

Der bedürftig-abhängige Stil (Typ)

<i>Aspekt ...</i>	<i>Bei:</i>	<i>bedürftig-abhängig</i>
Erscheinungsbild		Sich selbst hilflos oder überfordert darstellend; mangelndes Selbstvertrauen;
Grundbotschaft		„Ich bin hilflos, überfordert – ihr müßt einspringen, helfen und verantworten.“
Grundüberzeugung / seelisches Axiom		„Ich bin schwach und hilflos – allein bin ich dem Leben nicht gewachsen.“
Ätiologie / Entstehung / Entwicklung		Urerfahrungen / Urbotschaften in der frühen Kindheit: Schwäche, Hilflosigkeit, geringes Zutrauen / vertrauen (durch Bezugspersonen). Entmutigung (das kannst du nicht!) - oder aber: Überforderung / Vernachlässigung (--> Urschmerz)
Selbstkundgabe		„allein schaffe ich das nicht“
Beziehungsbotschaft		„du bist stark und kompetent“
Appell		„hilf mir, du mußt für mich sorgen, beschütze mich!“
Sachinhalte		
Positive Aspekte / Sicht		Aktiv um Hilfe bitten ist auch eine Fähigkeit; Jammern ein Entlastungsventil
Systemische Aspekte		Aufrechterhaltung erfolgt oft auch durch aktuelle Beziehungsdynamik: Partner (Retter-Typ) hat ein Interesse sich verführen zu lassen oder Partner (sich distanzierend) verstärkt den Urschmerz und verstärkt so die Appelle. [typischen Kreislauf siehe unten]
Entwicklungsaufgabe		Autonomie und Verantwortung [ein typisches Entwicklungsquadrat siehe unten]
(weitere) Besonderheiten; Merkmale ...		Der Betroffene schafft sich eine Erfahrungswelt, die geeignet ist das Axiom immer wieder zu bestätigen
Differenzierung zu anderen Stilen		Komplementär zu helfend.

Unterstützung / Förderung der Entwicklung

In der Unterstützung der Entwicklung immer zuerst das Vorhandene würdigen und die biographische Leistung darin erkennen!

Bei dieser Strömung ist die Binnenwirkung der Kommunikation von besonderer Bedeutung: Wenn wir reden, reden wir nicht nur den Adressaten an, sondern immer auch uns selbst etwas ein [Neuberger 1985]. Somit ist eine Umstellung der Redegewohnheiten empfehlenswert: von „ich kann nicht“ zu „ich will nicht“ (oder sinnentsprechend, z.B. ich muß → ich will usw.)

Schrittweise Veränderung des Hilfe-forderns: von global zu spezifisch, Fäden in der Hand behaltend, offen statt verdeckt bitten.

Entwicklungsquadrat

