
PERSONLIG UDVIKLINGSTYPE **HUMI CARE - Typeindikator**

Individuelt – privat person



PU TYPE 1

KONKRET OG I KONTROL

Udviklingsprofil: Langsom og grundig

Du er meget robust og holder godt fast i de erfaringer du har gjort dig igennem livet. Du baserer overvejende dit liv på konkrete faktuelle ting. Du opleves som stædig og fastlåst i dialogen med andre. Det skaber nogle svære situationer. Det, du oplever som gode følelser – og fantasi – har ikke meget plads i dit liv.

Ressourcer

PU Type 1 har ofte begrænsende overbevisninger omkring egne ressourcer og hvad andre kan bidrage med, i forhold til deres udvikling eller ændring af udfordringer der fylder meget i deres liv. Det har den affødte konsekvens, at de ofte ikke tror på, at der er en løsning der kan hjælpe dem. Eller de ved ikke, hvor meget de rent faktisk kan opnå, hvis det var muligt at slippe den overbevisning og i stedet anerkende deres egne ressourcer og søge hjælp.

Nogle PU Type 1 mener, at udvikling er noget andre har opfundet, som en fiks ide og som dybest set ikke er noget mennesker rent faktisk kan.

I hovedet

PU Type 1 er oftest meget fokuseret på tanker, overvejelser og ideer, det der kaldes et "hoved menneske". Dette resulterer i at udvikling skal forstås som sætninger, ord eller koncepter, inden det kan foregå i realverdenen. Denne tilgang betyder, at udvikling via coaching eller uddannelse, tages ind som information og denne nye information skal så afvejes i forhold til tidligere information. Denne proces resulterer i at meget tid går med at validere information.

Derfor vil PU Type 1 ofte risikere, at ny viden går tabt i processen, fordi de tidligere overbevisninger eller ubevidste beslutninger i hovedet har været med så længe, at vedkommende har fået mange beviser for at de er rigtige.

Det forhindrer personen i at sanse, altså at føle ny læring. På den måde er intuitionen sat ud af funktion i forhold til logikken. Derfor har PU Type 1 profilen betegnelsen "langsom", idet nye ord og sætninger bliver som dråber i et hav, sammenlignet med alle de ord og tanker, som personen har gentaget gennem mange år.

Følelseskontakt

PU Type 1 vil oftest opleve det som svært eller umuligt at få konkrete oplevelser af hvordan en følelse føles i kroppen. De kan sagtens sige at de oplever at være vred, frustreret eller ked af det. Det bliver sværere for dem så snart de skal til at fortælle hvor følelsen er eller hvilken temperatur den har. Det har den konsekvens i forhold til at udvikle sig, at så bliver det ofte noget med tanker som forbliver oppe i hovedet og ikke mærkes i kroppen.

Modsætningen til PU Type 1 er den sansende type en person, som kan genkalde helt konkrete oplevelser og se, føle, høre, lugte og smage dem, som om de var midt i oplevelsen igen. At være i stand til at mærke og sanse tidligere oplevelser er meget styrkende for ens læringsvej.

PU TYPE 1

KONKRET OG I KONTROL

Kontrol

PU Type 1 vil støde på den udfordring at læring om personlig udvikling og andre komplekse områder, hvor der naturligt præsenteres mange informationer på en gang, vil overbelaste deres processering af ord og tanker i hovedet. En af de typiske måder at afværge dette på er ved at overforenkler tingene. De vil sige "sådan er det" og "sådan skal det være". Det kan for eksempel komme til udtryk ved at du læser denne profil med en stor grad af modstand og reelt inde i dig selv søger at afvise det der står her.

Denne forenkling gør at PU Type 1 kan undgå at blive frustreret over ikke at kunne tænke sig til løsningen. Dermed bliver det en beskyttelses- eller forsvarsmekanisme at holde fast i nogle enklere sandheder. Det bidrager til en negativ spiral, hvor de træner sig selv yderligere med at lære i hovedet og ikke i det at kunne mærke i kroppen.

Overordnet kan den måde at være i verden på kaldes kontrollerende. Personer som lever sådan, vil blive betragtet som kontrollerende, oftest indadtil og nogle gange med kontrol udadtil. PU Type 1 holder på "formene" og risikerer at styre eget og andres liv. Denne konstante styring og kontrol kræver meget energi fra dem og fjerner en masse frihedsgrader, som ville gøre livet lettere og mere enkelt for dem.

Fantasi

PU Type 1 vælger ofte at opleve leg, fantasi og kreativitet, som specielle eller underlige størrelser. Leg, fantasi og kreativitet risikerer netop at blive ofre for den beskyttelses- eller kontrolmekanisme, som PU Type 1 bruger til at passe på sig selv. Det vil sige at hvis der ikke er et svar eller en logisk konsekvens, hvilket leg, fantasi og kreativitet sjældent har, så vil det virke uforståeligt, hvilket gør at personen vil lukke det ned og afvise det som ulogisk, tankespind eller pjat. Konsekvensen er at denne mekanisme udelukker nye magiske eller hokuspokus ting til at trænge ind i PU Type 1's univers. Derved fastlåses udviklingsniveauet for PU Type 1.

Tak for din interesse i personlig udvikling



Fik du udarbejdet en personlig udviklingsplan?