

Gruppe 2010

Bevor Sie den Ausschreibungstext für die Gruppe lesen und schauen, ob Sie dann Zeit hätten, möchte ich Sie bitten, die folgenden Persönlichkeitseigenschaften zu lesen. Wenn 5 oder mehr für Sie zutreffen, sind Sie in meiner Gruppe richtig!

1. Ich habe Schwierigkeiten, ein Projekt von Anfang bis Ende durchzuhalten.
2. Ich versuche zu erraten, was normal ist.
3. Ich lüge in Situationen, in denen es genauso einfach ist, die Wahrheit zu sagen.
4. Ich benutze oft Argumente, die wahr sind aber nicht ehrlich, oder ich kenne die Unterscheidung nicht.
5. Ich habe Schwierigkeiten, Spaß zu haben.
6. Ich nehme mich furchtbar ernst aber nicht wichtig.
7. Ich habe Probleme mit intimen Beziehungen.
8. Ich überreagiere in bezug auf Veränderungen, über die ich keine Kontrolle habe.
9. Ich fühle anders als andere Leute.
10. Ich suche unablässig Anerkennung, Bestätigung und Rückversicherung.
11. Ich bin entweder übertrieben verantwortlich oder übertrieben nicht verantwortlich.
12. Ich bin extrem loyal, selbst dann wenn es Beweise dafür gibt, daß die Loyalität unverdient ist.
13. Ich bleibe oft lange in Situationen, die nicht gut für mich sind.
14. Ich habe eine hohe Schwelle für Schmerz und kann viel davon ertragen.
15. Ich begrenze mich auf bestimmte Verhaltensweisen, ohne ernsthaft alternative Verhaltensweisen zu bedenken oder über mögliche Konsequenzen nachzudenken.
16. Ich suche Spannungen und Krisen, um mich dann über die Folgen zu beklagen.
17. Ich habe Angst vor Mißerfolg, sabotiere aber meinen Erfolg oft selbst.
18. Ich fürchte mich vor Kritik und Beurteilung, kritisiere und beurteile aber oft andere.
19. Ich kann meine Zeit nicht gut einteilen und setze keine Prioritäten, die mir nützen.
20. Ich bin selten zufrieden – es ist nie genug.
21. Ich schiebe anderen gerne die Schuld für alles mögliche zu und bin selbst anfällig für Schuldgefühle.
22. Ich denke, daß ich nicht liebenswert wäre, wenn die anderen wüßten, wie ich wirklich bin.
23. Ich suche noch sofortiger Befriedigung und habe kaum die Fähigkeit, diese aufzuschieben.
24. Ich habe Angst vor Ärger oder Zorn anderer Menschen und versuche, mich so zu verhalten, daß diese Emotionen bei Menschen in meiner Umgebung erst garnicht entstehen.
25. Ich kann andere Menschen besser versorgen als mich.
26. Ich habe wenig Kontakt zu meinem Körper und höre oft dessen Signale nicht.
27. Ich binde mich an problematische oft bindungsunfähige Menschen, die hilflos, rettungsbedürftig, süchtig, depressiv, unredlich, untreu oder lebensuntüchtig sind.
28. Ich inszeniere Situationen, in denen ich meine übersteigerte Erwartung nach Verlassenwerden und Isolation wiedererleben kann.
29. Ich fühle mich oft als Opfer und kenne wiederkehrende Phasen von Selbstmitleid.
30. Ich habe die Fähigkeit verloren, meine Gefühle klar zu empfinden und auszudrücken.
31. Ich fühle mich lebendiger, wenn die Dinge dramatisch verlaufen.
32. Ich reagiere mehr als ich agiere, ich bin selten Regisseur/In meines Lebens.
33. Ich muß gebraucht werden, um eine Beziehung zu anderen haben zu können.
34. Ich kann schlecht um Hilfe bitten.
35. Ich sage selten klar „ja“ oder „nein“ und „muß“ meine Entscheidungen immer begründen.
36. Ich habe verwirrte, süchtige, labile, lebensuntüchtige, psychisch kranke Kinder oder Eltern