



# Ihr persönliches Ergebnis als **Lebens-Maximierer·in**

---

- Wie Information von Ihnen wahrgenommen und verarbeitet werden?
- Wieviel Information und Struktur sind für Sie Ihr Wohlfühl notwendig?
- Wo haben Sie Entwicklungspotenziale und wie können Sie diese ausschöpfen?

## Herzlichen Glückwunsch, Sie sind ein·e „Lebens-Maximierer·in (ENFP)“

Lebens-Maximierer·innen mit ENFP-Präferenz sind begeisterungsfähig, fantasievoll und vielseitig. Sie sehen ständig neue Möglichkeiten und haben Ideen für neue Projekte. Fortlaufend entdecken sie, wie man Prozesse anders und unkonventionell lösen kann. ENFPs sind kreativ und initiativ, wenn es darum geht, etwas Neues zu beginnen (Sorten, Fütterung, Verfahren).

Sie können von ihren Ideen so begeistert und überzeugt sein, dass ihnen Schwierigkeiten auf dem Weg zur Umsetzung ihrer Projekte als klein und unbedeutend erscheinen. Hält ihre Begeisterung an, verwirklichen sie ihre Visionen schwungvoll und selbstbewusst. Dabei können sie so sehr in ihren Projekten aufgehen, dass sie für nichts anderes mehr Zeit haben. Es besteht für sie die Gefahr, sich in zu vielen Aufgaben zu verstricken.

ENFPs fühlen sich eingeengt, wenn sie geregelten Abläufen zu lange folgen müssen. Die Beschäftigung mit notwendigen Details fällt ihnen schwer. Kommt Routine auf, so sind sie froh, die Arbeit an andere weitergeben zu können und sich selbst wieder neuen Projekten zuzuwenden.

Haben ENFPs grundsätzlich Spaß an einer Sache gefunden, sind sie hoch belastbar. Es scheint als bräuchten sie keine Ruhepause, sondern würden sich erholen, indem sie immer einen neuen Anlass zur Begeisterung finden. Mit dieser Begeisterungsfähigkeit können sie eine inspirierende Ausstrahlung entwickeln, mit der sie Menschen regelrecht mitreißen.

ENFPs haben in fast jeder Situation Spaß am Geschehen. Sie zeigen Verständnis für andere und haben oft erstaunliche Einsichten in die Entwicklungsmöglichkeiten einer Person. Ihr Denken ist oft von interessanten, intuitiven Einsichten in Abläufe und komplexe Prozesse geprägt.

Ihre ausgeprägte Intuition verhilft ihnen zu Erkenntnissen, die häufig über das Offensichtliche hinausgehen. Diese durchweben sie dann mit eigenen Vorstellungen, Wünschen und Hoffnungen. Daraus entsteht eine eigene Sicht der Dinge. Oft haben ENFPs das Gefühl, vor großen Durchbrüchen oder Erkenntnissen in ihrem Leben zu stehen.

ENFPs sind vielseitig interessiert. In beruflicher Hinsicht sind sie, aufgrund ihrer umfangreichen Fähigkeiten, auf Grunde der unterschiedlichen Aufgaben in der Landwirtschaft zu finden. Sie können auf fast allen Gebieten erfolgreich sein. Voraussetzung ist, dass die Aufgabe ihr Interesse geweckt hat.

Oft pflegen ENFPs einen interessanten Freundeskreis. In ihren Beziehungen sind ihnen Originalität und Echtheit wichtig. Sie setzen viel Energie ein, um sich selbst zu verstehen und zu entwickeln. Die Auseinandersetzung mit interessanten und kompetenten Gesprächspartnern hilft ihnen dabei, mehr über sich selbst zu erfahren. Weil sich Menschen mit einem ENFP-Profil immer gern auf neue Möglichkeiten einlassen, ist es wichtig, dass sie Durchhaltevermögen entwickeln. Wenn es unterentwickelt bleibt, verstricken sie sich und vergeuden ihren Einfallsreichtum mit angefangenen, aber nie zu Ende geführten Aufgaben.

## Menschen mit ENFP-Typenprofil sind

- begeisterungsfähig
- fantasievoll
- vielseitig
- enthusiastisch
- verständnisvoll
- innovativ
- unermüdlich im Verfolgen neuer Möglichkeiten

## Das Verhalten der ENFP-Persönlichkeit wird von ihrem Bedürfnis nach Abwechslung und Harmonie geprägt:

- sie führt energisch und enthusiastisch
- sie setzt sich für humanitäre Ziele ein
- sie verantwortet gern die Startphase einer Aktion
- sie integriert andere und unterstützt sie bei der Arbeit
- sie berücksichtigt die Bedürfnisse und Interessen anderer

## ENFPs fühlen sich besonders wohl, wenn ihr Umfeld

- aus fantasievollen Menschen besteht
- Menschen besteht, für die andere wichtig sind
- farbenfroh ist, abwechslungsreich und lebendig
- andere nicht einschränkt, sondern zum Mitmachen einlädt
- ihnen ermöglicht, etwas über sich selbst zu lernen



## Besondere Stärken, die die ENFP-Persönlichkeit im Alltag und Berufsleben auszeichnen:

- geprägt von ihrer Fähigkeit, andere mitzureißen und zu begeistern
- kann andere wertschätzen
- leitet Veränderungen ein, wenn sie notwendig sind
- steckt andere mit ihrem Enthusiasmus an und inspiriert sie

## ENFPs können ihre Stärken ausbauen, indem sie ihr Verhalten auf die folgenden Muster hin kritisch überprüfen. Sie neigen dazu:

- mit einem neuen Projekt zu beginnen, bevor sie das alte abgeschlossen haben
- sich zu viele Dinge auf einmal vorzunehmen
- wichtige Details leicht zu übersehen
- zu trödeln

## Ansätze zur persönlichen Entwicklung von ENFPs bestehen darin,

- sich im privaten und beruflichen Bereich besondere Herausforderungen zu suchen und diese auch anzunehmen
- andere zu unterstützen, indem sie ihr Selbstvertrauen und ihren Optimismus nutzen
- sich um Autonomie bei der Erledigung einer Aufgabe zu bemühen
- auf die eigenen Potenziale zu vertrauen, wie Innovationsfähigkeit und die Fähigkeit, Probleme wirksam zu lösen
- ein besseres Durchhaltevermögen zu entwickeln
- konsequenter auf wichtige Details zu achten
- Prioritäten zu setzen
- nicht alles zu beginnen, was attraktiv erscheint
- Zeitmanagement einzuführen



Folgende MensSana Produkte werden Sie beim Genießen Ihres Wissenshungers unterstützen können – probieren Sie's doch einfach mal aus!

B12 lingua MensSana



Mineraldrink MensSana



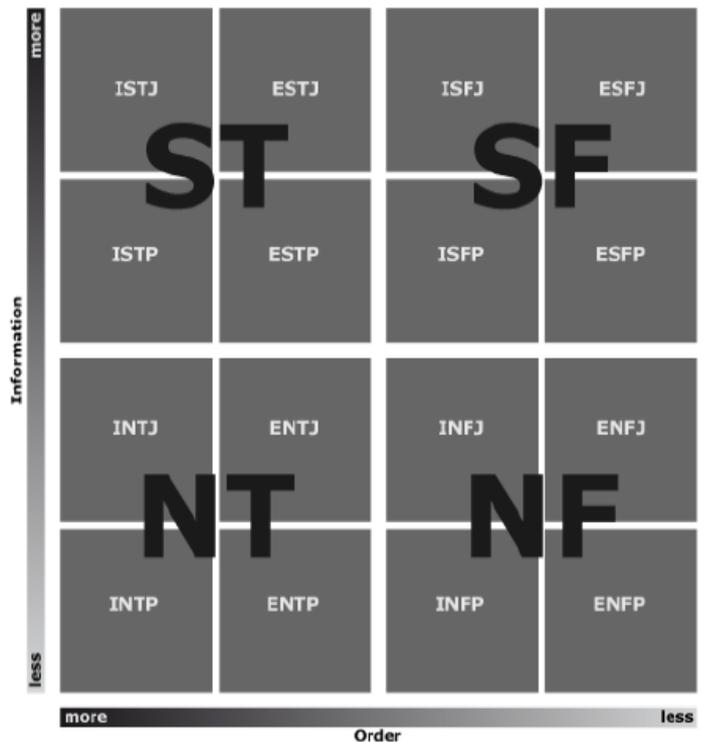
BetaGlucan+ immun MensSana



## Wissenswertes zur Umfrage

Diese Umfrage basiert auf den Erkenntnissen des Schweizer Analytikers C.G. Jung, der die analytische Psychologie schon in den 1930er Jahren begründet und das menschliche Unterbewusstsein in 16 Typologien unterteilt hat. Jede dieser

Typologien unterscheidet sich in der Art, wie Informationen am besten wahrgenommen werden (Detailgrad, Struktur), wie diese verarbeitet werden und wie damit umgegangen wird (bewerten, sortieren, wirken lassen, zu neuen Inhalten zusammensetzen, kombinieren usw.). Die Unterschiede zwischen den 16 Typologien lassen sich in einem Achsenraster in 4 x 4 (16) Kategorien bzw. verschiedene Typkombinationen einteilen. Das bedeutet je nachdem, wie die einzelnen Aufgaben in der Umfrage angegangen wurden, lässt sich daraus die bevorzugte Art und Weise, wie die Person mit Informationen umgeht, ableiten. Die Ausprägungen der Eigenschaften teilen sich in für Struktur- und Informationsgrad in jeweils 4 Cluster ein. Die Farben beim Ergebnis geben Aufschluss über die Stärke der Ausprägung der jeweiligen (Charakter-) Eigenschaft.



**Rot** steht für eine starke Ausprägung der Eigenschaft und **grün** für eine geringere Ausprägung.

**E: Extrovertiert** – Die Person erholt sich und füllt ihre emotionalen Energiespeicher dadurch auf, dass sie sich unter Menschen begibt und in den Austausch geht. Extrovertierte Menschen „laden sich durch äußere Impulse und Einflüsse auf.“ Gleichzeitig bedeutet das nicht, dass sie extrovertiert im Sinne von „nur im Rampenlicht fühle ich mich wohl“ unterwegs sind.

**I: Introvertiert** – Die Person kann sich am besten erholen und innerlich wieder aufladen, wenn sie sich zurückzieht, ein Buch liest oder alleine Musik hört. Introvertierte Menschen beziehen neue Energie vor allem aus sich selbst heraus. Das muss jedoch nicht bedeuten, dass sie introvertiert im Sinne von „scheu“ sind.

**S: Sensing – Erfassen** – Zuerst geht es um den Inhalt, die tatsächliche Qualität einer Sache, eines Bildes oder einer Aussage, unabhängig davon, was damit „womöglich“ noch alles gemacht werden kann. Ein Bild vom Mount Everest löst in Menschen mit einem „S“ in ihrer Typologie erstmal aus: Höchster Berg der Welt.

**T: Thinking – denkend** – Menschen begegnen ihrer Umwelt zunächst einmal rational. Mit einem „T“ in ihrer Typologie sind sie sehr schnell darin zu erkennen, was ein Sachverhalt oder eine Situation bedeutet und können so auch beeindruckend schnell entwickeln, „was jetzt zu tun ist.“

**J: Judging – bewertend/urteilend** – Die Fähigkeit, zum Beispiel blitzschnell einen Fehler zu entdecken, Muster zu erkennen oder Ableitungen und Konsequenzen formulieren zu können, zeichnet Menschen mit einem „J“ in ihrer Typologie aus.

**N: Intuitiv** – Die Person nimmt zuerst wahr, welches Potenzial in einer Sache steckt, bevor sie sich über das „ist es realistisch oder sachlich betrachtet?“ Gedanken macht. Ein Bild vom Mount Everest versetzt Menschen mit einem „N“ in ihrer Typologie zunächst mal in die Vorstellung, was für ein Abenteuer die Besteigung dieses Berges sein muss.

**F: Feeling – fühlend** – Das „F“ in einer Typologie verdeutlicht, dass Menschen mit einem solchen Profil eher die Gefühlswelt in einer Situation ausloten und sehr schnell „spüren“, welche Emotionen bei ihnen selbst und auch bei anderen entstehen können.

**P: Perceiving – wahrnehmend** – Menschen mit einem „P“ in ihrer Typologie sind erstmal zurückhaltend und lassen sich kaum zu spontanen Bewertungen oder gar Urteilen bewegen. Sie nehmen zuallererst auf und möchten das Wahrgenommene erst verarbeiten, bevor sie zu einem Entschluss kommen.

Aus diesen Einzel-Buchstaben setzen sich nun also die 16 Typologien zusammen. Dadurch wird deutlich, dass wir gleichermaßen all diese Eigenschaften unterbewusst in uns tragen – jedoch in ganz unterschiedlich starken Ausprägungen. Das nimmt großen Einfluss darauf, wie wir unsere Umwelt wahrnehmen, worauf wir beim Zuhören oder auch beim Sprechen achten, was uns leicht oder auch schwerfällt. Während die einen spielend komplexe Aufgaben lösen, können andere aus einem Kugelschreiber eine Rakete bauen, andere wiederum aus dem Stegreif Geschichten erfinden oder für eine tolle Atmosphäre in einer Gruppe sorgen.

