



Ihr persönliches Ergebnis als **Gesundheits-Architekt·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 **Gesundheits-Architekt·in (INTP)**

Gesundheits-Architekt·innen mit INTP-Präferenz sind zurückhaltend, exakt und logisch. Sie können gut lernen und versuchen das, worauf sie ihr Interesse richten, bis ins kleinste Detail zu begreifen: Wie ist es aufgebaut?

Wie funktioniert es? Wie wirkt es in der Welt mit anderem zusammen?

INTPs erscheinen anderen als intellektuell neugierig, analytisch, kritisch und genial. Sie lösen gerne Probleme und tun dies in sehr unterschiedlichen Bereichen, Lebenslagen oder Fakultäten - immer bestimmt von ihrem persönlichen Interesse. Dabei haben sie eher Ideen, Systeme oder Methoden im Kopf, als an die Menschen zu denken, welche diese Ideen in der Realität verkörpern.

Sie interessieren sich für das fachliche Wissen und die Theorien, welche die Wirklichkeit abbilden und für das Wechselspiel von Systemen mit ihren komplexen Regeln.

INTPs sind Visionäre. Ständig versuchen sie ihren Horizont zu erweitern und neue Möglichkeiten zu entdecken. Sie pflegen einen kleinen Freundeskreis und theoretisieren gern. Sie lieben die Welt der Ideen. Manchmal können sie vom Kosmos der Gedanken in ihrem Inneren derart in Anspruch genommen sein, dass ihnen der Sinn für das Hier und Jetzt entwindet. Erscheinen sie zunächst als etwas kühl und reserviert, so wirken sie wie verwandelt, wenn sie die Möglichkeit bekommen darüber zu reden, was sie durchdacht und erarbeitet haben.

INTPs sind im Allgemeinen flexibel und anpassungsfähig, haben aber eine sehr klare Vorstellung davon, wie weit sie sich für jemanden öffnen und wie weit sie bei einer Sache mitgehen wollen. Verletzt jemand diese Grenzen, verschließen sie sich und dann erscheinen sie spontan als unwirsch und abweisend und gehen selbstbestimmt ihren eigenen Weg.

Entsprechend ihren individuellen Interessen neigen INTPs zur wissenschaftlichen Arbeit, der Forschung in Natur- und Geisteswissenschaften oder der Mathematik. Man findet unter ihnen häufig Lehrer oder abstrakte Denker.

Sprachlich neigen INTPs zu übermäßiger Komplexität. Wenn sie sich öffentlich äußern, wird das zum Test, ob ihre Mitmenschen sie noch verstehen. Vielleicht ist das, was sie mitteilen wollen, längst so kompliziert oder abstrakt geworden, dass es keiner mehr begreift. Vereinfachen sie ihre Sprache, so werden sie verstanden.

INTPs beschließen aufgrund logischer Analyse, was im Moment wichtig ist und was nicht. Ist die Entscheidung gefallen, können sie sich so sehr auf ein Ziel konzentrieren, dass sie zeitgleiche Ereignisse nicht mehr wahrnehmen oder sie ignorieren.

Sie müssen darauf Acht geben, auf diese Weise nicht zu häufig ihre eigenen Gefühle und Bedürfnisse oder die ihrer Mitmenschen, zu vernachlässigen. INTPs sollten die Bemühungen anderer nicht für selbstverständlich nehmen. Es wäre gut, wenn sie lernen würden, nicht nur die Fehler zu finden und zu reklamieren, sondern auch das, was gut läuft zu schätzen und anderen gegenüber diese Wertschätzung auch auszudrücken.

Menschen mit INTP-Typenprofil sind

- zurückhaltend
- exakt
- logisch
- rational
- neugierig
- theoretisch
- abstrakt

Das Verhalten der INTP-Persönlichkeit wird von ihrem Bedürfnis nach Unabhängigkeit und Kompetenz geprägt:

- sie führt durch die Analyse von Problemen und Zielen
- sie bevorzugt unabhängig handelnde Mitarbeiter
- sie sucht für sich selbst Autonomie
- sie denkt in logischen Systemen
- sie knüpft Beziehungen auf Grund von Wissen und Erfahrung und nicht in Abhängigkeit von Positionen
- sie knüpft Beziehungen eher auf der intellektuellen als auf der emotionalen Basis



INTPs fühlen sich besonders wohl, wenn ihr Umfeld

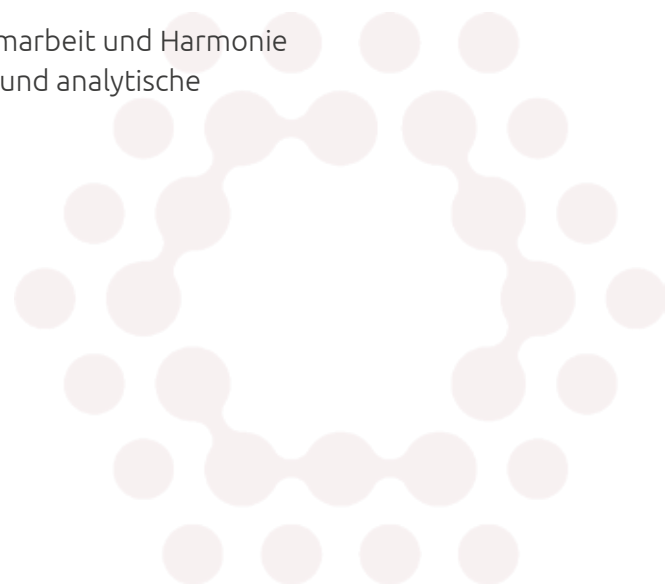
- aus autonomen Denkern besteht
- aus Denkern besteht, die sich mit der Lösung komplexer Probleme beschäftigen
- Unabhängigkeit fördert
- Privatsphäre zulässt
- flexibel und ruhig ist
- strukturiert ist und Selbstbestimmung betont

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

- ihre Analysefähigkeit
- das technische Wissen
- die Fachkenntnis und die Fähigkeit zu konzeptionellen Entwürfen
- INTPs können komplexe Probleme lösen und sich gut auf neue Situationen einstellen
- sie beziehen Wissen aus der Erfahrung im Umgang mit komplexen Problemen
- sie entwerfen logische und komplexe Systeme
- sie wenden Logik und Analyse an und hinterfragen kritisch
- sie dringen direkt zum Kern einer Angelegenheit vor

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

- zu intellektuell und theoretisch zu erklären
- bei anstehenden operativen Aufgaben zu abstrakt und damit unrealistisch zu sein
- sich auf Details zu versteifen, auf Kosten der Teamarbeit und Harmonie
- unpersönlich und abweisend durch ihre kritische und analytische Denkweise zu wirken



Ansätze zur persönlichen Entwicklung von INTPs können darin bestehen, ...

- sich im privaten und beruflichen Umfeld Aufgaben zu suchen, bei denen sie lange, intensiv und sehr fundiert an einem Projekt arbeiten können
- sich um Autonomie und Unabhängigkeit zu bemühen
- auf die eigenen Potenziale zu vertrauen, wie die Fähigkeit zur analytischen, theoretischen Arbeit und die Begabung, leidenschaftslos und klar zu beobachten
- Details bei der Umsetzung von Ideen stärker zu beachten
- zu versuchen, Dinge einfacher auszudrücken
- Wertschätzung zu zeigen für die Beiträge anderer

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

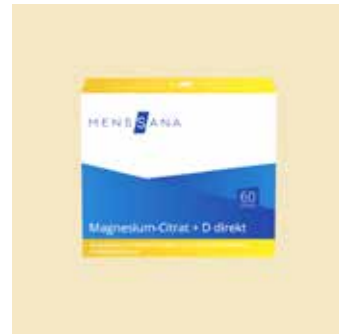
B12 lingua MensSana



Vitaldrink Erwachsene MensSana



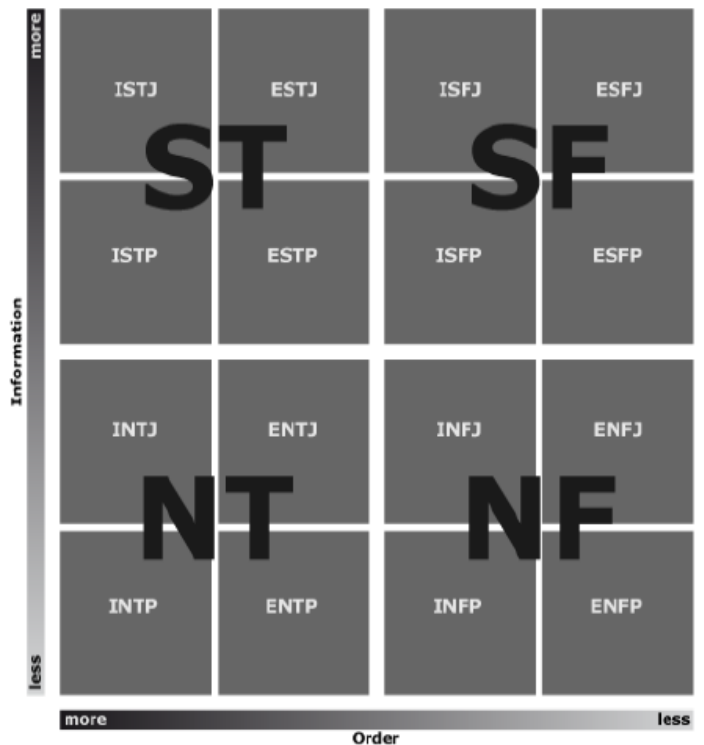
Magnesium-Citrat + D direkt MensSana



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.

