (Prinzip des Vermeidens).**

Anstrebung von:

Überlegenheit	ich will gewinnen, etwas sein und darstellen; ich will der Stärkste, Reichste, Klügste, Beste sein
Kontrolle	ich wünsche mir Sicherheit, überschaubare Verhältnisse, Ordnung, Schutz vor unerwarteten Bedrohungen und Gefahren
Gefallen wollen	die anderen sollen mich mögen und gerne haben, mich akzeptieren und nett finden, jedenfalls nicht gegen mich sein
Bequemlichkeit	Ich möchte es angenehm haben, möchte behaglich geniessen, ich will nicht gestört werden, ich will nicht müssen

Vermeidung von:

Überlegenheit	Bedeutungslosigkeit
Kontrolle	Unerwartete Erniedrigung
Gefallen wollen	Ablehnung, Unerwünscht zu sein
Bequemlichkeit	Stress, Druck, Verantwortung

Diese Wünsche sind menschlich und sind weit verbreitet. Unterschiedlich ist jedoch die **persönliche Rangordnung**, in die er diese vier Wünsche setzt.

Dem einen steht die Überlegenheit an erster Stelle. Sich **überlegen**, sich bedeutungsvoll zu fühlen. Den Preis den er dafür bezahlt heisst **Überlastung**.

Dem zweiten geht die **Sicherheit** vor. Er richtet seine Anstrengungen darauf, sich selbst und seine Gefühle zu kontrollieren; aber auch eine Situation zu kontrollieren oder andere Menschen. Dafür nimmt er in Kauf, dass er **nicht sein ganzes Potential** (Gefühle..) einsetzen kann und **die Nähe zu ändern** zu kurz kommt.

Dem dritten ist es wichtiger, dass er **beliebt** ist; dafür nimmt er manches in Kauf, dafür verzichtet er auf die **Verwirklichung seiner persönlicher Wünsche** und Ziele.

Dem vierten sind diese drei Wünsche weniger wichtig als der eine: Die **Bequemlichkeit**. Er nimmt in Kauf, dass er nicht viel schafft und vielleicht, was **Leistung betrifft, sogar der Letzte** ist.

Da jeder der **vier Wünsche an erster Stelle** stehen kann, sprechen wir von **Prioritäten**. Man kann **nicht alles gleichzeitig** haben. So zahlt jeder den Preis für seine Priorität.

Priorität	Zu vermeidende Situation (Sackgasse, Engpass)	Preis, den meine Priorität kostet
Überlegenheit	Bedeutungslosigkeit, durchschnittlich sein	Überverantwortung, Überlastung
Kontrolle	Unerwartetes, lächerlich sein, ausgeliefert sein	Beschränktes Potential. Sozialer Abstand. Verminderte Spontaneität
Gefallen wollen	Ablehnung, Unerwünscht zu sein	Eigene Wünsche. Verzögerte Persönlichkeitsentwicklung
Bequemlichkeit	Druck, Stress, Verantwortung	Verminderte Produktivität

4.2 Typische Verhaltensmöglichkeiten

Die Prioritäten sind als **wertneutrale** Potenz zu betrachten. Sie tragen sowohl positive als auch negative Entwicklungstendenzen in sich. Die positiven Aspekte der Prioritäten kommen bei genügend ausgeprägtem **Selbstvertrauen und Mut** (= Aktivität und Gemeinschaftsgefühl) zum tragen; im anderen Fall ist die Angst die Trägerin des Vermeidungsverhaltens. Da Mut und Selbstvertrauen situativ bedingt sind, erlebt jeder Mensch Lebensphasen und Situationen, in denen er die positiven Möglichkeiten und solche, in denen er die negativen (d.h. die sozial wenig nützlichen) Möglichkeiten zum Ausdruck bringt. Siehe folgende Tabelle.

Priorität	Bei genügendem Mut	Bei weniger Mut
<p>(Leistungs)-Überlegenheit Bedeutung haben</p> <p>Ü</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aktiv ➤ Bringt neue Ideen ➤ andere begeistern; ➤ dynamisch; ➤ arbeitet für Ideale; ➤ weiss, was er will; ➤ hat hohe moralische Werte; ➤ kann sich aufopfern 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wertet andere ab und sich selbst auf. ➤ Ist lieber der Schlechteste, als durchschnittlich; ➤ weckt Schuldgefühle; ➤ sieht in anderen die Beurteiler seines Verhaltens; ➤ denkt in Kategorien von „oben und unten“, „mehr und weniger“, „gut“ und „schlecht“ usw.
<p>Kontrolle Sicherheit haben</p> <p>K</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hat Führungsqualitäten; ➤ Gefühl für Zeit und Ordnung; ➤ ist zuverlässig, ➤ produktiv, ➤ praktisch, ➤ genau, ➤ standhaft, ➤ strebsam; ➤ er macht Gesetze und „Vorschriften“; ➤ kann durchhalten, ➤ schafft Ordnung, ➤ trägt Verantwortung, ➤ ist ein „Selbststarter“. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Engt andere durch „Vorschriften“ und Kontrolle ein; ➤ hält Gedanken und Gefühle zurück (= Verlust von Spontaneität). ➤ Blockiert Annäherungsversuche; ➤ seine Ordnung, seine Pläne sind wichtiger als menschliche Beziehungen. ➤ Kann sich nicht gut anvertrauen; ➤ bestimmt das Tempo der Annäherung; ➤ vermeidet das Äusserste von Glück und Traurigkeit
<p>Gefallenwollen Gemocht werden</p> <p>G</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kann harmonisieren, ➤ Frieden stiften, helfen, ➤ Erwartungen erfüllen; ➤ ist freundlich, tolerant, ➤ ist flexibel, ➤ ist nichtaggressiv, ➤ kann sich gut in andere Menschen einfühlen und stellt leicht Kontakte her. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kann nicht „nein“ sagen und sein „ja“ nicht halten; ➤ richtet sich in der Meinungsbildung nach anderen; ➤ nimmt keine Risiken auf sich; ➤ stellt indirekt hohe Anforderungen an den Partner ➤ sucht ständig die Bestätigung des Geliebt- oder Angenommenseins (liebst du mich noch?) ➤ gibt um zu bekommen ➤ meint, „ich habe keine Chance“ ➤ hat wenig Selbstrespekt und erwartet keinen Respekt von anderen.
<p>Bequemlichkeit Gemütlichkeit</p> <p>B</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ gemütliche Umgebung; ➤ friedliebend, ➤ diplomatisch, ➤ kann gut zuhören; ➤ beschäftigt sich mit eigenen Angelegenheiten; ➤ betont Unterschiede nicht; ➤ leicht mit sich selbst zufrieden; ➤ ruhig; kann geniessen (mit allen Sinnen), ➤ kann gut delegieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Will in Ruhe gelassen werden; ➤ stellt andere in seinen Dienst; ➤ drückt sich vor Verantwortung; ➤ auf der Flucht; ➤ blockiert ➤ Veränderungsmöglichkeiten; ➤ will kurzfristige Befriedigung.

Gerade durch die Gegenüberstellung der breiten Skala der Verhaltensmöglichkeiten wird ersichtlich, welche Bedeutung die Ermutigung für einen befriedigenden Umgang mit andern Menschen hat.

Je mehr das Gefühl der Zugehörigkeit wächst, die Erlebnisse der Gleichwertigkeit zunehmen, desto selbstverständlicher wird sich der Mensch als „nützlich betätigen“.

Die Prioritäten sind nicht angeboren, sie sind wie der Lebensstil, das Ergebnis schöpferischer Kraft des Kindes und unter dem Einfluss seiner Veranlagung, seiner Erziehung und im Kontakt mit den Menschen, mit denen es aufgewachsen ist entstanden.

4.3 Strategien um Engpass zu vermeiden

Unbewusst verwendet der Mensch auf Grund seines schöpferischen Potentials und seines Lebensstils Strategien um nicht in den Engpass zu kommen.

Dies erfolgt immer dann, wenn die Priorität nicht in einer sozial „nützlichen“ Weise, d.h. mit genügend Selbstvertrauen, Mut und Gemeinschaftsgefühl leben kann. Der Mensch lebt dann in seiner Krisensituation und entwickelt u.a. psychosomatische Symptome.

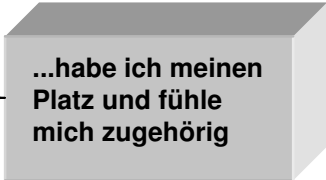
Die folgende Beschreibung in der Spalte „Reaktion der andern“ ist natürlich **abhängig** von der eigenen Priorität des Betrachters und der jeweiligen Situation. Die meisten Menschen werden jedoch in diesem Sinne in unterschiedlicher Ausprägung reagieren.

Priorität	Entwickelt Symptome wenn:	Mit dem unbewusstem Ziel	Reaktion der anderen
Überlegenheit	Er / sie Gefühle der Unterlegenheit ahnt	Schonung und Entschuldigung für eigene Mängel zu bekommen und sein Überlegenheitsgefühl zu sichern	Unzulänglichkeit, fühle mich unterlegen...
Kontrolle	Die Situation unübersichtlich wird oder die Konsequenzen seines Verhaltens nicht mehr vorhersagbar sind.	Im Rückzug Selbständigkeit / Unabhängigkeit (Sicherheit) zurückzugewinnen	Herausgefordert (kann ich seine Nähe gewinnen) Abgestossen, eingeschüchtert Kontakt meiden
Gefallen wollen	Er / sie Ablehnung erfährt	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Die Beziehung durch Mitleid erregen herstellen oder aufrechtzuerhalten. ➤ Mir den anderen gewogen machen. Er soll mich nicht kritisieren ➤ Wohlwollen (mir gegenüber) erzeugen 	Sympathie Akzeptiert bis Mitleid
Bequemlichkeit	der Druck oder die Verantwortung ihm /ihr zu gross wird	Andere in seinen Dienst zu stellen und sich vom Druck zu befreien	hilfsbereit Irritiert, ungeduldig

4.4 Denkprozess bezüglich der Prioritäten

Der Ablauf verhält sich etwa so:

- Nur wenn ich (Ü) mich überlegen fühle
- Nur wenn ich (K) mir meiner Sache sicher bin –
- Nur wenn ich (G) andern gefallen kann –
- Nur wenn ich (B) es bequem habe und frei von Druck –



...habe ich meinen
Platz und fühle
mich zugehörig

Je geringer das Selbstvertrauen, umso absoluter wird der Anspruch auf das Erreichen der Ziele. In dem Masse, indem der Anspruch absoluter wird, wird auch das soziale Bewegungsfeld kleiner. Das Vermeiden und Zögern als Ausdruck der Angst und der Ichbezogenheit stehen dann im Vordergrund aller sozialer Aktivitäten: Das Gefühl einen Platz zu haben, wird immer mehr gekoppelt mit vorhersagbaren Situationen. Der Kreativitätsrahmen wird entsprechend eingengt. Schliesslich bekommt der Mensch dann genau das, was er befürchtet:

- Weil er (Ü) seine Überlegenheit zu sehr zur Schau stellt, fordert er andere heraus, ihn abzuwerten
- Weil er (K) immer mehr Sicherheit einbaut, verbaut er sich selber den letzten Fluchtweg durch z.B. seine Unflexibilität –
- Weil er (G) sich übertrieben gefällig verhält, lehnt man ihn ab –
- Weil er (B) sich vor immer mehr Aufgaben „drückt“, wird er von andern unter Druck gesetzt –

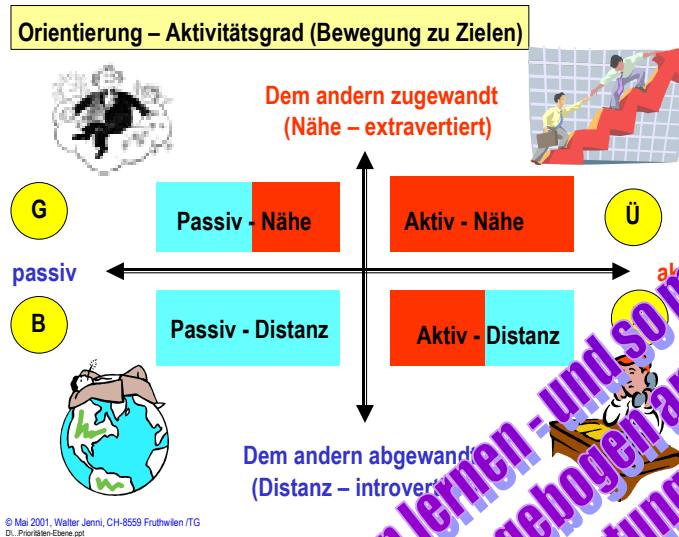
Oftmals bleibt den betroffenen Menschen im Ernstfall als letzte Möglichkeit, um aus dem Engpass rauszukommen, nur der Rückzug oder das “Kreieren“ symptomatischer Krankheiten.

Für ihn steht dann fest:

- Ich (Ü) kann nicht handeln, solange ich befürchten muss, als bedeutungslos dazustehen
- Ich (K) kann nicht handeln, solange ich nicht weiss, wo es lang geht –
- Ich (G) kann nicht handeln, solange ich in Gefahr stehe, auf Ablehnung zu stossen –
- Ich (B) kann nicht handeln, solange ich unter Druck stehe –

Es gilt diesen Entmutigungskreislauf zu durchbrechen durch mutiges Handeln!

5 ZUSAMMENFASSUNG



Das Modell der Prioritäten geht davon aus, dass jeder Mensch aufgrund seines Zugehörigkeitsstrebens einer der vier Möglichkeiten den **Vorrang (Priorität)** in seinem Leben gibt, und das **Umgekehrte** mit allen Mitteln zu **vermeiden** sucht.

Wunsch (Priorität)	Das, was erreicht werden möchte	Engpass (Das soll vermieden werden)	Dieser Preis wird gezahlt
ÜBERLEGENHEIT (Superiority)	Ich will gerne sein, etw. sein; Ich will mir markieren, die Beste sein	Bedeutungslosigkeit Nichtssein	Überlastung, Überverantwortung
KONTROLLE (Control)	Ich will mich in Sicherheit, Ordnung, Schutz vor Unerwarteten Bedrohungen und Gefahren	Unerwartete Erniedrigung (ausgeliefert sein) Lächerlich sein	Mangelnde Spontaneität Sozialer Abstand
GEFÜHL (Pleasure)	Die anderen sollen mich mögen und gerne haben, mich akzeptieren	Ablehnung Unerwünscht zu sein	Verzögerte Persönlichkeitsentwicklung
BEQUEMLICHKEIT (Comfort)	Ich möchte es angenehm haben, ich will nicht gestört werden, ich will nicht müssen	Stress Belastung Verantwortung	verminderte Produktivität Geringe Leistung

Die **Strategie** um rasch aus dem Engpass der jeweiligen Priorität zu gelangen gibt es nicht! Jedoch kann durch den Weg des **Selbstvertrauens, des Mutes und des Gefühls der Zugehörigkeit** sehr viel erreicht werden. Die Grundlage einer jeglichen Persönlichkeitsentwicklung lautet, sich und den Nächsten ganz, d.h. mit all seinen Schwächen und Stärken zu **akzeptieren**.

Quelle zu den Prioritäten:

- Schottky A. & Schoenaker Th., Was bestimmt mein Leben, Goldmann Verlag
- Pew W., Die Priorität Nummer eins, Beiträge zur Individualpsychologie, Kongress 1976, Reinhardt