
PERSONLIG UDVIKLINGSTYPE **HUMI CARE - Typeindikator**

Individuelt – privat person



PU TYPE 2

ROBUST OG FAKTABASERET

Udviklingsprofil: Grundig og kvalitetsbevidst

Du er robust og værdsætter de erfaringer, du har gjort dig igennem livet. Med udgangspunkt i konkrete faktuelle ting, vurderer du de områder, du ikke forstår. Du har mere fokus på de følelser, der typisk betegnes som negative, fremfor på de følelser, der typisk betegnes som positive. Dette fokus vil distancere dig fra følelser og motivere dig i retning af det, du kan forstå eller kontrollere.

Ressourcer

PU Type 2 er ofte i tvivl om deres egne ressourcer til udvikling. De har oplevelser, hvor deres ressourcer er der, men deres grundlæggende måde at være i verden på, resulterer i at de oftest agerer, som om de ikke er til stede. PU Type 2 anerkender at mennesker kan få hjælp til at udvikle sig, men tænker oftest at hjælpen ikke er gældende for dem og med det der fylder negativt i deres liv.

Mange PU Type 2 risikerer at tro at der ikke er en løsning, der vil hjælpe dem, selvom de har en fornemmelse af at det kan lade sig gøre og på gode dage oplever at ressourcerne er der. Inderst inde ved PU Type 2 godt, hvor meget de rent faktisk kan opnå, hvis de retter deres fokus på, at de selvfølgelig har de ressourcer der skal til. Desværre er den indre stemme, der taler i mod ressourcerne ofte for stærk.

PU Type 2 kan glædes over at få beskrivelser og oplevelser af, at de enten selv eller andre er lykkedes med at udvikle sig, idet det spejler tilbage på den indre fornemmelse de har af, at der er noget derude, der gør, at de kan mere, end den måde de som PU Type 2 lever deres liv på. Netop her ligger inspirationen til at overveje personlig udvikling.

I hovedet

PU Type 2 fornemmer følelser, men er mere fokuseret på, hvad der foregår i hovedet, centreret omkring deres tanker. De trives bedst med at forstå det de er i og med, – herunder personlig udvikling – som sætninger, ord eller koncepter, før de ønsker at prøve det i realverdenen.

Hos PU Type 2 opfattes udvikling via coaching eller uddannelse som information der kun valideres gennem tidligere oplevelser. Først herefter overvejer PU Type 2 at afprøve det selv. Her er der en tydelig forskel fra eksempelvis PU Type 1. Mange PU Type 2 har oplevelser i bagagen, hvor noget har overrasket dem positivt, som signalerer at der er mere mellem himmel og jord. Det er netop det, at noget uforklarligt kan lade sig gøre, der på gode dage kan hjælpe PU Type 2 til at styrke deres udvikling.

På mindre gode dage vil det nye risikere at blive afvist som 'for langhåret'. Her er intuition versus logikken kodeordet. Vejen til udvikling for en PU Type 2 handler om at lade intuitionen få mere plads og først derefter at bruge logikken konstruktivt. For en PU Type 2 er det en svær øvelse, der med kontinuerlig træning vil give plads til flere gode oplevelser af, at de ressourcer som PU Type 2 skal bruge, allerede er til stede i dem og, de vil opleve at få mere energi og på den måde plads til at 'vokse' og udvikle sig.

PU TYPE 2

ROBUST OG FAKTABASERET

Følelseskontakt

PU Type 2 oplever primært følelser når de overvældes af dem. Det er som regel de negative følelser de mærker. Selvom de taler om positive følelser i ord, kan de sjældent underbygges med konkrete informationer om størrelse, placering i kroppen og temperatur, hvis der spørges ind til det. Det dilemma resulterer i, at PU Type 2 oplever følelser som primært forstyrrende eller negative, fordi de ikke har værktøjer til at reagere på deres følelser, som dybest set fortæller dem, hvad de kan gøre anderledes for sig selv og deres relationer.

De udviklingsorienterede PU Type 2 har en spirende interesse i mennesker, som er mere sansende og som har de kompetencer der gør, at de kan genkalde sig helt konkrete situationer og se, føle, høre, lugte og smage dem, som var de midt i situationen igen. Alligevel risikerer PU Type 2 ofte at afstå fra at træne disse kompetencer, da det virker 'pjattet' og en smule langt ude.

Den stærkeste vej for en PU Type 2 til personlig udvikling vil være at træne sig selv i at mærke følelser.

Kontrol

PU Type 2 vil opleve at læring om personlig udvikling vil udfordre dem, særligt hvis det er et komplekst og nyt område for dem. De mange nye informationer på en gang vil belaste deres processering af ord og tanker, for at skabe forståelse i hovedet. Her vil den måde, de tidligere i livet har oplevet det at være 'frustreret' være en vigtig faktor. Har PU Type 2 gode erfaringer med frustration som vejen til læring, vil det hjælpe dem. Har deres tidligere erfaringer med frustration i stedet ført til oplevelser af mindreværd eller af at være inkompetent, vil de typisk gå i forsvarsposition. De vil ofte finde en forklaring på, hvorfor de ikke har tid til det. Når denne modstand har etableret sig i dem, vil de ikke få mulighed for at udfordre deres eksisterende Model af Verden eller verdensopfattelse. Den kontrol, de udøver over sig selv og deres tænkning vil med andre ord fastholde dem på det niveau, de er.

Ældre PU Type 2 risikerer med tiden at blive mere fastlåste og kæmper med argumenter for, at det med at interessere sig for personlig udvikling ikke længere er relevant. PU Type 2, som lever sådan, risikerer let at blive betragtet som rigide eller stædige. Skyggesiden kan være, at andre mennesker oplever PU Type 2 som så svære at have en dialog med, at de bare giver dem ret og derved mister PU Type 2, muligheden for at udvikle deres selvindsigt.

PU Type 2 har perioder, hvor de slipper kontrollen og bare oplever tingene som de er, og det er stort for dem. Når de tænker tilbage, så er det nemt for dem at huske de oplevelser og herved skabes der en åbning, en motivation til at slippe kontrollen, særligt hvis de oprigtigt ønsker at udvikle sig.

PU TYPE 2

ROBUST OG FAKTABASERET

Fantasi

PU Type 2 oplever leg, fantasi og kreativitet som spild af tid og noget for børn. PU Type 2 risikerer at have en for seriøs tilgang til alting og dermed ikke være nysgerrig på at lære nyt om sig selv, andre og verden som helhed.

Har PU Type 2 oplevelser med leg, fantasi eller kreativitet, der har givet mening for dem, vil det være en vej til at løse op og få skabt en dybere forståelse af den værdi, en 'kreativ tilgang' bidrager med. Her kan det at se personlig udvikling som en kreativ leg med forståelse af os selv som menneske, forståelsen af andre og forståelsen af, hvorfor vi gør som vi gør, være en motivationsfaktor. Dette vil være en god mulighed for at booste deres udvikling.

Tak for din interesse i personlig udvikling



Fik du udarbejdet en personlig udviklingsplan?