

A SZUPERÉRZÉKENY SZKENNERSZEMÉLYISÉG

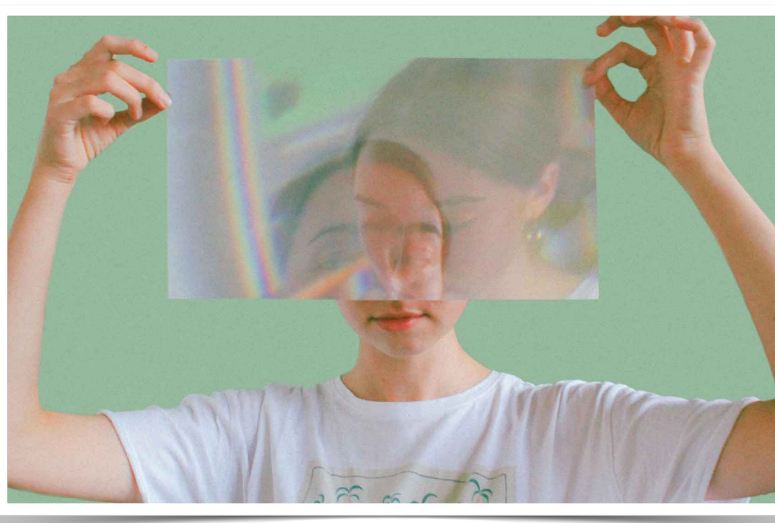
„The Highly Sensitive Scanner Personality”

„Szuperérzékeny SzkennerSzemélyiség vagyok?”

A Szuperérzékeny és a "szkenner személyiség" közötti kapcsolat egy lenyűgöző téma, amely sok embert érint. Ebben a cikkben részletesen foglalkozom azokkal a kihívásokkal és lehetőségekkel, amelyek e kombinációból fakadnak, valamint azzal, hogyan ismerheted fel, hogy te is skennerszemélyiség vagy-e.

A Szuperérzékeny és a skennerszemélyiség két olyan személyiségjegy, amelyek első pillantásra nem tűnnek túl hasonlóknak. De alaposabb vizsgálat után észrevehetjük, hogy sok magas érzékenyséű ember is skennerszemélyiség - és fordítva.

„Sok Szuperérzékeny ember egyben skennerszemélyiség is – és fordítva”



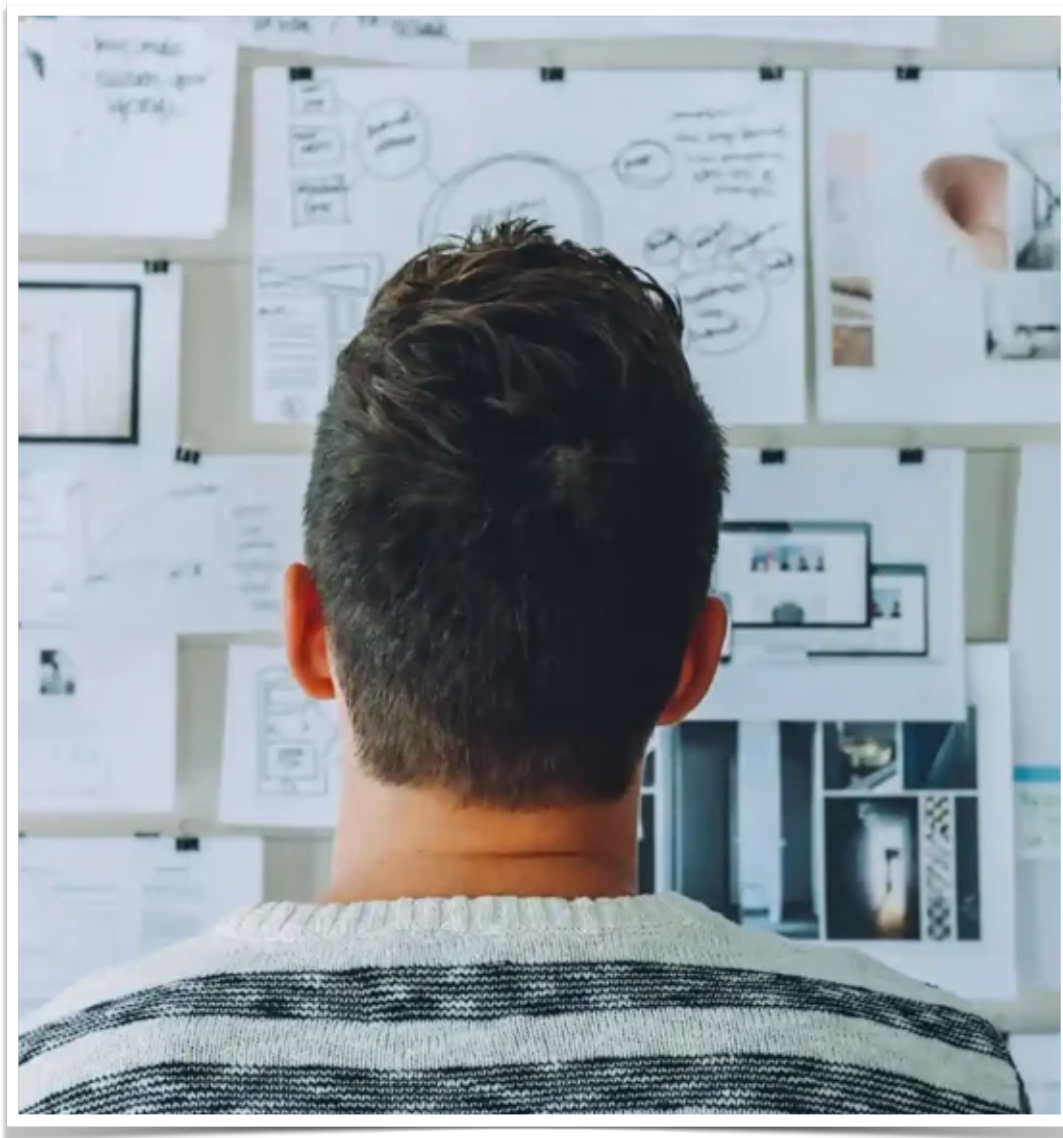
A skennerszemélyiségek más megnevezései:

- Multipotenciális, Multitalentum
- Sokoldalúan tehetséges
- Univerzális zseni
- Generalista
- Színes zebrák (Anne Heintze)
- Ötletbajnok (Diana Zenz)
- Szivacsember (Harka Sára)
- MetaAgy (Gabor Paranai)



7 tipikus tehetsége a skennerszemélyiségnek:

- Sokféle tudás
- Kreativitás és innováció
- Nagyon figyelmesek az apróságokra
- Gyors felfogóképesség
- Rugalmasság és alkalmazkodóképesség
- Diszciplínák összekapcsolása
- A skennerek rendkívül kreatívak



Miért éppen a Szuperérzékeny emberek különösen érintettek?

A magas érzékenységű emberek különösen finom észlelésükkel és mély információfeldolgozási képességükkel tűnnek ki. Ezek a tulajdonságok gyakran oda vezetnek, hogy számos különböző érdeklődési területet és szenvedélyt fejlesztenek ki.

Az érzékszervi túlterhelés, amelyet a Szuperérzékenyek tapasztalnak, arra is vezethet, hogy gyorsan lelkesednek új témák iránt, hogy elkerüljék egyetlen téma intenzív feldolgozását.

Másrészt a skennerszemélyiségek széles érdeklődési körrel rendelkeznek, és folyamatosan új kihívásokat és kalandokat keresnek. Szeretik felfedezni és kutatni az újdonságokat, és gyakran több projektben és tevékenységben vesznek részt egyszerre. Ez a kíváncsiság és az újdonságok iránti vágy tipikus jellemzői a skennerszemélyiségnek.



18 tipikus jele a skennerszemélyiségnek:

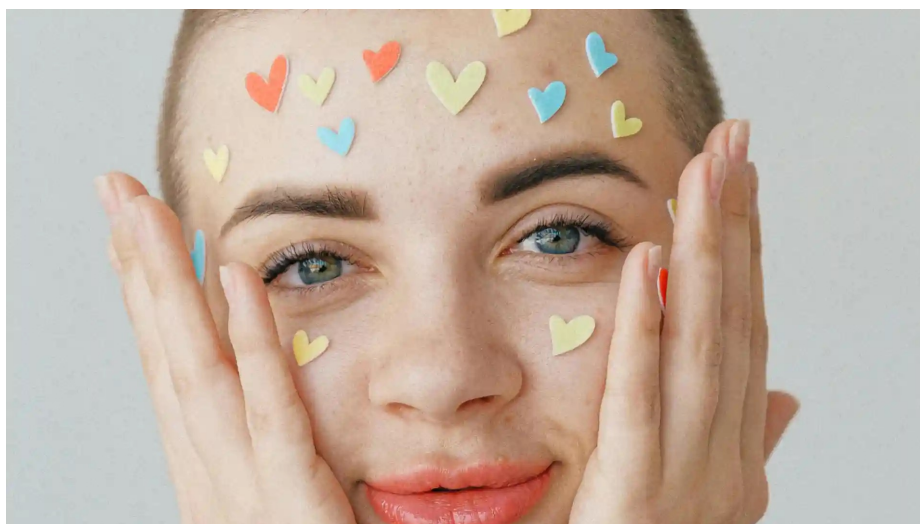
1. Sok különböző, néha egymással nem összefüggő téma és érdeklődési terület iránt érdeklődsz, és mindig több projektet futtatsz egyszerre.
2. Szeretsz és gyorsan tanulsz, és úgy szívod magadba az új tudást, mint egy szivacs.
3. Jó vagy abban, hogy magadtól tanulj meg dolgokat, és autodidakta módon fejlődj.
4. Több diplomád és továbbképzésed van, és nyugodtan kitapétázhatnád a fél nappalid falát bizonyítványokkal.
5. Azt kívánod, bárcsak legalább 48 órás lenne egy nap, hogy végre legyen időd minden érdeklődésedre.
6. Néha túlterheltnek érzed magad a sok ötleted miatt, és csak egy pillanatra szeretnél belső nyugalmat találni.

7. Ha egyszer megértettél és átláttál egy témát, ami nálad nagyon gyorsan megy, elveszted az érdeklődést és a lelkesedést, és áttérsz a következőre.
8. A gondolat, hogy csak egyetlen dologra kellene koncentrálnod, szorongást és szűkösség érzését vált ki belőled.
9. Minden erőfeszítésed ellenére még mindig nem találtad meg az EGY igazi hivatásodat.
10. Nálad dobozok és ládák vannak tele különféle anyagokkal és eszközökkel (amelyekre néha egy halom pénzt is elköltöttél), és nyugodtan nyithatnál egy jól felszerelt kacat- és kreatív boltot a lakásodban.
11. Néha elárasztod másokat az impulzív természeteddal. Megérted ezt, de ugyanakkor nehézséget okoz visszafogni az energiádat, amikor épp az ötletáramlat közepén vagy.
12. Nagyon jó vagy abban, hogy átlásd az összképet, és szokatlan összefüggéseket hozz létre első látásra nem összetartozó témák között.
13. Gyakran nagy lendülettel és energiával kezdesz bele egy új projektbe. Az "új dolgok kezdése" hatalmas örömet okoz neked – a "folytatás és befejezés" azonban kevésbé.
14. Rengeteg befejezetlen projekted van, amelyekhez valójában csak néhány lépés hiányzik, hogy végre befejezd őket.
15. Sokan azt mondják rólad, hogy szeszélyes és szétszórt vagy.
16. Ha arra kényszerülsz, hogy egy számodra most épp fontos témát háttérbe szoríts, úgy érzed, mintha egy lényeges részed hiányozna.
17. A merev struktúrák, szigorú előírások és a szabályokba szorítás szörnyű számodra.
18. Erősen vágysz az életre, és csak akkor érzed magad teljesen élőnek, ha minden sokoldalú tehetségedet és képességedet használhatod.

Kihívások a skennerszemélyiség számára:

A Szuperérzékeny és a skennerszemélyiség kombinációja a mindennapokban egyszerre gazdagító és kihívásokkal teli lehet. Egyrészt a magas érzékenyséű skennerszemélyiségek gyakran széleskörű tudással és sokoldalú képességekkel rendelkeznek, amelyeket különböző életterületeken használhatnak. Képességeik, hogy gyorsan felismerjék az összefüggéseket és kreatív megoldásokat dolgozzanak ki, különösen értékesek dinamikus és innovatív környezetekben.

Másrészt az új érdeklődések általi állandó elterelődés stresszhez vezethet. A magas érzékenyséű skennerszemélyiségek hajlamosak gyorsan túlterheltnek érezni magukat, és gyakran úgy érzik, soha nincs elég idejük, hogy minden érdeklődésüknek hódoljanak. Ez elégedetlenséghez és belső nyugtalansághoz vezethet.



Hogyan kezelhetők ezek a kihívások?

1. **Túlstimuláció:** A túlstimuláció társas helyzetekben tudatos szünetekkel, határok meghúzásával és tudatossági gyakorlatokkal csökkenthető.
2. **Prioritások felállítása:** A prioritások kiválasztásának nehézségeit gondolattérképezéssel, hatékony időgazdálkodással és rendszeres önreflexióval lehet kezelni.
3. **Pályaválasztás:** A pályaválasztási nehézségeket önfelfedezéssel, információgyűjtéssel és kísérletezéssel lehet megoldani.

Összegzés

Annak ellenére, hogy a Szuperérzékeny skennerszemélyiségek kihívásokkal néznek szembe, számos lehetőség van arra, hogy teljes mértékben kihasználják potenciáljukat és teljes életet éljenek. Ha felismerik és tudatosan használják különleges adottságukat és tehetségüket, kreativitásukat és sokoldalúságukat értékes erőforrásként használhatják. A hasonló emberekkel való kapcsolat és olyan források használata, mint az önségítő csoportok, szakosodott tanácsadói szolgáltatások és coaching értékes támogatást nyújthatnak.

Fontos, hogy ne helyezzük magunkat nyomás alá, és saját sokoldalúságunkat értékes ajándékként tekintsük, amely egyedi módon gazdagítja az életet.

A Szuperérzékeny skennerek valóban értékes tehetségek és képességek forrása – egy varázslatos esszencia a világunkban. Az egyedi adottságaik, amelyekkel rendelkeznek, nemcsak saját életükre, hanem mások életére is jelentős hatással lehetnek. Ezek megbecsülésével és tudatos használatával a skennerek nemcsak saját életüket tölthetik meg, hanem hozzájárulhatnak mások életének gazdagításához és inspirálásához is.

*A Szuperérzékeny skennerszemélyiség valóban
egy különleges kincs!*



Gábor Paranai

EMB®-tanácsadó/coach SzuperérzékenySkennerek

Weboldal: www.gabor-paranai.com

Hálózati tag: 93413 Cham (D)

Területi képviselő: <https://www.hochsensibilitaet-netzwerk.com/hochsensibilitaet-therapeuten/>



NETZWERK HOCHSENSIBILITÄT

www.hochsensibilitaet-netzwerk.com