

Grundformen

der Angst

Nach Fritz Riemann

Über Hypnose-Praxis Börding

Als ausgebildete Heilpraktikerin, Hypno-MasterCoach, Lerntrainerin und psychologische Beraterin gründete Rosina Börding 2012 die Hypnose-Praxis Börding in Werther. Der Hypnosetherapieservice unterstützt Menschen beim Abnehmen, Nikotinentzug, Ängsten und Phobien, Panikattacken, Burn-Out und Stressbewältigung.

Grundformen der Angst nach Fritz Riemann:

(eine tiefenpsychologische Studie)

Angst gehört unvermeidlich zu unserem Leben. Es ist eine Illusion, zu glauben, ein Leben ohne Angst sei möglich, sie gehört zu unserer Existenz und ist eine Spiegelung unserer Abhängigkeiten und des Wissens um unsere Sterblichkeit. Wir können nur versuchen, Gegenkräfte zu entwickeln: Mut, Vertrauen, Erkenntnis, Macht, Hoffnung, Demut, Glaube, Liebe und Selbstsicherheit. Methoden, welcher Art auch immer, die uns Angstfreiheit versprechen, sollten wir mit Skepsis betrachten, sie werden der Wirklichkeit menschlichen Seins nicht gerecht und erwecken illusorische Erwartungen. Wie der Tod nicht aufhört zu existieren, wenn wir nicht an ihn denken, so auch nicht die Angst.

Wir haben 4 Grundformen der Angst.

1. **Die Angst vor der Selbsthingabe, als Ich-Verlust und Abhängigkeit** (schizophrene Persönlichkeit)
2. **Die Angst der Selbstwerdung, als Ungeborgenheit und Isolierung** erlebt (depressive Persönlichkeit)
3. **Die Angst vor der Wandlung, als Vergänglichkeit und Unsicherheit erlebt.** (zwanghafte Persönlichkeit)
4. **Die Angst vor der Notwendigkeit, als Endgültigkeit und Unfreiheit erlebt.** (hysterische Persönlichkeit)

**Hypnosetherapieservice
Werther**

Hypno-MasterCoaching
kreative Heilhypnose
Lerntraining
Stressprävention

Telefon 05203-884486

Praxis-boerding.de

<mailto:r-boerding@t-online.de>

Die schizoide Persönlichkeit:

Möchte unabhängig sein, hat zu niemandem Vertrauen will alles alleine machen, lässt Niemand zu nahe an sich herankommen, lässt sich nur begrenzt mit Anderen ein, versucht menschliche Kontakte zu versachlichen. Sie wirkt kühl und sachlich hat wenig Einfühlungsvermögen in Andere. Je näher sie uns gerade kommt, umso schroffer wendet sie sich plötzlich von uns ab, oft mit grundlos erscheinender Aggression oder Feindseligkeit. Sie neigt zu Interpretationen aus den eigenen Erfahrungen heraus und entstellt so oft das von Anderen Gesagte. Sie weiß nie genau, ob das was sie fühlt oder wahrnimmt, denkt oder sich vorstellt, nur in ihr selbst existiert oder auch draußen. Durch ihren lockeren Kontakt zur mitmenschlichen Welt fehlt die Orientierungsmöglichkeit in ihr. Da sie besonders das Emotionale, Gefühlshafte verunsichert, strebt sie die von Gefühlen abgelöste „reine“ Erkenntnis an. Sie versteckt ihre Unsicherheit oft hinter Arroganz. Ihre Liebesbeziehungen sind oft austauschbar. Vielfach bei Künstlern zu finden.

Hypnosetherapieservice Werther

Hypno-MasterCoaching
kreative Heilhypnose
Lerntraining
Stressprävention

Telefon 05203-884486

Praxis-boerding.de

<mailto:r-boerding@t-online.de>

Die depressive Persönlichkeit:

Bei der depressiven Persönlichkeit ist die Verlustangst die dominierende in den verschiedenen Ausformungen als Angst vor isolierender Distanz, vor Trennung, Ungeborgenheit und Einsamkeit, vor dem Verlassen werden. Hat meistens unklare unbestimmte Wünsche, sie verlässt sich auf Andere und muss unweigerlich enttäuscht werden. Sie hat Mitleid mit sich selbst und das Gefühl immer Pech zu haben und vom Leben benachteiligt zu sein. Es kommt bei ihr in Konfliktsituationen psychosomatisch leicht zu Problemen mit den Rachenmandeln, der Speiseröhre und des Magens. Auch Fettsucht oder Magersucht können mit solchen Konflikten zusammenhängen. Sie kann sich schlecht etwas merken, vergisst schnell. In Wirklichkeit lehnt sie es ab starke Reize zuzulassen, das brächte sie in den Konflikt, intensiv etwas zu wollen. Das kann zu Lernschwierigkeiten oder zu allgemeiner Teilnahmslosigkeit führen. Sie empfindet ein ständiges Versagen. Ihre Liebesbeziehungen sind oft von Eifersucht getrübt, sie lässt dem Partner keinen Spielraum und verwendet Erpressungsversuche wie Androhung von Selbstmord aus Angst den Partner zu verlieren. Oft in Heilberufen zu finden.

Hypnosetherapieservice Werther

Hypno-MasterCoaching
kreative Heilhypnose
Lerntraining
Stressprävention

Telefon 05203-884486

Praxis-boerding.de

<mailto:r-boerding@t-online.de>

Die zwanghafte Persönlichkeit:

Das Grundproblem der zwanghaften Persönlichkeit liegt in ihrem übertriebenen Sicherheitsbedürfnis. Sie ist ständig vorsichtig, und plant zielbewusst auf lange Sicht. Sie hat Angst vor Veränderung, vor Risiko, vor Vergänglichkeit und will immer alles beim Alten lassen. Neuerungen werden abgelehnt, an Grundsätzen und Gewohnheiten wird eisern festgehalten. Neuen Erfahrungen wird sie ausweichen. Traditionen familiärer, gesellschaftlicher, moralischer politischer, wissenschaftlicher und religiöser Art führen zu Dogmatismus, Konservatismus, zu Prinzipien und Vorurteilen. Sie ist intolerant und der Weg zum Fanatismus ist nicht weit. Sie möchte alles und alle dazu zwingen, so zu sein wie es ihrer Meinung nach sein sollte. Aber gerade dadurch scheitert sie oft im Leben und wie ein Bumerang kommt der Zwang auf sie zurück. Besonders in Bezug auf den Partner, auf Abhängige oder Kinder will sie bestimmen wie sie sie haben will. Wenn sie etwas unternimmt, muss sie immer vorher über alles informiert sein. sie lässt keine Intuition zu, das würde ihre Ordnung stören. In der Liebe will sie ihre Gefühle in der Hand behalten. Auf Gefühle ist kein Verlass. Leidenschaft ist ihr fremd. Da sie keine Veränderung anstrebt, bleibt sie ein ganzes Leben lang treu, geht mit Gefühlen sparsam um steht aber zu ihren Entscheidungen. Oft bei Kirchenleuten oder beim Militär zu finden.

Hypnosetherapieservice Werther

Hypno-MasterCoaching
kreative Heilhypnose
Lerntraining
Stressprävention

Telefon 05203-884486

Praxis-boerding.de

<mailto:r-boerding@t-online.de>

Die hysterische Persönlichkeit:

Strebt nach Veränderung und Freiheit, bejaht alles Neue, ist Risikofreudig und sieht in der Zukunft Ihre große Chance. Sie fürchtet alles Einschränkende wie Traditionen und festgelegte Gesetzmäßigkeiten. Sie fürchtet das Endliche und glaubt, dass alles immer fortwährt. Vorschriften und Gesetze werden tunlichst ignoriert. Jede festgelegte Ordnung wird negiert oder infrage gestellt. Sie lebt allmählich in einer illusionären Scheinwelt, in der nur die Phantasie Möglichkeiten und Wünsche zulässt, keine begrenzenden Realitäten. Sie denkt nur final und lässt den gesetzmäßigen Werdegang einer Sache völlig außer Acht. Jeder Wunsch, jedes Bedürfnis muss sofort befriedigt werden. Sie besteht auf dem Grundsatz alles muss hier und jetzt sein. Sie kennt keine Planung und kann leicht verführt werden, sie kann Versuchungen schwer widerstehen. Unbestimmte Erwartungsvorstellungen von möglichen Wundern und Patentlösungen hat sie virtuos ausgebildet, sie hat eine erstaunliche Naivität darin, an sie zu glauben. Nach dem Motto: „Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß.“ Sie ist in ihrem Stolz unerbittlich, hält man ihr ein Fehlverhalten vor, will sie es nicht gewesen sein und die anderen sind immer schuld. Sie nimmt es mit der Ethik und der Moral nicht so genau. Logik ist nicht ihr Problem, sie hat eine eigene Logik. Wenn sie sich in die Enge getrieben fühlt, dreht sie gerne den Spieß um Schuld ist dann der Andere. Sie liebt die Liebe und ist stets für Abwechslung. Diese Persönlichkeit ist sehr gut im Reden und Überzeugen, da die Basis aber fehlt, scheitert Sie in geschäftlichen Dingen oft und treibt Unternehmen in den Ruin oder in die Insolvenz. Treue ist nicht ihr Ding. Sie ist leidenschaftlich und fordernd, sucht jedoch nur nach Selbstbestätigung. Bei Politikern nicht selten zu finden.

Hypnosetherapieservice Werther

Hypno-MasterCoaching
kreative Heilhypnose
Lerntraining
Stressprävention

Telefon 05203-884486

Praxis-boerding.de

<mailto:r-boerding@t-online.de>