

# FAQ: 4D-Typologie-Ausbildung

## Erläuterung zu den Modulen und Abschlüssen der 4D-Typologie-Ausbildung

– gültig für den Ausbildungsstart 2021 –

### **Was ist das 4D-Typologie-Modell und was sind die Energiemuster?**

- Das 4D-Typologie-Modell fußt auf den Energiemustern, die in den 80er Jahren von Dr. Gundl Kutschera erfunden wurden.
- Die Energiemuster sind unbewusste Überlebensstrategien, die wir in der Kindheit entwickelt haben, um schwierige Situationen unbeschadet zu überstehen und unsere Psyche vor Angriffen, Überforderung und Vernachlässigung zu schützen. Jeder Mensch hat es mit einem einzigartigen Umfeld aus Bezugspersonen und Bedingungsfaktoren zu tun. So wird zum Beispiel die eine übermuttert, während ein anderer emotional zu kurz kommt. Manche müssen frühzeitig Verantwortung für ein labiles Elternteil übernehmen. Diese Prägungserfahrungen führen zu Anpassungsleistungen, die man grob in vier Kategorien, die sogenannten „Energiemuster“ unterteilen kann: es gibt „mutige, aggressive Einschüchterer\*innen“, „fürsorgliche Besserwisser\*innen“, „charmante kleine Kinder“ und „beobachtende Rückzieher\*innen“.
- Ein Energiemuster zu zeigen, bedeutet nicht, es zu sein, sondern das entsprechende Verhaltensrepertoire besonders gut gelernt und es vor allem in Krisensituationen unvermittelt parat zu haben. Energiemuster sind kein Charaktertyp, sondern eine bestimmte Kombination von Metaprogrammen, Glaubenssätze und Verhaltensweisen. |
- Die gute Nachricht ist, wir können sie verändern und wir tun es ständig! Tatsächlich haben wir alle vier, und noch viel mehr!, Muster im Laufe unseres Lebens gelernt. Wenn wir in einem guten Zustand (State) sind und ein positiver Kontext uns stärkt, gelingt es uns, in ein anderes Muster zu schlüpfen. Z.B. leben viele mit ihren Freund\*innen ein anderes Muster als zuhause. Manche zeigen sich beinhart im Beruf und butterweich daheim. Aber wenn es hart auf hart kommt, riskieren wir keine Experimente, sondern greifen auf bewährtes Verhalten zurück, nämlich auf unser Kern-Energiemuster.



### **Was haben die Energiemuster mit NLP gemeinsam?**

- Im Kern ist NLP auf Selbsterkenntnis, präzise Analyse von bewussten und unbewussten Verhaltensweisen und verbesserte Kommunikation ausgerichtet – eine weitgehende Übereinstimmung mit dem Ziel des 4D-Typologie-Modells. Während sich die Energiemuster jedoch sehr gut dazu eignen, um die typologisch-systemischen Verstrickungen einer problematischen Situation zu erfassen, jemandem sozusagen die Augen zu öffnen für Motive und Bedürfnisse, die aus anderen Landkarten entstehen, können die Techniken und Formate des NLP die dazu im Weiteren notwendige Veränderungsarbeit wirksam unterstützen.

### **Was ist der Unterschied zu anderen Persönlichkeitsmodellen?**

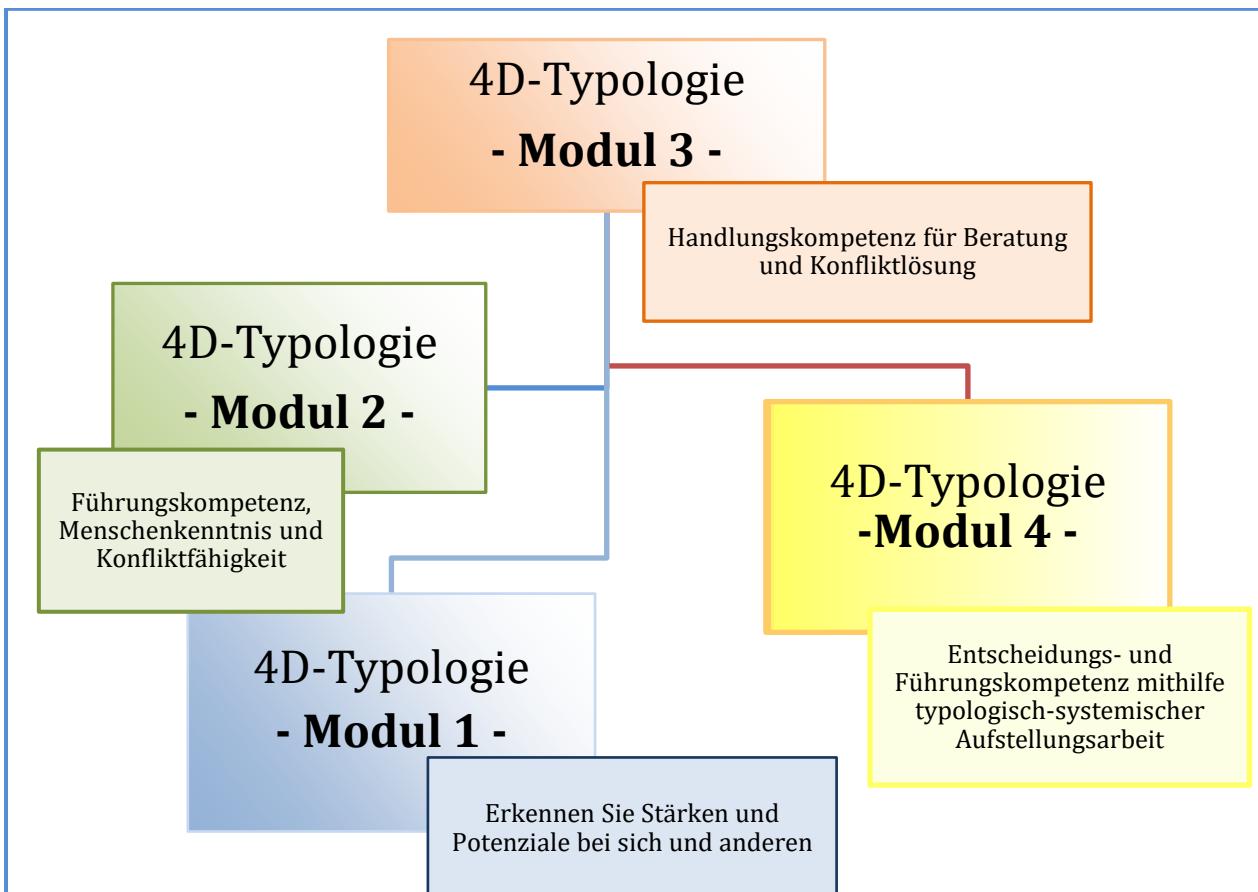
- Die Ausbildung zum „4D-Typologie-Coach“ basiert auf den 4 Energiemustern und wird exklusiv vom Atelier für NLP & Persönlichkeitsentwicklung angeboten und durchgeführt. Im Gegensatz zu anderen Typologien beschränkt sich das Energiemuster-Modell nicht darauf, Typen zu klassifizieren, sondern es geht ausdrücklich um die Erweiterung der Handlungs-Perspektiven und das persönliche Wachstum. Den echten Mehrwert sehen wir folglich darin, jene Energiemuster zu aktivieren, mit denen man bislang weniger vertraut ist, oder die man abgelehnt hat, um so das eigene kommunikationsstrategische Repertoire zu erweitern. Auch hier zeigt sich die enge Verwandtschaft mit NLP, nämlich in der Überzeugung, dass Wahlfreiheit erst bei mindestens drei Wahlmöglichkeiten beginnt.

## **Was erwartet Sie in der 4D-Typologie-Ausbildung?**

Kurzweilige, übungsintensive Trainingstage! Anhand einer Vielzahl von lebendigen Übungen, psychologischem Know-How, sowie Beispielen aus Literatur, Film und Lebensalltag lernen Sie das 4D-Typologie Modell gruppendifnamisch und auf spielerisch-tiefe Weise kennen. Sie erleben, wie Sie die Muster gezielt für sich und für ein harmonischeres Miteinander in Ihrem beruflichen und persönlichen Alltag nutzen können.

## **Wie ist die Ausbildung organisiert?**

Die 4D-Typologie-Ausbildung gliedert sich in vier Module, die einzeln besucht werden können. Jedes Modul ist als Bildungsurlaub anerkannt.



Wenn Sie bereits vor dem Jahr 2021 mit der 4D-Typologieausbildung begonnen haben, ist die Teilnahme an Modul 4 optional. Für alle anderen ist die Teilnahme an Modul 4 verpflichtend, wenn Sie das Zertifikat zur/zum 4D-Typologie-Coach erhalten möchten.

1. **4D-Typologie-Modul 1 – Erkennen Sie Stärken und Potenziale bei sich und anderen** ist die Basisstufe, mit der Sie einsteigen in das Thema Persönlichkeitsmerkmale, typische Verhaltensweisen, Glaubenssätze und strukturelle Verstrickungen. Es geht darum, Stärken und Potenziale bei sich und anderen leicht zu erkennen und zu nutzen.
2. **4D-Typologie-Modul 2 – Führungskompetenz, Menschenkenntnis und Konfliktfähigkeit** vermittelt Ihnen tiefere Einblicke in Schattenarbeit, Familiensystem und Meta-Programmausgleich. Sie erlernen Führungskompetenz, Menschenkenntnis und erweitern Ihre Konfliktfähigkeit.
3. **4D-Typologie-Modul 3 – Handlungskompetenz für Beratung und Konfliktlösung** ist das Coach- bzw. Beratermodul. In diesem Modul lernen Sie, wie Sie die Persönlichkeitsmuster im Alltag zuverlässig erkennen, um sich als Coach oder Berater souverän, flexibel und kompetent auf ihre Mitmenschen, Coachees, bzw. Mitarbeiter oder KollegInnen einzustellen und rundum gelungen zu kommunizieren.
4. **4D-Typologie-Modul 4 – Entscheidungs-, Trainings- und Führungskompetenz mithilfe typologisch-systemischer Aufstellungsarbeit** vermittelt Ihnen systemische Kompetenz, verbunden mit dem 4D-Typologie-Ansatz. Sie lernen, verborgene Strukturen in Ihrer Firma, Behörde oder im Team aufzudecken und innovative Lösungen zu erzielen.

Bei Erfüllung aller Voraussetzungen (s.u.) erhalten Sie das **4D-Typologie-Coach-Zertifikat mit Siegel**.

### **Benötige ich irgendwelche Vorkenntnisse?**

- Für die Teilnahme an der Ausbildung sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig außer Interesse für Menschen und psychologische Zusammenhänge! Um als zertifizierter „4D-Typologie-Coach“ oder „4D-Typologie-Trainer, AfNLP&P“ professionell aufzutreten, sind jedoch einige weitere Qualifikationen erforderlich.

### **Bekomme ich auch ein Zertifikat?**

- Ja, nach jedem Modul erhalten Sie ein Zertifikat mit Siegel, das Sie berechtigt, 4D-Typologie-Coaching in Ihrem privaten Umfeld anzubieten.
- Wollen Sie es professionell – also kostenpflichtig und beruflich – anwenden, sind die Voraussetzungen:
  1. erfolgreiche Teilnahme an allen vier Modulen der 4D-Typologie-Ausbildung
  2. eine praktische und theoretische Prüfung



**Die Voraussetzung für das Zertifikat „4D-Typologie-Trainer“, mit dem Sie selbst 4D-Typologie-Trainings durchführen können:**

- Das „4D-Typologie-Coach“-Zertifikat
- Assistenz aller vier 4D-Typologie-Module
- Eine praktische und theoretische 4D-Trainer-Prüfung.
  - Die praktische Prüfung besteht in einer Trainingspräsentation
  - Die theoretische Prüfung beinhaltet eine schriftliche Arbeit zum Thema 4D-Typologie-Trainingsmethoden, basierend auf eigenen Forschungen.

### **Für die „4D-Typologie-Lehr-Trainer“-Stufe,**

*wenn Sie selbst 4D-Coache und Trainer ausbilden wollen, gibt es folgende Voraussetzungen:*

- Das „4D-Typologie-Coach“-Zertifikat
- Das „4D-Typologie-Trainer“-Zertifikat
- Nachweis von mindestens 4 Tagen eines von Ihnen erteilten 4D-Typologie-Trainings
- Nachweis von 250 Stunden weiterer Unterrichts- oder Trainingserfahrung in Gruppen von mindestens 3 TeilnehmerInnen
- Nachweis von mindestens 10 Stunden 4D-Typologie-Einzelcoaching bei einem/r 4D-Typologie-Coach oder -TrainerIn
- Nachweis von mindestens 50 Stunden Selbststudium im Bereich Persönlichkeit, Psychologie und angrenzenden Persönlichkeitsmodellen, wie TA, Astrologie, Reiss Profiles, Meyer-Briggs, etc.

### **Was bringt mir die Ausbildung?**

- Ein klares Alleinstellungsmerkmal, denn die 4D-Typologie-Ausbildung bekommen Sie exklusiv nur im Atelier für NLP&Persönlichkeitseentwicklung.
- Mit dem Wissen um die Energiemuster erkennen Sie Zusammenhänge klarer und lernen, wie Sie mit bestimmten Persönlichkeitstypen erfolgreich umgehen können. Dabei erlangen Sie spannende Einsichten über sich selbst und erkennen, wie Sie auf andere wirken.
- Sie lernen, sich gezielt von unerwünschten Verhaltensweisen zu lösen.
- Sie verbessern Ihre kommunikativen Fähigkeiten.
- Sie gewinnen ein fundiertes Persönlichkeitsverständnis und lernen, sich auf unterschiedliche Menschen und Zielgruppen einzustellen.
- Sie erhöhen Ihre Konfliktkompetenz und erfahren, wie Sie sich und andere vor Manipulation und Mobbing zuverlässig schützen.

**Ich bin bereits Coach/Trainer/Berater. Kommt die Ausbildung trotzdem für mich in Frage?**

- Natürlich! So können Sie Ihren Methodenkoffer um ein wertvolles Coaching- und Beratungstool erweitern. Bei Nachweis entsprechender typologischer Kenntnisse können einzelne Module angerechnet werden.

**Kann ich von der Ausbildung auch profitieren, wenn ich nicht professionell mit Menschen arbeite?**

- Aus unserer Sicht kann man überhaupt nur dann professionell mit Menschen arbeiten, wenn man an sich selbst gearbeitet hat und dies auch fortlaufend tut. Dementsprechend liegt ein Schwerpunkt der Ausbildung auf Selbsterkenntnis. Sie werden also in jedem Fall viele neue Einsichten über sich und Ihren Umgang mit anderen gewinnen.  
Zudem lernen Sie, Ihre Kommunikationsstrategie zu erweitern und sich damit besser auf andere Energiemuster einzustellen, und zwar sowohl beruflich als auch privat.

**Welche Fördermöglichkeiten kann ich nutzen?**

- Bildungsscheck und Prämiengutschein sind in maximaler Höhe einlösbar.
- Haben Sie Anspruch auf Bildungsurlaub? In diesem Fall können Sie sich von Ihrem Arbeitgeber freistellen lassen. Mehr Infos dazu unter dem nächsten Menüpunkt:
  - Was bedeutet „als Bildungsurlaub anerkannt“?
  - Mit dem Bildungsurlaub fördert der Staat die Initiative von Arbeitnehmer/innen zum lebenslangen Lernen: „Eine Woche lang lernen, neue Erkenntnisse gewinnen – beurlaubt von der Arbeit.“ Die Kosten teilen sich Arbeitnehmer (Seminargebühren) und Arbeitgeber (Lohnfortzahlung). Denn beide profitieren vom Knowhow-Zuwachs: Der Arbeitgeber durch das neu erworbene Wissen, das dem Unternehmen zur Verfügung steht, der Arbeitnehmer durch die Gewissheit, auf diese Weise auch mit zunehmendem Lebensalter fachlich auf aktuellem Stand zu sein. Anders als bei vielen anderen Förderinstrumenten können Arbeitnehmer beim Bildungsurlaub (mit Einschränkungen) selbst die inhaltlichen Schwerpunkte ihrer Weiterbildung festlegen.

**Wie kann ich mich vor Ausbildungsstart noch weiter informieren?**

Auf vielen Wegen!

- Lesen Sie das Buch „Mauerblümchen oder Rampensau“ von Jenison Thomkins, das Sie anhand vieler anschaulicher Geschichten und Beispielen aus Arbeits- und Privatleben intensiv ins Thema einführt. Das Buch ist Grundlage der Fortbildung! |
- Absolvieren Sie den 4D-Typologie-Online-Test, um mehr Informationen über sich und Ihre Stärken in puncto Energiemuster zu erhalten.
- Sehen Sie sich die 4D-Typologie-Filme über die Energiemuster auf Jenison Thomkins Youtube-Channel an.
- Hören Sie in Jenison Thomkins Podcasts zum Thema Energiemuster und 4D-Typologie hinein!
- Nehmen Sie an einem unserer regelmäßig stattfindenden Info-Abende zum Thema teil.

**Bei weiteren Fragen rufen Sie gerne unsere Dozentin, Jenison Thomkins, an oder schreiben ihr eine E-Mail:**

**0221-525799, mobil unter: 0173-2628631, E-Mail: [meet@jenison-thomkins.de](mailto:meet@jenison-thomkins.de)**