

Interpretationshilfe zu den Testelementen von MindLINK TEST®

Bitte beachten Sie, dass für die Interpretation nur die getesteten **Endpunkte** relevant sind. Die Überpunkte dienen nur bedingt als Interpretationshilfe.

Die Begriffe sind nicht immer wörtlich zu nehmen, sondern sind abhängig von den Systemverknüpfungen. Hierbei wird das eine oder andere Mal Ihre Kreativität gefragt sein.

Abspeichern der Datei in Ihrem Computer zur schnelleren Suche der einzelnen Elemente:



- Klicken Sie auf „Hilfe“ in der Leiste rechts oben – ein Menü öffnet sich.
- Öffnen Sie das Dokument „**Interpretationshilfe zu den Testelementen**“.
- Klicken Sie mit der rechten Maustaste in die geöffnete Datei und wählen Sie „Speichern unter“ aus. Am besten speichern Sie die Datei (als PDF Datei) auf Ihrem Desktop ab. Selbstverständlich können Sie den Dateinamen noch ändern.
- Wenn Sie nun während eines Testes eine Definition benötigen, öffnen Sie sich einfach die Datei und suchen über die „Suchfunktion“, rechts oben das entsprechende Element.



Beschreibung der Testelemente

Setup Harmonisierung

Dieses Testelement ist mit klassischer Musik hinterlegt und wird gewählt, wenn der Klient bei den Vortests „blockiert“ ist / falsch reagiert oder während dem Test ein „Computer Crash“ auftritt. Ein paar Minuten dieses Element aktivieren und damit den Klienten harmonisieren. Dann noch einmal den Vortest wiederholen. Jetzt sollte der Klient richtig reagieren.

Setup Surrogat Test

Dieses Testelement wird für den Surrogat Test verwendet. Damit kann an der Surrogat Person die Information des Getesteten mit Hilfe von Haaren/Blut übermittelt und eingespeichert werden.



Blockade der körperlichen Dynamik



Diese Testelemente deuten alle darauf hin, dass der Zugang zum eingespeicherten psychischen Problem (= Setup) nicht nur auf der psycho-emotionalen Ebene zu erfolgen hat. Nur wenn diese Anteile der körperlichen Dynamiken mit oder vorher ausgeräumt werden, kann ein psycho-emotionales Problem vollständig gelöst werden.

Diese Testelemente geben Aufschluss darüber, dass noch genauer nach den körperlich-physiologischen Hintergründen getestet werden sollte. Gegebenenfalls sollte zu PrevenTEST® gewechselt werden, um die systemische Vernetzung des Setups mit Organfunktionen genauer aufzudecken.



Blockade der Regeneration

- Geopathie** Jede Belastung der Regulation, die vom äußeren Magnetfeld, der Erde oder von Erdinnern geologischen Strukturen herrührt.
- Hartmann-Gitter/
Global Gitter** Hartmann-Globalgitter oder Erstes Gitter:
2,50-2,00 Meter Seitenlänge, verläuft rechtwinklig zu Himmelsrichtungen. Das Hartmann –Gitter wirkt bei Linkspolarisation degenerativ und blockierend und bei Rechtspolarisation biologisch fördernd.
- Wasserader** Mikrowellenstrahlung aus dem Erdinneren, die durch fließendes Wasser so gebrochen wird, dass eine lokal biologisch negative Wirkung entsteht.

Krebspunkt

Geopathische Definition eines „Krebspunktes“.
Siehe auch Geopathie

1. Strahlung von unten :

Kreuzung von zwei linksdrehenden Wasseradern

2. Strahlung von oben:

Kreuzung von linkspolarisierten Linien des Ersten Gitters, Kreuzung von linkspolarisierten Linien des Zweiten Gitters.

Bei allen oben genannten geopathischen Störzonen sollte zusätzlich der Bereich in dem man sich mehrere Stunden täglich aufhält, z.B. Schlafplatz verändert werden oder von einem Spezialisten überprüft werden.

Falls dies letztlich nicht möglich ist, kann mit MindLINK HARMONY (= transformierte Musikeinspielung, z. B. Mozart, Vivaldi, Bach, mit den MindLINK Transmitter Spulen) gegengesteuert werden.

Infektion

Dieses Testelement deutet auf eine frühere oder aktuelle Infektion hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.

Viren

Dieses Testelement deutet auf eine frühere oder aktuelle Virenbelastung hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.

Bakterien

Dieses Testelement deutet auf eine frühere oder aktuelle Belastung durch Bakterien hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.

Pilze

Dieses Testelement deutet auf eine frühere oder aktuelle Belastung durch Pilze hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.

- Parasiten** Dieses Testelement deutet auf eine frühere oder aktuelle Belastung durch Parasiten hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.
- Mangel Vitamine & Mineralien** Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen eines Vitamin- bzw. Mineralienmangels hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.
- Konstitution** Genetisch bedingte, tiefliegende Vernetzung.
- Zahnstörfelder** Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen von Zahnstörfeldern hin. Wie intensiv und in welchem Bereich kann anschließend mit PreventEST® ermittelt werden.
- Bewegung** Klient hat keine, zu wenig oder macht nicht die richtige Bewegung.

- Anspannung** Permanent in einem Stadium der inneren Anspannung.
- Entspannung** Unfähigkeit sich durch Entspannung zu regenerieren.
- Mobilfunk** Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen einer Belastung durch Mobilfunk hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.
- W-LAN** Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen einer Belastung durch W-LAN hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®.
- E-Smog** Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen einer Belastung durch E-Smog hin. Für Details wechseln Sie anschließend zu PreventEST®. Eine solche Belastung kann gut durch die regelmäßige Anwendung von MindLINK WALL, SPACE balanciert werden.

Verletzungen

Dieses Testelement deutet z.B. auf das Vorliegen einer bekannten oder auch unbekanntem körperlichen und/oder psychischen Verletzung hin.

Unfall

Dieses Testelement deutet z.B. auf das Vorliegen von unbearbeiteten körperlichen/psychischen Folgen eines Unfalles oder auf ein ungewolltes, plötzliches, lebensveränderndes Ereignis hin.

Medizinischer Eingriff

Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen von unbearbeiteten Folgen eines medizinischen bzw. von Außen einwirkenden Eingriffs hin.

Narben

Dieses Testelement deutet auf das Vorliegen von unbearbeiteten Folgen von Narben, bzw. auf ein Erlebnis, das „Narben“ hinterlassen hat hin. So können Narben z.B. den Energiefluss in den Meridianen stören.

Wundheilungsstörung

In diesem Fall beeinflussen psycho-emotionale Hintergründe die Wundheilung.

Blockaden des Nervensystems

Die optimale Steuerung des Organismus durch Nervenimpulse ist eingeschränkt.

Trennung der Gehirnhälften

Linke und rechte Gehirnhälfte kooperieren nicht optimal. Verminderte Stress- und Erholungsfunktion.

Blockade der Ganglien

Störungen der Ganglienfunktionen und der Signalgebung psycho-emotional oder körperlich (z.B. durch Pestizide, Impf- und Zahn-Toxine o.ä.).

Blockade des Plexus

Störungen der Plexusfunktion.

Neuro-hormonelle Blockade

Störungen der Regelkreise im Bezug auf die hormonelle Steuerung, insbesondere der Stress- und Drüsenhormone.

Allergien

Hier liegen körperliche Allergien vor oder „man reagiert auf etwas/jmd. allergisch“

Toxine

Es liegt eine Intoxikation vor oder „man reagiert auf etwas/jmd. toxisch/vergiftet“

Bei den Toxinbelastungen (**Zahntoxine**, **Umwelttoxine**, **Lymphtoxine**, und **Gewebstoxine**) liegt ebenfalls entweder eine frühere oder aktuelle Belastung vor. Weiteretestung in PreventEST® ist empfehlenswert.

Essentielle Dysbalance Es liegt entweder eine frühere oder aktuelle Dysbalance im Vitamin-/Mineralstoffhaushalt vor. Anschließend wechseln Sie zu PreventEST® für mehr Details.

Bei den Testelementen (**Vitamine**, **Enzyme**, **Insulin**, **Aminosäuren**, **Mineralstoffe**) liegt ebenfalls entweder eine frühere oder aktuelle Dysbalance vor, bitte wechseln Sie auch hier in PreventEST®.

Neurotransmitter Es gibt eine Dysbalance im Bereich der Neurotransmitter. Bekannte Neurotransmitter sind Noradrenalin, Acetylcholin, Dopamin und Serotonin.

Bei den Testelementen **Schwermetalle, Zytokine, Hormone, Essentielle Fettsäuren, Elektrolyte, Wasser, Nahrungsmittel, Kohlenhydrate, Eiweiß, Fett, Kaffee, Alkohol** liegen entweder frühere oder aktuelle Belastungen bzw. Dysfunktionen vor. Weiteretestung in PrevenTEST® ist empfehlenswert.

Folgende Testelemente testen sich als Folgeerscheinungen oder Ursache **Gelenk-Blockade, Kraniale-Blockade, Kiefergelenks-Blockade, Atlas-Blockade**. Bei Therapien in diesen Bereichen empfiehlt es sich, die getesteten Affirmationen über eine MindLINK Spule während den Behandlungen abzuspielen.

Mit den folgenden **Indices** kann man:

- a) einen Hinweis über eine Blockade bzw. Störung erhalten

oder
- b) zu Beginn eines Testes einen schnellen Einstieg/Zugang zum Thema des Klienten erzielen. (spezifischer FILE)

Angst-Index, Ausdauer-Index, Belastungs-Index, Energie-Index,
Entspannungs-Index, Ernährungs-Index, Genussmittel-Index, Gewichts-Index,
Psycho-Emotional-Index, Überlastungs-Index, Schmerz-Index,
Wundheilungsstörungen-Index

Blockade der Persönlichkeit

Persönlichkeit ist das Fundament auf dem die Gefühlswelt des Klienten aufgebaut ist.

Wenn sich eines der folgenden Testelemente (**Mein Ich (=Ego)**, **Mein Können**, **Mein Wollen**, **Mein Dürfen**, **Mein ich war (=Vergangenheit)**, **Mein Müssen**, **Mein Sollen**, **Mein Ich Werde (=Entwicklung)**, **Mein Handeln**, **Mein Fühlen**, **Mein Denken**) testet, zeigt es eine Persönlichkeitsblockade in dem jeweiligen Bereich an.

Zumeist kann diese Grundblockade mit allen weiteren Testelementen sowohl in Fenster 1, als auch in Fenster 3 in der Interpretation verbunden werden.



Ansatz Freud

Hierbei geht es um Ansätze aus der Psychoanalyse.

Über ich

Das Über-Ich kann im Freud'schen Strukturmodell der Psyche vereinfacht als die moralische Instanz oder auch das Gewissen angesehen werden und stellt den Gegenspieler für die elementaren Lusttriebe des Es dar. Es wird in der frühen Kindheit (bis zum 6. Lebensjahr) gebildet und enthält die (moralischen) Normen und verinnerlichten Wertvorstellungen der kulturellen Umgebung, in der das Individuum aufwächst (insbesondere die der Eltern). Das Über-Ich entsteht durch Angleichen der eigenen Person an andere, mit denen sich dieser Mensch identifiziert. Dieser Prozess wird fachsprachlich als Introjektion bezeichnet.

Testet sich dieses Element, ist das ÜBER-ICH des Klienten zu stark betont.

Therapie: Nur dieses eine negative Testelement einspeichern und testen welche positive Affirmation diese Übersteuerung balanciert. Nicht mehr weiter in die Tiefe testen. Hier geht es um BASIS Blockaden. Erst wenn diese behoben sind, kann weiter im Detail getestet werden. Danach dürften auch viele kleinere Blockaden verschwunden sein. Erst jetzt ist ein wirkungsvolles Arbeiten mit dem Klienten möglich.



Ich Der Begriff des „Ich“ bezeichnet in Freuds Modell jene Instanz, die dem bewussten Denken des Alltags, dem Selbstbewusstsein entspricht. Das Ich vermittelt „zwischen den Ansprüchen des Es, des Über-Ich und der sozialen Umwelt mit dem Ziel, psychische und soziale Konflikte konstruktiv aufzulösen.“ Der reife und psychisch gesunde Mensch setzt so an die Stelle des triebhaften Lustprinzips das Realitätsprinzip.

Testet sich dieses Element, ist das ICH des Klienten zu stark betont.

Therapie: Nur dieses eine negative Testelement einspeichern und testen welche positive Affirmation diese Übersteuerung balanciert. Nicht mehr weiter in die Tiefe testen. Hier geht es um BASIS Blockaden. Erst wenn diese behoben sind, kann weiter im Detail getestet werden. Danach dürften auch viele kleinere Blockaden verschwunden sein. Erst jetzt ist ein wirkungsvolles Arbeiten mit dem Klienten möglich.

Es Das Es ist in der Psychoanalyse Sigmund Freuds einer der drei Bereiche der menschlichen Psyche. Freud bezeichnet damit den unbewussten und triebhaften Teil des Individuums, insbesondere den Bereich der sexuellen Begierde, aber auch aggressive Impulse. Für Freud sind die Inhalte des Es vor allem biologischer Natur, also angeboren, allerdings entstehen z.B. Aggressionen nach Freud auch sekundär, etwa durch Frustration.

Testet sich dieses Element, ist das ES des Klienten zu stark betont.

Therapie: Nur dieses eine negative Testelement einspeichern und testen welche positive Affirmation diese Übersteuerung balanciert. Nicht mehr weiter in die Tiefe testen. Hier geht es um BASIS Blockaden. Erst wenn diese behoben sind, kann weiter im Detail getestet werden. Danach dürften auch viele kleinere Blockaden verschwunden sein. Erst jetzt ist ein wirkungsvolles Arbeiten mit dem Klienten möglich.

Blockade der emotionalen Dynamik



Negative Emotionen der Blockade

Ist das Fundament auf dem die Gefühlswelt des Klienten aufgebaut ist.

Das bedeutet: Wie sieht sich der Klient selbst? Wie wird er von Anderen wahrgenommen? Was stört ihn an Anderen? Was fehlt dem Klienten eventuell bzw. ist nicht stark genug ausgeprägt? etc.

Einsamkeit, Depression (bzw. depressive Tendenzen), Ungeduld, Neid, Apathie (Teilnahmslosigkeit, Gleichgültigkeit), Langeweile, Schuld, Bedauern, Unangemessenheit, Gier, Hass, Kritiksucht, Scham, **Verzweiflung**, Selbstmitleid, Ernst, Zurückweisung, Zweifel, Unaufrichtigkeit, Zynismus, **Furcht**, Resignation (aufgeben), Frustration, Überängstlichkeit, Ärger, Angst, Verärgerung, **Verunsicherung**, Kraftlosigkeit, Vorurteil, Verletzung, Erregung, Stolz, Unentschiedenheit, Verletzlichkeit, **Untreue**, Eifersucht, Ungeliebt sein, Verlassen sein, Missbrauch (Emotional, körperlich und/oder sexuell), Unterwerfung, Zerstörung, Affäre (nicht nur sexuell), Verbitterung, Unterstellung, Zurücksetzung, Gedankliche Untreue (nicht nur sexuell), Getätigte Untreue (nicht nur sexuell), **Widerspruch**, Rechthaberei, Verfolgungswahn, Streitsucht, Verlangen, Zurückweisung, Ekel, Sorge, Schuldgefühle, Widerstand, Bedürftigkeit, Peinlichkeit, Missgunst, Enttäuschung, Unnahbar, Unsensibel, Überreaktion



Psychologische Segmentation (Manchmal ist eine Thematik zu groß um sie bearbeiten zu können. Damit die Psyche mit dem Problem umgehen kann, wird etwas segmentiert = Aufteilen in Segmente)

Inneres Hadern mit sich selbst

Klient steht mit sich selbst und seinem eigenen Handeln im Konflikt.

Rückzug

Verminderung oder Vermeidung sozialer Beziehungen. Rückzugsverhalten findet sich im privaten Bereich oder auch im betrieblichen Kontext.

Angriff

Hier geht es mehr um verbale bzw. psychische Angriffe. Ob der Klient zu Angriffen als Reaktion neigt, oder sich oft angegriffen fühlt, sollte im Gespräch abgeklärt werden.

Diskriminierung

Diskriminierendes Verhalten ist die Bezeichnung für unangemessenes und ungerechtfertigtes Verhalten gegenüber Personen oder Gruppen ausschließlich aufgrund ihrer Zugehörigkeit zu einer sozialen Gruppierung. Die Ungleichbehandlung wird dabei nicht nur von Personen, sondern auch von Institutionen ausgeübt. Die Praktiken der Diskriminierung reichen von Beschimpfungen und Beleidigungen bis hin zur Anwendung körperlicher Gewalt, zur Boykottierung von Geschäften, Beschneidung von Rechten in der Ehe, ungleiche Bezahlung für gleiche Arbeit, etc.

Demütigung

Ist öffentlich Erniedrigung. Der Klient leidet z.B. entweder unter einer erfahrenen Erniedrigung oder wendet diese selber an.

Betrug

Hiermit ist Betrug im Sinne von Unwahrheit gemeint – ob es um Gefühle, Lügen oder geschäftliche Unehrllichkeit handelt, kann zusätzlich abgefragt werden. Der Klient fühlt sich hintergangen und dieses Gefühl ist so stark, dass es blockiert.

Schamlosigkeit

Wie das Ich-Ideal ist auch die Scham und Schamlosigkeit eine Folge bestimmter Bedingungen der Erziehung. Das gilt auch für die angeblich Schamlosigkeit wegen Nacktheit, Benehmen, etc.

Gedankenlosigkeit

Klient denkt nicht nach bevor er handelt. Dinge werden oft nicht bewusst gemacht.

Gefühllosigkeit

Gefühle für Mitmenschen fehlen. Empathie und Sympathie werden nicht empfunden.



Verwirrtheit

Unsicherheit in Handeln und Fühlen.

Sturheit

Menschen, die strikt auf ihrer Position beharren.

Persönliche Rache

Rache ist eine Form der Vergeltung und Emotion, die das Ziel hat, einen Ausgleich für erlittene Kränkungen und verletztes Ehrgefühl zu schaffen, der nicht selten auch gewaltsam erfolgt. Rachephantasien sind ein Zeichen für unbewältigte Konflikte.

Psychischer Zentralkonflikt

Dieser Grundkonflikt beschreibt einen „zentralen“ Konflikt in der Lebensentwicklung eines Menschen. Der Begriff wurde von Sigmund Freud gebildet. Um einen solchen Konflikt zu bewältigen ist es erforderlich, zwischen zwei Zielen zu entscheiden, die sich gegenseitig ausschließen und zueinander im Widerspruch stehen. Da es sich bei diesen Grundkonflikten immer darum handelt, sich mehr für die eine oder mehr für die andere Seite des Konfliktes zu entscheiden, werden sie auch „Ambivalenz-Konflikte“ genannt.

Emotionale Blockade

Eine emotionale Blockade kann der Grund sein, dass trotz besseren Wissens, man anders handelt und fühlt, als man bewusst möchte.

Kern Emotion

Nach Paul Ekman existieren vier Kernemotionen: Furcht, Zorn, Trauer und Glück. In diesem Fall muss überprüft werden, welche der 4 Kern Emotionen als Thema vorliegt.

Abwehrmechanismen

Unter einem Abwehrmechanismus versteht man einen nicht beobachtbaren Vorgang des Denkens, Handelns und Fühlens eines Menschen, wodurch das "Ich" versucht, mögliche Ängste zu vermeiden oder zu reduzieren. Ein Abwehrmechanismus ist sozusagen ein "Druckventil", das mögliche Konflikte verhindert bzw. verringert.

Verdrängung

heißt in der Tiefenpsychologie der Vorgang, durch den wir vergessen, was wir nicht wahrhaben wollen, weil es unser Selbstgefühl stört. Man erspart sich dadurch die Auseinandersetzung mit Problemen und die Schwierigkeit, sich in einem Dilemma bewusst zu entscheiden. So bleibt der Konflikt ungelöst.

Verschiebung

Bei der Verschiebung werden ähnlich wie bei der Projektion Phantasien und Impulse auf jmd. Anderen gerichtet. Der Unterschied besteht darin, dass diese nicht von sich selbst, sondern von einer Person, der sie ursprünglich galten, auf eine andere Person verschoben werden.



Projektion

Bei der Projektion werden eigene Wünsche und Triebe auf jmd. Anderen projiziert, also verlagert. z.B. nicht ich bin der Böse, sondern der Andere. Eigenes Fehlverhalten wird so gerechtfertigt: Schließlich ist man selber ja nicht der Täter, sondern das Opfer. Hier sollte aber getestet werden, ob es sich innerhalb der Systemverknüpfungen um die Täter- oder die Opferrolle handelt. Es kann auch das oben beschriebene Verhalten auf einen selbst projiziert werden.

Reaktion

In diesem Fall neigt der Klient zu unangemessenen Reaktionen. Das Modell der Verhaltenspsychologie nimmt an, dass das Verhalten nicht nur der Person selbst entspringt, sondern ebenso von der Umwelt bestimmt und beeinflusst wird. Das Verhalten wird dabei als eine Art Vermittler zwischen Mensch und Umwelt angesehen.

Sublimierung

Etwas oder jmd. wird auf eine höhere Stufe gebracht/überbewertet.

Idealisierung

beschreibt Verhalten, Gegenstände, Personen, Gruppen, etc. oder das Selbst zum unrealistisch überhöhten Ideal zu erheben.

Spaltung

z.B. Spaltung der Persönlichkeit, gespaltene Meinung, von etwas/jmd. gespalten sein



Intellektualisierung

Emotionen und Gefühle werden auf reine Logik reduziert.

Widerstand

Ist ein Grundbegriff aus der Psychoanalyse. Er hängt mit der Verdrängung zusammen. Konflikte, die z.B. als gefährlich oder peinlich erlebt worden sind wurden ins Unbewusste abgedrängt; wenn sie nun irgendwie angesprochen werden, soll der Widerstand dafür sorgen, dass sie nicht wieder voll ins Bewusstsein treten und aufs neue verstören.

Rationalisierung

Erfahrungen, Erlebnisse oder Beobachtungen werden rationalen Erklärungen zugeschrieben. Diese müssen keinesfalls wirklich ursächlich für das Erlebnis sein, sondern sind oft konstruiert und persönlich eingefärbt.

Regression

Rückzug auf eine frühere Entwicklungsstufe der Persönlichkeitsentwicklung der unbewusst erfolgt. Beispiele regressiver Prozesse: Weinerlichkeit, Rückzug, Flucht in Krankheit, Trotzverhalten, Fresslust.

Konversion

Nicht ertragbare psychische Konflikte oder Ängste zeigen sich als körperliche Symptome und werden somit verdrängt.

Selbstsabotage

Psychologische Umkehr: Lieber nimmt man das bekannte Schlechte in Kauf als dass man sich auf das unbekannte Gute einlässt. Dies erfolgt meist unbewusst.

Selbstbestrafung

Aus Sicht der Psychoanalyse ist Selbstbestrafung ein Mechanismus, sich z.B. für einen unbewussten Wunsch zu bestrafen. Es ist auch eine Form der Autoaggression: Selbstverletzung als Selbstbestrafung oder Selbstentlastung, mit der die Person ihre Schuldeinsicht deutlich machen will und somit den Druck des Über-Ichs abbaut.

Vorsichts-Hemmung

Besondere Ängstlichkeit im Umgang mit neuen Situationen; übermäßige Vorsicht.

Ich-Destabilisierung

Ego ist im Ungleichgewicht (depressive Tendenzen).

Emotionales Schuldkonto Dieser Begriff kommt aus der Regressionstherapie und bezieht sich auf die Reinkarnation: Es bedeutet, dass aus früheren Leben oder der Vergangenheit noch negatives Handeln abgetragen werden muss. Eine Rückführung für ein besseres Verständnis der Taten könnte hilfreich sein.

Wut Ist mit einem gesteigerten vegetativen Erregungsniveau assoziiert und zeigt ein charakteristisches endokrinologisches Profil. Wut wird vorrangig ausgelöst durch aversive, unlustbetonte Erlebnisse oder Frustrationen.

Zorn

Aggressive Emotion, die z.B. auf Kränkung oder Enttäuschung zurückzuführen ist.

Selbstbild nach Innen

Problem-Projektion nach Innen: (Probleme werden nicht gelöst sondern verdrängt, „in sich hinein gefressen“)

Selbstbild nach Außen

Problem-Projektion nach Außen: (Probleme werden nach außen getragen, z.B. wird das Erlebte an eine zweite Person weitergegeben.)

Dysfunktionaler Selbstschutz

Selbstschutz ist wichtig und normalerweise immer präsent. In diesem Fall funktioniert dieser Schutzmechanismus nicht richtig.

Selbstverletzung (körperlich/psychisch)

Um sich für ein bestimmtes Handeln zu bestrafen verletzt sich der Klient selbst.

ACHTUNG: Differenzialdiagnose – Borderline. Hier sollte man überprüfen, ob man als Therapeut oder Coach den Klienten an einen Psychologen oder Psychiater weiter verweisen sollte.

Selbstablehnung

Gegen sich selbst gerichtete Ablehnung.

Selbstbeziehung

Die Art und Weise, wie man sich selbst in der Gesamtheit der Persönlichkeit wahrnimmt und akzeptiert.

Selbstaufgabe

Klient gibt sich selbst auf. Verliert den Lebenswillen und die Lebenskraft.

Demontage des Selbstwertgefühls

Reduziertes oder verlorenes
Selbstwertgefühl

Gedanken

Reduziertes oder verlorenes
Selbstwertgefühl nach Innen gerichtet.

Verhaltensweisen

Reduziertes oder verlorenes
Selbstwertgefühl nach Außen gerichtet.

Lebensstil

Hiermit ist die Art und Weise der Lebensführung gemeint.

Unmäßigkeit

Es fehlt das Gefühl für das richtige Maß. Alles wird zu viel oder zu wenig gemacht.

Völlerei

Entweder: Esssucht (Unstillbare Heißhungerattacken gelten unter Experten als häufigste Essstörung)
oder: das Laster eines Menschen, das ihn zu einem ausschweifenden und maßlosen Leben führt.

Lüge

Der Klient leidet unter Lügen. Ob er selbst lügt, oder ob er unter Lügen im Umfeld leidet, muss abgeklärt werden (Familiendynamik).

- Angeberei** Der Klient leidet unter Angeberei. Ob er selbst angibt, oder ob er unter Angeberei im Umfeld leidet, muss abgeklärt werden.
- Neid** Neid ist ein Thema, ob gefühlt oder empfunden muss abgeklärt werden.
- Gier** Etwas heftig und übermäßig wollen, voller Gier nach etwas verlangen, etwas begehren.
- Verschwendung** Es fehlt das Gefühl für einen normalen Umgang z.B. mit Geld, Lebensmitteln, der eigenen Energie, Gefühlen, etc.
- Unpünktlichkeit** Der Klient leidet unter Unpünktlichkeit. Ob er selbst unpünktlich ist, oder ob er unter Unpünktlichkeit im Umfeld leidet, muss abgeklärt werden.

Unentschiedenheit

Klient kann sich nicht festlegen. Entscheidungsfindung ist schwierig.

Wankelmut

Klient kann sich nicht festlegen. Hat er ein Entscheidung getroffen, wird diese wieder umgeschmissen/widerrufen.

Orientierungslosigkeit

Es gibt kein Ziel.

Lebensplan

Hiermit ist die Idee und Umsetzung der Lebensplanung gemeint.

Ernährung

Die Ernährungsweise stellt ein Problem dar, welches Auswirkungen auf die psycho-emotionale Ebene hat.

Partnerschaft

Eine partnerschaftliche Beziehung (auch Freundschaft, Angestellter/Vorgesetzter) stellt ein Problem dar.

- Beruf** Das Berufsbild / Berufsverhältnis stellt ein Problem dar.
- Geld** Klient hat ein Problem mit „Geld“ (ausgeben, verwalten, annehmen etc.).
- Familie** Das familiäre Umfeld / Familienplanung / Erziehungsmuster etc. stellt ein Problem dar.
- Sozialstatus** Der vergangene / gewünschte / vorhandene Sozialstatus stellt ein Problem dar.
- Ziele** z.B. unrealistische Zielsetzung oder zu hohe Anforderungen an sich selbst stellen.
- Prioritäten** Die vergangene / gewünschte / vorhandene Priorität stellt ein Problem dar.

Mentale Blockade

Statt ein Problem anzugehen, wird es ignoriert, die Bedeutung herunter gespielt.

Mental induzierte Erkrankung

Körperliche Erkrankungen und Symptome werden durch die Psyche ausgelöst.

Primärer Krankheitsgewinn

Der subjektive Vorteil, den der Kranke durch seine Krankheit erzielt, z.B. wenn der Schüler krank ist braucht er keinen Test zu schreiben.

Mental blockierte Therapie

Der Erfolg von Therapien wird durch die Psyche blockiert.

Mental blockierte Genesung

Die Genesung wird durch die Psyche blockiert.

Sekundärer Krankheitsgewinn

Der subjektive Vorteil, den der Kranke durch seine Krankheit erzielt, z.B. verstärkte Zuwendung aus dem Sozialen .

Tertiärer Krankheitsgewinn

Der Vorteil, den der Pflegende aus der Krankheit zieht.

Emotionen aus dem Uterus

Hier geht es um Emotionen die im Uterus von der Mutter auf das Kind übertragen wurden.

Astrale Programme

Astrologischer Hintergrund.



Missbrauch

Hier geht es nicht zwingend um sexuellen Missbrauch.

Bedingt durch die Berichterstattung in den Medien wird bei Missbrauch in erster Linie an sexuellen Missbrauch von Kindern gedacht. Wenn dieses Element testet, muss äußerst vorsichtig vorgegangen werden, die Klienten reagieren erfahrungsgemäß sehr sensibel, und fühlen sich oft zu Unrecht beschuldigt. **Dabei handelt es sich um einen sehr weit gespannten Begriff.** Es kann hier von Missbrauch von Medikamenten bis hin zu sexuellem Missbrauch reichen.

Körperlich

Hier geht es um körperlichen Missbrauch. Schon eine Ohrfeige der Eltern kann dazu gehören, aber auch das Schlagen unter Kindern. Hier geht es um jede Form der körperlichen Gewalt, bei der sich der Schwächere dem Stärkeren ausgesetzt fühlt.

Psychisch

Hierbei handelt es sich um psychischen Missbrauch. Schon die Drohung von Liebesentzug der Eltern kann dazu gehören, aber auch das Abwenden der Aufmerksamkeit, nicht reden oder zuhören können psychischer Missbrauch sein. Hier geht es um jede Form der psychischen Gewalt, bei der sich der Schwächere dem Stärkeren ausgesetzt fühlt.

Verbal

Hier geht es um verbalen Missbrauch. Beschimpfungen und verbale Attacken, Streitgespräche die völlig unbegründet sind, aber auch Schreien werden als belastend empfunden. Hier geht es um jede Form der verbalen Gewalt, bei der sich der Schwächere dem Stärkeren ausgesetzt fühlt.

Bitte folgende Testelemente abklären:

Missbrauch als Täter gemacht, Missbrauch als Opfer erlebt,
Missbrauch als Täter gedacht, Missbrauch als Opfer gefühlt



Angriff gemacht Jmd. wurde direkt / indirekt angegriffen. Diesen Angriff findet der Klient als belastend und blockierend. Der Klient sieht es für sich als Angriff. Der „Angegriffene“ muss es nicht als solchen empfunden haben. (körperlich, psychisch oder verbal)

Übergriff erlebt Der Klient hat z.B. einen Angriff / Übergriff erlebt und als solchen empfunden. Der „Angreifer“ muss es nicht als Angriff geplant haben. (körperlich, psychisch oder verbal)

Innere Nötigung

Man fühlt sich in der Pflicht etwas Bestimmtes zu tun.

Moralische Urteile

Die »Sittlichkeit«, ein System von Vorstellungen darüber, was »richtig« und »gut« oder aber »falsch« und »schlecht« sein soll. Hier wird stark nach diesem Kodex be(ver)urteilt.

Gefühlstaubheit

Es werden keine Gefühle zugelassen – weder positive noch negative.

Urvertrauen

Nach E.H. Erikson erwirbt ein Kind in den ersten Lebensmonaten ein Grundgefühl, ob es den wichtigsten Menschen seiner Umwelt vertrauen kann oder nicht. Das Urvertrauen wird zur Grundlage der weiteren Schritte in der Auseinandersetzung mit der sozialen Umwelt.

Emotionale Beeinträchtigung

Angst Ist ein Grundgefühl, welches sich in als bedrohlich empfundenen Situationen als Besorgnis und unlustbetonte Erregung äußert. Auslöser können dabei erwartete Bedrohungen etwa der körperlichen Unversehrtheit, der Selbstachtung oder des Selbstbildes sein. Begrifflich wird dabei die objektunbestimmte Angst von der objektbezogenen Furcht unterschieden.

Das Gefühl der Angst ist oft unerklärlich. Wir erkennen die Gefahr nicht, die irgendwo auf uns zu lauern scheint, oder wir sehen einen Anlass für sie, der zu geringfügig wirkt, als dass er das Maß der Angst rechtfertigen könnte.

Angst vor Hingabe

Klient hat Angst davor sich fallen zu lassen und einer Person oder Situation vollständig zu vertrauen.

Ich-Verlust

vorliegende Blockade in der Ego-Identifikation

Abhängigkeit

Angst vor körperlicher oder psychischer
Abhängigkeit.

Angst vor:

Panik Ist die kopflose Reaktion, die auf eine plötzlich wirkliche oder vermeintliche Gefahr entsteht. Die Angstreaktion geht wiederum mit körperlichen und psychischen Veränderungen einher, die wahrgenommen werden usw. Dadurch kommt es schnell zu einem Aufschaukelungsprozess (positiver Rückkoppelungsprozess) mit Zunahme der Panik. Dieser Kreislauf kann mehrmals durchlaufen werden und läuft in der Regel sehr schnell ab.

Phobie oder Angststörung (auch Phobische Störung) ist ein Sammelbegriff für psychische Störungen, bei denen entweder unspezifische Angst oder aber konkrete Furcht (Phobie) vor einem Objekt bzw. einer Situation besteht. Auch die Panikstörung, bei der Ängste zu Panikattacken führen, zählt zu den Angststörungen. Allen Angststörungen ist gemeinsam, dass die Betroffenen übermäßig starke Ängste haben vor Dingen, vor denen Menschen ohne Angststörung keine oder in weit geringerem Maß Angst oder Furcht empfinden. Dabei erkennen die betroffenen Personen eventuell zeitweise, dass ihre Angst übermäßig oder unbegründet ist.

Beispiele: Angst vor Wasser, Dunkelheit, Tieren. Hematophobie (Blutphobie), vor engen Räumen (Klaustrophobie), vor großen Höhen (Akrophobie), Angst vor dem Urinieren auf öffentlichen Toiletten (Paruresis), Flugangst, Zahnarztangst (Dentalphobie), etc.

Trauer ist eine seelische Reaktion auf einschneidende persönliche Verluste. Mit seelischem Schmerz gedenken wir eines Besitzes, der wie ein Stück des eigenen Wesens zu uns gehört zu haben scheint, und von dem wir uns nun doch haben trennen müssen. Wir trauern um die Ideale der Jugendzeit, die sich mit wachsender Erfahrung als Illusion erwiesen haben. Wir beklagen den Verlust materieller Güter, der uns Beschränkungen auferlegt und uns zu einer neuen Lebenseinstellung zwingt. Vor allem aber schmerzt uns der Tod naher Angehöriger und Freunde, mit denen wir uns so selbstverständlich verbunden fühlten. Dann kann man kaum begreifen, dass ein Mensch, mit dem man so viel geteilt hat, nicht mehr erreichbar sein soll. Zugleich muss man einsehen, dass sich das Unrecht, das man dem Verstorbenen angetan haben mag, nun nicht mehr gutmachen lässt. Nichts kann mehr nachgeholt werden, was versäumt worden ist.

Traumatisierte Trauer

bei gewöhnlichen Trauerfällen helfen den Trauernden gesellschaftliche Rituale. Für die Verarbeitung der Trauer nach traumatischen Ereignissen gibt es keine Sitten und Gebräuche.

Verzerrte Trauer

Trauerreaktionen sind nachvollziehbare, wenngleich schmerzliche Antworten im Leben eines Menschen, die gewöhnlich von selbst nach angemessener Zeit wieder verschwinden. Anders ist es, wenn die Trauer „entgleist“, d. h. der Trauernde in seinen Fähigkeiten zu trauern überfordert ist (z.B. durch weitere Belastungen). In diesen Fällen kann die Trauer in Ausmaß bzw. Dauer vom Üblichen deutlich abweichen. Eine Arte „gestörter“ Trauerprozesse ist die verzerrte Trauer. Die verzerrte Trauerreaktion tritt direkt nach dem Verlust oder ebenfalls erst Jahre später auf. Anstelle von Traurigkeit treten dann verstärkt körperliche Beschwerden auf (Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit, etc.)

Chronische Trauer

oder anhaltende Trauer tritt meist dann auf, wenn sich der Trauernde am Verlust schuldig fühlt. Das kann in anhaltende Depressionen münden. Besonders betroffen von chronischer Trauer sind Mütter, die ein Kind verloren haben. Sie trauern zuweilen ein Leben lang.

Verzögerte Trauer

Bei der verzögerten Trauerreaktion wird die Trauer aufgeschoben und erst lange nach dem Verlust des geliebten Menschen durchlebt. Lange nach dem Verlust tritt die Trauer als depressive Symptomatik plötzlich und scheinbar unbegründet auf.

Fehlende Trauer

Wenn Trauer komplett ausbleibt, kann man davon ausgehen, dass sie verdrängt wird. Dieser Zustand gilt nicht als krankhaft, wenn der Verlust schon lange zuvor absehbar war und beispielsweise bereits in einem vorausgehenden Krankheits- und Pflegeverlauf verarbeitet wurde.

Innere Leere

Innere Leere ein unangenehmer Zustand. Es ist ein diffuses Gefühl des Leids, und der Qual. Es gibt die Tendenz, in dieses Loch im Innern etwas hineinzustopfen, um es nicht mehr spüren zu müssen. Die Leere setzt sich aus Gefühlen zusammen, vor allem Schmerz und auch teilweise Angst.

Trauma

Ein Trauma ist die bleibende seelische Wunde, die ein außergewöhnlich negatives Erlebnis z.B. in Form von immer wiederkehrenden Erinnerungen und Angstzuständen hinterlassen kann. Typische traumatisierende Ereignisse sind das Erleben von körperlicher, seelischer und sexueller Gewalt oder der Verlust von geliebten Bezugspersonen (besonders bei Kindern).

Schmerzliche Erinnerungen

Ein gesunder Schlaf kann helfen, emotionale Traumata zu überwinden und schmerzliche Erinnerungen zu verarbeiten. Schmerzliche Erinnerungen sind ähnlich wie Traumata.

Traumatische Erlebnisse

Ein schockartiges Erlebnis, das einen bleibenden seelischen Schaden zurückgelassen hat.

Plötzlicher Schock

Ein plötzlich bedrohliches Erleben, das die körperliche oder / und die seelische Verfassung erschüttert. Die rein seelische Auswirkung einer Katastrophe, eines Unfalls, eines Eindrucks im Kriege, eines ersten Verlustes oder einer schweren Beeinträchtigung des Selbstgefühls heißt Trauma. Schockerlebnisse greifen oft tief in das physiologische Geschehen ein, führen dann unter anderem zu Störungen der Atemtätigkeit, des Kreislaufs und der Verdauung. Psychisch können sie eine Änderung der inneren Einstellung bewirken.

Polytrauma

Als Polytrauma bezeichnet man in der Medizin mehrere gleichzeitig geschehene Verletzungen verschiedener Körperregionen, wobei mindestens eine Verletzung oder die Kombination mehrerer Verletzungen lebensbedrohlich ist (Definition von Tscherne).

Stimmungen

Als Stimmung wird ein Gefühlszustand bezeichnet, der im Gegensatz zu Affekt über längere Zeit anhält und aus verschiedenen Gefühlsbereichen und Triebregungen entsteht.

Selbstreflexion

Als Selbstreflexion bezeichnet man die Fähigkeit des Menschen, über die eigene Situation nachzudenken. Reflexionen von äußeren oder inneren Beobachtungen können als Chancen zum Erkennen von Problemen und Ansatzpunkten für Veränderungen angesehen werden.

Düstere Stimmungen

Als Stimmung wird ein Gefühlszustand bezeichnet, der im Gegensatz zu Affekt über längere Zeit anhält und aus verschiedenen Gefühlsbereichen entsteht. Hier geht es um negative und belastende Stimmungen.

Kreisende Gedanken

Immer wieder kehrend kreisenden Gedanken, die besonders in Entspannungsphasen auftreten. Vor dem Einschlafen, morgens, beim Entspannen, immer wieder startet der innere Dialog und man spielt gedanklich in einer Konversation noch einmal alles durch. Häufig steigert man sich emotional tief hinein.

Mentale Unruhe

Innere Unruhe. Man kann sich z.B. auf nichts konzentrieren und ist abgelenkt gereizt und frustriert.

Sinn des Lebens

Ist eine Wertvorstellung. Es werden von der Gesellschaft, von der Kultur und ihren Traditionen unterschiedliche Sinngewandlungen angeboten, aber es ist die Sache des Einzelnen, welche Wahl man trifft, diese hängt von den Anlagen, Erfahrungen, persönlichen und sozialen Möglichkeiten ab.

Depressive Verstimmung

macht sich in Gedanken, im Körper, in Gefühlen und dem Verhalten bemerkbar. Hier sollten Sie im Gespräch mit dem Klienten abklären, ob es sich eventuell um eine Depression handelt

ggf. den Klienten an einen psychotherapeutisch ausgebildeten Therapeuten weiter empfehlen.



Depressive Gefühle hier dauern die Niedergeschlagenheit und Traurigkeit über längere Zeit an und/oder verstärken sich im Laufe der Zeit. Hier sollten Sie im Gespräch mit dem Klienten abklären, ob es sich eventuell um eine Depressionen handelt

ggf. den Klienten an einen psychotherapeutisch ausgebildeten Therapeuten weiter empfehlen.

Apathie

Teilnahmslosigkeit, wie sie vor allem bei erschöpfenden Krankheiten oder in Zuständen der Depression auftritt. In der Apathie erscheint alles gleichgültig, nichtig und beziehungslos. Manchmal scheint sie eine Art Ruhe zu schenken und unverletzlich zu machen. Aber sie führt dazu, dass man sich selbst unwichtig vorkommt und das eigene Leben als sinnlos empfindet. Gelegentlich wird sie dann von hektischer, »manischer«, Betriebsamkeit abgelöst. Hier sollten Sie im Gespräch mit dem Klienten abklären, ob es sich eventuell um eine Depressionen handelt

ggf. den Klienten an einen psychotherapeutisch ausgebildeten Therapeuten weiter empfehlen.

Niedergeschlagenheit

Hier handelt es sich z.B. um einen Zustand psychischer Niedergeschlagenheit, der gelegentlich oder andauernd vorliegt.

Antriebslosigkeit

oder auch Antriebsverminderung, -armut, -mangel, -hemmung, Mangel an Aktivität bzw. Dynamik, Eigeninitiative und Spontanität, Teilnahmslosigkeit, Schwunglosigkeit, häufig kombiniert mit einer Verarmung von Mimik und Gestik sowie wenig modulierter Sprechweise. Man kann sich zu nichts aufraffen. Vieles wird auf später verschoben oder gar nicht angefangen.



Lustlosigkeit

Fehlen von Wünschen und Bedürfnissen.

Teilnahmslosigkeit

es erscheint alles gleichgültig, nichtig und bedeutungslos.

Unentschlossenheit

kann auch übertriebene Pedanterie als Ursache haben. Misstrauen, Zweifel, übermäßige Vorsicht und Kontrolle führen dazu, dass man sich zu keiner Entscheidung durchringen kann.

Hoffnungslosigkeit

Verlust der Fähigkeit zu Freude oder Trauer; es fehlt die Einsicht, dass es weitergeht, das sich belastende Situationen verändern können.

Perspektivlosigkeit

Klient sieht keine Perspektiven, ist hoffnungslos.

Pessimismus

Der Pessimismus ist eine Lebensauffassung mit einer Grundhaltung ohne positive Erwartungen und Hoffnungen.

Ausweglosigkeit

Dilemma, eine Entscheidungssituation zwischen zwei bzw. mehreren schlechten Möglichkeiten.

Mutlosigkeit

Entmutigung und Mutlosigkeit sind zentrale Veränderungshindernisse. Veränderungen werden als potenzielle Bedrohung oder als drohende Katastrophe angesehen. Als Folge von niedrigem Selbstvertrauen und pessimistischen Zukunftserwartungen ist man mutlos und traut sich nichts zu.

Blockade der spirituellen Ebene

Fremdsteuerung

Ein bestimmtes Verhalten kommt nicht aus dem Klienten selbst. „Wie fremdgesteuert“. Es kann von Außen, aber auch von Innen durch eine spezielle innere Haltung ausgelöst werden.

Besessenheit

Man ist von etwas od. jmd. besessen und kann nicht mehr aufhören daran zu denken oder zu glauben; die ursprünglichen Programme des „Ichs“ werden durch Fremdenergie überlagert. Beispiel: ein Ziel, eine Person, eine Idee.

Verstrickungen

Der Klient hat einschränkende mentale Verbindungen, aus denen er sich augenblicklich nicht befreien kann; diese können mental, emotional aber auch körperlich wirken.



Wesenheiten/
Dunkle Mächte

Blockaden oder Verhaltensveränderungen die von Außen beeinflusst oder hervorgerufen werden.

Verwünschungen

Es liegt eine gewollte/ungewollte negative Beeinflussung von Außen vor. „wie verwünscht“ Irgendjemand hat eine negatives Gedankenfeld/Fluch in Bezug auf den Klienten generiert.

Akkumulation
Negativer Energie

Anhäufung / Ansammlung von negativer Energie im eigenen Energiefeld.

Aus einem erhöhten Niveau

Der Getestete fühlt sich anderen gegenüber sehr überlegen. Er positioniert sich in seiner sozialen Selbsteinschätzung zu hoch.

Aus einem unteren Bereich der Umwelt

Dieser Klient lässt Bewertungen über sich selbst aus einer niedrigeren sozialen Position zu, als ihm selbst zusteht.

Aus einem oberen Bereich der Umwelt

Er lässt Bewertungen über sich selbst aus einer höheren sozialen Position zu, als ihm selbst zusteht.

Aus mir selbst heraus

Die augenblickliche situationsgebundene Selbstbewertung.

Blockade der Persönlichkeitsdynamik



Abhängigkeit

Man unterscheidet die teilweise (partielle) Abhängigkeit aller menschlichen Gefühlsbeziehungen von der vollständigen (totalen) Abhängigkeit. Sie ist in der Beziehung des Kindes zu den nährenden und schützenden Erwachsenen naturgegeben, findet sich aber oft auch bei Erwachsenen in einem Festhalten (Fixierung) an kindlichen Erlebnisweisen. Ein Partner in einer solchen Abhängigkeitsbeziehung glaubt, nicht mehr ohne den anderen leben zu können, und tut deshalb alles, um die Beziehung aufrechtzuerhalten, auch wenn er sich erniedrigt und gequält fühlt (Hörigkeit). Diese krankhafte Abhängigkeit muss von begründbaren, gegenseitigen Abhängigkeiten unter Erwachsenen (zwischen Ehepartnern oder zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern) unterschieden werden. Man muss auch zwischen Abhängigkeit von Substanzen und Verhalten abgrenzen.



**Psychisch/
Physisch**

von etwas oder jemanden psychisch oder physisch abhängig sein.

Stoffgebunden

Hier handelt es sich wahrscheinlich um Drogen, Medikamente oder Alkohol u.ä.

Hier ist es wichtig darauf hin zu weisen, dass diese Arten von Abhängigkeit in die Hände von Spezialisten gehören.

Nicht stoffgebunden

Hier geht um Abhängigkeit von z.B. Arbeiten, Einkaufen, Medien, Spielen, Sex, Sport, Religion, Essen, Sammeln



- Ego-Macht** Das Ego (Ich) ist überbetont und steht im Vordergrund.
- Ego-Träume** Die Vorstellung meines Egos (Ich) mit mehr Macht und was dann alles passieren könnte.
- Menschenbild** Die Vorstellung wie Menschen sind oder sein sollen ist gestört.
- Weltbild** Die Vorstellung wie die Welt ist oder sein sollte ist gestört.
- Allmacht** Die Vorstellung Macht über alle und alles zu haben, grenzenlose Machtfülle, uneingeschränkte Macht.
- Ehrgeiz** Starkes oder übertriebenes, krankhaftes Streben nach Erfolg

Fremd-Sabotage

Entweder schadet mir etwas od. jmd. oder ich schade etwas od. jmd.

Geld-Macht

Starke oder übertriebene Vorstellung, mit Geld Macht ausüben zu können.

Geist-Macht

Starke oder übertriebene Vorstellung, mit geistigem Wissen Macht ausüben zu können.

Über-Macht

Die Vorstellung in allen Bereichen des Lebens stärker und bestimmender sein zu müssen.

Widerstand

Zwanghaftes Sich widersetzen oder Sich entgegenstellen gegen Andere, Ideen, Vorschläge, Situationen etc. ohne Rücksicht auf pragmatische Lösungen.

Selbstbestimmung

Eingeschränkte Fähigkeit den eigenen Lebensweg in Entscheidungen zu bestimmen.

Selbststeuerung

Eingeschränkte Fähigkeit ein eigenes Lebensprogramm zu entwerfen und zu verwirklichen, auch emotional und körperlich.

Mission

Der Klient ist in eine vermeintliche Aufgabe verstrickt, welche ihn blockiert.

Vision

Der Klient ist in eine vermeintliche Vorstellung / Idee verstrickt, welche ihn blockiert.

Werte

Der Klient ist in übersteigerte und zu wichtige Wertvorstellungen verstrickt, was ihn blockiert.

- Genialität** Der Klient ist in vermeintliche und übersteigerte schöpferische Veranlagung verstrickt, was ihn blockiert.
- Querulantentum** Der Klient neigt zu zwanghaftem Jammern bzw. Meckern und ist schwer zufrieden zu stellen.
- Perfektionismus** Der Klient hat z.B. einen zwanghaften Ordnungsdrang oder Erfolgszwang und möchte immer alles perfekt machen.
- Verantwortung für sich selbst** Der Klient übernimmt keine Verantwortung für sich und sein Handeln.
- Verantwortung für Andere** Der Klient ist nicht gewillt Verantwortung für Andere zu übernehmen.

Standhaftigkeit

Man hat ein zu standhaftes Wesen oder es liegt ein Mangel an Standhaftigkeit vor.

Revierbehauptung

Der eigene Bereich ist übertrieben und extrem wichtig. Man verteidigt diesen Bereich mit nicht angemessenem Aufwand.

Vorurteile

Klient neigt z.B. dazu, Menschen / Dinge oder Situationen ohne Prüfung der objektiven Tatsachen zu verurteilen.

Geschlecht

Der Klient hat eine überzogene Auffassung von der Wirkung seiner eigenen Geschlechtsidentität.

Ego-Ohnmacht

Das Ego (Ich) ist schwach und steht im Hintergrund.

Nicht verzeihen können

Der Klient kann oder will nicht verzeihen und hält an Altem fest.

Nicht vergessen können

Der Klient kann oder will nicht vergessen. Altes wird immer wieder angesprochen.

Nicht verlieren können

Es ist wichtig, immer der Gewinner zu sein. Nicht nur bei Spielen, auch im täglichen Leben. Unterlegen zu sein, stellt ein echtes Problem dar.

Gleichgültigkeit

Ich-Schwäche des Klienten ist verantwortlich für Teilnahmslosigkeit, gleichgültiges Verhalten, Desinteresse, inneres Unbeteiligt sein.

- Ohnmacht** z.B. das Gefühl nichts tun zu können, wie gelähmt zu sein, keine Kraft zu haben.
- Trägheit** Ich-Schwäche des Klienten ist verantwortlich für fehlenden Auftrieb und Ambition, Verharren in einer Situation.
- Interesselosigkeit** Es gibt überhaupt kein Interesse für irgendein Thema.
- Vorurteile** Klient neigt dazu, schnell eine Meinung von Menschen / Dingen / Situationen zu haben, ohne Prüfung der objektiven Tatsachen.
- Schlampigkeit** Dieser Klient hat ein extremes Problem mit Schlampigkeit oder ist selbst schlampig.

Benehmen

Ich-Schwäche des Klienten ist verantwortlich für nicht angepasstes Benehmen in bestimmter Situation / Umgebung. Man hat keinen Sinn was adäquat ist.

Verantwortungslosigkeit

Der Klient hat kein Gefühl für Verantwortung, übernimmt aber auch keine Verantwortung, weder für sich, noch für Andere, für Situationen oder sein Handeln.

Selbstvorwürfe

Man macht sich Selbstvorwürfe, dass man anders Handeln hätte sollen, eine Situation ist nie ideal, es gäbe immer etwas zu verändern oder zu verbessern.

Verfolgungswahn

Hier geht es um das Gefühl, in seinem Handeln nicht frei zu sein, dass man beobachtet oder kritisiert wird.

Intimität

Ich-Schwäche des Klienten ist verantwortlich dafür, dass er mit Intimität nicht umgehen kann. Er erträgt deshalb keine vertraute Handlung, Situation oder Gespräche.

Verlegenheit

zu stark ausgeprägtes Verlegenheitsgefühl (einem ist ständig alles peinlich) oder aber ein Mangel dessen.

Revierversetzung

Der eigene Bereich ist durch Fremdeinwirkung verletzt; die Grenzen (mental oder physisch) wurden nicht beachtet oder überschritten.

Nicht annehmen können

Dieser Klient kann z.B. keine Hilfe und Unterstützung annehmen, dies reicht bis hin zum „nicht annehmen können“ von direkten Geschenken; aber auch das Akzeptieren von nicht änderbaren Situationen bereitet Schwierigkeiten.

Abhängigkeit

siehe oben unter Persönlichkeitsblockade
1. Punkt!

Selbstmord-Absichten

Nicht zwingend aktuell vorliegend. Kann auch eine Blockade aus der Vergangenheit sein

ggf. vorsichtig beim Klienten nachfragen und evtl. den Klienten an einen psychotherapeutisch ausgebildeten Therapeuten weiter empfehlen.

Geschlechts-Identität

Ich-Schwäche des Klienten äußert sich in mangelndem Einverständnis mit dem eigenen Geschlecht. Hilf- und Orientierungslosigkeit in der eigenen Geschlechterrolle.

Katastrophisierung

Ich-Schwäche des Klienten ist verantwortlich für negative und pessimistische Übertreibungen; alles wird wesentlich schlimmer gesehen als es tatsächlich ist.

Beruf

Hier geht es um Themen, die im Zusammenhang mit der momentanen Hauptaufgabe stehen. Beruf / Arbeit beim Erwachsenen, Schule beim Kind, Uni oder Fortbildung.

Überlastung

Man fühlt sich überlastet, alles ist zu viel.

Ausbeutung

Es geht um ein Ungleichgewicht. Es gibt ein ungesundes Unverhältnis zwischen dem was man bereit ist zu leisten und dem was erwartet wird.

Konkurrenz

Es gibt z.B. im Beruf Konkurrenz und man fühlt sich dadurch belastet.

Rivalität

ist der Wettbewerb mit einer oder mehreren Personen um einen Besitz oder Erfolg.

Misstrauen

Ist wie das Vertrauen aus Sicht der Psychoanalyse das Ergebnis der frühkindlichen Mutter-Kind-Beziehung. Versagungen, Drohungen und das Erleben von Unzuverlässigkeit fördern den Aufbau von Misstrauen. Das resultierende Misstrauen bleibt für die gesamte Lebensspanne bedeutsam.

Vertrauen

Ist die Überzeugung, dass man sich auf den Schutz seiner Mitmenschen oder auch auf die eigene Stärke und die Gunst des Schicksals verlassen kann. Es wird vom „Urvertrauen“ das ein Kind bereits in den ersten Lebensmonaten erwirbt, gesprochen. Wenn das Vertrauen nicht entstehen kann oder enttäuscht wird, ist es schwierig oder sogar unmöglich, neue Beziehungen einzugehen.

Feindseligkeit

Eine mit Ärger verwandte Emotion, die zur Entstehung von Konflikten beiträgt. Der Klient neigt zu negativer Beurteilung von anderen Menschen.

Zeit-Management

Diesem Klienten fehlt das Gefühl für Zeit: Sei es wie viel Zeit man für das Erledigen einer bestimmten Aufgabe brauchen darf, oder auch welcher Zeitrahmen dafür angemessen ist.

Geld-Management

Der Umgang mit Geld ist schwierig. Entweder ist es nicht wichtig, oder zu wichtig.

Gefühls-Management

Jede Beziehung, jedes Gespräch wird von Gefühlen gesteuert im Privatleben genauso wie im Beruf. Gefühlsmanagement heißt, gezielt Einfluss auf diejenigen Gefühle zu nehmen, die selbst als destruktiv und kräftezehrend erlebt werden. Der bewusste Umgang mit Emotionen von Angst bis Zweifel ist nicht optimal.

Stärken schwächen

Gute Eigenschaften werden so übertrieben, dass sie zur Schwäche werden. Beispiel: Jemand ist sehr genau und präzise. Durch übertriebene Genauigkeit wird man pingelig und verstrickt sich im Detail. Dadurch wird eine gute Eigenschaft zur Blockade.

Schwächen erkennen

Man ist nicht objektiv seinen eigenen Schwächen gegenüber.

Schwächen stärken

Verminderte Eigenschaften und Fähigkeiten werden durch den Klienten selbst so verstärkt, dass dem Klienten viel weniger zugemutet und ihm viel abgenommen wird; er hat dadurch einen Gewinn. Beispiel: „Ich kann das nicht“.

Existenz Angst

Dabei ist die "Angst um die Existenz" gemeint und bezieht sich in der Regel auf die berufliche / soziale Existenz. Zur Existenzangst kommt es dann, wenn ein Mensch seinen gewohnten Lebensstandard gefährdet sieht. In erster Linie geht es dabei um die finanzielle Sicherheit und Absicherung.

Vergleiche anstellen

Klient misst sich selbst ständig mit Anderen.
(Vergleichskampf)

Leistungsdruck

Leistung ist eine Anstrengung, die auf ein bestimmtes Ziel ausgerichtet ist und mit einem Erfolg abschließt. Leistung ist etwas, das von uns verlangt wird. Durch diese Anforderung und ihre Zweckbestimmung unterscheidet sie sich vom Spiel, bis zu einem gewissen Grade auch von der freien Kunst. Mit der Leistung tun wir etwas für Andere, auch wenn das Entgelt dafür in unserem eigenen Interesse liegt und wir die Anerkennung unserer Arbeit für unsere Selbstbestätigung brauchen. Der Stress der aus dem Zwang viel Leistung zu erbringen, entsteht hat heute oft seelische Störungen zur Folge.

Focus

Klient hat Schwierigkeiten, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren.



Enttäuschung

Nichterfüllung einer Hoffnung oder Erwartung, die den Klienten unzufrieden stimmt.

Selbstzweifel

Unsicherheit, bestimmte Ziele zu erreichen oder positiv auf andere Personen zu wirken.

Ausweglosigkeit

Klient sieht keine Perspektiven im Leben, (Hoffnungslosigkeit).

Unkontrolliertheit

Der Klient neigt dazu unkontrolliert zu handeln oder leidet unter der Unkontrolliertheit einer anderen Person

Loslassen

Klient kann alte, nicht aufgearbeitete Erlebnisse nicht vergessen.

Ziele

sind das, was Menschen aus eigenen oder fremden Vorgaben zu erreichen versuchen. Sie geben dem Handeln die Richtung vor, steuern Auswahl und Einsatz der physischen und psychischen Leistung, die zur Zielerreichung notwendig sind und beeinflussen die Ausdauer bei der Verfolgung des Zieles. Persönliche Ziele sind Indikatoren für die Motivation.

Geld-Einnahmen Entweder ist Geld zu haben für den Klienten extrem wichtig und er ist fixiert darauf immer mehr zu bekommen oder er hat Angst davor Geld einzunehmen.

- Geld-Ausgeben** Entweder ist Geld ausgeben für den Klienten extrem wichtig, und es wird z.B. nicht bedacht, ob noch genug Geld zur Verfügung steht oder der Klient hat Angst davor Geld auszugeben.
- Sex** Entweder definiert sich der Klient zu sehr über Sex, sexuelle Erlebnisse, das Thema Sex hat eine unnatürliche Priorität oder das Thema Sex stellt ein Problem dar.
- Erotik** ist die verfeinerte, vergeistigte und von der menschlichen Kultur beeinflusste Form der Sexualität. Hier wird „Erotik“ als etwas sehr Hohes verstanden, weit ab von Körperlichkeit, Trieb und Sinnlichkeit; Ist die Idealisierung vom mehr geistigen Umgang mit Sexualität.

Erleben

Der Klient hat übertriebenes Bedürfnis etwas „zu erleben“.

Sicherheit

Der Klient hat eine Dysbalance im Sicherheitsbewusstsein. Er kann zu viel Sicherheit wollen und schränkt sich dadurch ein. Umgekehrt, kann er durch mangelndes Gefühl für Sicherheit sich selbst in Gefahr bringen.

Religion

ist ein wichtiges Thema. So bestimmend, dass es das Leben und Handeln zu stark beeinflusst.

Erkenntnis

Der Klient hat übertriebenes Bedürfnis etwas „zu erkennen“, durchaus auch im grundsätzlich positiven, spirituellen und geistigen Sinn.

Inspiration

Der Klient hat übertriebenes Bedürfnis „inspiriert zu werden“, und baut zu sehr auf diesen Einfluss.

Wissen

Der Klient hat übertriebenes Bedürfnis „nach rationalem Wissen“, und baut zu sehr auf diesen „Wissensvorsprung“.

Konditionierung

Der Klient wurde durch Personen, aber auch durch Bücher oder Ideen beeinflusst und hat deshalb einen blockierenden Rahmen seines selbstbestimmten Denkens und Handelns.

Lehren

Man lässt sich zu sehr beeinflussen und beeindruckt. Kritiklos wird alles hingenommen was gesagt wird oder geschrieben steht; ohne Prüfung der eigenen Tendenzen, Gedanken, Erfahrungen.

Guru

Aus Indien stammender Ausdruck für Lehrer, Meister. Viele wesentliche Inhalte asiatischer Lehren (Yoga, buddhistische Meditation) lassen sich nur durch persönlichen Unterricht bei einem Guru erwerben. Der Klient ist stark von einem Guru im negativen Sinne abhängig.

- Lehrer** Der Klient glaubt kritiklos was er von einem „Lehrer“ hört.
- Priester** Der Klient glaubt kritiklos was er von einem „Priester“ hört und ist davon beeinflusst.
- Bücher** haben einen übertriebenen Einfluss. Was geschrieben steht, wird als richtig angenommen. Es wird über alles nachgelesen und kritiklos hingenommen.
- Meister** Ein Meister ist wie der Guru, dem die spirituelle Führung überlassen wird. Auch hier ist das Verhältnis gestört. Dem Meister wird kritiklos gefolgt und Unfehlbarkeit zugetraut.

Konfliktbewältigung/Strategien

Wie geht man in Konfliktsituationen miteinander und mit dem Problem um. Wie werden Probleme gelöst. Welche Strategie wird gewählt um einen Konflikt entweder zu vermeiden oder zu lösen?

Ersatzstrategien Zwang drückt den Wunsch aus, seine Position gegen den Widerstand anderer durchzusetzen. Es wird eine „Win-Lose“-Strategie verfolgt. *Vermeiden* bedeutet, dass der Konflikt nicht ausgetragen wird und die Situation unverändert erhalten bleibt. In dieser Situation ist es wahrscheinlich, dass beide Seiten verlieren („Lose-Lose“) *Nachgeben* repräsentiert die Position, in der der Konflikt gelöst wird, aber die Position verloren („Lose-Win“). Es handelt sich um eine häufige Paarung mit Zwangsstrategien. *Zusammenarbeiten* ist die beste Möglichkeit für „Win-Win“-Ergebnisse, weil hier beide Seiten ihre Position voll einbringen und ein Ergebnis erarbeiten können.

Indirekte Wunsch Äußerung

z.B. Wünsche nicht direkt äußern können.

Unangenehme Gefühle schlucken

Vermeintlich unangenehme Gefühle werden nicht ausgesprochen.

Aussitzen

Probleme und Konflikte werden so lange nicht angesprochen, bis sie sich von selbst erledigen.

Ablenken

Es wird bewusst vom Konflikt / Thema oder der Situation abgelenkt.

Themenwechsel

Das Thema wird einfach gewechselt und der tatsächliche Konflikt nicht mehr angesprochen.

Bestechen

Durch direkte oder indirekte Bestechung wird versucht zu einer Lösung zu kommen.

Nachgeben

Der Konflikt wird zwar gelöst aber nicht ausgetragen, es wird einfach nach gegeben.

Verdrängen/ Totschweigen

Der Konflikt wird nicht ausgetragen und die Situation bleibt unverändert. Das Bestehen des Konflikts wird verdrängt.

- Beleidigt sein** ist ein Zustand, wenn man sich gekränkt oder angegriffen fühlt. Ziel ist zu zeigen, wie sehr man verletzt ist. Damit wird der Konflikt nicht gelöst.
- Verallgemeinerung** Ist der Schluss von einem Teil auf das Ganze, von einem oder wenigen Fällen auf eine ganze Klasse von Gegenständen. Generalisierung von Reizen.
- Übertreibung** Der Klient neigt dazu zu übertreiben. Bei der Beschreibung was er kann, tut, Verpflichtungen, etc.
- Negative Eigenschaftsbeschreibung** Der Klient ist pessimistisch, neigt dazu alles negativ zu sehen oder sich selbst schlecht zu machen.

Negative Interpretation

In alles wird etwas Negatives hinein interpretiert, selbst im Guten wird etwas Schlechtes gesehen.

Schuldzuweisung

Jemand Anderen für etwas verantwortlich machen und Verantwortung abschieben oder selbst Schuld zugeschoben bekommen.

Entwertung

Die Entwertung als ein psychischer Abwehrmechanismus gehört zu den primitiven Abwehrmechanismen und bildet den Gegenpol zur Idealisierung. Als Schutzmechanismus wird Entwertung zur Stabilisierung des Selbstwertgefühles eingesetzt und dient der Abwehr von Neidgefühlen oder Verlust- und Abhängigkeitsängsten.

- Beleidigung** Eine Beleidigung ist jede Verletzung der persönlichen Ehre eines Anderen. Die Beleidigung ist die Kundgabe der Miss- oder Nichtachtung einer anderen Person. Die Beleidigung wird vom Betroffenen in der Regel als kränkend empfunden.
- Bagatellisierung** Klient neigt dazu, alles zu verharmlosen.
- Verletzende Andeutungen** Es wird bewusst vom eigentlichen Thema abgewichen und an peinliche Episoden erinnert, um den Gegenüber zu schwächen.
- Drohungen** Es wird gedroht. Nicht nur mit körperlicher Gewalt sondern auch mit sonstigen Konsequenzen.

- Dramatisieren** Probleme und Situationen werden überspitzt dargestellt.
- Imponieren** Ausdrucks- und Verhaltenseigenheiten um Andere zu beeindrucken.
- Ironie** Konflikte werden mit Ironie ausgetragen. Entweder wird eine Situation ins Lächerliche gezogen oder der Klient macht sich darüber lustig.
- Sarkasmus** also beißender Spott, wird durch direkte Aussage des Gemeinten oder mittels Ironie ausgedrückt.
- Rechtfertigung** Tritt dann auf, wenn eine bestimmte Handlung durch zwei oder mehr Ursachen erklärt werden kann. Es wird versucht die Motive für sein Handeln zu erklären.

Scheinfragen

Mit Scheinfragen wird Interesse geheuchelt.

Scheinvorschläge

Scheinvorschläge dienen in Konfliktsituationen dazu scheinbar konstruktive Lösungen vorzuschlagen. Tatsächlich geht es darum vom eigentlichen Problem abzulenken.

Rationalisieren

Bei der Rationalisierung ignoriert, bzw. unterbewertet die Person gefühlshafte Dinge, die einen Entscheidungsprozess beeinflussen könnten. Allein rationale Handlungen stehen im Vordergrund und werden von der Person als Beweggründe des Handelns vorgeschoben.

Regredieren

Bei der Regression erfolgt ein Rückzug auf eine frühere Entwicklungsstufe der Ich-Funktion, der unbewusst erfolgt. Ursache kann ein traumatisches Erlebnis sein.

Kommunikation

Die zwischenmenschliche Mitteilung und Verständigung. Sie hängt ebenso von der Fähigkeit der einen ab, ihre Wünsche und Gefühle auszudrücken, wie von der Gabe der anderen, diesen Ausdruck aufzunehmen und zu deuten. Wie wird kommuniziert, klar und verständlich oder verschleiert und indirekt.

Nicht zuhören können

Man kann nicht zuhören, gibt dem Gesprächspartner nie die Zeit auszudrücken was er sagen will.

Nicht sprechen können

Man kann nicht ausdrücken was einen bewegt. Direktes Ansprechen von Problem und auch Wünschen ist nicht möglich.

- | | |
|--|---|
| Unvermöglichen richtiger Kommunikation | Offene Kommunikation ist nicht möglich. Wünsche und Bitten werden versteckt mitgeteilt. |
| Ausdruck von Beobachtungen | Offene Kommunikation ist nicht möglich. Beobachtungen werden nicht direkt mitgeteilt. |
| Ausdruck der Gefühle | Offene Kommunikation ist nicht möglich. Gefühle können nicht klar ausgedrückt werden / es kann nicht damit umgegangen werden. |
| Ausdruck der Bedürfnisse | Offene Kommunikation ist nicht möglich. Bedürfnisse können nicht klar und direkt mitgeteilt. |

Ausdruck von Bitten

Offene Kommunikation ist nicht möglich. Bitten können nicht klar und direkt mitgeteilt.

Unklar

Durch unklare Kommunikation kann es zu Missverständnissen kommen.

Inkongruent

ist eine Nachricht, bei der die ausgesendeten Signale nicht zueinander passen und sich im Extremfall sogar widersprechen.

Anklagend

Um sich selbst zu schützen, werden andere Menschen oder die Umstände angegriffen oder angeklagt.

Beschwichtigend

Beschwichtiger spielen vor, gefällig zu sein, was in den meisten Kulturen und Familien sehr geschätzt wird. Es wird Kosten des eigenen Werts beschwichtigt.

Indirekte Wunschäußerung

Es gibt keine Direkte Aussage was man möchte, welche Ziele und Wünsche man hat.

Vorwürfe

Kommunikation ist immer mit Vorwürfen verbunden. Diesem Typ macht man nichts recht.

Einschränkende Überzeugungen hindern am wirklichen SEIN.

**Falsche Ziele/
Falsche Ideale**

Ziele/Ideale beinhalten das, was Menschen aufgrund eigener Vornahmen oder fremder Vorgaben zu erreichen versuchen. Sie geben dem menschlichen Handeln die Richtung vor, steuern die Auswahl und den Einsatz der physischen und psychischen Leistungsvoraussetzungen, die zur Zielerreichung notwendig sind. Persönliche Ziele / Ideale sind Indikatoren für die Motivation von Menschen.

Verletzung durch andere Hier geht es um körperliche oder emotionale Verletzungen, die durch nahestehende Personen, Familienmitglieder und Freunde zugefügt wurden.

Helfersyndrom

Die Rolle des Helfers wird gewählt, um Ängste vor Abhängigkeit abzuwehren und für die eigenen Schützlinge jene ideale Elterngestalt zu sein, die in der eigenen Kindheit schmerzlich vermisst wurde. Es kann auch zu einem tertiären Krankheitsgewinn führen.

Versorgungswunsch (Materiell & Ideell)

Der Wunsch versorgt zu sein, ist so groß, dass dafür vieles in Kauf genommen wird.

Innerer Frieden

Ist ein heilsamer Zustand der Stille oder Ruhe.

Selbstakzeptanz/ (Selbstannahme)

Ist die Art und Weise, wie man sich selbst in der Gesamtheit der Persönlichkeit wahrnimmt und akzeptiert, wesentliches Merkmal in der Konstitution der Ich-Identität und wichtiges Kriterium für unser psychisches Wohlbefinden, unsere persönliche Autonomie und unser Lebensglück

Zweifel

Ständige Unsicherheit, ob man richtig gehandelt hat, die richtige Entscheidung getroffen hat, etc.

Emotionales Selbstmanagement

Emotionen bilden die Grundlage des täglichen Erlebens. Da unser Gehirn die Emotionen vorrangig behandelt, bestimmen sie in großem Maße die Wahrnehmung, das Verhalten und die Handlungen. Neben der positiven Funktion, die Emotionen im Alltag haben, können sie uns auch einschränken und Stress bereiten. Hier ist der konstruktive Umgang mit Emotionen blockiert.

Dysfunktionale Kognition

Der Mensch versucht alles, was er erlebt, einzuordnen, zu benennen und vor dem Hintergrund seiner bisherigen Erfahrungen zu bewerten und zu interpretieren. Kognitionen spiegeln nie die objektive Wirklichkeit wieder, sondern sind immer von Auswahl- und Interpretationsprozessen beeinflusst! Dysfunktional bedeutet in diesem Zusammenhang ungünstig, unpassend und behindernd. Eine Situation wird als übertrieben gefährlich und bedrohlich angesehen, obwohl sie dies objektiv nicht ist.

Dysfunktionale Glaubenssätze

Dysfunktional ist ein Glaubenssatz dann, wenn selbstsabotierende Gedanken, Selbstvorwürfe, Fremdvorwürfe, falsche Erwartungen und einschränkende familiäre Loyalitäten das Selbstwertgefühl gefährden.

Beispiel für einen dysfunktionalen Glaubenssatz:

"Ich habe es nicht verdient, glücklich zu sein..,"

Selbstfürsorglichkeitskompetenz

Entweder der Klient neigt dazu sich nur um sich zu kümmern oder die Selbstfürsorglichkeit fällt ihm extrem schwer.

Blockade der partnerschaftlichen Dynamik

Familie: Ursprung:

Das ist die jetzige Familie bestehend aus: Vater, Mutter und Geschwistern, Stief- und Halbgeschwistern. Es spielt keine Rolle ob der Vater / die Mutter bekannt oder noch am Leben sind. Auch die Geschwister spielen eine Rolle, selbst wenn man bewusst keine Geschwister hat. Bei Frauen kommt es immer wieder zu Abgängen und Fehlgeburten, ohne dass überhaupt eine Schwangerschaft bemerkt wurde. Auch diese Kinder spielen in der Betrachtung der Ursprungs-Familie eine Rolle.

Familie: väterlicherseits

Familie: mütterlicherseits

Hier geht es um die Sippe. Gerade die dynamische Übertragung von Gefühlen / Vorstellungen / Ängsten von Großeltern zu Enkeln wird sehr häufig bemerkt. Wenn hier dasselbe Familienmitglied immer wieder in den MindLINK Tests auftaucht, kann es hilfreich sein eine systemische Familien-Aufstellung zu machen um eine Blockade nachhaltig zu lösen.

Vaterbild

Die Vorstellung wie ein Vater sein sollte, wurde nicht erfüllt.

Mutterbild

Die Vorstellung wie eine Mutter sein sollte, wurde nicht erfüllt.

Väterliche Energie Es gab zu wenig oder gar keine väterliche Energie (Yang).

Mütterliche Energie Es gab zu wenig oder gar keine mütterliche Energie (Yin).



Familiengeheimnis

Ein Familiengeheimnis belastet. Der Klient spürt, dass etwas verschwiegen wird.

Unerfüllter Kinderwunsch

Setup für den Test, für den psychologischen Hintergrund, warum der Kinderwunsch nicht erfüllt wird.

Adoption

Die Adoption wurde emotional nicht verarbeitet.

Pflegekind

Der Aufenthalt in Pflegefamilien ist für die Kinder mit Stress verbunden: Trennung von der Ursprungsfamilie, Fremdheit in der neuen sozialen Umgebung und die Angst, eventuell doch wieder in die Ursprungsfamilie zurückkehren zu müssen.

Vernachlässigung

In der Kindheit gab es eine Mangelversorgung u.a. in Bezug auf Ernährung, Körperhygiene, gesundheitliche Versorgung ebenso wie kognitive Förderung und emotionale Versorgung.

Abtreibung

Neben den körperlichen Risiken einer Abtreibung gibt es zahlreiche psychische und psychosomatische Abtreibungsfolgen. Diese stellen ein Tabu-Thema dar. Kurz nach der Abtreibung sind manche Frauen erleichtert. Ihre Probleme scheinen gelöst. Langfristig entwickeln jedoch viele Frauen das sog. Post Abortion Syndrom (PAS) mit Schuldgefühlen und auch körperlichen Symptomen.

Inzest

Sexuelle Beziehung zu nahen Blutsverwandten, die in allen bekannten Kulturen einem strengen Tabu unterworfen ist. Das Verbot bezieht sich nicht auf die Gefahren, die eine Inzucht mit sich bringen.

Sigmund Freud hat in dem Modell des Ödipuskomplexes die Inzestphantasie als wesentliches Merkmal der unbewussten Dynamik beschrieben. Ein vollzogener Inzest ist jedoch viel häufiger, als die Statistik erweist. Die Opfer des einen finden dabei nur selten den Schutz des anderen Elternteils.

Achtung! **Testet dieses Element, sehr vorsichtig vorgehen, der Klient, kann seine Erfahrungen auch verdrängen.**

Der Klient muss nicht direkt betroffen sein, es kann sich auch um einen Vorfall im näheren Umfeld handeln od. der Klient wurde von einem Familienmitglied belästigt.

Verlorenes Kind

Die Fehlgeburt ist die vorzeitige Beendigung einer Schwangerschaft. Im Speziellen bedeutet dies einen Abbruch (Abort), bevor überhaupt eine Lebensfähigkeit des Kindes erreicht worden ist.

Stieffamilie

Der Aufenthalt in einer Stieffamilie wurde als belastend empfunden. Die Trennung oder der Verlust der Ursprungsfamilie.

Außereheliche Beziehung

Während eine kurze Affäre zumeist vom Partner unentdeckt bleibt bzw. vor diesem erfolgreich verborgen werden kann, bleiben lange außereheliche Beziehungen nur äußerst selten unerkannt. Hier fühlt sich der Partner verletzt und betrogen.

Scheidungskind

Kinder und Jugendliche, die das traumatische Erlebnis der Trennung ihrer Eltern erlebt haben.

Kurzfristige Folgen sind oft

Aggression, Wut, Trauer, Verwirrung, Depression.

Langfristige Folgen sind z.B. Minderwertigkeitskomplexe, Misstrauen gegenüber anderen, Angst vor Verantwortung usw. und können erst nach Jahren zutage treten, wenn die Kinder als Erwachsene versuchen, intime Beziehungen einzugehen. Viele Scheidungskinder geben sich zudem selbst die Schuld, dass ihre Eltern sich scheiden ließen.

1. Kind

Viele Untersuchungen haben gezeigt, dass es Eigenschaften und Verhaltensweisen gibt, die eher typisch für erstgeborene Kinder sind. Sie haben zunächst die ungeteilte Aufmerksamkeit der Eltern. Kein nachgeborenes Kind wird jemals so viel Aufmerksamkeit bekommen. Oft sind die Erstgeborenen sehr vernünftig, übernehmen gerne Verantwortung und sind perfektionistisch. Das liegt daran, dass sie als Babys die anfängliche Unsicherheit, das Lampenfieber ihrer Eltern alles richtig zu machen, spüren. Bald bekommen sie heraus, dass die Zweifel von Mutter und Vater eng mit ihren Leistungen zusammenhängen.

Entthronungskonflikt

Wenn ein Geschwisterchen geboren wird, bleibt das meist nicht ohne Folgen. Die Entthronung führt oft zu einer Krise bei dem Erstgeborenen. Der Konkurrenzkampf ist besonders groß bei gleichgeschlechtlichen Kindern mit geringem Altersunterschied. Haben sie sich an den Nebenbuhler gewöhnt, übernehmen sie oft die Beschützerrolle. Indem sie sich besonders gewissenhaft und zuverlässig um das kleinere Geschwisterchen kümmern, erhoffen sie, den ersten Platz bei den Eltern zurückzugewinnen. „Lust und Spaß an der eigenen Kindheit können da ab und zu auf der Strecke bleiben.“

2. Kind

Für die sogenannten Sandwich-Kinder, die sowohl ältere als auch jüngere Geschwister haben, ist es oft besonders schwer, ihren Platz zu finden. Sie haben einen überlegenen Bruder oder eine überlegene Schwester und hinter ihnen folgt das süße Nesthäkchen. Da ist es gar nicht einfach, aufzufallen. Am einfachsten haben es die mittleren Kinder, die der einzige Junge oder das einzige Mädchen in der Familie sind. Als „Prinz“ oder „Prinzessin“ haben sie eine recht klare Position.

Nicht beachtet werden

Die "Zwischenkinder" tragen die Kleidung und Sportausrüstung ihrer Geschwister auf, werden weniger gefördert, bekommen weniger Aufmerksamkeit, da der Reiz des Neuen bereits vorbei ist und folgen den ausgetretenen Pfaden ihrer Vorläufer. Ihr Ansporn hält sich oft in Grenzen, da von den Eltern vieles sowieso als selbstverständlich hingenommen wird. Andererseits ist der Erwartungsdruck nicht mehr so groß, was auch ein Entwicklungsvorteil sein kann. Auch sind die Kinder nicht mehr unter ständiger Beobachtung, da die Eltern im Allgemeinen entspannter sind. Nicht selten kämpfen sie so durch provokatives Verhalten um die Beachtung der Eltern, sind fordernder und aggressiver als ihre Geschwister. Andere Kinder zeigen ein besonders verschlossenes Verhalten und wenden sich schon früh nach außen, indem sie viele Kontakte außer Haus haben.

3. Kind

Mit dem Begriff des Nesthäkchens wird das jüngste, letztgeborene Kind bezeichnet, das als letztes „aus dem Nest fliegt“. Die Verwandtschaft ist vom Nachkömmling begeistert, alle finden es süß. Diese Kleinen schaffen es meistens problemlos, ihre Eltern, Omas und Opas, um den Finger zu wickeln. Oft werden sie von den Eltern verwöhnt und es wird auch nicht so viel von ihnen verlangt. Wollen sie zwei- oder dreijährig noch immer viel getragen werden, erreichen sie oft ihr Ziel. Schließlich muss die Mutter weder Kinderwagen schieben noch trägt sie einen dicken Babybauch vor sich her. Das handelt ihnen nicht selten Ärger mit den älteren Geschwistern ein. Kleine genießen Privilegien. Die Kleinen erleben ihre Eltern oft entspannter als die Geschwister. Sie stehen nicht mehr so stark unter der Beobachtung der Eltern, alleine aus zeitlichen Gründen. Gleichzeitig genießen sie oft schon früh Privilegien, für die ihre älteren Geschwister hart gekämpft haben. Die Geschwister finden das oft ungerecht, schließlich war es für sie nicht selbstverständlich, mit 15 Jahren bis Mitternacht unterwegs sein zu dürfen, oder mit zehn Jahren einen Film für 12-Jährige anzuschauen. Ungerecht behandelt? Auch wenn sie von ihren Eltern mit mehr Nachsicht behandelt werden, so fühlen sich die Nesthäkchen in der Regel ungerecht behandelt. Von ihnen gibt es viel weniger Babyfotos als von ihren älteren Geschwistern, für Babyschwimmen und Kinderturnen bleibt keine Zeit. Die Kleinsten orientieren sich immer an den Großen, sie sind der Maßstab aller Dinge. Manche reagieren darauf, indem sie sich ein Leben lang in der Rolle des „süßen Kleinen“ einrichten. Andere spornt es erst richtig an, allen zu zeigen, was in ihnen steckt. Die großen Geschwister zu übertrumpfen, ist das Höchste. Vor allem, wenn sie das gleiche Geschlecht haben.

Außenseiter, Fremdling, Eindringling

Klient fühlt sich selbst als Außenseiter oder hat ein Problem mit solchen Personen.

Familie väterlicherseits

Hier geht es um Dynamiken – unbewusste emotionale Verbindungen aus der väterlichen Familie.

Familie mütterlicherseits

Hier geht es um Dynamiken – unbewusste emotionale Verbindungen aus der mütterlichen Familie.

Freunde und Partner

Es geht um Dynamiken, die mit Freunden und Partnern im Zusammenhang stehen.

Beziehung männlich-weiblich
Beziehung weiblich-männlich
Beziehung männlich-männlich
Beziehung weiblich-weiblich

} Zwischenmenschliches Problem
auf allen Ebenen.

Zurückweisung Natürlich ist das Ego von Zurückweisung angegriffen. Psychologen sehen zum Beispiel in frühkindlicher Zurückweisung eine der stärksten Formen für spätere psychologische Auffälligkeit. Doch eine Abfuhr im Erwachsenenalter kann im Rückschluss das Ego sogar aufbauen.

Liebeskummer ist eine extreme Gefühlsaufwallung, ein Hin- und Hergerissen sein, als Folge von Trennung.

Liebesentzug Ein Kind erlebt einen Liebesentzug immer als eine existenzielle Bedrohung. Deshalb haben wir große Angst vor dem Liebesentzug.

Einsamkeit

ist eine unausweichliche Erfahrung jedes Menschen, die allerdings in differentieller Weise aktualisiert, erfahren und erlebt wird und aus dem anthropologischen Spannungsbogen von Individualität und Soziabilität erwächst. Sie stellt die subjektiv negativ bewertete Erfahrung des inneren Getrenntseins von anderen, von sozialen Bindungen und das benötigt werden, vom eigenen Ich und von subjektiv bedeutsamen Sinnbezügen dar. Einsamkeit ist ein subjektives Phänomen, das vielfältige objektive Bedingungsfaktoren aufweist, jedoch vom physischen Alleinsein und von sozialer Isolation sowie dem positiv erlebten Für-sich-Sein unterschieden werden muss.

Verlassenheit

Klient fühlt sich verlassen oder wurde verlassen.

Entfremdung

Der Eindruck, dass gewisse Lebensumstände unverständlich geworden sind, keine Beziehung zur eigenen Person mehr haben und keine gefühlsmäßige Einstellung zu ihnen erlauben. Gefühlsbeziehungen können nicht mehr angeknüpft werden. Mit dem Wort »Entfremdung« bezeichnet man auch die »Depersonalisation«, einen Zustand der Entrücktheit.

Es können auch die eigenen Handlungen wie die eines Fremden erlebt werden.



Unterlegenheitsgefühle

Ein Begriff aus der »Individualpsychologie« von Alfred Adler. Das Minderwertigkeitsgefühl entsteht aus der Erkenntnis körperlicher, seelischer, geistiger oder sozialer Mängel. Wenn sie entweder überscharf gesehen, oder die Befangenheit unterdrückt und verdrängt wird, kommt es zu einem krankhaften Komplex. Die Reaktion ist oft eine Bemühung, nun besonders große Leistungen zu vollbringen und nach außen eine überzeugende Stärke zu zeigen: die Minderwertigkeit wird überkompensiert. Dieser Umschlag zeigt sich oft recht auffallend bei Körperfehlern.

Überlegenheitsgefühle

Grundeinstellung und Selbstkonzept, besser zu sein als andere, sich über andere erheben .

Extrovertiertheit

Wendung nach außen. Der extrovertierte Typ ist ein bereitwillig die äußere Realität akzeptierender und sich mit ihr auseinandersetzen Mensch, der sich leicht in neue Situationen findet.

Introvertiertheit

In sich selbst ruhend, nachdenklich, die Energie suchend durch Ruhephasen. Introvertierte Charaktere beobachten in sozialen Gruppen eher, als dass sie selbst handeln. Typische Eigenschaften sind hier *still, sorgfältig, scheu, reflektierend* und *zurückgezogen*. Introvertierte müssen erst einmal “gut überlegen”, bevor sie etwas sagen, tun oder entscheiden. Oberflächlichkeit ist ihnen meist zuwider. Sie sind die “stillen Denker” und gelten oft als zurückhaltend, Kontaktscheu und mögen in der Regel keinen „Smalltalk”.

Sich ausgeschlossen fühlen

Wer unter Einsamkeit leidet, fühlt sich verlassen und ausgeschlossen. Er hat das Gefühl, von einem bestimmten Menschen oder auch von allen Mitmenschen nicht mehr akzeptiert, anerkannt und gebraucht zu werden. Er kommt sich überflüssig und nutzlos vor.

Mobbing

wird aus dem Wort "Mob" (der Pöbel) abgeleitet und aus der Ethologie entlehnter Begriff, wonach einzelne Personen in ihrer sozialen Gruppe ausgegrenzt, schikaniert und terrorisiert werden. Dieses Phänomen findet sich in verschiedenen Kontexten, u.a. am Arbeitsplatz oder in der Schule.

Mobbing wird von kleineren Streitereien und punktuellen Gewaltausbrüchen dadurch abgegrenzt, dass die Angriffe wiederholt und über einen längeren Zeitraum hinweg in der Absicht erfolgen müssen, dem Opfer Schaden beizufügen. Mobbing kann dabei von einer oder von mehreren Personen durchgeführt werden, und es richtet sich typischerweise auf ein Opfer, das sich nicht wehren kann (Stärke-Ungleichgewicht). Schließlich kann Mobbing sowohl direkte Formen annehmen – wie etwa Drohungen oder körperliche Angriffe – sowie indirekte Formen wie etwa Ausschluss aus der sozialen Gruppe.

Familie Partner Verlust

Das Erleben von Verlust durch die Aufhebung positiver Bindungen an eine Person (Tod, Scheidung, Trennung); gehen einher mit Angst, Depression, Einsamkeit, Hoffnungslosigkeit. Das Verstehen und Verarbeiten braucht einige Zeit und unterliegt den verschiedensten Strategien damit umzugehen.

Trennung

Häufig wird in einer nicht funktionierenden Beziehung mit Trennung oder Scheidung gedroht. Solange die Partner aber noch gegenseitig dabei sind, die Angst des anderen auszubeuten, passiert dies meistens nicht. Trennung betrifft eine nicht-eheliche Gemeinschaft. Es ist sehr entscheidend wie die Trennung abläuft und wie mit der Krisensituation umgegangen wird. Hier sollte man abfragen, ob es um eine Trennung aus der kürzeren Vergangenheit handelt, oder ob man eine Trennung als Kind/Jugendlicher nicht verarbeitet hat

Scheidung

Eine Scheidung ist das Auflösen einer eheliche Gemeinschaft. Zu den emotionalen Aspekten der Trennung kommen noch rechtliche Komponenten. Es ist sehr entscheidend wie die Trennung abläuft und wie mit der Krisensituation umgegangen wird. Hier sollte man abfragen, ob es um eine Trennung aus der kürzeren Vergangenheit handelt, oder ob man eine Trennung als Kind / Jugendlicher nicht verarbeitet hat

Leidvolles Sterben

Hier handelt sich um das Erleben eines langen und leidvollen Sterbens von Angehörigen oder Freunden, die z.B. lange krank waren.

Plötzlicher Tod

Der plötzliche Tod eines Angehörigen oder engen Freundes bedeutet immer ein Trauma. Das Erlebte muss verarbeitet werden. Die Tatsache, dass man sich nicht verabschieden konnte, führt oft zu Schuldgefühlen.

Mein Tod

Ist das eine Ereignis, von dem wir sicher wissen, dass es eintreten wird, und doch ist er unvorstellbar. Zwar bedroht er uns ständig, aber wir weigern uns, seine volle Konsequenz zur Kenntnis zu nehmen. Wer sich vorstellt, was geschehen könnte, wenn er einmal gestorben ist, wird bald entdecken, dass er in allen diesen Gedankenbildern noch selbst dabei ist, und sei es wie ein Zuschauer aus einer Dachluke. Jeder empfindet die Welt im Grunde so, als ob es sie ohne ihn gar nicht gäbe. Deshalb redet man am liebsten gar nicht von vom Tod. Weil er unvorstellbar ist, gibt es keine wirkliche Todesangst – nur eine Angst vor den Qualen des Sterbens, die man an anderen miterlebt hat, und die Trennungsangst, die auch so viele weniger absolute Verluste begleitet. Hier sind diese Ängste so groß und blockieren den Klienten. Dieses Testelement kann auch ansprechen, wenn etwas in einem abstirbt (Gefühlswelt) od. ein definitiver Schlussstrich vorliegt.

Blockade der energetischen Dynamik



Chakren Energie

Die 7 Hauptchakren sollen für bestimmte Bereiche der körperlichen Gesundheit sowie für seelische Vorgänge verantwortlich sein. Störungen und Blockaden in den Chakren können daher sowohl für physische Störungen die Ursache sein, aber auch auf emotionaler Ebene Einfluss haben. Hier kann man testen welche(s) Chakra(en) blockiert ist / sind und darauf dann eine entsprechend spezifische Therapie aufbauen.

Wurzel Chakra

1. Chakra - das Wurzelchakra, ist das unterste Chakra und befindet sich auf der Höhe des Steißbeins. Es ist nach unten geöffnet und verbindet uns energetisch zur Erde

Farbe: rot; Wurzelchakra steht für: Stabilität, Lebenswille, überleben, Selbsterhaltung, Erdung und Urvertrauen.



Sakral Chakra

2. Chakra, das Sakralchakra ist das zweite Chakra und liegt etwa eine Handbreit unter dem Bauchnabel. Es ist wie alle noch folgenden Chakren, außer dem Wurzelchakra und dem Kronenchakra, nach vorne geöffnet

Farbe: orange; Sakralchakra steht für: Sexualität, Sinnlichkeit, Fortpflanzung, Kreativität und Emotionen.

Bauch Chakra

3. Chakra, das Solarplexuschakra befindet sich etwas oberhalb des Nabels auf Höhe des Sonnengeflechts (Solar-Plexus).

Farbe: gelb; Bauchchakra steht für: Willenskraft, Selbstvertrauen, Persönlichkeit, Selbstkontrolle, Gefühle, Sensibilität und Durchsetzungskraft.



Herz Chakra

4. Chakra, das Herzchakra liegt auf der Höhe des Herzens und ist der Mittelpunkt des Chakrensystems. Es ist in seiner gereinigten Form der Sitz der bedingungslosen Liebe.

Farbe: grün; Herzchakra steht für: Liebe, Mitgefühl, Menschlichkeit, Zuneigung, Geborgenheit, Offenheit, Toleranz, Herzengüte.

Hals Chakra

5. Chakra, das Halschakra befindet sich auf der Höhe des Kehlkopfes. Es steht für die Wahrheitsfindung und die Kommunikation.

Farbe: blau; Das Halschakra steht für: Wortbewusstsein, Wahrheit, mentale Kraft, Musikalität.

Stirn Chakra

6. Chakra, das Stirnchakra das "Dritte Auge", befindet sich zwischen den Augenbrauen.

Farbe: indigo; Das Stirnchakra steht für: Intuition, Wahrnehmung, Phantasie, Selbsterkenntnis

Scheitel Chakra

7. Chakra, das Scheitel oder Kronen Chakra befindet sich außerhalb des grobstofflichen Körpers, oberhalb des Kopfes. Es ist nach oben geöffnet und verbindet uns mit dem Himmel und dem Göttlichen.

Farbe: violett; Das Scheitelchakra steht für: Spiritualität.



Kosmische Energie

Energie, die von außen aus der erweiterten Umwelt empfangen werden kann. Negativ-Beispiel: Langer Aufenthalt in Beton-Gebäuden = Mangelnde kosmische Energie.

Belebte Natur

Energie, die von der belebten Natur empfangen werden kann. Positiv-Beispiel: Umarmen eines Baumes.

Kristalle

Das Fehlen der Energie von Kristallen / Steinen führt zu Blockaden.

Mineralien

Das Fehlen der Energie von Steinen führt zu Blockaden.

Wasser

Im Element Wasser liegen z. B. die Themenbereiche Vertrauen, Klarheit, Kraft, Körperbewusstsein, Fließen und Geschehen lassen. Das Wasserelement verleiht Kraft, Energie & Geist; Urvertrauen, Energie zu Neubeginn und der Wille zum Weitermachen und Regeneration. Hier fehlt die spirituelle Energie des Wasser-Elements.

Luft

Das Element Luft steht für Bewegung und Beweglichkeit, für Flexibilität und Ideenreichtum. Die Qualität des Luftelementes hat aber auch mit Anpassungsfähigkeit und mit Gefühlen wie Achtung, Anerkennung, Toleranz und Respekt zu tun. Hier fehlt die spirituelle Energie des Luft-Elements.

Feuer

Das Element Feuer steht z.B. für Liebe, Leidenschaft, tiefe Gefühle, Freude, Lust, Wandel und die Umwandlung Blockaden zu lösen; Helligkeit, Temperament, Grenzen zu sprengen und ungezügelter Kraft. Hier fehlt die spirituelle Energie des Feuer-Elements.

- Holz** Dem Element Holz entsprechen z.B. Wachstum, Bewegung, Vitalität, Innere Freiheit und Selbstverwirklichung. Die Möglichkeit sich von festgefahrenen Situationen befreien zu können, in Perspektiven zu denken; dynamischen Impulsen und Spontanität folgen zu können. Hier fehlt die spirituelle Energie des Holz-Elements.
- Erde** Das Element Erde symbolisiert z.B. sich erden und stabilisieren; die Fähigkeit zur Konzentration, Verständnis und Verantwortung. Erneuerung, Reife und in der eigenen Mitte sein. Hier fehlt die spirituelle Energie des Erde-Elements.
- Sonne** Die Sonne steht für die kraftvolle männliche Energie. Der Klientin fehlt diese spirituelle Energie ihres männlichen Anteils.
- Mond** Der Mond ist das beruhigende Pendant zur Sonne und steht für das Weibliche. Dem Klienten fehlt der Zugang zu seinen weiblichen Anteilen.

Nahrung

Die Qualität, die Quantität und / oder die Nahrungsmittel selbst führen zu Blockaden.

Aura

Als Aura oder Energiekörper wird die Ausstrahlung bezeichnet, die den Menschen wie einen Schutz umgibt. Diese besteht aus mehreren Schichten, die eng mit den Chakren verknüpft sind.

Metall

Das Element Metall steht z.B. für die Möglichkeit an der Bewegung zu wachsen, fördert die Fähigkeit Perspektiven zu sehen, Konzentration auf das Wesentliche, Gefühle der Trauer. Hier fehlt die spirituelle Energie des Metall-Elements.



Meridian Energie

Hier wurden bewusst die Meridiane nach der EAV (Elektroakupunktur nach Voll) ausgewählt und nicht die Meridiane nach der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin). In der folgenden Erklärung finden Sie zu den einzelnen Meridianen die zugehörigen Emotionen. Es kann aber auch bedeuten, dass in dem getesteten Meridian eine Blockade vorliegt.

Testen mehrere Meridiane ist es zu empfehlen, direkt in Fenster 3 auszutesten, ob eine Akupunktur Behandlung anspricht. Besonders erfolgreich ist eine Therapie bei der während der Akupunktur auch gleichzeitig die getesteten positiven Affirmationen gespielt werden. Außerdem können über die MindLINK POINT Kopfhörer die getesteten Sätze über den getesteten Meridianpunkt eingespielt werden.

Lymph-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Freude, Liebe, Selbstvertrauen, Zukunftsangst



Lungen-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Intoleranz, Verachtung, Geringschätzung, Hochmut, falscher Stolz, chronischer Kummer, Traurigkeit, keine Lebenslust, alles ist verboten, alles ist verloren, Arroganz, Sehnsucht,

Dickdarm-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Schuldgefühle, Minderwertigkeitsgefühl, Dogmatismus, überkritisch, überkontrolliert, Zynismus, Überlebensangst, besitzergreifend

Nervdegenerations-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Liebe, Leichtigkeit

Kreislauf-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Sexuelle Spannung, Reue, enttäuschte Liebe

Allergie-Meridian

Ein Setup über diesen Meridian kann zeigen, was der psycho-emotionale Hintergrund von bestehenden Allergien ist.

Organdegenerations-Meridian

Dieser Meridian ermöglicht den psycho-emotionalen Zugang zu degenerativen Entwicklungen im Bereich der Organe (z.B. Brust / Pankreas / Prostata etc.).

Dreifacherwärmer-Meridian

Diesem Meridian wird folgendes Gefühl zugeordnet: Schwermut

Herz-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Hartherzigkeit, Geldgier, Machtgier, Verslossenheit

Dünndarm-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Traurigkeit, Kummer, Leid, Mangel an Wärme und Nähe, Unsicherheit, Einsamkeit

Milz/Pankreas-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Unsicherheit, niedriges Selbstwertgefühl, Überbesorgnis, Freudlosigkeit, Ablehnung, Leben durch Andere

Leber-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Unglücklichsein, irrationales Verhalten, Vermeiden von Problemen, mangelnde Anerkennung, Unzufriedenheit

Gelenkdegenerations-Meridian

Dieser Meridian ermöglicht den psycho-emotionalen Zugang zu degenerativen Entwicklungen im Bereich der Gelenke.

Magen-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Unzufriedenheit, Enttäuschung, Entbehrung, Machtlosigkeit, Abneigung, Überlastung, Hass

Bindegewebe-Degenerations-Meridian Dieser Meridian ermöglicht den psycho-emotionalen Zugang zu degenerativen Entwicklungen im Bereich des Bindegewebes/der Matrix/ des Grundsystems.

Haut-Meridian

Dieser Meridian ermöglicht den psycho-emotionalen Zugang zu Funktionsstörungen der Haut. Beispiel für ein Setup bei Neurodermitis.

Fettige-Degeneration-Meridian

Dieser Meridian ermöglicht den psycho-emotionalen Zugang zu degenerativen Entwicklungen im Bereich der fettigen Organstrukturen des Körpers (z.B. Nervenscheiden bei MS, Gehirn bei Altersdemenz, etc.).

Gallenblasen-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Jähzorn, Ablehnung, Unentschlossenheit, Verbitterung, Verschlossenheit, Selbstmitleid, nachtragendes Verhalten

Nieren-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Sexuelle Unsicherheit, Richtungslosigkeit, Unmotiviertheit, gelähmter Wille, Demoralisiertheit

Blasen-Meridian

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Ruhelosigkeit, Ablehnung, Verslossenheit, Selbstmitleid

Lenkergefäß

Diesem Meridian werden folgende Gefühle zugeordnet: Depression, Mutlosigkeit, Antriebslosigkeit

Konzeptionsgefäß

Akupunkturmeridian der hormonellen Steuerung.

Vitalität

Über dieses Testelement kann man den Vitalitätspegel überprüfen. Je höher die Prozentzahl der Negativen Energie umso müder und unvitaler ist der Klient.

Dieses Testelement kann auch als Setup genommen werden bei Klienten die besonders über Müdigkeit und Antriebslosigkeit klagen.

Color Energie

Die hier getestete Farbe(n) blockiert den Klient im Moment und sollte deshalb momentan gemieden werden.

Farbe hat eine rationale-funktionale Eigenschaft, die informiert bzw. signalisiert und eine irrationale Eigenschaft die Gefühle bestimmt. Farbe ist Schwingung, Farbe ist Energie. Sie beruhigt oder aktiviert. Farben haben eine starke energetische Kraft; der Sehsinn wird gereizt und Geist und Seele werden aktiviert. Die über die Sinnesreize erhaltene Information kann physiologische also auch psychische Stimmungen auslösen.

Blockade der Gesundheits-Dynamik



Diese Testelemente wurden mit Einwilligung von Dr. Dietrich Klinghardt aus der Psycho-Kinesiologie übernommen. Viele dieser negativen Glaubenssätze deuten auf eine sogenannte Psychologische Umkehr bzw. auf das Vorliegen sogenannter Selbstsabotage-Programme hin. Es wird in jedem Fall empfohlen, hier noch weiter zu testen und zu überprüfen was der Hintergrund hinter dieser Blockade ist.

Der Klient lebt diese Selbstsabotage bewusst / unbewusst und kann dadurch nicht genesen. Die Selbstsabotagen können sich allgemein auf den Klienten beziehen oder aber auch nur auf bestimmte Krankheitsbilder bzw. Symptome.



Lieber ich als du.

Es wird etwas für jemanden nahestehenden übernommen Mutter-Kind; Ehepartner.

Ich folge dir nach.

Unaufgefordert und unkritisch werden Taten und Handlungen begangen.

Ich lebe meine Sühne.

Man fühlt, dass man für etwas bestraft werden muss, oder etwas bereut.

Ich will krank sein.

Der subjektive Vorteil, den der Kranke durch seine Krankheit erzielt. (Siehe auch primärer und sekundärer Krankheitsgewinn).

Ich will noch etwas krank bleiben.

Der subjektive Vorteil, den der Kranke durch seine Krankheit erzielt. (Siehe auch primärer und sekundärer Krankheitsgewinn).

Es ist eine Gefahr für mich, ganz gesund zu werden.

Wenn der Klient ganz gesund ist, fürchtet er, dass er wieder in alte Muster zurück fällt und damit eine Gefahr für sich selbst ist, z.B. sich beim Extremsport Risiken aussetzt, wieder raucht, trinkt, etc.

Es ist eine Gefahr für andere, wenn ich ganz gesund bin.

Wenn der Klient ganz gesund ist, fürchtet er, dass den ihm umgebenden Menschen eine lebenswichtige Rolle entzogen wird und diese dadurch Schaden nehmen.

Ich bin es nicht wert,
ganz gesund zu sein.

Der Klient glaubt, dass er es nicht verdient hat ganz
gesund zu sein.

Ich bin nicht fähig, ganz
gesund zu sein.

Der Klient glaubt nicht, dass er in der Lage ist
gesund zu sein oder zu werden. (Mangelndes
Selbstwertgefühl).

Ich bleibe lieber krank,
als dass ich mir selbst
vergebe.

Die Krankheit wird als Bestrafung für etwas
angesehen. Sich selbst vergeben und loslassen
sind hier das Thema.

Ich bin getrennt.

Hier gibt es verschiedene Möglichkeiten der Auslegung:

- a) Der Klient hat bei der Geburt die Trennung von der Mutter nicht verarbeitet.
- b) Trennung der Gehirnhälften
- c) Trennung von etwas / jemanden etc.

Ich bin hilflos.

Man hat das Gefühl, nichts tun zu können. Für sich und für Andere, ausgeliefert zu sein, Situationen nicht verändern zu können.

Es ist nicht genug da.

Man kommt zu kurz. Es ist für den Betroffenen nie genug da; nicht nur Dinge wie Essen, Geld, Platz, sondern auch Gefühle wie Liebe, Aufmerksamkeit, Zuwendung, etc.

- Ich habe keine Kontrolle.** Hier verhält es sich ähnlich wie „Ich bin hilflos“: Man hat das Gefühl, nichts tun zu können; ausgeliefert zu sein. Situationen nicht verändern zu können, vor allem nicht kontrollieren zu können.
- Ich bin schwach.** Hier geht es um geistige Schwäche, Willenskraft und Disziplin.
- Ich bin heimatlos.** Dem Klienten fehlt das Gefühl der Zugehörigkeit, er fühlt sich entwurzelt.
- Ich will nicht leben.** **Nicht** zwingend wörtlich zu nehmen; entweder der Klient ist mit der momentanen Situation unzufrieden und möchte so nicht weiter machen, oder *ggf. vorsichtig beim Klienten nachfragen und evtl. den Klienten an einen psychotherapeutisch ausgebildeten Therapeuten weiter empfehlen.*

Blockade der Vergangenheits-Dynamik



Karma

ist die Bezeichnung für ein spirituelles Konzept, wonach jede Handlung gute und schlechte Folgen hat. Diese Folgen müssen nicht schon im aktuellen Leben wirksam werden, sondern können erst in einem nächsten Leben eintreten.

Nicht jeder Klient glaubt an diese Idee der Wiedergeburt.

Wenn der Klient diese Vorstellung komplett zurückweist, macht es auch nicht viel Sinn hier weiter im Detail zu testen.

Allerdings sind sehr viel Klienten dafür offen und man sollte nicht von vorn herein diesen Punkt auslassen.

Täter

Klient fühlt sich als Täter oder ist Täter.

Opfer

Klient fühlt sich als Opfer oder ist Opfer.



Mann erleben

Klient ist ein Mann z.B. im früheren Leben.
Klient fühlt sich nicht „männlich“ (Eigenschaften).
Klient hat ein Problem mit Männern / einem Mann.

Frau erleben

Klient ist eine Frau z.B. im früheren Leben.
Klient fühlt sich nicht „weiblich“ (Eigenschaften).
Klient hat ein Problem mit Frauen / einer Frau.

Trauma im Vorleben

Belastende Ereignisse aus einem früheren Leben.

Willkür

Hier wurde willkürlich und ohne Gerechtigkeit über jemanden entschieden. Es gab keine Möglichkeit sich dagegen zu wehren.

Verletzungen im Vorleben

Dabei handelt es sich um Verletzungen in einem früheren Leben / bzw. der Vergangenheit.

Alle darunter aufgeführten Testelemente können zum Einen Hinweise auf die Details des früheren Lebens sein, zum Anderen aber auch als Systemverknüpfungselemente betrachtet werden.

Beispiel: Testet sich das Element „**Waffe**“ NICHT IM FILE „FRÜHERES LEBEN“ kann man diesen Begriff so interpretieren: Etwas oder jemanden oder eine Eigenschaft dient als Waffe zum Selbstschutz.



Zeitschiene der Blockade

Zeugung

Die Beziehung zum Kind ist schon während der Schwangerschaft wichtig und die Entwicklung beginnt ab der Zeugung. Es kann auch entscheidend für die Persönlichkeitsentwicklung sein, wie der Vorgang der Zeugung von Statten gegangen ist, z. B. liebevoll, Vergewaltigung, lange erwartet, bewusst und geplant, von beiden Eltern, etc.

Im Mutterleib

Dieser Emotionsaustausch zwischen der Mutter und dem sich entwickelnden Fötus über die Nabelschnur ist in vier mögliche "Szenarien" unterteilt:

Das erste "Szenario" des Nabelschnur-Austausches bezeichnete Lake als "positiv und ideal". Er beschrieb es als vorzüglichsten Zustand, da der Fötus eine beinahe perfekte Umgebung im Mutterleib hat. Dieser glückselige Zustand spiegelt die gegenwärtige häusliche Umwelt seiner Mutter wider und auch ihre eigenen fetalen Erfahrungen im Schoß ihrer Mutter.

Das zweite "Szenario" ist weniger als ideal und ist "negativ aber erträglich", da der Fötus in der Lage ist, sich angemessen mit den Konditionen zu arrangieren, die ihm durch die Nabelschnur und die uterine Umwelt vermittelt werden. Dr. Lake definierte es als Periode des "Einflusses mütterlichen Schmerzes" oder als Periode, die vielleicht weniger "ein essentielles Bedürfnis nach Anerkennung und fürsorglicher Aufmerksamkeit" erfüllt. Lake schreibt, dass der Fötus bereits genug versteht, um mit einigen unbegreiflichen Unterbrechungen der Gelassenheit seiner Mutter zurecht zu kommen. In dieser Umgebung ist dem Fötus genügend lange liebevolles Vertrauen vermittelt worden, sodass er ohne das Vertrauen zu verlieren, Zeiten ertragen kann, in denen die Aufmerksamkeit seiner Mutter von Sorgen in der Außenwelt gebunden wird. Der Schaden ist nicht ernst." [Zitiert in Maret, op. cit., ss. 165, 168]

Im dritten Szenario wird das Leben im Mutterleib als „negativ und feindlich, mit einer an Hindernissen reichen Umgebung“ beschrieben, die in diesem Fall „angesichts von zu schweren, zu langem und unablässigen Mangel an mütterlicher Anerkennung oder weil die Empfindung des ‚negativen Nabelschnuraffektes‘ wie ein großer Leidensnagel oder Dolch wirkt, der den Fötus am Nabel mit überwältigender Kraft durchbohrt“ (Maret, op. cit., S. 168), aus finsternen mütterlichen Gefühlen besteht. Wenn die negativen Gefühle der Mutter abgeschaltet oder reduziert werden, kann sich der Fötus in ausreichendem Maß erholen (z. B. während der Nacht). Es ist die vierte Bedingung, die am Traumatischsten ist. Diese Bedingung beschreibt Lake als „stark negativ mit transmarginalen Stress“. Durch den „Nabelschnuraffekt“....“ wird der Weltschmerz, den die Familie angesammelt hat, über die Mutter in den Fötus geschleust.“ Lake schreibt, dass der Fötus „in den Qualen der Mutter mariniert wird.“ (Zitiert in Maret, op. Cit., S. 172)

Geburt

Die Geburt ist ein lebensgefährlicher Vorgang. Vor- und perinatale Gefühle von Tod und Sterben: Intrauterines Trauma, Geburtstrauma, transmarginaler Stress, ist eine Beschreibung des extremen Wechsels von hoffnungsvoller Überlebenserwartung zum Wunsch nach Nichtexistenz. Diesen entgegengesetzten psychischen Zustand erlebt der Fötus als erhöhtes Stressniveau. Kinder mit traumatischer Geburtserfahrung haben ein erhöhtes Risiko für frühe Störungen und Verhaltensauffälligkeiten oder Entwicklungsverzögerungen.

Supra paradoxe Reaktionsmuster

Der Fötus entwickelt paradoxe und supra-paradoxe Reaktionsmuster, in denen "das Selbst sich gegen das „eigene Ich“ wendet und seine eigene Zerstörung, seinen eigenen Tod will." [Lake, Studies in Constricted Confusion, C68].
Die Haltung des Fötus wechselt von der Lebensbejahung zum Todeswunsch.

Transmarginaler Stress/

Ist das physische und /oder emotionale Leiden, **psychisch/emotional** das die Grenzen oder das Niveau dessen überschreitet, was der Fötus / Säugling noch ertragen kann.

Ursachen des intrauterinen transmarginalen Schmerzes können sein:

- versuchte Abtreibungen
- vehement unerwünschtes Kind
- nachfolgende körperlich und / oder
- emotional traumatische Geburt
- verstärkt das intra-uterine Trauma



Soziale Matrix

Laut Lake scheint es eine Tatsache zu sein, dass, wenn das Leiden bei der Geburt den transmarginalen Schmerz zudiktiert, dies sich zwangsläufig in der sozialen Matrix als eine Vermeidung von Verpflichtung, Bindung oder sozialer Eingliederung ausdrückt.

Postnatal

Dazu gehören: Postnatale Traumata für das Kind wie z.B. sofortige Trennung von der Mutter, isoliertes Überleben im Brutkasten, keine emotionale Resonanz seitens der Mutter u.ä.

Kaiserschnitt Es kann sich entweder um ein einschneidendes Erlebnis bzw. eine plötzliche Veränderung handeln, oder um den Kaiserschnitt an sich.

Entwicklungsphasen

Das Modell der Entwicklungsphasen hat über lange Zeit das psychologische und psychiatrische Denken geprägt. Fast alle psychiatrischen Erkrankungen werden in ihrer Entstehung nach Freud gedeutet. Das Freud'sche Modell wurde durch andere Psychologen aufgegriffen, modifiziert und weiterentwickelt. Beispielsweise postulierte der Psychologe Erik Erikson nach Freud'schem Vorbild die Phasen der psychosozialen Entwicklung, die in der Pädagogik heute noch (2006) eine große Resonanz finden.

Orale Phase

Die orale Phase prägt das erste halbe Jahr der Entwicklung. Der Mund ist das Bezugsorgan, mit dem der Säugling sich Befriedigung und Spannungsreduktion verschaffen kann. Dies kann durch das Lutschen am Daumen (wobei das Lutschen am Daumen einen Ersatzbefriedigung darstellt, die der Säugling sucht sobald er merkt, dass er seinen Trieb nach Nahrung nicht sofort befriedigen kann), Essen oder Trinken erfolgen. Hierdurch wird eine erste Beziehung zur Umwelt aufgebaut.

Anale Phase

Die anale Phase wird im 2. und 3. Lebensjahr durchlaufen. Das Ausscheiden und Einhalten von Kot (Kontinenz) ist lustbesetzt. Das Kind erlernt die Kontrolle über seine Körperfunktionen und muss sich den Anforderungen der Umwelt bezüglich der Reinlichkeit anpassen.



Phallische Phase

Die phallische Phase (4. bis 5. Lebensjahr) ist durch eine Lustbesetzung der Genitalien gekennzeichnet. Das Kind erkennt die Unterschiede des anderen Geschlechts. In der Beziehung zu den gleichgeschlechtlichen Eltern kommt es zum Konflikt, der Junge steht im Buhlen um seine Mutter in Konkurrenz zu seinem Vater. In diesem Zusammenhang wird auch vom Ödipus-Konflikt gesprochen. In der phallischen Phase werden geschlechtsspezifische Verhaltensweisen adoptiert und das sexuelle Verlangen unterdrückt.

Latenzzeit

In der Latenzphase (6. bis 12. Lebensjahr) kommt es zu einem vorübergehenden Stillstand in der sexuellen Entwicklung des Kindes. Sexuelle Gedanken an das andere Geschlecht werden in den Hintergrund gerückt. Der Freundeskreis ist gleichgeschlechtlich betont ("Jungs finden Mädchen doof"). Die Latenzphase ist dadurch vor allem durch eine Anpassung an die Anforderungen der Umwelt gekennzeichnet.

Pubertät

Ab dem 13. Lebensjahr läuft die genitale Phase ab. In diesem Zeitraum kommt es zu einem Erwachen der sexuellen Entwicklung und der damit verbundenen Konflikte. Langsame Annäherung an das andere Geschlecht und eine schnelle körperliche und geistige Entwicklung stehen im Vordergrund.

Adoleszenz

ist die Zeit der Reifung des Jugendlichen zum Erwachsenen nach der Pubertät. Abhängig von der jeweiligen Kultur eine mehr oder weniger schwierige Phase des Selbständig Werdens.

Wenn sich eines der Testelemente (**Kleinkind, Kind, Schulkind, Pubertät, Junger Erwachsener, Erwachsener**) testet, bedeutet das, dass in diesen Lebensphasen bestimmte Erlebnisse stattgefunden bzw. sich Blockaden gefestigt haben.

Blockade der Burnout Lösungsdynamik



Burnout

„Ausgebrannt“ bedeutet, wenn z.B. andauernde Gefühle der Überforderung oder ein unbefriedigendes Verhältnis von Leistung und Erfolg vorliegt. Es liegt ein Zustand der totalen Erschöpfung vor, der die Alltagsbewältigung erheblich erschwert oder unmöglich macht und Körper / Seele gleichsam betrifft.

Erschöpfung (geistig, körperlich)

Es liegt eine geistige und/oder körperliche Erschöpfung vor.

Überforderung (geistig, körperlich)

Es liegt eine geistige und/oder körperliche Überforderung des Klienten und / oder der Organe vor.

Reizüberflutung

Es wirken zu viele äußere Reize gleichzeitig auf den Klienten ein. Dies löst Folgeprobleme aus.



Chronischer Stress

Körperlicher / geistiger oder innerer / äußerer Stressfaktor, der über einen längeren Zeitraum auf den Klienten einwirkt.

Weitere Stressfaktoren sind:

Chronische Konflikte in der Paarbeziehung, Zeitmangel, Termindruck, Lärm, Geldmangel, Armut, Schulden, Überschuldung, fehlende Gestaltungsmöglichkeiten, mangelndes Interesse am Beruf und in der Freizeit, große Verantwortung, Mobbing am Arbeitsplatz oder in der Schule, Schichtarbeit (bewirkt eine Störung des Schlaf-Wach-Rhythmus und gesundheitliche Probleme), Ständige Konzentration auf die Arbeit (zum Beispiel bei Fließbandarbeit), Angst, nicht zu genügen (Versagensängste), Perfektionismus (überhöhte Ansprüche an sich selbst und an andere), Soziale Isolation, Verachtung und Vernachlässigung, Schlafentzug, Reizüberflutung, Krankheiten und Schmerzen, eigene und die von Angehörigen, Seelische Probleme, unterschwellige Konflikte, Schwerwiegende Ereignisse, (beispielsweise ein Wohnungseinbruch, eine Operation, eine Prüfung), auch Unterforderung, Langeweile und Lethargie, Überforderung durch neue technische Entwicklungen, usw.

Ende der Blockaden des Problems

Dieses Testelement wird verwendet um festzustellen, ob für die momentane Sitzung schon alle Blockaden getestet wurden, oder ob es im Unterbewusstsein noch etwas gibt, das zum Thema noch bearbeitet werden sollte.