



# Typische Grundmuster menschlichen Verhaltens, Fühlens und Reagierens \*) Fritz Riemann

Der Psychotherapeut Fritz Riemann unterteilt die charakteristische **Persönlichkeitsprägung** gesunder Menschen in **vier Grundstrebungen**, die unser

- Denken,
- Fühlen und
- Verhalten

in sehr unterschiedlicher Weise motivieren und prägen können.

Im **Riemann-Modell** werden für den Menschen Positionen (Polaritäten) und dazu gehörige **Eigenschaften** und **Verhaltensweisen** bestimmt, die (fast) nie in reiner Form, sondern i. d. R. in **Mischformen** auftreten.

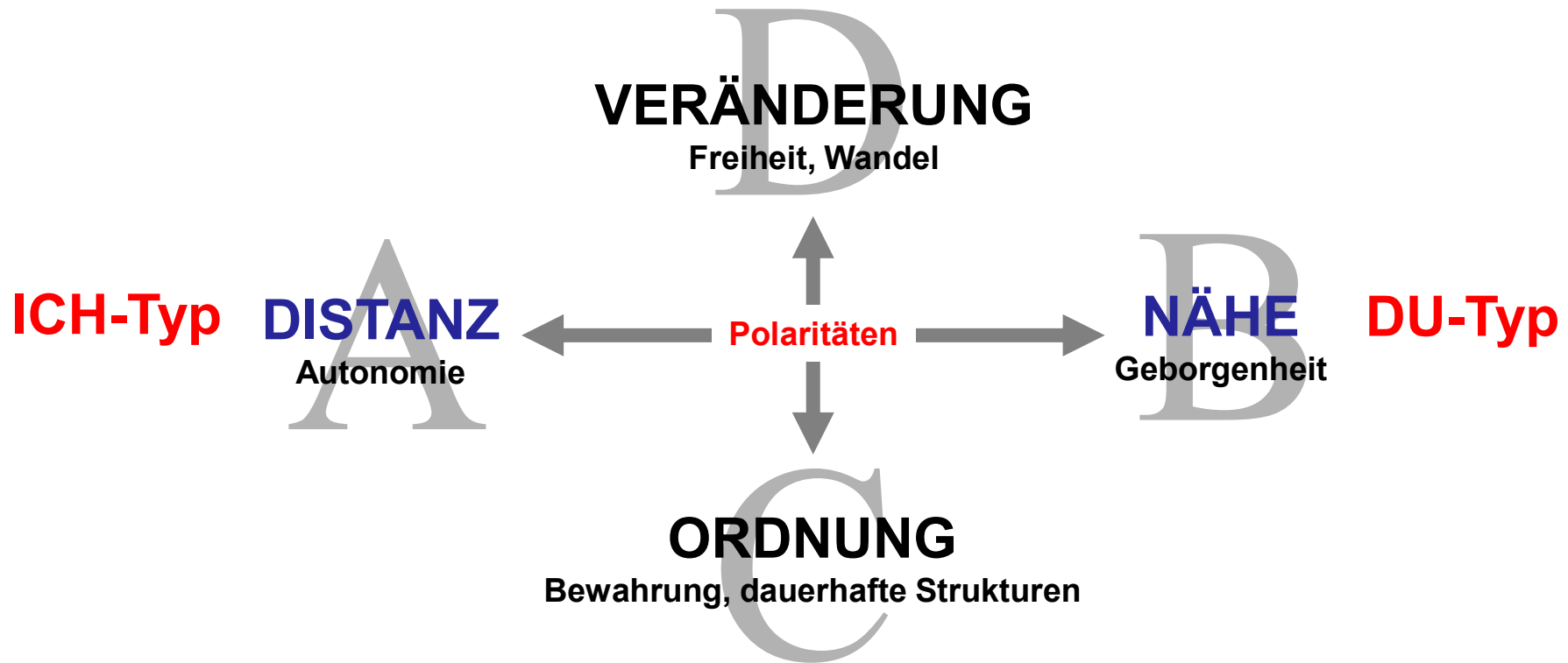
**DISTANZ** oder **NÄHE**

und

**FREIHEIT** oder **VERÄNDERUNG**

Dabei wird jede Person eine besonders deutliche, vorherrschende Ausprägung in einer der beiden Polaritäten vorfinden (z.B. **Ich** – Du), und in der zweiten Polarität eine weniger deutliche Bestimmung vornehmen oder sich in der Mitte finden.

# Vier innere Grundorientierungen (Persönlichkeitsanteile) um in einer Lebenssituation zu handeln bzw. zu reagieren.



Jeder Mensch bevorzugt eine Grundorientierung, die durch die anderen mehr oder weniger ausbalanciert bzw. in einem Mischungsverhältnis ergänzt werden und die „innere Situation“ bestimmen, die dann das Verhalten oder Reagieren unwillkürlich beeinflussen.

Das Modell zeigt zwei jeweils entgegen gesetzte Grundkräfte oder Polaritäten (**A - B** und **C - D**), die einerseits als gegensätzlich, spannungsreich oder sogar widersprüchlich, andererseits aber auch als attraktiv, sich anziehend empfunden werden.

Persönliche Weiterentwicklung kann bedeuten, entsprechend seiner Identität und seiner Lebensphase seinen ganz individuellen Platz und seinen spezifischen Bewegungsraum in diesem Kräftefeld zu bestimmen und auf dieser Grundlage immer wieder aufs Neue seine Balance zwischen den vier Grundkräften zu finden.

Grundkräfte beim Menschen	Ängste vor	Streben nach	„Riemann-Typen“
<b>Ich-Typ,</b> kreist um sich selbst	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Selbsthingabe</li> <li>•Ich-Verluste</li> <li>•Abhängigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Selbstbewahrung</li> <li>•Distanz</li> <li>•Autonomie</li> </ul>	<b>A</b>
<b>Du-Typ,</b> kreist um andere	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Selbstwerdung</li> <li>•Ungeborgenheit</li> <li>•Isolierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Selbsthingabe</li> <li>•Nähe, Integration</li> <li>•Kontakt</li> </ul>	<b>B</b>
<b>Ordnungs- und Dauertyp,</b> unflexibel, verlässlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wandlung</li> <li>•Vergänglichkeit</li> <li>•Unsicherheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Ordnung</li> <li>•Struktur</li> <li>•Dauer</li> </ul>	<b>C</b>
Bewegungs- und Veränderungstyp; relativ unbeständig, kreativ	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Endgültigkeit</li> <li>•Unfreiheit</li> <li>•Zwang / Enge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Wechsel, Wandel</li> <li>•Risiko,</li> <li>•Veränderung</li> </ul>	<b>D</b>

## Distanz und Autonomie (A)

- Wirkt in der ersten Begegnung eher kühl und zurückhaltend,
- Beziehungen werden in erster Linie über die Sache aufgenommen,
- Eigenständigkeit und Unabhängigkeit sind ihm sehr wichtig,
- kritischer, scharfer Beobachter,
- Leben in der Gruppe kostet dem Distanzierten viel Kraft,
- persönliche Inhalte werden oft in Sachinhalte umgemünzt.

## Nähe und Geborgenheit (B)

- kommt uns als herzlicher, offener Mensch entgegen,
- nimmt vertrauensvoll die Angebote der Leitung entgegen,
- Zugehörigkeit und Beziehung sind zunächst oberstes Ziel,
- der Wunsch nach Beziehung ist zunächst stärker als das Interesse an Sachinhalten,
- angestaute Spannungen werden oft nach innen abgeleitet. Äußert sich entweder verzögert, in überzogenen Erwartungen oder in einer resignativer Haltung.



## Ordnung und Bewahrung (C)

- der erste Kontakt ist eher sachlich und nüchtern,
- Menschen möchten gerne von Anfang an wissen, wo es lang geht,
- legen großen Wert darauf, dass Verabredungen eingehalten werden,
- Bedürfnis nach Dauer und Überschaubarkeit,
- stark ergebnisorientiert,
- kann gut planen und ordnen.

## Wechsel und Veränderung (D)

- Bedürfnis nach Unverbindlichkeit,
- hat mitunter Schwierigkeiten, sich der Gruppennorm anzupassen und Abmachungen einzuhalten,
- kann leicht Kontakte schließen,
- hohe Bereitschaft Neues auszuprobieren, hoher Anteil an Kreativität und Experimentierfreude