

Intelligenzzentren:

Kopftriade: denken

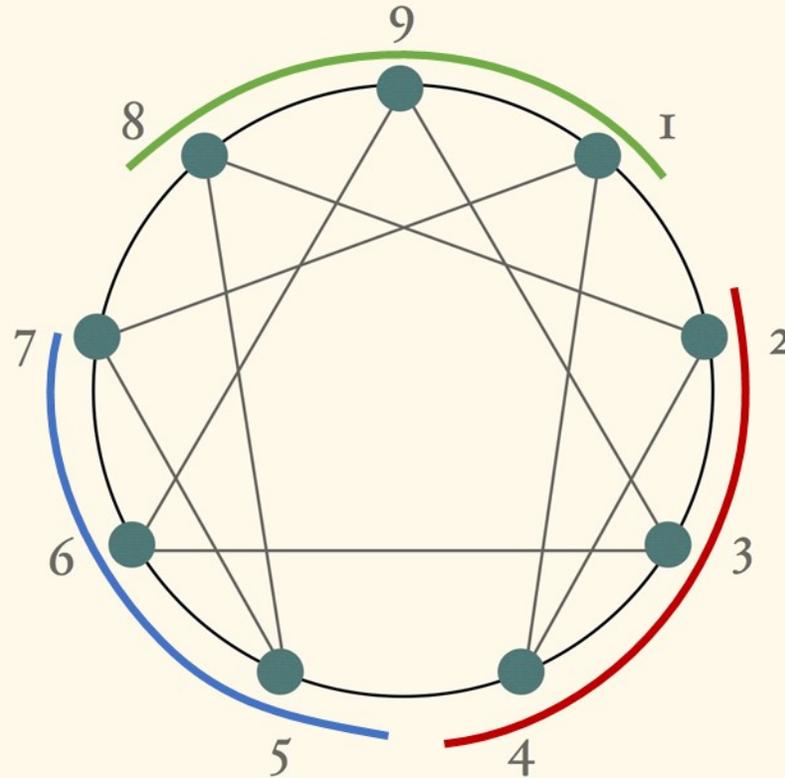
- Ausgerichtet aufs Denken
- Braucht Sicherheit
- Anfällig für Angst

Herztriade: fühlen

- Ausgerichtet auf Gefühle & Beziehungen
- Braucht Zustimmung & Anerkennung
- Anfällig für Scham

Bauchtriade: handeln

- Ausgerichtet aufs Tun
- Instinkt & Intuition
- Braucht Kontrolle
- Anfällig für Ärger



Welches IZ ist bei dir dominant? – Beantworte die passenden Fragen.

Kopf / denken:

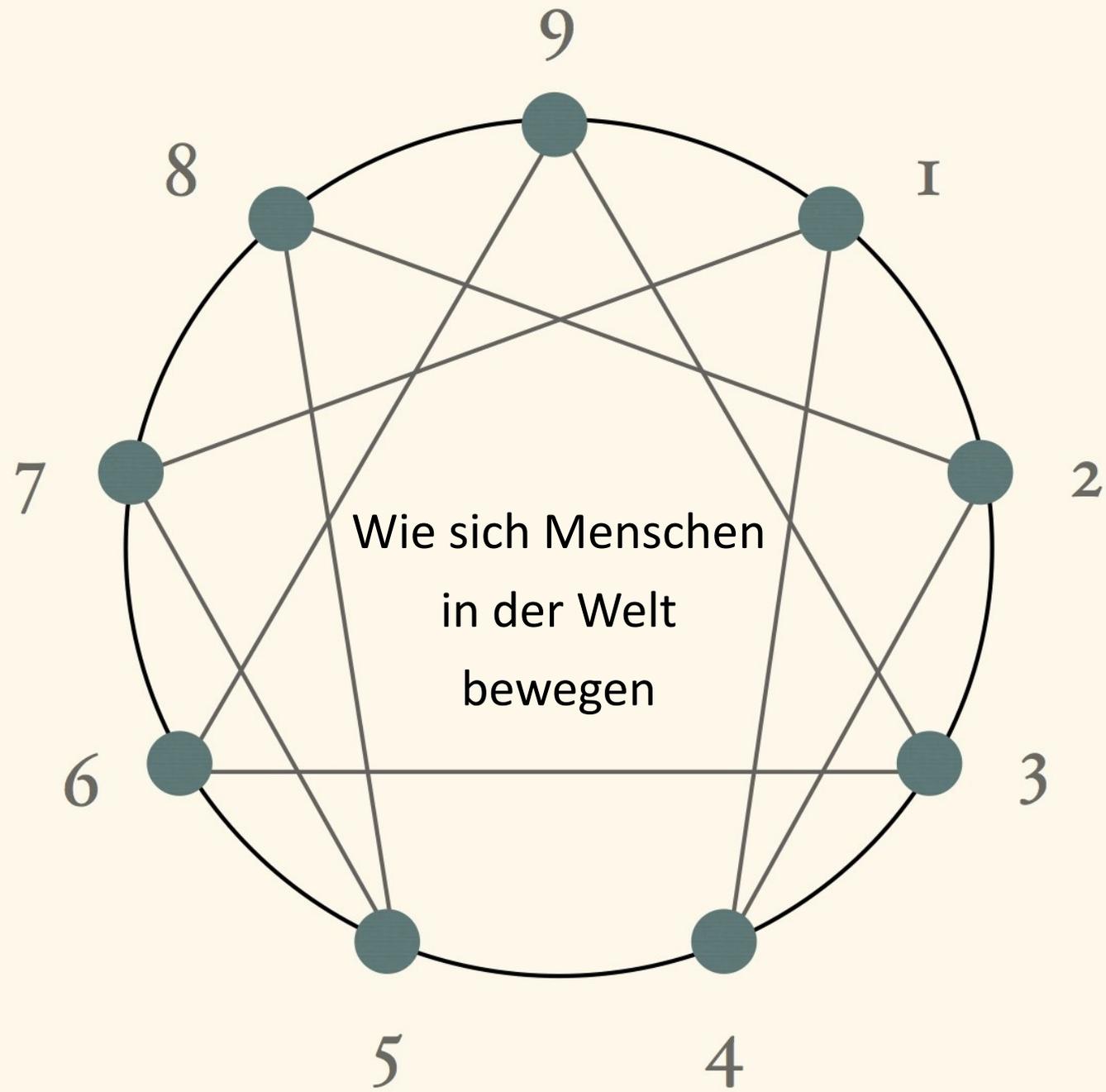
- Was ist eine Situation, in der du zu viel nachdenkst oder analysierst, anstatt zu handeln?
- Gibt es ein Beispiel, wo du dich durch Wissen oder Planung sicherer gefühlt hast?
- Was triggert bei dir am ehesten ein Gefühl von Überforderung oder innerer Unruhe?

Herz / fühlen:

- Was tust du, wenn du das Gefühl hast, nicht genug Wertschätzung zu bekommen?
- Wann und wie vergleichst du dich mit anderen?
- Wie beeinflussen Beziehungen deine Entscheidungen oder dein Wohlbefinden?

Bauch / handeln:

- Was ist eine Situation, in der du schnell gehandelt hast, ohne viel nachzudenken – wie hat sich das angefühlt?
- Wie reagierst du, wenn jemand deine Unabhängigkeit einschränkt oder dir sagt, was du tun sollst?
- Wann spürst du Ärger oder Frustration am meisten – und wie gehst du damit um?



Intelligenzzentren:

Kopftriade: denken

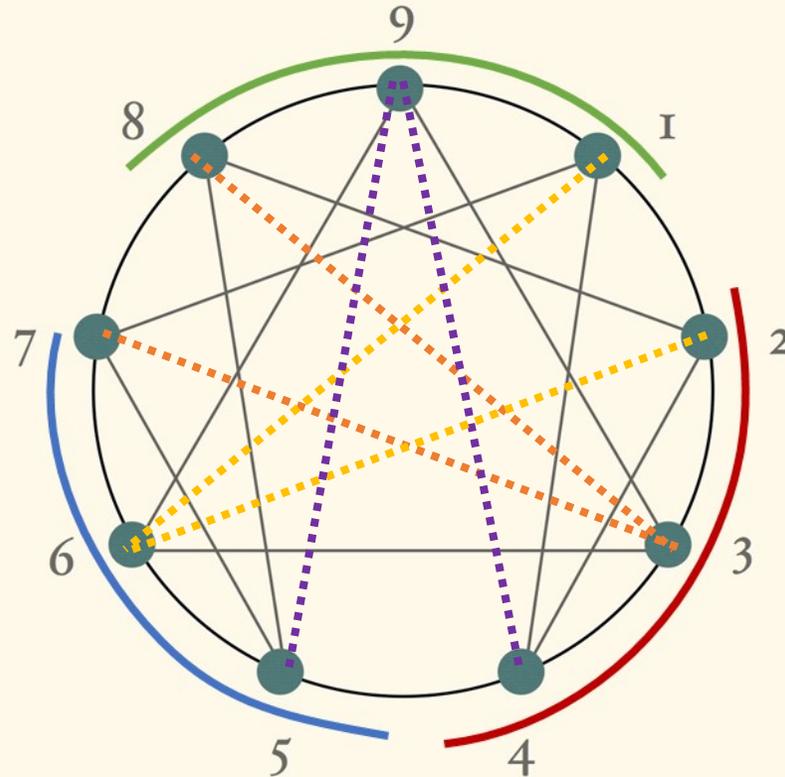
- Ausgerichtet aufs Denken
- Anfällig für Angst

Herztriade: fühlen

- Ausgerichtet auf Gefühle & Beziehungen
- Braucht Zustimmung & Anerkennung
- Anfällig für Scham

Bauchtriade: handeln

- Ausgerichtet aufs Tun
- Instinkt & Intuition
- Braucht Unabhängigkeit
- Anfällig für Ärger



Sozialdynamik:

Die Zupacker / Selbstbewussten

- *Fühlen = blockiert / unterdrückt*
- Fokus auf die Zukunft
- Streben danach, Situationen (und Menschen) nach Ihrem Willen zu gestalten

Die Zurückhaltenden / Zurückzieher

- *Tun = blockiert / unterdrückt*
- Fokus auf die Vergangenheit
- Selbstgenügsam: suchen in sich selbst nach dem, was sie brauchen

Die Entgegenkommenden / Pflichtbewussten

- *Denken = blockiert / unterdrückt*
- Fokus auf die Gegenwart
- Aufmerksamkeit/Bezugspunkt außerhalb ihrer selbst

Sozial- dynamik	IZ	Typ	Strebt nach:	Vermeidet:
Zupacker		8	Stark & unabhängig sein Erschaffen & gestalten	Schwäche Abhängig sein Ausgenutzt werden
		3	Image Anerkennung	Misserfolg Gesichtsverlust / Ablehnung
		7	Sicherheit Abwechslung	Gefangen sein / Falle Negative Gefühle
Rückzieher		9	Unabhängigkeit Harmonie (Ruhe)	Konflikt Aufregung / Unruhe
		4	Tiefe Verbindung & Bedeutung Einzigartigkeit	Verlassen werden & Oberfläche Gewöhnliches
		5	Sicherheit Wissen Distanz	Ansprüche anderer Dumm sein / falsch liegen
Entgegen- kommende		1	Vollkommenheit Unabhängigkeit	Fehler / Regelbrüche Schlechte Leistung anderer
		2	Liebe Anerkennung / gebraucht werden	Ablehnung Alleine sein
		6	Sicherheit Gemeinwohl	Den schlimmsten Fall → Plan A, B, C, D... Ausgesetzt sein