

Persönlichkeitstyp

Gruppe 1 (Angst als zentrales Merkmal)

„Der Angst muß man wie einem Geist begegnen, wenn man von der üblichen Auffassung über Geister ausgeht, ein bißchen zureden, bevor es sich von selbst erklärt.“ Charles Dickens

- Typ 1 Vermeidende oder ängstliche Persönlichkeit
- sehr empfindlich und verlegen trifft zu trifft nicht zu
 - sehr unsicher im sozialen Umgang trifft zu trifft nicht zu
 - unsicher im Anknüpfen von Beziehung trifft zu trifft nicht zu
 - Überempfindlich bei Zurückweisung trifft zu trifft nicht zu
 - Andauernde, tief verwurzelte Gefühle von
Anspannung, Besorgtheit und vager Angst trifft zu trifft nicht zu
 - ausgeprägte Sorge in sozialen Situationen
kritisiert oder abgelehnt zu werden trifft zu trifft nicht zu
 - Neigung Aktivitäten die intensive zwischen-
menschliche Kontakte voraussetzen aus
Furcht vor Kritik, Mißbilligung oder
Ablehnung zu vermeiden trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: Angst und soziale Angst verringern, Selbstvertrauen vergrößern

- Typ 2 Abhängige Persönlichkeit
- kann ausgesprochen schlecht alleinsein trifft zu trifft nicht zu
 - Überläßt es fast ausschließlich Entscheidungen
für sie/ihn zu treffen trifft zu trifft nicht zu
 - richtet sich stark nach den Wünschen und
Launen anderer um die Beziehung aufrecht zu halten trifft zu trifft nicht zu
 - hat immer Angst im Stich gelassen zu werden trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: Lernen selbständiger zu werden, sich zu behaupten

- Typ 3 Zwanghafte oder anakastische Persönlichkeit
- perfektionistisch und so genau, daß Aufgaben
fast nie erfüllt werden, weil er/sie zu hohe
Anforderungen daran stellt trifft zu trifft nicht zu
 - verliert sich in Einzelheiten trifft zu trifft nicht zu
 - steif trifft zu trifft nicht zu
 - wenig warm trifft zu trifft nicht zu
 - kan sich nicht entspannen trifft zu trifft nicht zu
 - kann keinen Spaß machen trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: Soziales Verhaltenstraining, für Entspannung und Humor sorgen

Problematische Persönlichkeiten 2

Gruppe 2 (vor allem dramatisches, emotional launenhaftes unausgeglichenes Verhalten und Gefühlsleben als Merkmal)

- Typ 4 Psychopathische oder dissoziale Persönlichkeit
- immer damit beschäftigt andere zu manipulieren trifft zu trifft nicht zu
 - betrügt am laufenden Band trifft zu trifft nicht zu
 - kennt weder Reue noch Schuldgefühl trifft zu trifft nicht zu
 - von Kind an grausam und gleichgültig trifft zu trifft nicht zu
 - gegenüber dem Leiden und den Gefühlen anderer trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: meist nicht oder kaum zur Behandlung bereit, andere warnen

- Typ 5 histrionische oder theatralische Persönlichkeit
- in übertriebenem Maße mit der eigenen äußeren Anziehungskraft beschäftigt trifft zu trifft nicht zu
 - dramatisierende Art die eigenen Gefühle zu äußern trifft zu trifft nicht zu
 - muß immer im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen und ist schnell irritiert oder böse, wenn das nicht der Fall ist trifft zu trifft nicht zu
 - herausfordern trifft zu trifft nicht zu
 - muß direkt seinen/ihren Willen haben trifft zu trifft nicht zu
 - launisch trifft zu trifft nicht zu
 - wenig emotionale Tiefe trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: –

- Typ 6 emotional instabile Persönlichkeit
- impulsiver Typ
- unvorhersagbares, impulsives Handeln ohne die Folgen zu überdenken trifft zu trifft nicht zu
 - schnell böse, gereizt oder sogar gewalttätig wenn impulsives Handeln frustriert wird trifft zu trifft nicht zu
- „Borderline“-Typ
- sehr oft grundlos böse trifft zu trifft nicht zu
 - heftige Stimmungswechsel und häufiger Wechsel von Beziehungen trifft zu trifft nicht zu
 - chronisches Gefühl der inneren Leere und Langeweile trifft zu trifft nicht zu
 - neigt zur Sucht (Alkohol, Drogen) trifft zu trifft nicht zu
 - neigt zu Selbstmordversuchen trifft zu trifft nicht zu

Problematische Persönlichkeiten 3

Gruppe 3 (vor allem exzentrisches, merkwürdiges Verhalten als Merkmal)

- Typ 7 paranoide Persönlichkeit
- immer auf der Hut trifft zu trifft nicht zu
 - mißtrauisch trifft zu trifft nicht zu
 - nachtragend trifft zu trifft nicht zu
 - kann sehr schlecht verzeihen trifft zu trifft nicht zu
 - ist selbst nie schuld trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: besser umgehen lernen mit Streß, Entspannen lernen

- Typ 8 schizoide Persönlichkeit
- nicht zu emotional-intimen Beziehungen
 - mit anderen in der Lage und hat auch kein
 - Bedürfnis danach trifft zu trifft nicht zu
 - auffallender Einzelgänger trifft zu trifft nicht zu
 - sozial isoliert trifft zu trifft nicht zu
 - emotional flau und gleichgültig trifft zu trifft nicht zu

Behandlung: soziales Verhaltenstraining, Entspannung und Humor