

AGENCY – CHARAKTERISTIKEN

AGENCY IST EIN VERNACHLÄSSIGEN DES EIGENEN SELBST ZUGUNSTEN DES ANDEREN.

Agency ist eine Überlebensstrategie, die man früh im Leben gelernt hat, zu einer Zeit, wo Eigenständigkeit noch nicht möglich war. Deshalb ist Agency mit einem „hoffnungsvollen“ Ja zur anderen Person (manchmal um fast jeden Preis) verbunden. Solange man in Agency ist, ist man unfähig zu einem klaren Nein (wenn dies aus Gründen des eigenen Selbst nötig wäre), obschon man das Dilemma wahrnimmt entschliesst sich der Agent zu einem „ja das geht schon...“. Er/sie verlässt lieber das eigene Selbst als die andere Person zu enttäuschen.

Agency ist das Dilemma zwischen Ich und Du, zwischen Autonomie und Bezogensein. Der Agent wählt das Bezogensein, der Preis ist das Vernachlässigen des eigenen Selbst.

Enttäuschung bringt den Agenten zurück zu sich selber. Der Preis ist das Bezogensein. Er lässt die Illusion fallen und opfert die Beziehung zum geliebten/anderen Menschen. Das heisst, er pendelt zu dieser Person in den Charakterstil.

Wenn du in agentenhafter Weise im Leben stehst, so.....

KONTAKT:

- wirst du eine eigentliche Sucht nach Harmonie und Kontakt in dir spüren.
- wirst du auf wohlwollenden Kontakt und Akzeptanz angewiesen sein.
- wirst du leicht und schnell fragmentieren, wenn dieser Kontakt gefährdet ist oder du offene Ablehnung spürst.
- wirst du bei offener Ablehnung oder Feindlichkeit nicht genügend stark sein dich zu schützen, jedenfalls so lange nicht bis du von dieser Person so enttäuscht bist, dass du sie „aufgibst“ (d.h. in den Ch. St. fällst, also pendelst auf die andere Seite der Überlebensstrategie.
- wirst du starke Gefühle von Dankbarkeit spüren wenn es jemand schafft zu dir durchzudringen um etwas für dich zu tun oder dir etwas zu schenken, ohne dass du eine Leistung erbracht hast.

SELBSTWERT:

- deinen Selbstwert am Erfolg deiner Leistungen messen.
- für jedes Geliebtwerden arbeiten, als müsstest du dafür bezahlen.
- immer wieder bei den von dir Geliebten nach der Guten-Eltern-Botschaft suchen: „ich liebe Dich für das was du bist und nicht für das was du tust.“und wenn es eintrifft wirst du dafür „bezahlen“ wollen, weil du es nicht glauben kannst.
- die Bedürfnisse der Anderen wichtiger nehmen als deine eigenen.
- dir nur theoretisch die gleichen Rechte zugestehen, die du allen anderen Menschen zusprichst.

WAHRNEHMUNG UND UMGANG MIT DEM WAHRGENOMMENEN

- wirst du deine Wahrnehmung vernebeln wenn du merkst, dass die von dir geliebte Person nicht in vorteilhaftem Licht erscheint (so kannst du dir das Austragen eines möglichen Konfliktes ersparen).
- wirst du zwar wahrnehmen was du wahrnehmen kannst, aber du wirst deine Wahrnehmung beschönigen und Gründe finden, weshalb die andere Person so gehandelt hat.
- wirst du naiv sein in Bezug auf Handlungen, Äusserungen, Unfreundlichkeiten, u. s. w., wie auch über die Auswirkungen des Charakterstils deiner „geliebten“ Person auf dich.

SPRACHLOSIGKEIT

Es ist nicht dass du nicht sprechen oder dich ausdrücken kannst, es ist eine ganz bestimmte Sprachlosigkeit. Sie tritt nur ein, wenn es um deine eigenen Belange geht, um dein innerstes Selbst. So wirst du:

- in Sprachlosigkeit versinken, wenn du dich verletzt fühlst.
- nur schwer deine Bedürfnisse und Wünsche formulieren können, vor allem wenn du realisierst, dass sie jemanden stören könnten oder deine Wünsche den Bedürfnissen deines Gegenübers entgegengesetzt sind.
- nur schwer in Worte fassen und deine Gefühle dabei zeigen können, wenn dich im Innersten etwas beschäftigt.

SCHMERZ UND LEID DER ANDEREN

- wirst du die Tendenz haben, das Leid der Welt auf deine Schultern zu laden.
- wirst du Schmerz, Leid und Schattenseiten der Anderen nicht ertragen können.
- wirst du dich sofort und intensiv einsetzen für die Beseitigung und Bekämpfung dieses Leides.
- wirst Du blind sein für die Verhaltensweisen des Anderen und ihn nicht als verantwortlich für sein leidverursachendes Verhalten sehen.
- wirst du den/die anderen in Schutz nehmen und verteidigen und erklären, warum sie so handeln mussten.
- wirst du immer wieder helfen und deine geliebte Person schützen, selbst wenn sie dich ausnützt, sich selbst nicht genug bemüht, faul oder widerborstig gegen dich und andere (etc.) ist.

EHRlichkeit

Agenten lügen nicht wirklich, aber sie beschönigen die Wirklichkeit und vernachlässigen ihre eigene Wirklichkeit. So..

- wirst du es nicht aushalten, zu deiner geliebten Person ehrlich zu sein und auszusprechen was du wahrnimmst, sobald du vermutest, dass er/sie das nicht gerne hört oder sieht. Du wirst ihn also vor seinen eigenen wertvollen Einsichten „beschützen“, so dass er/sie nichts ändern muss oder kann.
- wirst du dich „pflegeleichter“ geben als du wirklich bist.
- wirst du deine Bedürfnisse nicht aussprechen, (zu) wenig für dich beanspruchen, (zu) oft ja sagen auch wenn du genau weißt was du willst.
- wird es dir leichter fallen ehrlich zu dir zu sein wenn die andere Person nicht anwesend ist, oder sie dir direkt oder indirekt die „Erlaubnis gibt“ ehrlich zu sein.

AGGRESSION

- wirst du Fürsorglichkeit, höher stellen als gesunde Aggression.
- wird es dir schwer fallen Forderungen zu stellen oder jemanden zu konfrontieren mit dem was er Ungutes tut.
- wird es dir schwer fallen gesunde Aggression deiner Lieben oder deiner Freunde (z.B. ein Nein zu etwas das du gerne möchtest) nicht gegen dich gerichtet zu erfahren.
- wird es für dich schwer sein, Meinungsverschiedenheiten als solche stehen zu lassen ohne einen Konsens zu finden.
- wirst du Streit in der Familie oder im Freundeskreis nicht ertragen können und du wirst es als Deine Aufgabe ansehen hier zu schlichten und die Parteien wieder zusammenzubringen.
- wird es für dich fast unmöglich sein, etwas für dich von dir nahe stehenden Personen zu Verlangen oder zu erfragen, vor allem dann wenn die andere Person selber bedürftig, krank, schwierig, fordernd oder unberechenbar ist.

