

Der sich distanzierende Stil (Typ)

<i>Aspekt ...</i>	<i>Bei:</i>	<i>Sich distanzierend</i>
Erscheinungsbild		Mit einer distanzierten Sprache wahrt diese Strömung einen „Sicherheitsabstand“ zu den Mitmenschen, aber auch zu sich selbst.
Grundbotschaft		„Die Klugheit gebietet, die Sache nüchtern und ohne Emotionen von einer höheren Warte aus ...“
Grundüberzeugung / seelisches Axiom		Wenn ich mich öffne und jemand ganz an mich heranlasse, begeben ich mich in große Gefahr: ich könnte in eine solche Abhängigkeit geraten, daß ich jeder Verletzung preisgegeben bin und mich selbst in der Gefangenschaft der Verschmelzung verliere.
Ätiologie / Entstehung / Entwicklung		Dieser Typ ist geschlechtstypisch männlich, Arbeitswelt und Erziehung spielen große Rolle, die Wurzeln liegen oft in einer übermäßigen Mutter-Sohn-Bindung, die Ambivalenz hervorruft und dann ggf. zum „dichtmachen“ führt.
Selbstkundgabe		Was in mir vorgeht, tut nichts zur Sache – außerdem geht nichts in mir vor!
Beziehungsbotschaft		Du bist viel zu anhänglich und zu emotional
Appell		Komm mir nicht zu nahe!
Sachinhalte		Es zählen die Fakten (Sachseite besonders ausgeprägt)
Positive Aspekte / Sicht		Im Beruf ist „professionelle Distanz“ oft förderlich / wichtig
Systemische Aspekte		Befindet sich im Teufelskreis von Nähe und Distanz (dramatisch im Zusammensein mit einem Nähe-Partner); gelebt wird v.a. die Distanz-Seite [typische Kreisläufe siehe unten]
Entwicklungsaufgabe		[ein typisches Entwicklungsquadrat siehe unten] Förderung der Bereiche „Selbstkundgabe“ und „Beziehung“
(weitere) Besonderheiten; Merkmale ...		Ähnelt dem „Rationalisierer“ (nach Satir) Der Distanzierte hat im Grunde eine reiche, aber eben allzu verletzbare und daher schutzbedürftige Gefühlswelt. In ihm wirkt die Angst vor Abhängigkeit.
Differenzierung zu anderen Stilen		Stil ist eher typisch männlich – im Ggs. zu „mitteilungsfreudig-dramatisierend“, „bedürftig-abhängig“ und „selbst-los“. „Überkreuzte“ Entwicklungsaufgabe zum Selbst-losen.

Im mitmenschlichen Alltag:

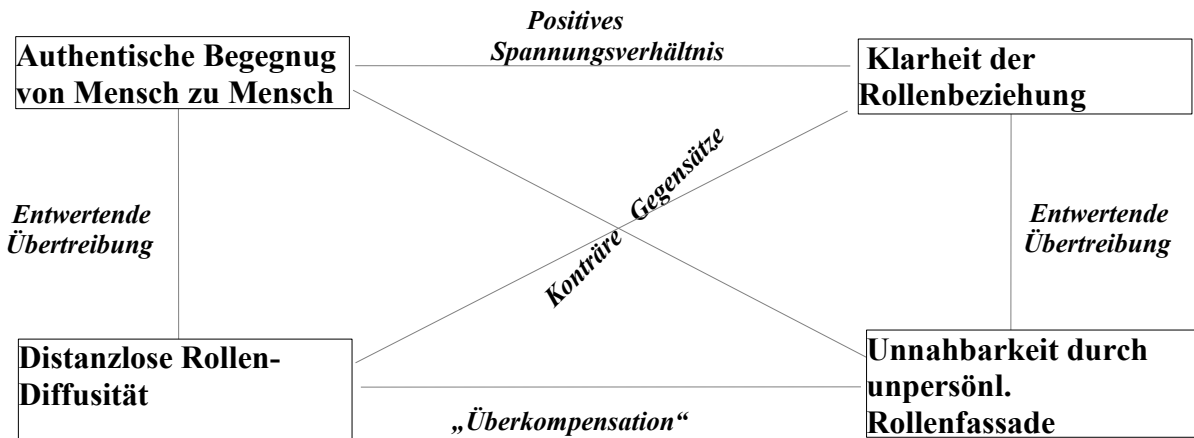
Der sich-Distanzierende	... fühlt sich (dadurch) unwillkommen, gemieden, unwohl in mitmenschlichem Kontakt	Verhält sich entsprechend: abgrenzend, reserviert, kühl, sich zurückziehend
Verhält sich entsprechend: zurückhaltend, feindselig, strahlt aus: „Mit so einem wie dir, möchte ich nichts zu tun haben!“	... fühlt sich dadurch: abgewiesen, arrogant behandelt, verletzt	Mitmensch, ...

Distanz und Nähe:

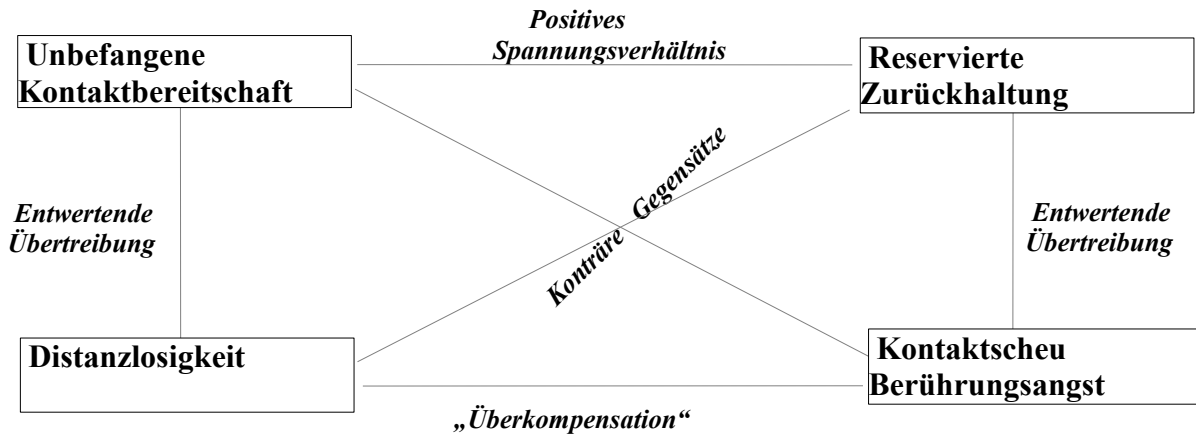
	Distanz-Partner	... fühlt sich (dadurch) unter Druck, eingeengt und verfolgt, von Selbstverlust bedroht, schuldig, vom Partner abgestoßen	Verhält sich entspr.: wortkarg und „muffig“, kontaktreduziert („hat viel um die Ohren“), zieht sich zurück; abweisend und verletzend	
	Verhält sich entspr.: werbend, hinterherlaufend, klagend, auf den Partner ausgerichtet, auf Klärung drängend	... fühlt sich dadurch abgelehnt und gekränkt, sehnsüchtig schmachtend, von Verlassenheit bedroht, depressiv, im Selbstwert angeknackt	Nähe-Partner ...	

Entwicklungskquadrat

... Dialektik von Nähe und Distanz

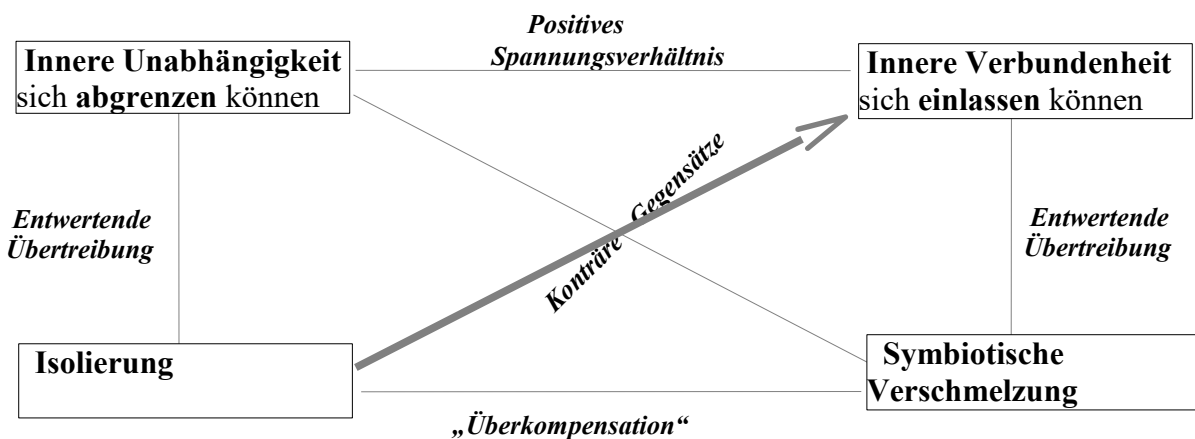


... Nähe und Distanz

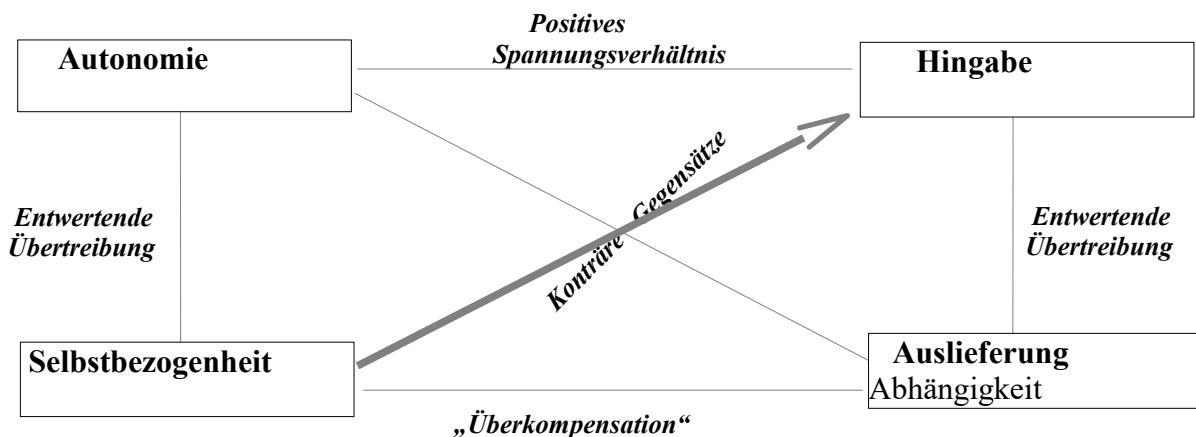


gute Kontaktfähigkeit braucht beide Möglichkeiten sowie die Schattierungen dazwischen

... Abgrenzung und Verbundenheit



... Selbstbehauptung und Hingabe



Wertequadrat entspricht dem des Selbst-losen, aber eben mit überkreuzter Entwicklung.

... Individualismus – Kollektivismus

