

STEPHANIE KORN | EPISODE I



UNIQUE'

VERSUM[®]

Im **Human Design** fest verankert
nach den Sternen greifend

INTEGRIERE HUMAN DESIGN IN DEINE COACHING-ARBEIT

Verlag:

Unique'versum® (Stephanie Korn)

Lektorat:

Tanja Giese | www.korrekt-lektorat.de

Design & (Cover-)Gestaltung:

Jana Köppe | www.jana-koepp.de

Projekt- und Textunterstützung:

Yvonne N. Conway | www.text-und-human-design.de

Textunterstützung:

Siv Astrid Vogeler | www.sivastridvogeler.de

Abbildungen:

Die beispielhaften Abbildungen im Buch zu Körpergrafiken oder anderen Ausschnitten des Human Designs stammen aus der Human Design Software www.64keys.com.

Druck und Bindung:

BooksFactory

© by **Stephanie Korn** | www.stephanie-korn.com

Originalausgabe

© 2023 Unique'versum Verlag (Stephanie Korn)

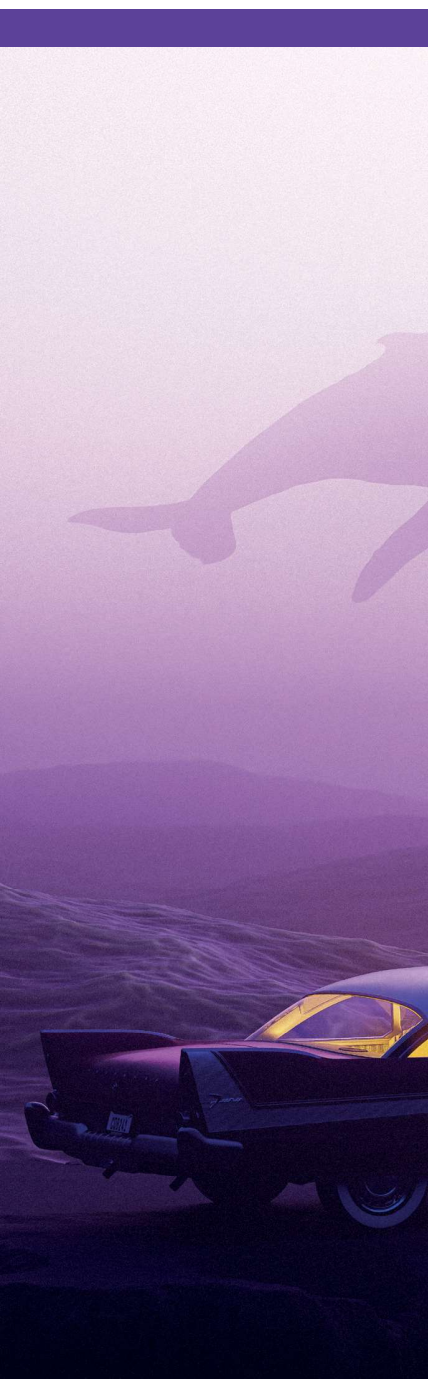
ISBN 978-3-9825174-5-2

Bibliographische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliographie; detaillierte bibliographische Daten sind im Internet über www.dnb.d-nb.de abrufbar. Die Texte und Abbildungen in diesem Buch sind urheberrechtlich geschützt. Kein Teil dieses Buches darf ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag reproduziert oder in irgendeiner Weise weiterverwendet werden; das gilt besonders auch für die Verwendung im Internet. Ausgenommen sind kurze Zitate oder kleine Buchausschnitte innerhalb von Besprechungen dieses Buches.

Sollte diese Publikation Links zu Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für die Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen. Die in diesem Buch enthaltenen Informationen, Empfehlungen und Ratschläge wurden von der Autorin sorgfältig recherchiert und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Die Informationen, Empfehlungen und Ratschläge sind außerdem nicht dazu gedacht, die Beratung durch einen Arzt oder Therapeuten zu ersetzen, sofern eine solche angezeigt ist.

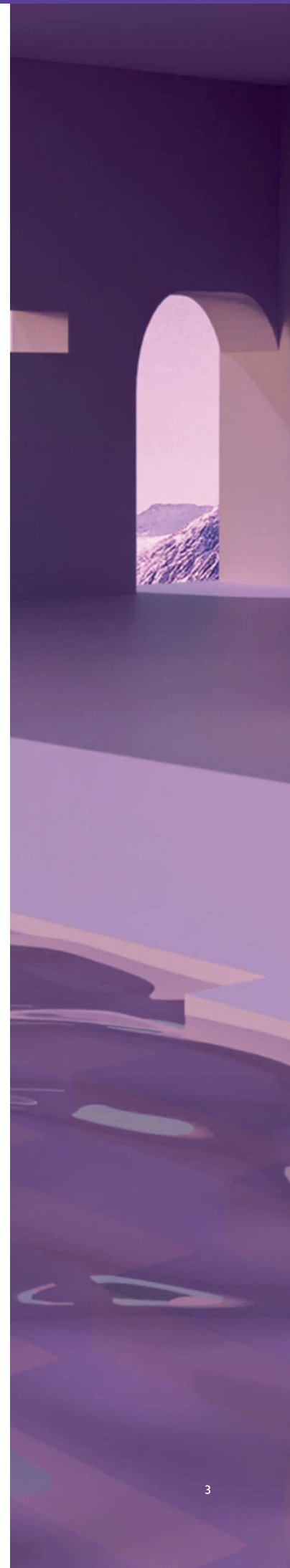




INHALT

	Vorwort	6
	Widmung an die Community	7
	Wie das Buch nutzen kannst	8 - 11
	Kapitel 1 Jeder Weg beginnt mit einem ersten Schritt ... was dich erwartet	12 - 31
	1.1 Wesentliche Ausrüstung für deine Human Design Reise	15
	1.2 Was ist das Human Design System?	16 - 18
	1.3 Die Entstehung des Human Design Systems	19
	1.4 Human Design und Coaching	20 - 25
	1.5 Die Welt von heute und morgen aus Sicht des Human Design	26 - 07
	1.6 Leitplanken und Vorannahmen des Human Design Systems	28 - 30
	1.7 Der Mehrwert vom Human Design auch im Business	31
	Kapitel 2 Die Sprache des Human Designs: Kernbegriffe und Definitionen	32 - 135
	2.1 Die grafische Darstellung des Human Designs	35 - 37
	2.2 Human Design Typus, Strategie, Autorität	38 - 41
	2.3 Die vier Strategien: Voraussetzungen für gelingende Entscheidungen	42 - 43
	2.4 Die sieben Autoritäten: Körperliche Entscheidungsinstanzen	44 - 57
	2.4.1 Erfahrungsbericht Jaqueline: selbst-projizierende Projektorin mit dem Profil 1/3	58 - 61
	2.4.2 Erfahrungsbericht Kerstin: Mental-Projektorin mit dem Profil 5/1	62 - 67
	2.4.3 Erfahrungsbericht Romina: Ego-Manifestorin mit dem Profil 5/1	68 - 77
	2.5 Zwölf Charakterwesen Profile	78
	2.6 Neun Themenbereiche des Lebens Zentren	79
	2.7 Die 64 Potenziale Tore	80 - 87
	2.8 Die sechs Linien: „Ausrichtung“ unserer Potenziale	88 - 99
	2.9 Die 36 Talente Kanäle	100 - 115
	2.9.1 Erfahrungsbericht Ilse: 1 Talent Milz-Projektorin mit dem Profil 1/4	116 - 119
	2.9.2 Erfahrungsbericht Elisabeth: 11 Talente Emotionale manifestierende Generatorin mit dem Profil 6/2	120 - 125
	2.10 Die 13 Planeten: Sinfonie deiner Potenziale	126 - 133
	2.11 Der Energiefluss in (d)einer Körpergrafik	134 - 135

	Kapitel 3 Die fünf Human-Design-Typen: (D)ein Lebensgefühl	136 - 209
	3.1 Das pure Leben – Generator/manifestierender Generator	139
	3.1.1 Generator/Umsetzer	140 - 147
	3.1.2 manifestierende Generator/Spezialist	148 - 157
	3.2 Manifestor/Initiator	158 - 173
	3.3 Projektor/Koordinator	174 - 185
	3.4 Reflektor/Beobachter	186 - 203
	3.4.1 Erfahrungsbericht Julia: Reflektorin mit dem Profil 5/2	204 - 209
	Kapitel 4 Die zwölf Profile: unser Charakterwesen und die Rolle des Lebens	210 - 371
	4.1 Profil 1/3 Sicherheit vs. Experimentierfreude	218 - 227
	4.2 Profil 1/4 Sicherheit & Einflussnahme	228 - 237
	4.3 Profil 2/4 Anspruch vs. Einflussnahme	238 - 249
	4.3.1 Erfahrungsbericht Juli: Emotionale manifestierende Generatorin mit dem Profil 2/4	250 - 255
	4.4 Profil 2/5 Anspruch & Erwartungen	256 - 265
	4.5 Profil 3/5 Experimentierfreude vs. Erwartungen	266 - 275
	4.6 Profil 3/6 Experimentierfreude & Vision	276 - 285
	4.7 Profil 4/6 Einflussnahme vs. Vision	286 - 295
	4.8 Profil 4/1 Einflussnahme & Sicherheit	296 - 307
	4.8.1 Erfahrungsbericht Jana: Sakrale manifestierende Generatorin (MG) mit dem Profil 4/1	308 - 315
	4.9 Profil 5/1 Erwartungen vs. Sicherheit	316 - 325
	4.9.1 Erfahrungsbericht Kerstin: Emotionale manifestierende Generatorin mit dem Profil 5/1	326 - 331
	4.10 Profil 5/2 Erwartungen & Anspruch	332 - 341
	4.10.1 Erfahrungsbericht Laura: Sakrale Generatorin mit dem Profil 5/2	342 - 345
	4.11 Profil 6/2 Vision vs. Anspruch	346 - 355
	4.11.1 Erfahrungsbericht Helene: Sakrale manifestierende Generatorin (MG) mit dem Profil 6/2	356 - 361
	4.12 Profil 6/3 Vision & Experimentierfreude	362 - 371



INHALT

	Kapitel 5 Die neun Zentren: Themenbereiche unseres Menschseins	372 - 513
	5.1 Übung „Ergründe deine Körpergrafik - Unbewusstsein vs. Bewusstsein“	379 - 381
	5.2 Arten von Zentren Druck-, Motor- und Bewusstseinszentren	382 - 385
	5.3 Bewusst (Geist) vs. unbewusst (Körper)	386 - 387
	5.3.1 Erfahrungsbericht Gabriela: unbewusste emotionale Autorität Manifestierende Generatorin mit dem Profil 1/3	388 - 395
	5.4 Wurzel- oder Antriebszentrum (Ur-)Vertrauen vs. Lebensdruck	398 - 405
	5.5 Sakral- oder Lebenskraftzentrum Freude vs. Frustration	406 - 413
	5.6 Emotionalzentrum oder Solarplexus Empathie vs. Drama	414 - 423
	5.7 Intuitions- oder Milzzentrum Zukunft vs. Präsenz	426 - 433
	5.8 Willenskraft-, Herz- oder Egozentrum Wollen vs. Beitragen	434 - 443
	5.9 Identitäts- oder G-Zentrum Verbundenheit & Richtung	444 - 453
	5.10 Kehle- oder Ausdruckszentrum Zuhören vs. Expression	454 - 463
	5.10.1 Erfahrungsbericht Janina: wahrnehmendes Ausdruckszentrum emotionale Generatorin mit dem Profil 5/1	464 - 469
	5.11 Ajna oder Verstandszentrum Ideen vs. Meinungen	470 - 481
	5.12 Krone oder Inspirationszentrum Fragen vs. Antworten	482 - 491
	5.13 Erfahrungsbericht Ruth: alle Zentren wirkend emotionale manifestierende Generatorin mit dem Profil 5/2	492 - 497
	5.14 Erfahrungsbericht Janine: alle Zentren unbewusst wirkend emotionale Projektorin mit dem Profil 1/3	498 - 503
	5.15 Praxisbericht Sabine Human Design meets Yoga	504 - 507
	5.16 Übung zu den Zentren Dein Unikat-Avatar	508 - 511
	5.17 Meditation „Komme in deinen Körper. Danke, dass du, du bist.“ by Patricia Leitgeb	512 - 513
	Kapitel 6 Raus aus dem Korsett - experimentiere!	514 - 547
	6.1 Konditionierung (Prägung) durch Menschen, Gesellschaft und Transite	516 - 518
	6.2 Signatur, Nicht-Selbst und Lernaufgaben	519
	6.3 Human-Design-Experiment: Ohne Praxis ist alles nichts	520 - 531
	6.4 Inkarnationskreuz: Deine Lebensaufgabe (Life Purpose): Werde SINNLICH!	532 - 545
	6.5 Schamanische Trance-Reise durch dein Human-Design-Chart	546 - 547
	Übersicht Multi-Media-Material	548 - 557
	Autorenportrait	560
	Danksagungen	561 - 566

„Schwimmt der Tintenfisch in dein Leben, so möchte er dich daran erinnern, **dich mit den 8 Speichen des Medizinrades zu verbinden**, und dich deinen Ängsten zu stellen. Mit der Kraft der Krake/des Oktopus/des Tintenfisches kannst du deine Ängste an die Oberfläche holen, sodass nicht mehr sie, sondern du die Angst fest im Griff hast. Das Tier, das auch in der größten Tiefe unserer Weltmeere leben kann, möchte dich daran erinnern, **dass auch in der tiefsten Dunkelheit Licht vorkommt**. Es ist das Licht der Vergebung und der Akzeptanz. Vergib jenen, die dir Leid zugefügt haben und vergib dir selbst, dass du die Last auf dich genommen hast, und dem Schmerz erlaubst, in dir weiter zu wohnen. **Verbündest du dich mit dem Tintenfisch in dir**, so öffnen sich viele Wege, Blickwinkel und Sichtweisen, um nicht mehr im Zweifel oder Schmerz gefangen zu sein. Um dich mit deinen Themen auseinander zu setzen, und dir selbst **die nötige Ruhe dafür zu geben**, ist das Konzept des Tarnens (der Ausstoß von Tinte) meist sehr effektiv. Erlaube dir selbst dich von Zeit zu Zeit aus den Fangarmen des Tintenfisches zu befreien, wenn du dich im Gedankenkarusell der Schatten drehst und **schwimme mit kraftvollen Stößen in das Licht des Loslassens**.

Als ein Tier der Schwimmer, die im Süden des Medizinrades zu finden sind, stehen sie mit deinen Emotionen in Verbindung. **Tauche, schwimme und erfahre dich** im Bad deiner Emotionen und Gefühle in der Krafttierreise durch das Medizinrad.“

- Katharina Linhart (www.wirkendekraft.at)



VORWORT

Das Human Design kann dazu beitragen, dich selbst und andere Menschen in ihrer Individualität besser zu verstehen und zu respektieren – ohne sie (oder dich selbst) dabei „optimieren“ zu wollen oder an „äußere Maßstäbe“ anpassen zu müssen.

DENN SONST ENTSTÜNDE EINE VEREINHEITLICHUNG (HOMOGENISIERUNG), DIE UNTERSCHIEDLICHKEIT AUSGRENZT:

Das Angleichen an äußere Maßstäbe nennen wir Homogenisierung. Homogenisierung entfernt dich von deiner wahren Essenz. Oftmals sind wir bereits in jungen Jahren (aufgrund überkommener gesellschaftlicher Strukturen, Vorgaben und Glaubenssätzen) von unserem eigentlichen Sein „entfremdet“ worden. Das ist auch der Grund, warum wir heute oftmals noch wie fremdbestimmt handeln, obwohl wir eigentlich wissen, dass uns das nicht entspricht. Das darf aber nun – mit Hilfe von Human Design – in die Heilung kommen.

Indem du dir – und auch anderen! – erlaubst, die eigene Individualität, dein authentisches SEIN zu (er)leben, können friedvolle und fruchtbare Kooperationen/Verbindungen/Freundschaften etc. daraus entstehen, von denen alle Beteiligte profitieren. Dafür gibt es aber kein Erfolgsrezept – was es aber umso spannender macht! Denn: Human Design und das Zurückkehren zu deiner authentischen Essenz ist ein Experiment – ein lebenslanger Erlebensprozess.

Ein SINNLICHER Prozess – ein Erfahrung deines individuellen Seins, wenn du dich mit allen Sinnen auf das Experimentieren einlässt.

Human Design dient der holistischen Persönlichkeitsanalyse, der Selbstwahrnehmung sowie der Stärkung deiner Einzigartigkeit, deines „Flows“ und ureigenen

Weges, die Dinge im Leben anzugehen. Ich begreife dieses System als eine Möglichkeit der Bewusstwerdung und Verkörperung dessen, was uns wirklich im Kern ausmacht. Dadurch können wir uns und andere in Zukunft – und in allen erdenklichen Kontexten – wirksam unterstützen.

Um diesen Erfahrungsprozess bewusst(er) zu erleben und zu gestalten, möchte ich dir in diesem Buch und insbesondere mit den jeweiligen Erfahrungsberichten aufzeigen, wie du an Human Design, dessen Bestandteile und die Auswertung von Körpergrafiken am besten herangehen kannst. Ich hoffe, dass zahlreiche Impulse für dich dabei sind und du auch eine Idee davon erhältst, wie du das Human Design unterstützend in deine Verbindungen zu anderen Menschen bereichernd einsetzen kannst.

Human Design als System und für jeden einzelnen Menschen birgt in sich eine ungemene Vielschichtigkeit und Komplexität. Ist es nicht nur richtig, den Menschen in seiner Komplexität erfassen zu wollen?

So wie es auch in der Natur klar zu erkennen ist, ist das Leben sowohl logisch und in bestimmten Mustern vergleichbar und gleichzeitig chaotisch, komplex und vermeintlich undurchdringbar. Wir wollen alle gerne einfache Antworten. Doch, wie soll eine einfache Antwort auf alle Menschen passen und anwendbar sein? Human Design ist sowohl einfach als auch hochkomplex. Es bietet adaptierbare Ansätze, die direkt verständlich und anwendbar sind. Dann aber auch viele einzelne Ebenen, die wie ein Puzzle nach und nach zusammengesetzt werden wollen. Es braucht also Mut, seiner Einfachheit und gleichzeitig Vielschichtigkeit begegnen zu wollen.

Human Design angewendet in der Arbeit mit Menschen bedeutet eben auch, De-

mut vor der Vielschichtigkeit des anderen zu haben und dennoch eine Brücke zu bauen. Durch ihre unbestechliche Einfachheit erlaubt diese Brücke es dem anderen, BEGREIFEN zu lassen, was ihn ausmacht und wie diese Person leichter das Leben führen kann, für das sie gemeint ist. Das Verständnis für die eigene Komplexität und die der anderen darf sich mit der Zeit – und im eigenen Experiment – immer mehr entwickeln und vertiefen.

Um die Human-Design-Grundlagen nachvollziehbar zu gestalten, bediene ich mich in diesem Buch folgender Mittel:

- Vereinfachung,
- Verallgemeinerung,
- aber auch der Überzeichnung.

Das hat den Vorteil, dass du im Laufe der Zeit immer mehr ein Gefühl für das Wesentliche bekommst.

Wir erkunden die einzelnen Elemente wie unter einem Vergrößerungsglas, um dann wieder alles im Zusammenspiel zu betrachten. Die Benennung vermeintlicher Stereotypen und Pauschalisierungen öffnen nach und nach immer mehr das Verständnis füreinander und betonen somit im Endeffekt die Vielschichtigkeit eines Menschen und auch die jeweiligen Bedürfnisse, die unser Zusammenleben bestimmen. Bitte behalte das beim Lesen im Hinterkopf. Für die einfachere Lesbarkeit verzichte ich auf genderspezifische Formulierungen und hoffe, dass du dich trotzdem auch als Frau/divers angesprochen fühlst.

IN TIEFER DANKBARKEIT FÜR DICH ALS INTERESSIERTER MEINES BUCHES.

Deine Stephanie





Widmung an die Community

ROM WURDE WEDER AN EINEM TAG ERBAUT,
NOCH VON EINER EINZELNEN PERSON.

1 + 1 = 3

Eine Community. Ein Unique'versum®.

So ist dieses Buch aus einem Gedanken, Wunsch, Hoffnung und Ziel meinerseits entsprungen. Niemals habe ich geahnt, dass es so verästelt Kreise ziehen darf. Bereichert werden darf. Durch dich. Durch euch. Aus einem Buch ist mittlerweile eine (geplante) Bücherreihe geworden. Warum? Vor, zurück, zur Seite, ran – wie bei einem Walzer hat sich der Weg erst beim Tanzen gezeigt. Das verdanke ich auch und vor allem EUCH: Den Menschen, die an meine Vision von diesem Buch geglaubt und mich auf so unsagbar zahlreichen Wegen unterstützt haben. Mit eurer Präsenz auf meinen diversen Kanälen – sei es der Podcast, mein Instagram-Account oder Telegram-Kanal. Ihr habt euch begeistern lassen. An zahlreichen Co-Workings im Sommer 2022 teilgenommen.

Lieder für Musik-Playlisten herausgesucht. Euch fürs Korrekturlesen angeboten. Oder sogar einen Beitrag für dieses Buch beigesteuert. Viele Impulse. Eine Richtung. Human Design GEMEINSAM erfahrbar machen – durch unser jeweiliges SEIN und unseren Blick auf die Welt. Danke für die Vielfalt, die so entstehen durfte. Danke für ein Verständnis, das hoffentlich weitreichend sein darf – durch echte Menschen, verschiedene Perspektiven.

PEACE OUT.



„That’s what real love amounts to – letting a person be what he really is. Most people love you for who you pretend to be. To keep their love, you keep pretending – performing. You get to love your pretence. It’s true, we’re locked in an image, an act – and the sad thing is, people get so used to their image, they grow attached to their masks. They love their chains. They forget all about who they really are. And if you try to remind them, they hate you for it, they feel like you’re trying to steal their most precious possession.“

„Das ist es, worauf wahre Liebe hinausläuft – einen Menschen so sein zu lassen, wie er wirklich ist. Die meisten Menschen lieben dich für das, was du vorgibst zu sein. Um ihre Liebe zu erhalten, musst du weiter so tun, als ob du es wärst – dich verstellen. Du darfst deine Verstellung lieben. Es ist wahr, wir sind in einem Bild gefangen, einem Schauspiel – und das Traurige ist, dass die Menschen sich so sehr an ihr Bild gewöhnen, dass sie an ihren Masken hängen. Sie lieben ihre Ketten. Sie vergessen ganz, wer sie wirklich sind. Und wenn man versucht, sie daran zu erinnern, hassen sie einen dafür, weil sie das Gefühl haben, man wolle ihnen ihren wertvollsten Besitz wegnehmen.“

- Jim Morrison

**Du willst dich auf das Buch einstimmen?
Höre dir den Soundtrack zum Buch an.**

Wie du dir Bücherreihe nutzen kannst



Einfach QR-Code scannen:



ERFAHRUNGS- BERICHT

4.10.1 Erfahrungsbericht Laura: Sakrale Generatorin mit dem Profil 5/2

In diesem Interview habe ich mit Laura darüber gesprochen, wie es sich für sie mit dem Profil 5/2 lebt.

Zu Laura Friedrich und ihrem Angebot:

Sakrale Generatorin/Umsetzerin mit dem Profil 5/2

- Human-Design-Kartensets
- digitale Vorlagen für Human Design
- Kurs: Kartenset gestalten
- Human Design Kongress

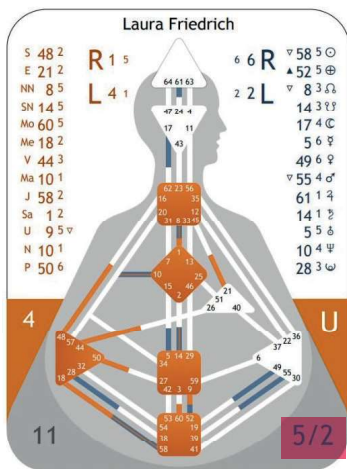
Kontakt:

Website: www.humandesign-living.com

Instagram: [@humandesign_living](https://www.instagram.com/humandesign_living)

SO IST DAS FÜR MICH MIT DEM PROFIL 5/2!





Laura hat ihren Erfahrungsbericht für dich eingesprochen.

Lerne sie und ihre Erfahrung kennen!

Scanne dazu den QR-Code!

Dauer: 13:45 Min.



Erlebst du es – gemäß der 5. Profillinie –, dass du Fremde anziehst oder diese den Kontakt zu dir suchen?

Das kenne ich ebenso wie damit verbundene Erwartungen und Projektionen, die von Fremden seitens der Familie oder des Bekanntenkreises an mich herangetragen werden. Gerade dann, wenn mich das Gegenüber nicht näher kennt, bin ich manchmal richtig irritiert, woher nur dieses Bild über mich kommt. Wenn solche Rollenerwartungen an mich gestellt werden, darf ich immer überprüfen: „Ist das wirklich meins? Kann ich mich damit identifizieren? Möchte ich das bedienen? Oder sind das eher fremde Erwartungen, die ich eigentlich nicht erfüllen mag?“

Wie unterscheidest du Selbstbild von Projektion?

Das habe ich erst richtig unterscheiden können, als ich von meinem Profil erfahren habe. Bis dahin habe ich die Rollenerwartungen und Projektionen immer sehr bedient – zumal ich mich gut in andere hineinversetzen kann. Seit ich mein Human Design kenne, gehe ich bewusster mit Strategie und Autorität daran und frage mich, ob ich etwas selbst möchte oder gerade der Projektion aufsitze.

Hast du dich mit diesem Profil oft als „anders“ als andere empfunden?

Gerade mit Blick auf meine Projektionsfläche und Rollenerwartungen habe ich lange keine Gleichgesinnten gefunden – und diesen wiederum ging es genauso wie mir. Heute ist das anders:

Ich tausche mich mit Menschen aus, die das gleiche Profil haben. Sie streben – wie ich – nach einer Balance zwischen der zurückgezogenen Zweier-Linie und der Fünf, die auf der Bühne stehen will.

Diesen Aspekt habe ich früher nicht wahrgenommen und bin über meine eigentliche Energie hinausgegangen. Entsprechend habe ich mir meine Höhlen-Zeit gar nicht wirklich gegönnt, zumal mir die Vorbilder dafür fehlten.

Hast du es schon mal erlebt, dass die Zwei in deinem Körper dich „zurückzieht“?

Ja, sie zwingt mich in der Tat öfters in den Rückzug. Wenn ich dieses Bedürfnis missachte, bin ich eher unausgeglichen, gereizt, unzufrieden und aggressiv.

Wirst du öfter mal auf ganz spezielle Lösungen angesprochen und erlebst, dass du diese in einer bestimmten beruflichen Nische anbieten kannst?

Generell kann ich sehr schnell den Punkt ausmachen, an dem es beim Anderen hakt. Da verbinden sich wohl der Problemlöser und mein (unbewusstes) Naturtalent. Dieses wird mir von außen gespiegelt, damit ich es auch in mir (an-)erkennen kann. Ich muss – anders als die Eins – nicht so tief eintauchen. Mir reicht auch ein Buch oder ein Kurs, um das Thema gefühlsmäßig zu erfassen und damit hinauszugehen.

Hast du dich bei wichtigen Entscheidungen selbst berufen oder kam der Ruf von außen?

Als ich mich z. B. dazu entschloss, mich selbstständig zu machen, kam tatsächlich ein Impuls von außen, auf den ich reagieren konnte.

Es war nicht der erste „Ruf“, aber ich musste die Entscheidung wirklich auch von innen heraus spüren, bevor ich in der Lage war, sie zu treffen.

Kommst du schnell mit Fremden in berufliche Kooperation, brauchst dann aber immer noch eine gewisse Zeit, um mit ihnen wirklich warm zu werden?

Das Selektive meines Profils kann ich sehr stark wahrnehmen – umso mehr seit ich auf mein Bauchgefühl höre: Es widerstrebt mir, Aufträge nur aus Geldgründen anzunehmen bzw. weil es gerade gut passen würde. Gleichzeitig komme ich schnell in Kontakt und vermag mittlerweile, gut zu

spüren, ob mein Sakral anspringt oder nicht. Auch wenn ich heute mit Kunden ein wirklich freundschaftliches Verhältnis pflege, so braucht es doch Zeit, bis es so weit ist.

Kennst du das von dir, dass du mit einem Satz Dinge beim Namen nennen kannst, die dann sehr ketzerisch wirken?

Ich kenne das durchaus, und es ist für das Umfeld vermutlich keinesfalls immer angenehm. Einige Zeit bin ich still, bis mich ein Thema triggert und ich den Leuten „Einen vor den Latz knalle“. Diplomatie ist v. a. im privaten Kontext ein Lernthema für mich.

Hast du im Umgang mit Projektion bewährte Kommunikationstools?

Ich kann nur für mich sprechen: Ich bin gern mit Leuten in Kontakt und helfe, wo es möglich ist.

Hierbei darf ich aufpassen, dass ich nicht über mein Maß hinausgehe und Grenzen ziehe. Sonst bin ich nur noch – im negativen Sinne – damit beschäftigt, zu reagieren. Ebenso ist es wichtig, dass ich mich nicht ausnutzen lasse und klar habe, wie weit ich unterstützen möchte und wann es reicht. Dann ist es mir auch möglich, dies deutlich zu kommunizieren, so dass jeder weiß, woran er ist.

Sicherst du dich mehrmals ab – wie z. B. bei einer zu schreibenden E-Mail –, weil du um die Wirkung deiner 5. Linie weißt?

Das ist mir sehr vertraut als Spiel zwischen der 2. und 5. Profillinie: Die Zwei meint, es im Gefühl zu haben, dass es passt, während die Fünf perfektionistischer und sicherheitsorientierter operiert.

Das kommt mal so, mal so zum Ausdruck.

Erlebst du selbst die nachgesagte Eigenwilligkeit des zweitlinigen Körpers?

Ich habe das, was du hier als Eigenwilligkeit beschreibst, immer als Reflex verstanden, wenn mir z. B. jemand körperlich zu nahe kommt, wo es sich für die Zwei nicht stimmig anfühlt. In Teenager-Zeiten wurde mir schon mehrfach eine gewisse Unnahbarkeit attestiert.

Mittlerweile bin ich kommunikativer und achtsamer mit meiner Energie, die mal nach Rückzug verlangt und dann wieder nach der Bühne.

