

Der ganz normale Wahnsinn: Ein Überblick

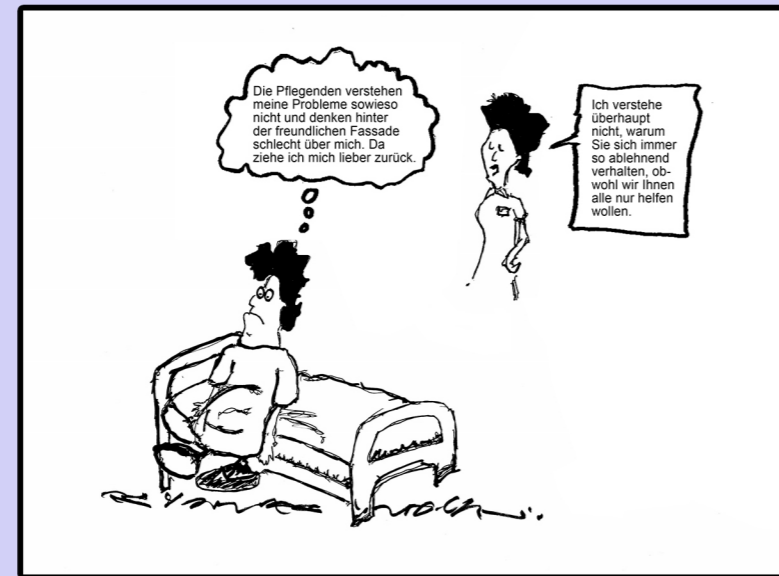
(angelehnt an folgende Quelle: André, C.; Lelord, F. (2014): Der ganz normale Wahnsinn. Vom Umgang mit schwierigen Menschen. Berlin: Aufbau Verlag)

Ängstliche Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Die Welt ist ein gefährlicher Schauplatz, auf dem sich jederzeit eine Katastrophe anbahnen könnte.**“

Paranoide Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Die Welt ist voller Schurken und Betrüger, die mich dazu zwingen, ständig auf der Hut zu sein.**“

Histrionische Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Ich muss die anderen immer anlocken und bezaubern, damit sie mir helfen.**“ (der Begriff wurde nach dem lateinischen *histrion* gewählt, welches einen Theaterschauspieler bezeichnete, der zu Flötenklang Pantomimen aufführte.)

Zwanghafte Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Wenn ein jeder die Regeln befolgen würde, würde alles besser laufen.**“

Narzisstische Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Ich bin ein Ausnahmewesen. Mir steht mehr zu als den anderen. Jedermann schuldet mir Respekt.**“

Schizoide Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Beziehungen zu anderen Menschen sind schwer kalkulierbar, sie sind anstrengend und eine Quelle von Mißverständnissen; deshalb meidet man sie besser.**“

Verhaltensweisen vom Typus A



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Ich bin extrem ungeduldig und muss es schaffen, alle Situationen zu kontrollieren.**“

Depressive Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Ich bin den Anforderungen der Welt nicht gewachsen. Die Welt ist hart und ungerecht.**“

Dependente Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Akzeptiere alles von den anderen, denn du brauchst sie unbedingt zum Leben und unternimm nichts auf eigene Faust, denn dazu reichen deine Fähigkeiten nicht aus.**“

Selbstunsichere Persönlichkeiten



Die Grundüberzeugung könnte so lauten: „**Ich bin weniger wert als die anderen.**“