# Schichtenmodell



## Aggressions-Gefühle Abwehr-Schicht

Wir reagieren mit diesen Gefühlen und Impulsen auf den Reiz von außen, der droht, unser Weh-Gfühl auszulösen. Wenn jemand erst noch höflich wirkt und dann plötzlich aggressiv wird, entsteht der Eindruck, die „Maske sei gefallen“. In Wirklichkeit ist das Abwehr-Verhalten nicht echter, ist wird unbewusst zur Verteidigung ausgelöst. Auch wenn kein absichtlicher Angriff erfolgt ist.

## Anpassungsschicht

Sozial akzeptiertes Verhalten

höflich

freundlich

professionell

Empört

Rechthaberisch

Abweisend

Beleidigt

Verschlossen

Trotzig

Unehrlich

Aggressiv

Genervt

Kleinlich

Weinerlich

Wütend

Abgelehnt

Nicht gesehen

Zu kurz gekommen

Kern

Ungerecht behandelt

Verzweifelt

Ohnmächtig

Allein gelassen

## Weh-Gefühle „Innere Not“

Alte abgespeicherte Gefühle werden in Konfliktsituationen re-aktiviert; Unser Unbewusstes will das Erleben vermeiden

SvenVogt

Der Zuhörer, der uns zum Sprechen bringt.

# Quellen für das Schichtenmodell


- Thomann, C. (1998) Klärungshilfe 2, Rowohlt
- Kramer, B., Ion, F. (2018) Konflikte klären ist Chefsache, Gabal

# Mehr Impulse:

Podcasts






# SvenVogt

Der Zuhörer, der uns zum Sprechen bringt.



**Sven Vogt**

/ +49 160 90110740 / Rosenweg 30 a / 22941 Bargteheide / sven-vogt.com
/ Sparkasse Holstein / IBAN DE 34 2135 2240 0186 9479 33 / BIC NOLADE21HOL
/ USt.-IdNr. DE289116591

/ Moderation / Workshops / Klärungshilfe