

Was ist für Dich typisch?

4 = trifft voll zu
3 = trifft zu

2 = trifft weniger zu
1 = trifft gar nicht zu

Schreibe ins Kästchen
eine Zahl zwischen
1 und 4

Wenn ich mit jemandem rede und im Hintergrund das Radio oder der Fernseher läuft, macht mich das nervös.

A

Beim Lernen kann ich nie lange still sitzen.
Ich muss mich bewegen können.

K

Bevor ich das Haus verlasse, prüfe ich im Spiegel, ob meine Kleider optisch zusammen passen.

V

Meine Freunde würden mich als Logiker bezeichnen.
Und ich mich selbst vermutlich auch.

Ad

Manchmal ist es fast quälend, wie mich ein Musikstück im Alltag verfolgt und mir die ganze Zeit im Kopf bleibt.

A

Wenn ich Kleider kaufe, ist es mir besonders wichtig, wie sich der Stoff anfühlt.

K

Nach einem gesellschaftlichen Anlass kann ich mich gut daran erinnern, was die Leute für Kleider anhaben.

V

Ich finde Checklisten etwas Praktisches und mache mir fast bei jeder Gelegenheit eine.

Ad

Ich bin sehr sensibel in Bezug auf den Ton, in dem man mit mir spricht. Ich glaube, ich höre ganz feine Nuancen.

A

Wenn es irgendwo einen Knopf zu drücken gibt, juckt es mich in allen Fingern, ihn zu drücken. Ich finde es faszinierend, an irgend etwas herum zu hebeln.

K

Ich habe ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen.
Wenn ich mich eine Weile in einer Wohnung umgesehen habe, fällt es mir leicht, anschließend einen Plan davon zu zeichnen.

V

Wenn ich Bücher lese, dann bevorzuge ich Sachbücher.
Mit Romanen kann ich nicht so viel anfangen.

Ad

Beim Sex ist es für mich besonders wichtig, dass auch gesprochen wird. Erotische Geschichten und Liebesbezeugungen meines Partners machen den Sex für mich zum besonderen Erlebnis.

A

Was ist für Dich typisch?

4 = trifft voll zu
3 = trifft zu

2 = trifft weniger zu
1 = trifft gar nicht zu

Schreibe ins Kästchen
eine Zahl zwischen
1 und 4

Beim Sex ist für mich das Gefühl und der Hautkontakt im Vordergrund. Ich streichle gern oder will gestreichelt werden.

K

Beim Sex ist es für mich besonders wichtig, wie der Partner aussieht.
Sexuelle Erregung geschieht bei mir vorwiegend über die Optik.

V

Sex ist für mich etwas sehr Schönes. Aber ich glaube, ich würde nie etwas Unvernünftiges tun, nur um zu einem sexuellen Erlebnis zu kommen.

Ad

Wenn ich vor einer schwierigen Entscheidung stehe, spreche ich mit ein paar Menschen darüber. Wenn ich ihre Argumente höre, kann ich am besten beurteilen, welche am meisten Sinn machen.

A

Entscheidungen kann ich am besten bei einem Spaziergang oder sportlicher Betätigung fällen. Ich muss mich bewegen können, wenn sich in mir drin etwas bewegen soll.

K

Wenn ich vor einer schwierigen Entscheidung stehe, mache ich mir eine Skizze (oder eine Mind Map).
Ich muss die Dinge klar vor mir sehen, um entscheiden zu können.

V

Wenn ich vor einer schwierigen Entscheidung stehe, mache ich mir eine Liste mit Stichwörtern und beginne dann, diese Liste zu ordnen. Ich muss logisch und systematisch vorgehen, um eine sinnvolle Entscheidung zu treffen.

Ad

Ohne Musik könnte ich nicht sein.

A

Ich glaube, ich bin sehr feinfühlig.

K

Ich liebe es, schöne Gemälde und Fotos zu betrachten.

V

Party-Gespräche langweilen mich. Wenn ich kein vernünftiges Gespräch führen kann, ist das verschwendete Zeit.

Ad

Zähle zusammen, wie viele Punkte Du von jedem Buchstaben erzielt hast:

A ____

K ____

V ____

Ad ____

Wichtige Bemerkungen:

Der Test ist zu ca. 80% zuverlässig. Er zeigt in der Regel gut auf, welche Sinneskanäle ein Mensch bevorzugt. Der Test soll nicht bewirken, dass Menschen in «Schubladen» gesteckt werden; er soll vielmehr helfen, die eigene Weltsicht und diejenige der Mitmenschen besser zu verstehen. Oftmals ist es nämlich so, dass wir auf einem «anderen Planeten» leben als unsere Mitmenschen. Wer sich näher dafür interessiert, studiert das Seminar-Programm von *Dr. Zimmermann + Partner* auf *www.hpz.com*.

Auswertung:

Der Buchstabe V überwiegt mit 3 oder mehr Punkten:

Du scheinst ein Mensch zu sein, der ausgeprägt visuell, also über die Augen, wahrnimmt.

Wenn du zum ersten Mal einen Raum betrittst, gilt deine Aufmerksamkeit unbewusst zuerst den Farben und Formen. Du siehst, ob der Teppich zu den Vorhängen passt und wirst dich möglicherweise noch lange daran erinnern können.

Wenn du Menschen triffst, kannst du dich manchmal noch lange daran erinnern, was sie für Kleider trugen.

Das Visualisieren von inneren Bildern sollte dir relativ leicht fallen, da du sowieso vorwiegend visuell verarbeitest. Wenn du die Augen schließen und dir eine rote Rose vorstellen sollst, hast du vermutlich ein klares und buntes Bild vor deinem geistigen Auge.

Visuell Orientierte findet man oft in grafischen Berufen.

Der Buchstabe A überwiegt mit 3 oder mehr Punkten:

Du scheinst ein Mensch zu sein, der ausgeprägt auditiv, also über die Ohren, wahrnimmt.

Auditiv sind in der Regel sehr empfindlich, was den Ton angeht, in dem die anderen mit ihnen reden. Sie hören oft noch klangliche Nuancen, wo andere keine Unterschiede mehr feststellen können.

Viele Auditiv sind lärmempfindlich und hassen es, wenn beispielsweise der Fernseher läuft, während sie reden möchten.

Wenn du die Augen schliessen und dir eine rote Rose vorstellen sollst, hörst du vermutlich zuerst jemanden «rote Rose» sagen, bevor sich ein klares und buntes Bild vor deinem geistigen Auge einstellen kann.

Auditiv sind meistens sehr musikalisch.

Der Buchstabe K überwiegt mit 3 oder mehr Punkten:

Du scheinst ein Mensch zu sein, der ausgeprägt kinästhetisch, also über das Fühlen, Tasten und Bewegen, wahrnimmt.

Kinästheten müssen die Dinge anfassen und bewegen können, damit sie sie «begreifen». Der typische Kinästhet mag es, wenn man ihn anfasst und ihm z.B. lobend auf die Schulter klopft. Wenn er Kleider einkaufen geht, wird immer zuerst der Stoff befühlt, weil der Kinästhet als erstes wissen muss, wie sich das Kleid auf der Haut anfühlen wird.

Wenn es irgendwo einen Knopf zu drücken gibt, muss der Kinästhet ihn fast zwanghaft drücken. Der Kinästhet lernt am leichtesten, wenn er sich dazu bewegen darf. Kinästhetische Kinder haben es daher nicht leicht in unserem Schulsystem und werden oft verkannt.

Wenn du die Augen schließen und dir eine rote Rose vorstellen sollst, hast du vermutlich zuerst ein Gefühl für eine «rote Rose», bevor sich ein klares und buntes Bild vor deinem geistigen Auge einstellen kann.

Kinästheten findet man oft in Berufen, wo handwerkliche Geschicklichkeit verlangt wird.

Ad überwiegt mit 3 oder mehr Punkten:

Du scheinst ein Mensch zu sein, der ausgeprägt auditiv digital verarbeitet. Die Auditiv-Digitalen sind die Logiker unter uns. Sie können in der Regel gut mit Zahlen, Daten und Fakten umgehen. Außerdem sind sie gute und meistens schnelle Leser. Der Auditiv-Digitale ist permanent am Denken, d.h. es läuft bei ihm meistens ein innerer Dialog ab. Typisch für viele Auditiv-Digitale ist auch, dass sie sich für alles eine Checkliste machen. Checklisten sind für einen Ad-Typen das Natürlichste der Welt.

Wenn du die Augen schließen und dir eine rote Rose vorstellen sollst, hast du vermutlich zuerst den Gedanken «rote Rose» oder siehst das Wort «rote Rose» geschrieben vor dir, bevor sich ein klares und buntes Bild vor deinem geistigen Auge einstellen kann. Viele Auditiv-Digitale sagen auch, sie sähen überhaupt keine inneren Bilder. Das ist jedoch kein Problem; für das Visualisieren genügt auch ein Gedanke.

Auditiv-Digitale findet man oft in Berufen, wo die Logik und der Umgang mit Zahlen gefragt sind, z.B. in der EDV.