

Die vier Charakterpolaritäten **nach Fritz Riemann**

Tendenzen, Merkmale, Stärken und Handicaps

Auf der Grundlage von Fritz Riemanns Buch
„Grundformen der Angst“

und

der weiterführenden Arbeiten
von Dr. Reimar Banis

und

Prof. Dr. Hans Jung

Mit eigenen Erfahrungen ergänzt und
verfasst in tabellarischer Form von
Heilpraktiker Dieter Wolf, ©München 2014, überarbeitet 2019

Atemschulung & Achtsamkeitstraining, psychologische
Beratung, Klassische Homöopathie, Psychosomatik

Website: www.homoeopathiewolf.de

Einleitender Artikel Teil 1 & Teil 2:

www.homoeopathiewolf.de/vier-charaktertypen-nach-riemann-staerken-schwaechen
www.homoeopathiewolf.de/vier-charaktertypen-nach-riemanns-grundformen-der-angst-teil-2/

Die Grundsätze der Menschen offenbaren ihren Charakter.

(Luc de Vauvenargues)

***Alle Charaktere sind aus denselben Elementen zusammengesetzt;
nur die Proportionen machen den Unterschied aus.***

(Théodore Simon Jouffroy)

Charakter ist nichts anderes als eine langwierige Gewohnheit.

(Plutarch)

***Hat man Charakter, so hat man auch sein
typisches Erlebnis, dass immer wieder kommt!***

(Friedrich Nietzsche)

Charakter-Polarität im positiven Ausdruck	<i>Unabhängig & Distanziert</i>	<i>Fürsorglich & Sozial</i>	<i>Beständig & Strukturiert</i>	<i>Flexibel & Lebenslustig</i>
„Charaktertyp“ nach Riemann im negativen, psychopathologischen Ausdruck	Schizoider Typ	Depressiver Typ	Zwanghafter Typ	Hysterischer Typ
Psychiatrische Erkrankung, aus der sich die negative, pathologische Bezeichnung nach Riemann ableitet	Schizophrenie Verstand und Gefühlsleben sind getrennt / gespalten, ein existenzielles Bedrohungsgefühl beherrscht den Geist, teils mit Hang zur Aggressionsentladung nach außen	Klinische (endogene) Depression Dauerhaft tief versunken in Mitleid, Schuldgefühlen, Sinn- und Hoffnungslosigkeit, Apathie mit großer Suizidneigung (Autoaggression)	Zwangserkrankung Die überwiegende Lebenszeit geht drauf für zwanghafte Kontrolle und Beherrschung, für Aufräum-, Absicherungs-, Waschwänge etc.	Hysterie, Manie / Zylothymie Entgrenzung und Auflösung der Ich-Strukturen, himmelhoch jauchzende Überdrehung im Wechsel mit lähmendem zu Tode betrübt sein
Seelische Grundeigenschaft	Unabhängig & distanziert Selbstzufrieden Individuell & abgegrenzt Selbstbestimmt & konsequent Strategisch & kritisch Väterlich	Sozial & Nähe liebend Anpassungsbereit Harmoniebedürftig Treu & geduldig Einfühlsam & hilfsbereit Mütterlich	Beständig & Strukturverliebt Konservativ & bewahrend Loyal & zuverlässig Kontrolliert & beherrscht Ordentlich, gewissenhaft bis perfektionistisch	Lebendig & Flexibel Beeindruckbar, kreativ & begeisterungsfähig Heiter & lustorientiert Erlebnis- & risikofreudig Flexibel, spontan & impulsiv
(Ego-) Persönlichkeitsakzent	Ich Dreht sich um sich selbst (Eigenrotation)	Du Dreht sich um andere (Fremdrotation)	Ordnung Zum Zentrum strebend & alles verdichtend (Schwerkraft)	Freiheit In die Peripherie strebend & sich ausbreitend (Fliehkraft)
Leitgedanken	Denkt zuerst an sich, dann an andere!	Denkt zuerst an andere, dann an sich!	Denkt zuerst an Pflicht und Notwendigkeit, dann an Lust und Freude!	Denkt zuerst an Lust und Freude, dann an Verpflichtung und Notwendigkeit!
Forderung des Charakters (gleichzeitig Hauptpolaritäten der Welt)	Individualisierung → Werde eine einmalige, selbstbestimmte, autarke Person	Hingabe → Ordne Dich ein in ein übergeordnetes Ganzes	Wesenstreue → Strebe Selbstbeherrschung, Dauerhaftigkeit und Beständigkeit an	Wandlungsfähigkeit → Bleibe flexibel, spontan und immer bereit, Dich zu wandeln

Grundpolarität	<i>Unabhängig</i>	<i>Fürsorglich</i>	<i>Beständig</i>	<i>Flexibel</i>
Grundangst des Charakters	Angst vor Nähe ...als Selbstaufgabe und Ich-Auslöschung erlebt! Angst, sich selbst zu verlieren Angst vor Vernichtung der eigenen Existenz / Existenzangst Angst vor der vertrauensvollen Öffnung zum Du Angst vor Abhängigkeit , (Selbst-)Hingabe und Demut	Angst vor Distanz ...als Verlust der Geborgenheit und Isolation erlebt! Angst vor Selbstwerdung / Ichwerdung und Selbstbestimmung / Autonomie Angst vorm Verlassen werden und Alleinsein bzw. Verlassenheit Angst vor Bindungsverlust , vor der (endgültigen) Trennung von anderen Menschen / Trennungsangst	Angst vor Veränderung ...vor Wandlung des Bestehenden und vor Vergänglichkeit! Angst vor Sicherheitsverlust Angst vor Neuem, Fremdem , Unbekanntem, Ungewohntem Angst vor Unüberschaubarkeit und Unberechenbarkeit Angst vor Durcheinander & Unordnung , Chaos, Schmutz	Angst vor Festlegung ...auf Pflichten, Verantwortlichkeiten, Notwendigkeiten und Regeln! Angst vor dem Unausweichlichen, vor Endgültigkeit , Enge Angst vor einengender Ordnung, Regeln und (Fremd-) Struktur Angst vor Freiheitsverlust Angst vor Alter, Inflexibilität, Erstarrung und Unlebendigkeit
Geheime Sehnsucht	Emotionale Nähe, Verbindung, Wärme und Geborgenheit	Das Leben und Durchsetzen eigener Bedürfnisse. Auch mal Nein sagen!	Heitere Lebendigkeit und Ungezwungenheit. Die Pflicht mal sein lassen!	Stabilität, Beständigkeit, Verlässlichkeit und Klarheit. Einen sicheren Ruhepol finden!
Kompensation der Grundangst (Automatisierte, unbewusste Programmierung; überlebenssichernder „Autopilot“ des Verstandes prägt das Verhalten)	Zu vereinzelt und abwehrend Schützt sich vor Manipulation durch (zu) starke Abgrenzung! „Muss stark, unabhängig und widerstandsfähig sein, mich abgrenzen und Alleinsein können und will in Ruhe gelassen werden. Ich will nicht hier sein. Ich will meins machen.“	Zu anpassungsbereit Harmoniesüchtig, will es anderen recht machen! „Muss nachgiebig, lieb und angepasst sein, mich unterordnen, nach Harmonie streben. Ich darf nicht widersprechen oder eigene Bedürfnisse anmelden. Ich will immer bei Dir sein!“	Zu starr und beharrend Weicht nicht von seinen Regeln und Prinzipien ab! „Muss korrekt, ordentlich, brav, gewissenhaft, pflichtbewusst, anständig und regelkonform sein, dann fühl ich mich sicher und alles bleibt so wie es ist oder sein soll!“	Zu freiheitssüchtig Legt sich ungern auf etwas fest, torpediert und umgeht Regeln! „Ich muss frei und unabhängig sein, darf mich nicht einschränken oder einengen lassen. Auf ja nichts festlegen oder verpflichten, das wäre unlebendig und tot!“
Grundverhalten gegenüber Autoritäten	Eher Ungehorsam Ordnet sich ungern unter, um seine Unabhängigkeit zu bewahren! Sieht sich selbst als das Maß aller Dinge, ist oder strebt Autorität an!	Eher Gehorsam Ordnet sich lieber unter, um keine Disharmonie, emotionale Verlassenheit und Isolation zu fühlen. Will Verbindung nicht aufs Spiel setzen!	Eher Gehorsam Ordnet sich unter, weil Tradition, Regeln und Ordnung sein müssen! Das war schon immer so und Punkt! Beherrscht / unterdrückt seine möglichen Aversionen dagegen!	Eher Ungehorsam Ordnet sich ungern unter, um seine Freiheit bezüglich Wahlmöglichkeiten nicht durch auferlegte Regeln einzunengen!
Archetypische Polarität (seelische Grundenergie, unabhängig vom körperlichen Geschlecht!) & vier Elemente-Zuordnung	Yang / Männlich Feuer	Yin / Weiblich Wasser	Yang / Männlich Erde	Yin / Weiblich Luft
Grundtendenz in der Wahrnehmung der Welt	Rational-nüchtern-empfindend , mit Hang zur Überbewertung des Rationalen und Greifbaren	Emotional-gefühlsmäßig , mit Hang zur Überbewertung des Emotionalen, der gefühlsmäßigen „Atmosphäre“	Rational-nüchtern-empfindend , mit Hang zur Überbewertung des Rationalen und Greifbaren	Emotional-gefühlsmäßig & intuitiv , mit Hang zur Überbewertung des Emotionalen und Erahnenden
Tendenzielle Haltung der Persönlichkeit zur Welt	Introvertiert	Extrovertiert	Introvertiert	Extrovertiert

Grundpolarität	Unabhängig	Fürsorglich	Beständig	Flexibel
Tendenz in der Entscheidungsfindung	Mit dem Verstand = Denken und Sensorik	Mit dem Herzen = Fühlen	Mit dem Verstand = Denken und Sensorik	Aus dem Bauch raus / Intuition
Häufig betroffenes, fehlreguliertes Energiezentrum im Körper (Chakra) (Energetische Lokalisierung des „Zentralkonflikts“ nach Dr. Reimar Banis)	Chakra 1: Damm (Existenz / Wille zum Sein, körperliche Vitalkraft, Erdung, Urvertrauen, Selbstwertbasis, Sexualität) Chakra 7: Scheitel (Weltbild / Glaubensbild, Sinn- und Ordnungsfragen, Verstandesfunktion, geistiger Wille zum Sein, innere Führung, Verbindung zum Geistigen, Anerkennung einer höheren Ordnung)	Chakra 3: Oberbauch („Einverleiben“: stofflich-materielle und seelische Aufnahme / Verdauung / Verarbeitung von äußeren, fremden, Nicht-Ich-Einflüssen, Emotionen, Umwelt- Eindrücken)	Chakra 5: Kehlkopf (sprachliche Kommunikationsebene, Beherrschung des Ich-Ausdrucks, Koordination Gedanken-Gefühl bzw. Kopf-Herz, Gefühls- / Lebendigkeitskontrolle durch den – oft überdominanten – Verstand)	Chakra 2: Unterbauch (Durchsetzung, beherrschte / kanalisierte Entfaltung von Dynamik / Kraft / Ruhe, Umgang mit Aggression / Herausforderung / Stress) Chakra 6: Stirn (Koordination aller einlaufender Informationen: Ich-Innenwelt / Ich-Außenwelt, Sinnesverarbeitung, Intuition / Tor zum „Göttlichen“ bzw. Transpersonalen)
Herzkonflikt (4. Chakra), It. Dr. Banis hier treffen sich die Grundängste aller 4 Charaktertypen. Es ist das Zentrum der Berührbarkeit / Verletzbarkeit und damit auch das Zentrum der Angst!	„ Zurückgezogen und tief verletzt“	„ Übertriebene Sorge um andere führt zu Überforderung“ „ Verängstigt und alleingelassen “	„ Eingeschlossen , angespannt, Enge, Perfektion und Zwänge“	„ Panik (maximale Entgrenzung) & Todesangst“
Auswahl homöopathischer Arzneimittelbilder	Arnika, Lycopodium, Nux vomica, Sepia, Aurum, Sulfur, Natrium muriaticum, Natrium silicicum, Ledum, Anacardium orientale...	Pulsatilla, Calcium carbonicum, Natrium muriaticum, Phosphor, Staphisagria, Carcinosinum...	Kalium carbonicum, Arsenicum, Silicea, Natrium silicicum, Rhus-toxicodendron, Triticum vulgare, Carcinosinum...	Sulfur, Phosphor, Ignatia, Aconitum, Argentum nitricum, Lachesis, Medorrhinum, Tuberculinum...
Bildliche Prototypen	Notorischer Einzelgänger, Chef / Leithammel, der einsame Held / Cowboy, Diktator, Forscher, Vater, Landstreicher, Intellektueller, Idealist, Erkenntnistheoretiker...	Bürger, Herdentier, Mitläufer, „Gutmensch“, Mutter, Glucke, Frau Beimar / Lindenstraße (Mutter der Nation), Sozialarbeiter, Aschenputtel, Heulsuse, Naivchen...	Perfektionist, Pedant, Zwängler, Erzkonservativer, Langweiler, Prinzipienreiter, Dogmatiker, Roboter, der stabile Fels in der Brandung, Vater...	Lebemann, Partylöwe, Don Juan, Revolutionär, Künstler, Alleinunterhalter, Kind / Jugendlicher, das ewige Kind (Peter Pan)...
Theater / Filmgenre	Tragödie, Thriller, Western, Action- & Kriegsfilme, Der Terminator, Dokus / Sach- / Wissenschafts-Sendungen	Liebesfilm, Romanzen, Rosamunde Pilcher-Filme, Der Pferdeflüsterer, Mamma Mia...	Ernstes, Dokus / Sachsendungen (z.B. über Sicherheit, Gesundheit, Steuerrecht, Heimat...), Heimatfilme	Komödie, Klamauk, Disneyland, Shakespeares Sommernachtstraum, Reise-Dokus, Mitspiel- & Impro-Theater
Bekannte Persönlichkeiten	Napoleon Bonaparte, Arnold Schwarzenegger, Bill Gates, George W. Bush, Gerhard Schröder, Vladimir Putin	Mutter Theresa, Maria Magdalena, Mahatma Gandhi, Dalai Lama, Heinz Erhardt	Ex-Finanzminister Hans Eichel / Wolfgang Schäuble, Komiker Emil & Loriot	James Dean, Andy Warhol, Karl Lagerfeld, Che Guevara, Elvis Presley, Shakespeares Luftgeist Puck

Grundpolarität	Unabhängig	Fürsorglich	Beständig	Flexibel
Typische Berufe	Chef / Boss , Pilot, Einzelunternehmer, Polizeipräsident, Vorstandsvorsitzender, Fotograf, Schriftsteller, Tierforscherin, militärischer Führungsoffizier, Marktleiter, Ingenieurin, Mathematiker, Laborant, Laborleiter, Parkranger, Geheimagent, Forscher, Erfinder, Naturwissenschaftler (z.B. Kernphysiker, Astronom), Erzbischof / Papst...	Dienstleistender Angestellter , Seelsorger, Kranken- / Altenpfleger, Ärztin / Heilpraktiker, Therapeut, Psychologe, Sozialarbeiter, Assistent im Sozial- und Gesundheitswesen, Stewardess, Hostess, Sekretärin, kleine Angestellte im Großraumbüro, Haushälterin / Zugehfrau, (Saal-)Diener, Dienstbote, Bedienung, Prostituierte, Nonne...	Beamter / Bürokrat, Buchhalterin, Jurist, Archivar, Uhrmacher, Hausmeister, Polizist, Politesse, Sicherheitsdienstler, Controlling-Betriebswirt, Chirurg, (Fahrkarten)Kontrolleur, Programmierer / Informatikerin, Aufsichtsratsvorsitzender, Konservator, Restaurator, Verwaltungsangestellter, Abfallentsorger, Theologe...	(Selbst-) Darsteller , Entertainer, Alleinunterhalter, Animateur, Schauspieler, Tänzer / Showtänzerin, Fotomodell, Musiker, Operndiva, Künstler, überzeugender Verkäufer / Vertreter und Vertriebstalent, Ideenentwickler einer Marketingagentur / Creative Director, Designer, Lebenskünstler, Visionär, Missionar / Prediger...
Politische Gesinnung	Radikaler / Aristokrat Würde am liebsten eigene Partei gründen und führen (Schill-Partei!) oder eine Monarchie / Diktatur	Sozial-Liberaler Roter / Sozi alter Schule Linkspartei	Wertkonservativer Bibeltreue Christen Bayernpartei, AfD Schwarzer	Revolutionär / Freiheitskämpfer Grüner der Anfangszeit Piratenpartei
Tiersymbol	Der Adler , der in seinem großen Revier allein und erhaben über allem schwebt. Seine scharfen Augen beobachten aus der Distanz klar und deutlich erkennend, was da unten vor sich geht.	Das Schaf , das sich sicher in der Wärme und Geborgenheit seiner Familie / Herde aufgehoben fühlt und sich nur selten weiter davon entfernt. Ändert die Herde die Richtung, läuft das Schaf einfach mit.	Die Biene / Ameise , die beständig, loyal, konform, gewissenhaft, pflichtbewusst und präzise im Regelwerk des Kollektivs arbeitet. Hier hat jedes Individuum seine ihm zugewiesene Tätigkeitsstruktur.	Die verspielte, lebendige, junge, kleine Katze , die hakenschlagend einem Gummiball hinterher hüpf und dabei Kapriolen schlägt. Alle Aufmerksamkeit ist bei ihr, Freude entsteht beim Anblick und der Applaus ist ihr sicher.
Redensarten	Sein oder Nichtsein, das ist hier die Frage! My home is my castle. Trautes Heim, Glück allein. Ich bin mir selbst der beste Freund. Das Leben ist eine todernste Sache. Das Wichtigste ist das Ideal. Das Individuum ist alles, die Masse nichts. Die sollen mir bloß nicht zu nah kommen! Nur ich weiß, was richtig ist! Da steh ich voll drüber! Am liebsten wandere ich da, wo keine Menschen sind. Small talk ist mir meist ein Graus. Herzlichkeit und emotionale Wärme gehören nicht grad zu meinen Stärken. Mir egal, was andere von mir halten. Harte Kerle flennen nicht! Der Held reitet allein in den Sonnenuntergang.	Tiefe und ehrliche Gefühle füreinander ist das Wichtigste im Leben. Liebe kennt keine Urteile und Unterschiede. Wir haben uns doch alle lieb, oder? Vor Gott sind alle Wesen gleich. Ich bin so gern für andere da. Kann ich etwas für dich tun? Ohne die anderen ist das Leben doch nicht lebenswert. Die Gruppe ist alles, der Einzelne nichts! Ein Freund, ein guter Freund, das ist das Schönste auf der Welt... Hauptsache, euch geht's gut! Wie kann man nur mit jemandem schlafen, den man nicht liebt! Man sieht nur mit dem Herzen gut. Ich mag keine Disharmonie, Streit und Auseinandersetzungen! Der Mensch ist ein soziales Wesen.	Wo kommen wir denn da hin, wenn jeder machen kann, was er will. Ordnung ist das halbe Leben! Ohne eine gewisse Disziplin geht hier alles den Bach runter. Eins nach dem anderen, nicht hudeln. Nicht anschalten! Erst mal die Bedienungsanleitung lesen! Ich hasse unpünktliche Menschen. Es muss alles seine Ordnung haben! Das muss bis zum Ende ausdiskutiert werden! Bevor ich geh, schau ich lieber zweimal nach, ob der Herd wirklich aus ist! Jedes Ding hat seinen festen Platz. Ich muss nie was suchen, ich weiß immer, wo was liegt. Eile mit Weile! Bevor wir losfahren, sollten wir erst mal den Wetterbericht hören. Was der Bauer nicht kennt, das frisst er nicht!	Feuer und Flamme Er kam, sah...und redete... Wein, Weib und Gesang. Die Feste feiern wie sie fallen. Ach, heute hier, morgen da... Wer rastet, der rostet. Immer schön in Bewegung bleiben! Wer Ordnung hält, ist nur zu faul zum suchen. Schaun wir mal, dann sehn wir schon. Hey, wo ist das Publikum? Ich möchte bewundert werden! Am liebsten steh ich im Mittelpunkt! Oh, vergessen! Waren wir heute verabredet? Jeder Morgen ist ein neuer Anfang! Das Leben ist ein großer Spaß / ein Spiel oder eine Bühne. In meinem Chaos fühl ich mich wohl. Mehr als die Woche: Leihst Du mir mal die Schere? Ich finde meine grad nicht!

Grundpolarität	<i>Unabhängig</i>	<i>Fürsorglich</i>	<i>Beständig</i>	<i>Flexibel</i>
<p>Stärken / Ressourcen</p> <p>Positive, rechtgesinnte, förderliche, entwicklungsbestärkende Eigenschaften</p>	<p>Konsequent Selbstsicher Strategisch planend Selbstzufrieden Väterlich Distanzfähig Autonom Entscheidungsfreudig Unbeirrbar Kritisch / hinterfragend Willensstark Kompromisslos Scharfe Beobachtungsgabe (durchscharf Probleme schnell u. treffsicher) Erkenntnisorientiert Nicht bereit, unechtes und fassadenhaftes gelten zu lassen Aktiv zupackend Durchsetzungskraft Effektiv, zweck- & zielorientiert Souveränität Individuell Unabhängig (von Dogmen und Tradition), autark, eigenständig & selbstbestimmt Rational & logisch Urteilsfähig Unterscheidungsfähig Klar und deutlich Standpunktsicher Ernst...</p>	<p>Mitfühlend, mitschwingend, empathisch, teilnehmend Zugewandt / Guter Zuhörer Annehmend und tolerant Fürsorglich Warm, warmherzig Vertrauensselig Offen und freundlich Empfindsam Resonanzfähig Kameradschaftlich Kooperationsfähig Treu Sozial und hilfsbereit Verständnisvoll Kontaktfähig Verbindend, einschließend Vermittelnd, ausgleichend Beratend Hingabefähig Aufnahmefähig Zugewandt Geduldig, duldsam Schlicht Anspruchslos, kann eigene Bedürfnisse auch mal zurückstellen Anpassungsfähig, brav Friedfertig, pazifistisch Versorgend / nährend Menschlich Altruistisch...</p>	<p>Diszipliniert Selbstbeherrscht Gründlich Gewissenhaft Verantwortungs- und Pflichtbewusst Exakt Pünktlich Systematisch Strukturiert Ausdauernd Beharrlich Fleißig / emsig Zuverlässig Beständig Ordentlich Genau Korrekt Konkret Realitätsbezogen Vorsichtig, überlegt und bedächtig Bewahrend Traditionsbewusst Organisationskraft Strukturiert und planvoll Stabil Konsequent Prinzipientreu Konzentrationsfähig Loyal, treu und fair...</p>	<p>Spontan und unbeschwert Lebhaft und munter Gewandt Charmant Flexibel Einstellungsfähig Risikofreudig Innovationsfreudig Großzügig Mitreißend Überzeugend Anregend Freude bereitend Begeisterungsfähig Gesellig Heiter, lustig Fröhlich / Lebensfroh Witzig Spritzig Unternehmungslustig Veränderungsbereit Optimistisch Improvisierend, Improvisationstalent Kreativ-künstlerisch / schöpferisch Wandelbar und veränderungsbereit Sinnesfroh und gutgelaunt Genussfreudig Verzeiht schnell, nicht nachtragend Verspielt und lebendig Schöngeistig...</p>

Grundpolarität	<i>Unabhängig</i>	<i>Fürsorglich</i>	<i>Beständig</i>	<i>Flexibel</i>
<p>Schwächen / Handicaps</p> <p>Negative, falschgesinnte, unförderliche, entwicklungshemmende Eigenschaften</p>	<p>Innerlich unsicher & äußerlich überheblich / arrogant Zuwenig Vertrauen: Argwöhnisch / Misstrauisch & intolerant, Kritiksüchtig, tadelnd zu skeptisch / Skeptiker Stoische Gleichgültigkeit Grüblerisch Schwermütig / trübsinnig / melancholisch Kontaktschwach, bindungsscheu Schüchtern Störrisch, eigenbrötlerisch, verschroben, schrullig Einsame Entschlüsse Zu sachlich, kühl und objektivierend Distanziert und abweisend Unsensibel Emotionale Härte und Unnachgiebigkeit Zynisch bis sarkastisch Verletzend zur Distanzherstellung Trennend, ausschließend, isolierend Tyrannisch, herrisch, autoritär Gefühlskälte / Gefühllosigkeit (trotz oder wegen intensiver innerer Gefühle) Egozentrisch / Überzogene Selbstliebe Besserwisserisch / rechthaberisch Verstiegen in intellektuelle, abstrakte Höhen Moralisierende Strenge Idealisierend bis dogmatisch-totalitär Größenwahn Widersprüchlich bis geistig gespalten Aggressiv bis brutal Destruktiv nach Außen Psychopathisch / Soziopathisch</p>	<p>Mitleidend Devot / unterwürfig Zu nachgiebig Opferrolle Naiv, leichtgläubig Kindlich-hilflos und ängstlich Unselbstständig / Abhängig Leicht beeinflussbar, anfällig für Manipulation und Propaganda Zögerlich Schwammig Entscheidungsschwach Nachtragend Sich anbietend Sich überfordernd Lästig, anhänglich und klettenhaft Überempfindlich und leicht beleidigt Passiv abwartend, zu inaktiv Überemotional, gefühlsduselig Selbstverleugnend / Vogel-Strauß-Haltung M.a. Selbstliebe, Selbstannahme, Selbstakzeptanz Durchsetzungsschwäche Beeinflussbar / Manipulierbar Konfliktscheu Harmoniesüchtig Ausbeutungsgefährdet Stimmungsabhängig, launisch Reizbar bis leicht aufbrausend Latent aggressiv bis cholerisch In Selbstmitleid zerfließend Voller Schuldgefühle Sich selbst niederschlagend und lähmend Autoaggressiv (Selbsterstörerisch) Apathisch bis Depressiv</p>	<p>Pingelig / Heikel Pedantisch Detailbesessen Perfektionistisch Korinthenkackerisch Starr und inflexibel Hart und streng Angespannt, verkrampft, fixiert Unbeweglich und verhärtet Verbissen und verboht Streberhaft Langweilig und fad Farblos, grau und bieder Unlebendig Putzwütig Ewig abwägend und entschlussunfähig Festgefahren Moralisierend / moralische Strenge Dogmatisch / Doktrinär (starre Lehrmeinung) Rechthaberisch Kleinlich / kleinkariert Geizig / nichts hergeben und loslassen können Gefühlskalt (Lebendigkeit) Kontrollierend und abwehrend Bequem, träge und faul Phlegmatisch Eigensinnig, stur und hartnäckig Intolerant / voller Vorurteile Zu selbstkritisch, sich „runtermachend“ Übervorsichtig bis lahmarschig-träge Sammkertick bis Messietum Rigide bis Zwanghaft</p>	<p>Chaotisch Oberflächlich Sprunghaft und wankelmütig Kein klarer Standpunkt, will sich nicht festlegen Alles im Unklaren lassen Chamäleonartig Ablenkbar, leicht beeinflussbar, leicht beeindruckbar Leichtsinnig Unrealistisch / ungeerdet Grenzenlos / entgrenzt, sich auflösend Gönnnerhaft Launisch Zigeuner- und flatterhaft Unruhig, hektisch, zappelig Überemotional, dramatisch, theatralisch Egozentrisch / Narzisstisch / überzogene Selbstdarstellung Verträumt / Traumtänzer Vergesslich, zerstreut und verzettelt Entscheidungsschwach Geltungs- und Anerkennungssüchtig Starallüren Imponiergehabe Rivalisierend (um die Gunst der anderen) Genussüchtig Widersprüchlich Zu trieb- und lustbetont Ängstlich, hypochondrisch Übertrieben, übererregt, außer sich bis hysterisch Überdreht / Überzogen, manisch bis hysterisch</p>

Grundpolarität	<i>Unabhängig</i>	<i>Fürsorglich</i>	<i>Beständig</i>	<i>Flexibel</i>
Für diesen Charaktertyp harmonisierende Eigenschaften <small>(s.a. positive Züge des polaren Charakters!)</small>	Mehr auf die eigenen Gefühle und körperlichen Empfindungen achten Sich auch als Gruppenwesen empfinden und einordnen lernen Mitgefühl , Freundlichkeit, Demut und Sanftmut entwickeln Ja sagen können	Dem Verstand vertrauen lernen und die körperl. Empfindungen achten Auch eigene Bedürfnisse wahrnehmen und leben Gesunden Egoismus und Durchsetzungskraft entwickeln Sich abgrenzen können Nein sagen können	Lockerer und spielerischer werden Alles vertrauensvoller, heiterer und ungezwungener erleben lernen Kontrolle abgeben können Der Vergänglichkeit und Unvollkommenheit der Welt und der Menschen zustimmen	Strukturierter , planvoller und disziplinierter werden Auch mal feste Standpunkte einnehmen können Klare Entscheidungen treffen, sich bewusst eingrenzen und Wahlmöglichkeiten freiwillig aufgeben
Herausforderndste, aber ev. auch schwierigste Charakter-Kombination <small>(konträrstes Weltbild, aber auch größtes Lernpotential!)</small>	Lebhafter Typ	Beherrscher Typ	Fürsorglicher Typ	Distanzierter Typ
Harmonischste, aber ev. auch „langweiligste“ Kombi <small>(Wie Bruder-Schwester, weil ähnlichstes Weltbild)</small>	Distanzierter Typ	Fürsorglicher Typ	Beherrscher Typ	Lebhafter Typ
Idealste, i.S.v. nicht zu spannungsgeladene und nicht zu ähnliche Kombi <small>(sozusagen die fehlende Hälfte zur „Ganzheit“, klassische Partnerkombi!)</small>	Fürsorglicher Typ	Distanzierter Typ	Lebhafter Typ	Beherrscher Typ
Intensitätsgrade der Charaktere <small>(von gesund nach pathologisch)</small>	(1) Der aktiv Zupackende, Selbstsichere und Souveräne (2) Der Unabhängige, Selbstständige, Autarke (3) Der Bindungsscheue, Ich-Betonte und Kontaktarme (4) Der Verschlossene, der egoistische Einzelgänger (5) Der Außenseiter, schrullige Kauz und Asoziale (6) Der gefühlskalte Psychopath	(1) Der Einfühlsame, Hilfsbereite (2) Der Hingabefähige und Opferbereite (3) Der Wehrlose mit passiver Erwartungshaltung, das Opfer (4) Der Unselbstständige, Hilflose, Harmoniesüchtige und Konfliktscheue (5) Der Überforderte, mit wenig Hoffnung und vielen Schuldgefühlen (6) Der apathische und autoaggressive Depressive	(1) Der Disziplinierte, Selbstherrschte, Planvolle, Strukturierte, Ruhige und Ordentliche (2) Der Beharrliche, Beständige und Zuverlässige, der Fels i. d. Brandung (3) Der Nüchtern-Realistische, Streberhafte und Rechthaberische (4) Der Eigensinnige und Heikel-Pedantische (5) Der Starrsinnige, Dogmatische und verbohrt Prinzipienreiter (6) Der rigide Zwangsneurotiker	(1) Der Kreative, Charismatische, Begeisterungsfähige, Lebendige und Anregende (2) Der Optimistische, Spritzige, Heiter-Fröhliche und Gesellige (3) Der Sprunghafte und Risikofreudige (4) Der Unbesonnene, der Geltungs- und Kontaktsüchtige (5) Der (Selbst-)Kritikunfähige und Flatterhaft-Chaotische (6) Der überdrehte, entgrenzte Hystriker und Maniker

Grundpolarität	<i>Unabhängig</i>	<i>Fürsorglich</i>	<i>Beständig</i>	<i>Flexibel</i>
Mögliche Haltung zu dieser Auflistung	<p>„Könnte von mir sein!“ „Na ja, der eine oder andere Punkt ist ganz o.k., ich würde auf jeden Fall noch einiges an meinen Standpunkt anpassen!“ „Auf sowas geb ich nichts, ich find schon meinen Weg allein!“ „So ein Quatsch! Jetzt sag ich dir mal, wie es wirklich ist!“</p>	<p>„Oh, so viele Wörter verwirren mich.“ „Meine Güte, Du weißt aber viel. Ich könnte so was nicht. „ „Soll ich Dir das nächste Mal zur Hand gehen? Ehrenamtlich versteht sich!“ „Oh ja, endlich mal was, woran ich mich orientieren kann! Ich weiß doch so oft allein nicht mehr weiter.“</p>	<p>„Sehr geordnet, systematisch, klar und übersichtlich aufgebaut.“ „Für mich würde ich noch einiges in der Struktur straffen, dann komm ich noch besser klar damit!“ „Ach, hier fühl ich mich in meinem Element!“ „In der vierten Zeile von oben ist ein Rechtschreib- und Abstandsfehler!“</p>	<p>„Mit solch einengenden Systematisierungen will ich nix zu tun haben!“ „Oh Gott, agier doch lieber spontan aus dem Bauch raus.“ „Toll, fantastisch, sensationell! Das ist ja ne irre Wahnsinnsgeschichte hier. Nur´n bisschen eckig und trocken alles. Mehr Farbe und Schwung wär gut!“</p>
Und wovor haben Sie denn nun die größte Angst?	<p>Sich einzuordnen in ein größeres Ganzes und sich Selbst dabei zu verlieren? Vor gefühlsmäßigen, metaphysischen bzw. nicht intellektuell und rational greifbaren, messbaren, beweisbaren Dingen?</p>	<p>Allein (und verloren oder isoliert) zu sein, den anderen zu verlieren und damit Geborgenheit und Halt in der Welt? Vor sachlichen, klaren, „kalten & harten“ Fakten und Realitäten?</p>	<p>Vor Überraschungen, Unvorhersehbarkeiten, Unbekanntem, Veränderungen und Vergänglichkeit? Vor gefühlsmäßigem Durcheinander, materiellem Chaos und Anarchie, dem Fehlen von klaren, haltgebenden Regeln und Prinzipien?</p>	<p>Vor Unfreiheit, Verlust von Lebendigkeit und Einengung? Vor Pflichten, Regeln, Ordnungen, Inflexibilität, Erstarrung und endgültiger Festlegung? Vor sachlichen, klaren Fakten und Realitäten?</p>

©2014, überarbeitet 2019, Heilpraktiker Dieter Wolf, München
Atem- /Achtsamkeitsarbeit , psychologische Beratung, Klassische Homöopathie, Psychosomatik

Tel.: 089 55279888
Mail: kontakt@homoeopathiewolf.de
Website www.homoeopathiewolf.de

Einleitender Artikel Teil1: www.homoeopathiewolf.de/vier-charaktertypen-nach-riemann-staerken-schwachen
Teil 2 des Artikels: www.homoeopathiewolf.de/vier-charaktertypen-nach-riemanns-grundformen-der-angst-teil-2/