

# Grundstrebungen und Grundängste des Menschen

---

## Einführung

### **1. Was ist mit Grundstrebungen und Grundängsten gemeint?**

Das, was ihn in den tieferen Schichten seiner Person zieht, treibt, ängstigt. Das, was seine eigentlichen Ziele und Befürchtungen ausmacht. Das, was oft unbewusst hinter einer Fassade, hinter "Symptomen" abläuft, tief im menschlichen Herzen. Die "graue Eminenz" im Hintergrund.

Beispiel: Jemand kümmert sich voll Liebe, Treue und Hingabe, mit großen Opfern und schmerzvollem Verzicht um den alkoholkranken Ehemann. Eigentliche Strebung: Ich brauche meinen Mann, ich kann alleine nicht leben, deshalb binde ich ihn an mich. Eigentliche Angst: Als eigenständige Person bin ich zu einsam und weiß gar nicht, wie mein Leben gestalten.

Warum ist es wichtig, sich damit zu befassen?

- Ein tieferes Erfassen der Person ist möglich
- Realistische, ganzheitliche Einschätzung des anderen
- Verständnis der verborgenen Ziele und Motive
- Es können vernünftige (umsetzbare) Ratschläge gegeben werden, weil wir die Grenzen und Möglichkeiten des Ratsuchenden besser erkennen
- Wir können den Ratsuchenden leichter zur Selbstannahme und zu einer realistischen Selbsteinschätzung führen
- Wir können dem anderen und auch uns selber leichter vergeben

### **2. Illustration: Erde und Sonne als Bild für Grundkräfte, die am Menschen wirken:**

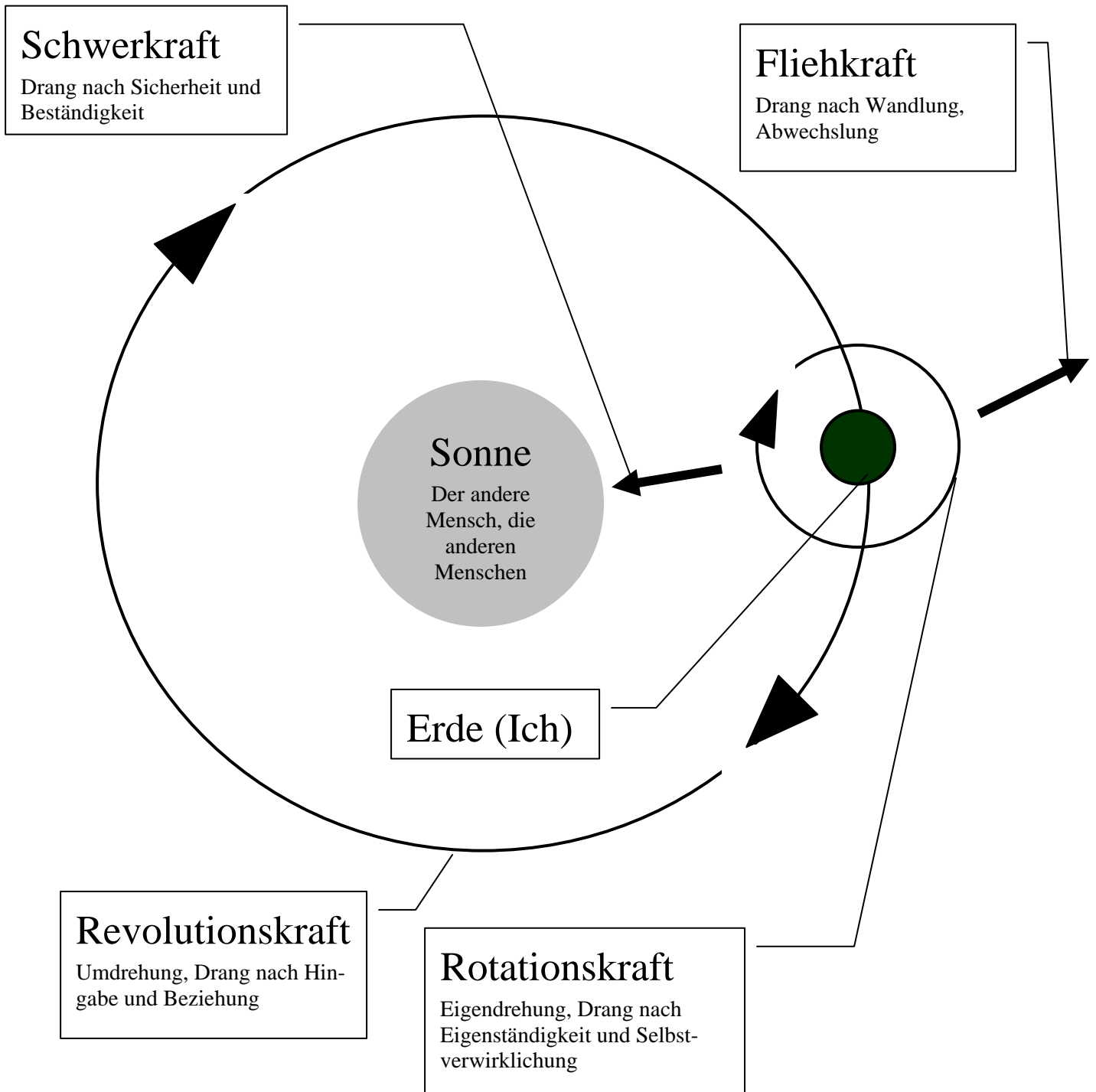
Unser Ich, unser Personkern wird hier verglichen mit der Erde, die um die Sonne kreist. Die Sonne steht für andere Menschen, besonders uns nahestehende Menschen, aber auch für Gott. Sie steht für das Angewiesensein des Menschen auf ein Du.

Die Revolutionskraft, also die Kraft, mit der sich die Erde um die Sonne dreht, steht für die Kraft im Menschen, die ihn dazu bringt, um andere „herumzukreisen“, eine starke Beziehung zu ihnen zu entwickeln.

Die Rotationskraft, also die Kraft, mit der sich die Erde um sich selber dreht, steht für die Kraft in uns, die uns veranlasst, Selbständigkeit und Unabhängigkeit zu entwickeln.

Die Schwerkraft, also die Kraft, die uns zu Sonne zieht, die uns festhält, steht für den Drang in uns, in Sicherheit zu leben, sich auf etwas verlassen zu können, einen sicheren Halt zu haben, in festen Gesetzen zu leben.

Die Fliehkraft, also die Kraft, die uns in den freien Raum hineinzieht, steht für die Neigung, ungebunden und frei zu sein, sich zu verändern, Neues zu erleben. Diese Kräfte stehen miteinander in einer festen Beziehung und sind aber in ihren Größenverhältnissen bei jedem verschieden.



# Überblick über die Grundkräfte

## **1. Erste Grundkraft: Werde du selbst, sei du selbst und niemand anders (Eigendrehung)**

Wir sollen dem Plan Gottes entsprechend einmalige Einzelpersönlichkeiten werden. Wir sollen unsere Persönlichkeit entwickeln. Wir sollen uns abgrenzen können. Wir sollen ein gesundes Maß an Unabhängigkeit lernen.

Damit verbundene Angst: Einsamkeit, Verlust, Unverstandensein, Trennung, Menschenfurcht.

Ein Ja zu dieser Forderung bedeutet: Selbständigkeit, Reife, Unabhängigkeit, Persönlichkeit, Originalität, aber auch Schmerz, Verlustangst, Einsamkeit, und sogar Verfolgung,.

Ein Nein zu dieser Forderung bedeutet: Massenmensch, Versklavung an das "man", Abhängigkeit, Unmündigkeit, Manipulierbarkeit, aber auch Ersparung mancher Einsamkeiten.

## **2. Zweite Grundkraft: Gib dich hin zum Wohl anderer! (Umdrehung)**

Wir sollen uns anderen Menschen vertrauend und hingebend öffnen, uns auf sie einlassen, uns um sie kümmern, wegschauen auf uns selbst, um anderer willen auch Verzicht leisten.

Strebung nach Fürsorge, Treue, Verzicht, Liebe, Anpassung, Rücksicht.

Damit verbundene Angst: Abhängigkeit, Ich- Verlust, Macht-Verlust, Schmerz, Verletzbarkeit, Enttäuschungen.

Ein Ja zu dieser Forderung bedeutet: Kontakt, Wärme, Liebesfähigkeit, Intimität, Tiefe, aber auch Verletzbarkeit, Eingeschränkt sein, Verletzbar sein.

Ein Nein zu dieser Forderung bedeutet: Einsamkeit, Verschlossenheit, Isolation, Weltfremdheit, Grausamkeit, aber auch Macht, Unabhängigkeit, geringe Verletzbarkeit.

## **3. Dritte Grundkraft: Lebe dauerhaft, sicher und beständig (Schwerkraft)**

Wir sollen Dauer und Beständigkeit anstreben: gezielte, langfristige Lebensplanung, Vorsorge, Haus, Hof, Familie, Gewohnheiten und Traditionen, Konsequenz und Gleichmäßigkeit, Auf Fels bauen, Festigkeit entwickeln, Kosten überschlagen.

Damit verbundene Angst: Eingezwängt sein, Langeweile, Unfreiheit, Mühsal,

Ein Ja zu dieser Forderung bedeutet: Beständigkeit, Gleichmäßigkeit, Sicherheit, Frieden, Ordnung, aber auch Mühsal, Unfreiheit, Eingebundenheit, Verpflichtungen, Wartezeiten.

Ein Nein zu dieser Forderung bedeutet: Unbeständigkeit, Chaos, Vergänglichkeit, Zusammenbrüche, Unsicherheit, Ziellosigkeit, aber auch kurzfristige Freiheit, Buntheit, Abwechslung.

## **4. Vierte Grundkraft: Wandle dich, sei beweglich, bleib nicht stehen (Fliehkraft)**

Wir sollen immer bereit sein, uns zu wandeln.

Neues in Angriff nehmen, neue Erfahrungen sammeln, beweglich sein, sich verändern, dazu lernen, sich in Frage stellen lassen, auf Sicherheiten verzichten, kreativ sein, das Schöne betonen und nicht nur das Zweckmäßige.

Damit verbundene Angst: Unsicherheit, Vergänglichkeit, Ausgeliefertsein, Risiko.

Ein Ja zu dieser Forderung bedeutet: Lebensbejahung, Abwechslung, Lebensfreude, Kreativität, Fortschritt, aber auch Unsicherheit, Fehlschläge, Enttäuschungen.

Ein Nein zu dieser Forderung bedeutet: Sturheit, Starrheit, Zwanghaftigkeit, Pedanterie, aber auch eine gewisse Sicherheit.

## **5. Zum persönlichen Nachdenken:**

Welcher dieser Forderungen lebe ich besonders stark nach? An welchen praktischen Beispielen in meinem Leben merke ich das?

Mit welcher dieser Forderungen habe ich besonders Mühe? An welchen praktischen Beispielen in meinem Leben merke ich das?

Welche Angst ist mir am stärksten ausgeprägt? Wie macht sich das bemerkbar?

# **Individuelle Ausprägungen, häufige Typen**

Die vier Grundstrebungen und Grundängste sind selten im perfekten Gleichgewicht. Häufig wird einer dieser Ängste bzw. die entsprechende Strebung stärker ausgelebt als die anderen. Im folgenden werden Menschentypen geschildert, die "schlagseitig" leben.

## **1. Der unabhängig-verschlossene Typ**

### 1.1. Allgemeines

Grundstrebung :       Unabhängigkeit und Distanz

Grundangst:            Ichverlust und Abhängigkeit

Bewegung:             Ausgeprägte Eigendrehung (Rotation)

Motto:                 "Komm mir nicht zu nahe, es könnte gefährlich werden."

Man nennt diesen Typus auch den "schizoiden Menschen".<sup>1</sup>

### 1.2. Schattenseite

Extreme Eigendrehung, Unabhängigkeit, Distanz, sogar Abwehr, Angst vor Nähe, Sachlichkeit, Kälte, viel Denken und wenig Gefühl, selten tiefe Gespräche, Kontakt- und Kommunikationsschwierigkeiten. "Dickhäuter", "gehen über Leichen", rücksichtslos, isoliert, isolierte, abgespaltene beziehungsarme Sexualität bis hin zu Perversitäten, Neigung zu Misstrauen, Eigenbrötler, wenig Schuldgefühle, "Macho",

Ganz tief in der Seele: Sehnsucht nach Geborgenheit – deshalb mitunter Verkehr mit Prostituierten als Ersatzlösung.

### 1.3. Lichtseite

Selbständigkeit, Unabhängigkeit, Zivilcourage, Entscheidungsstärke, Führungseigenschaften, Stabilität, Standfestigkeit, scharfes, wissenschaftliches Denken, umsichtige Sachlichkeit .

### 1.4. Glaubensleben

Echte Sündenerkenntnis, unechte fast nie, Individualismus, "Rebellion", "Kritik", Unempfindsamkeit, kein guter Hirte, schwierig für viele Ratsuchende, häufig guter Leiter, wird respektiert, aber auch gefürchtet, gefühlsstabil, aber wenig spontan und begeisterungsfähig, liebt nüchterne

---

<sup>1</sup> Dieser Aufsatz ist ein allgemeinverständlicher Extrakt aus dem Klassiker des Basler Psychiaters Fritz Riehm, (1902-1979) Grundformen der Angst, Verlag Reinhard M.

Verkündigung, auch tiefe Verkündigung, die den Verstand anspricht, Kein Gemeinschaftsmensch, braucht Gemeinschaft weniger, Möchte lieber etwas tun statt reden, bzw. kommunizieren, Die Hilfe des Schizoiden in der Gemeinde ist still, sachlich, handfest, klar, Das Gottesbild: Ein ehrfurchtgebietender, zu respektierender Gott. Seine Taten, seine Kraft und Majestät sind stärker im Vordergrund als sein Wesen, seine Vaterschaft, seine liebevolle Nähe. Luther war ein ausgesprochener Typ 2 (s.u.), Calvin stark Typ 1.

### 1.5. Liebesleben

Unpersönlicher und distanzierter. Aber sie liebt! Zeigt die Liebe nicht so schnell, nicht so deutlich. Möchte durch den Partner nicht eingeengt werden. Drückt Liebe durch Tun aus, nicht durch Reden.

Bevorzugt gefühlvolle Partner, den depressiven Gegendyp.

### 1.6. Seelsorgerliche Hinweise

Nicht verblüffen lassen, nicht einschüchtern lassen, Realistische Erwartungen, mit dem richtigen Maß messen, Sachlich, erklärend, praktisch vorgehen, Weder überfahren (Aggression) noch ausweichen

## **2. Der abhängig-hingegebene Typ**

### 2.1. Allgemeines

Grundstrebung: Hingabe und Verschmelzung mit dem Du

Grundangst: Trennung und Einsamkeit

Bewegung: Ausgeprägte Umdrehung (Revolution)

Motto: "Ich brauche dich, weil ich dich liebe, ich liebe dich weil ich dich brauche."

Man nennt diesen Typus auch den "depressiven Menschen" (Riemann, siehe Fußnote 1)

### 2.2. Schattenseite

Angewiesen sein auf Mitmenschen. Überwertigkeit des Partners. Eher unselbständig. Wenig durchsetzungsfähig. Kann Disharmonie und Trennung schlecht vertragen. Abhängig vom Wohlwollen anderer. Fühlt sich für alles verantwortlich. Neigung zu Schuldgefühlen. Liebt Gehorsam und Unterordnung. Hat Mühe, zu seinen Bedürfnissen zu stehen, gibt eher nach als der andere.

### 2.3. Lichtseite

einfühlsam, verstehend, gesprächsbereit, demütig, liebesfähig, offen, verzichtsbereit, opferbereit, friedfertig, treu, zuverlässig, liebevoll.

### 2.4. Strategien:

Hilflosigkeit, Unersetzbarkeit, Nachgiebigkeit, Anpassung

### 2.5. Glaubensleben

Hohe Ansprüche an sich, oft auch an andere. Steckt sich hohe geistliche Ziele, fleißig, aufopfernd, Innige Frömmigkeit, Anbetung fällt ihm leichter als anderen, betet und glaubt gefühlsbetonter. Guter Hirte, guter "Vater". Einfühlsam, rücksichtsvoll., braucht viel Gemeinschaft, Austausch, Beratung, Vermittelt in der Gemeinde viel, manipulierbar, schwankend, häufig Loyalitätskonflikte, Erlebt und sucht stark die Nähe und die Liebe Gottes als persönlichen Vater und Freund, leidet aber auch unter den "Ansprüchen" "Gottes"., Der Depressive leidet mehr als andere unter seiner Sünde, unter der Ungerechtigkeit der Welt, unter der Gottverlassenheit, Er braucht mehr Zuspruch, mehr Gespräche, mehr Gemeinschaft und mehr Seelsorge als der schizoide Christ

## 2.6. Liebesleben

Braucht immer wieder ein Thema, um mit Gott und Menschen im Gespräch zu bleiben. Himmelt den Partner an. Kann nicht genug Nähe erhalten. Will alles zusammen machen. Spricht viel von ihren Gefühlen. Benötigt viel Zuwendung, Bestätigung. Bindet den anderen, will ihn nahe bei sich haben, kann ihn nicht so gut loslassen. Kann nicht so gut alleine und unabhängig vom Partner etwas machen.

Opfert sich für den Partner auf.

## 2.7. Seelsorgerliche Hinweise

Sich nicht zu sehr beeindrucken lassen vom Leid des Depressiven. Echte und falsche Frömmigkeit unterscheiden., Entlasten. Die Liebe Gottes und die Gnade Gottes erklären und verkündigen., Nicht unterfordern und nicht überfordern., Die Ansprüche und Ziele mit Vorsicht behandeln und auf ein realistisches Maß bringen. Seelsorgebeziehung rechtzeitig lösen.

# 3. ***Der unbeweglich - traditionelle Typ***

## 3.1. Allgemeines

Grundstrebung: Dauer, Festigkeit und Sicherheit  
Grundangst: Vergänglichkeit, Veränderung, Unsicherheit  
Bewegung: Ausgeprägte Schwerkraft (Gehalten und Bewahrt werden)  
Motto: "Meister, hier ist's gut sein, lasst uns drei Hütten bauen..."

Man nennt diesen Typus auch den "zwanghaften Menschen".

## 3.2. Schattenseite

Er möchte gerne alles beim Alten lassen. Auf Veränderungen reagiert er mit Unruhe und Angst. Er neigt zu Vorurteilen gegen alles Neue. Er liebt Regeln, Gesetze, Prinzipien und Systeme. "Prinzipienreiter". Angst vor dem Risiko, "Trockenkursler des Lebens" (Will erst ins Wasser, wenn er schwimmen kann), Perfektionist, um Fehler mit eventuellen Folgen zu vermeiden, deshalb auch entscheidungsschwach, bzw. entscheidungslangsam, weil sehr gründlich und vorsichtig.

Viel Zögern, Zweifeln, Diskutieren. Sammelt und spart gern. Ordnungsliebend. In Gefühlsäußerungen vorsichtig und kontrolliert. In der Erziehung wendet er lieber als andere Dressur, Drill, feste Regeln, Gesetze, Strafen an.

Während der unabhängig-verschlossene (schizoide) Typ mehr einem Schlachtschiff zu vergleichen ist und der abhängig-hingegebene (depressive) Typ mehr einem Ruderboot, ähnelt der unbeweglich - traditionelle Typ mehr einer Fähre!

## 3.3. Lichtseite

Ausdauer und Gründlichkeit. Liebt Qualität mehr als Quantität. Sehr treu und zuverlässig. Zielstrebig, planend, fleißig. Zurückhaltend, aber dauerhaft in der Zuwendung.

## 3.4. Glaubensleben

Im extremeren Fall Gesetzlichkeit, Pharisäertum. Liebt Gott als den "ewigen Fels". Stärker für lokale Dienste und nicht so häufigen Wechsel geeignet. Oft gut als Hirte, besonders bei depressivem Einschlag. Dogmatiker, Lehrer. Leicht unversöhnlich, wenn ihm nicht "Recht geschieht". Hat Liturgien und feste Formen gern. Treuer Bibelleser. Kann große Mühe mit Großzügigkeit und finanziellen Opfern haben, ist auf der anderen Seite treuer Zehntengeber., Werte, Ordnungen, Gesetze, Regeln, Prinzipien, feste Formen werden geschätzt, Stille Zeit, Bibellesen, Gottesdienst usw. sind wichtige Pflichten. Die äußere Verrichtung kann wichtiger sein als die innere Echtheit., Angst vor zuviel Freiheit, vor Situationsethik (Berücksichtigung der Umstände bei der Auslegung von Geboten), vor Kompromissen, vor riskanten Glaubensschritten., Neigung zum Fanatismus,

Fundamentalismus, zu Vorurteilen gegenüber anderen Arten, den Glauben zu leben. Die Bibel wird leicht zum Gesetzbuch, Gott wird leicht zum Richter, Buchhalter, Staatsanwalt, Rache Gott. Große Zuverlässigkeit und Glaubensstabilität, gute Verwalter.

### 3.5. Liebesleben

Liebt verantwortlich, treu, lange, Eheschließung, Ehebund sehr wichtig. Braucht und will nicht so viel Abwechslung im Schlafzimmer und in der Freizeit. Möbel und Haus sollen gefälligst bleiben, wo sie sind. Sie liebt Regeln und Abmachungen. Eheabend zur bestimmten Zeit, Sex zur bestimmten Zeit, Mahlzeiten zur bestimmten Zeit. Liebe ist Treue und Verlässlichkeit, nicht unbedingt heiße Gefühle und berauschende Zärtlichkeit.

### 3.6. Seelsorgerliche Hinweise

Das Innere mehr als das Äußere betonen, auf die Motivation Gewicht legen, Die Freiheit vom Gesetz und die Liebe Gottes verkündigen, Eine gewisse Struktur des Glaubenslebens für den Rat-suchenden als hilfreich und nützlich akzeptieren, Um Verständnis werben für andere, Eigenver-antwortung betonen nach Röm 14

## **4. Der beweglich - spontane Typ**

### 4.1. Allgemeines

Grundstrebung: Abwechslung, Veränderung

Grundangst Enge, Starrheit

Bewegung: Ausgeprägte Fliehkraft

Motto: "Heute will ich leben und heute genießen!"

Man nennt diesen Typ auch den "hysterischen Typ".

### 4.2. Schattenseite

Er hat Mühe mit den realistischen und anstrengenden Notwendigkeiten des Lebens. Er strebt nach Abwechslung, Veränderung, Genuss und Lebensfreude möglichst ohne die Last des Alltags. Möglichst frei und ungehindert "fliegen". Alles Neue wird bejaht, Traditionen und Normen eher abgelehnt oder verachtet. Ablenkbar und verführbar. Warten, aushalten schwierig, ebenso Pünktlichkeit, Zeitplanung, Vorausdenken. Neigt stärker als andere zu Ausreden, Fluchtverhalten, Schuldenmachen, Ausreden. "Vogel Strauß-Politik." "Nach mir die Sintflut". "Es kommt schon irgendwie in Ordnung." "Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß."

Bei extremeren Hysterikern finden wir die Beweglichkeit und Spontaneität so stark, dass sie ein-münden in Unberechenbarkeit, Unzuverlässigkeit, Untreue, Bindungslosigkeit, Unfassbarkeit. Sie können dabei aber enorm glänzen. Goldene, aber hohle Nüsse!

Der spontan-bewegliche Typ sucht nach Bestätigung, Lob, Erfolg. Der Glanz der eigenen Person wird geliebt. Viel Wert wird auf Körperpflege, Kleidung und überhaupt Repräsentation der eigen-ten Person gelegt. Geltungsdrang. Beim diesem Typen kann man mitunter von einer golden an-gemalten Verwahrlosung sprechen.

### 4.3. Lichtseite

Positive Eigenschaften: Lebendig-impulsive Menschen. Flexibel und anpassungsfähig. Gute Ge-sellschafter. Man ist gern mit ihnen zusammen. Kontaktfreudigkeit. Sinn für die schönen Seiten des Lebens. Fähig, zu genießen. Risikofreudig, wagemutig, charmant und spontan, kreativ und künstlerisch.

Die oberflächlichen Kontakte mit dem Hysteriker sind oft gewinnbringend, ermutigend, aufstel-lend, spannend, lustig, angenehm. Die tieferen Kontakte sind oft enttäuschend und frustrierend,

weil man nicht auf tiefere Substanz und Treue stößt. Vorsicht: Das muß nicht negativ sein! Jeder hat seine Gabe!

Er ist einem Segelschiff zu vergleichen, einer Yacht. Er braucht das offene Wasser, er liebt den Wind (keine Stürme), fährt gerne kreuz und quer herum und sonnt sich.

#### 4.4. Glaubensleben

Lieben das Gefühlvolle, Begeisternde im Christenleben. Nehmen Impulse Gottes schnell auf, halten aber oft nicht durch. Gute Prediger und Zeugnisgeber. Geeignet für herausfordernde Pionieraufgaben. Neigen dazu, sich nicht zu ihrer Schuld und Verantwortung zu stellen, weichen gerne aus, lassen sich nicht gern korrigieren. (Der Depressive oft umgekehrt: Macht sich zuviel Gedanken, nimmt oft zuviel "Schuld" auf sich). Gute Pflanzler, setzen oft Dinge in Bewegung, in der späteren Betreuung und Weiterführung hapert es dann.

Gute Motivationen, gute Ermutiger, leben und predigen Gnade mehr als das Gesetz, wohltuend großzügig, glauben oft kindlich, unkompliziert, vertrauensvoll, sind bereit zu riskanten Glaubensschritten, aufgeschlossen allem Neuen in der Gemeinde gegenüber, dementsprechend aber auch oft zu begeisterungsfähig und impulsiv, drehen sich nach jedem neuen Wind der Lehre., Wegen ihrer Beweglichkeit oft offener für neues Reden Gottes, Häufig die Motoren und Pioniere der Gemeinde, Können das Christsein sehr gut repräsentieren, wenn man nicht zu nahe heran geht, Sie sind geneigt zu manchmal unheiligen Kompromissen, handeln stark aus der Notwendigkeit Augenblicks heraus, ohne die Folgen zu bedenken., Stärker als bei andern Verführbarkeit durch Erfolg und Glanz, Schlechte Organisatoren, schlechte Zuhörer, Gott als Kamerad und Freund, manchmal zu geringe Distanz, nicht so deutlich ausgeprägte Gottesfurcht

#### 4.5. Liebesleben

Liebt den schönen Partner. Liebt die Abwechslung in Freizeit und Schlafzimmer. Liebt oberflächlicher, dafür oft romantischer, charmanter. Kommt gut mit dem abhängig-hingegebenen Typ aus, der ihn/sie bewundert. Braucht den unbeweglich-verlässlichen Typ. Ist großzügig und großmütig.

„Meine Frau und ich lieben mich wahnsinnig.“ Bringt Farbe in die Ehe, aber auch Stress.

Treue in Gedanken und Taten schwieriger als für den unbeweglich-verlässlichen Typ, dafür ist seine Liebe schwungvoller und oft unmittelbarer zu spüren.

#### 4.6. Seelsorgerliche Hinweise

, Nicht vorschnell verurteilen oder in eine zu starre Form pressen, Ermutigen, sich zu beschneiden, bzw. sich beschneiden zu lassen, mehr auf Qualität statt auf Quantität zu schauen., Auf gute bruderschaftliche Einbettung achten, Zur Treue im Kleinen und zum Durchhalten ermutigen, Sich nicht blenden lassen durch den Glanz und die Schönheit der Person., Wahrhaftig sein, konfrontieren, nicht "entgleiten" lassen.