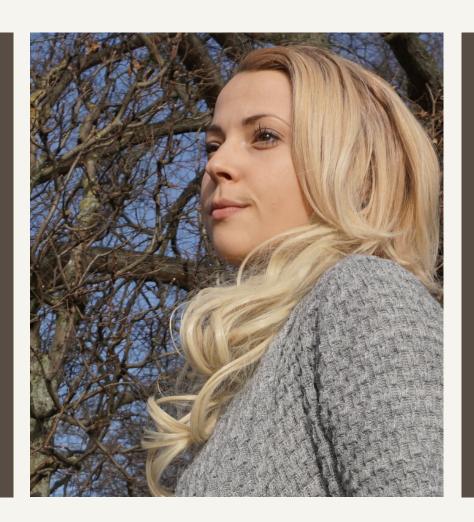
HUMAN DESIGN BASICS Die Profile (Linien) WWW.SONJAKOPPLIN.COM

THIS IS ME:

SONJA KOPPLIN



SONJA KOPPLIN

Coach

Mein Name ist Sonja Kopplin und ich möchte dir dabei helfen, die Energien besser zu verstehen und für deine Selbstverwirklichung zu nutzen. So kannst du dir das Leben erschaffen, welches du dir aus tiefstem Herzen wünschst. Ich träume von einer Welt in der Spiritualität, Sensibilität und Persönlichkeitsentwicklung der M A I N S T R E A M sind. Ich wünsche mir eine Welt, in der dieses Wissen so verbreitet ist, dass Menschen selbst verwirklichen und den bewussten Weg wählen, um die Welt zu einem besseren Ort zu machen .



DIE 6 LINIEN

1 Forscher

- -Liebt es, Dinge in der Tiefe zu erforschen
- -Mag es zu lernen, lesen, erforschen, viel Wissen anzueignen
- -Gefahr: konsumierst zu viel und fragst dich dann, ob es dich weiterbringt oder eher ablenkt à Gefahr der Selbstsabotage
- -Oft selbstkritisch und hart zu sich
- -Rückzug und Ruhe wichtig, Selbstreflexion
- -Wichtig: gutes Fundament (Sicherheit) à verlassen und entspannen zu können Gesundheitsthemen: unbewusste Linie (Zahl an 1 an 2. Stelle deines Profils zB 5/1)

Achte auf: Knochen und Muskeln

-Massagen, Meditation, Osteopathie, Genuss, Entspannung

2 Naturtalent

- -Erkennst deine vielen Gaben und Talente nicht
- -Verarbeitest am schnellsten
- -Langes Studieren und Tiefgang magst du nicht
- -Braucht deinen Rückzug, um kreativ zu sein und deinen Interessen nachzugehen
- -Hast eine zurückhaltende Art
- -Qualität statt Quantität bei der Wahl deines Umfeldes
- -Energierückfluss in der Stille

Gesundheitsthemen: unbewusste Linie (Zahl 2 an 2. Stelle)

Achte auf deine Wirbelsäule

Sport: fließende/ tänzerische Bewegungen

3 Abenteuer

- -Probieren, das Glas ist halb voll statt halb leer, Learning statt Fehler
- -Größte Gabe: was funktioniert hier NICHT
- -Musst es selbst erlebt/durchleb/ probiert haben
- -Erfahrungen sind ein Muss

Gesundheitsthemen: unbewusste Linie (Zahl 3 an 2. Stelle)

Fokus auf: Herz und Kreislauf

Sport: aktiver, hoher Puls dabei ist erlaubt

DIE 6 LINIEN

4 Netzwerker

-Große Community ist wichtig, da blühst du auf

-Ein Muss: echte Herzverbindung zu Menschen

-Beziehung wirkt sich auf deine Gesundheit aus

-Klare, hohe moralische Werte, du darfst aussortieren

Fokus: Atmungssystem

Gift: Rauchen, schlechte Luft

Wichtig: Atemübungen (Pranayama), Meditation mit Fokus auf die Atmung

5 Held

-Als Held und Retter betrachtet (Projektion) Fragen: Für wen möchte ich denn der Retter sein, kann ich diesen Projektionen standhalten, kann ich den Erwartungen und dem Stress im Außen standhalten?

-Schutz durch klare Grenzen und Rahmen

-Klare Kommunikation von Bedingungen/ Erwartungen und persönlichen Grenzen Gesundheitsthemen: unbewusste Linie (Zahl 5 an 2. Stelle)

Fokus: Hals und Stimme

Wichtig: spreche über deine Probleme, spreche deinen innere Wahrheit aus, Musik in Form von Gesangsunterricht, Sprechtechniken

6 Rollenvorbild

- -In dir steckt inneres Wissen und hohe Weisheit für die Welt
- -Gabe: Du erkennst, was passieren muss und bringst die fehlenden Puzzleteile zusammen (fragst dich dann auch, warum es die anderen nicht sehen)
- -Bist nachdenklich
- -Hast im Inneren viele Fragen
- -Denkst, für andere verantwortlich sein zu müssen
- -Gr Erwartungen an dich
- -Hang zur Depression, weil du viel "siehst"

1/3

- -Zeile 1: bewusste Persönlichkeit, den Geist und was wir denken
- -Zeile 3: unbewusste Design, den Körper, physische Erfahrung.
- -Das erste der 12 Rollenprofile
- -Experimentierender Forscher
- -Der Ermittler/Märtyrer: unsicher, wenn er nicht auf solidem Fundament steht
- -Stürzt sich (vorschnell) ins Abenteuer
- -Auf der Suche nach was Neuem, Stabilität, fester Grundlage
- -Zuerst Überprüfung und erst dann Festlegung
- -Stets auf der Hund und auf dem Sprung
- -Scheu, sich festzulegen
- -Mag es nicht, eingeengt werden
- -Legt sich nicht gerne fest
- -Bestrebt, Autoritäten und Umstände zu suchen für eine sichere Grundlage
- -"selbstsüchtige" Ermittlerpersönlichkeit ist sehr kreativ
- -am gesündesten und kreativste, wenn er gut vorbereitet und ausgebildet ist
- -genießen lange Stunden der Selbstbeobachtung
- -finden Kraft darin, sich als Autorität zu positionieren
- -eigene Schicksal soll in den eigenen Händen bleiben
- -anpassungsfähig
- -belastbar

1/4 Der Ermittler/ Opportunist/ beeinflussende Forscher

- -diszipliniert, gründlich, vorsichtig, kontaktfreudig, sozial kompetent
- -Angst vor Ablehnung
- -Offenes Herz
- -Ziehst dich bei Unsicherheiten zurück
- -In Beziehung: Balance zwischen Geben und Nehmen ist wichtig
- -Linie 1: Kontaktfreudigkeit ,alle Detail kennen
- -Linie 4: soziale Kompetenz, vorsichtig und Angst vor Ablehnung à führt oft zum Widerspruch
- -Sprache: sensibel, ehrlich aus dem Herzen
- -Strahlt Kompetenz und Stärke aus
- -Im Inneren: Zerbrechlichkeit
- -Bei aufkommender Unsicherheit/ Bedrohung: Barrieren werden hochgezogen à Schutz
- -Dinge werden gründlich erforscht
- -Ist innovativ oder sogar Pionier

2/4 Einsiedler/ zurückhaltende Opportunist

- -schüchtern oder mutig
- -aber offen fürs Netzwerken
- -braucht Gleichgewicht zwischen Alleinsein und sozialem Leben
- -sozial integriert
- -sprudelnde/ faszinierende Persönlichkeit
- -flexibel und somit anpassungsfähig
- -latent reizbar
- -Unter Druck: Tendenz zu Wutausbrüchen
- -Großes Herz, strahlt Wärme aus
- -Wenig Selbstvertrauen à Suche nach Feedback im Außen (Unterstützung, Sinn, Identität zu finden)
- -Weitergabe von Wissen und Rat
- -Mal scheu und zurückhaltend, mal forsch und direkt à Außen verwirrt
- -Einzelkämpfer
- -Manchmal Suche nach sich selbst
- -Beziehst Identität von Außen
- -Demütig und hilfsbereit à Neigung, zu viel zu geben
- -Einfluss auf soziale Netzwerke ausüben
- -Fähigkeit, verschieden Netzwerke unter den Menschen aufzubauen
- -Bei unwichtigen Infos: verwirf Infos weg und vergisst diese
- -Kreativ,
- -Verfolgt Ziele mit Elan und Entschlossenheit

2/5 Einsiedler, der zurückgezogene Abweichler

- -Schüchtern oder mutig
- -Attraktiver Retter
- -Ein Rebell für andere
- -Hier: um natürliche und begabte Person zu sein
- -Kann magnetische und verführerische Funktion verleihen
- -Linie 5 Wirkung auf andere: Schwere oder Druck erzeugen
- -Ziel: dem Druck entkommen, Zeit alleine verbringen
- -Talent, andere zu führen
- -Meidet oft tiefere Themen, eher oberflächlicher Umgang
- -Findet praktische Lösungen
- -Oft als Retter oder Helfer gesehen
- -Führt Mensch charismatisch und einfühlsam
- -Gefühl der Distanziertheit
- -Wählerisch und pingelig
- -Unterschätzt oft eigene Klugheit und Brillanz
- -Schätzt das Alleinsein
- -Bei Erwartungen andrer: Rückzug oder Wunsch nach Alleinsein
- -Blick aufs Leben: Spielplatz
- -Spielt viele Rollen
- -Wichtig: Lieber die eigenen Werte anerkennen als Anerkennung anderer zu suchen

3/5 Der experimentierender Abweichler, Märtyrer

- -Bewusster Abenteurer
- -Schelmischer Humor
- -Charisma, Forscherdrang, viel Neugier
- -Offen für neue und ungewöhnliche experimentelle Ideen
- -Lernt durch Versuch und Irrtum
- -Kompetente und anpassungsfähige Führungsqualitäten
- -Hilfreich in Krisen
- -Ausgeprägte Lebensfreude
- -Sammelt Weisheit in Erfahrungen von Misserfolg, Trauma du Überleben
- -Einer der lustigen Profile: durchlebt lustige Geschichten und Abenteuer
- -Selbstironischer Humor, sehr witzig
- -Können tief gehen
- -Rebell, der gerne Autoritäten herausfordert
- -Verführer, der gerne andere sanft in Beziehungen, Projekte, Beschäftigungen hinziehen kann
- -Unverbindlich, geht aber strategisch vor

3/6 vorbildhafte Experimentierende, Märtyrer

- -Lebt drei versch. Lebensabschnitte (0-30, 30 50, 50 bis zum Ende)
- -Lernt durch Versuch und Irrtumà entwickelt sich dabei selbst
- -Bedürfnis: Aus Erfahrungen zu lernen
- -Keine Fehler à Erfahrungen bringen Weisheit
- -Erkennt gr Zusammenhänge (Gabe)
- -Risikobereiter Draufgänger, verfügt aber gr. Weisheit
- -Impulse, bestimmte Dinge auszuprobieren
- -Hat blitzartige Erkenntnisse
- -3Linie: Motto einfach ausprobieren (kann zu Chaos führen)
- -6 Linie: Experte, sich durchzuwurschteln

4/1 Einflussreiche Autorität/Opportunist, Ermittler

- -Fixes Schicksal
- -Brücke zwischen Menschen mit einem persönlichen und transpersonalen Zweck
- -Aufgabe: andere zu beeinflussen, selbst aber unbeeinflussbar sein
- -Tiefer Drang zu studieren, zu informieren und zu forschen à solide Grundlage Leben, so der den anderen das weitergeben, was sie gelernt haben
- -Sehr gute Lehrer
- -Einzelgänger
- -Fels in der Brandung
- -Kontaktfreudig und freundlich
- -Unflexibel (liegt am Thema des Tores, das durch die Sonne fixiert wird, ist auch sein Grundthema in allen Lebensbereichen)– wer sie nicht versteht oder verstehen will, wird aussortiert
- -Seltenes Profil und das einzige, bei dem es um ein Thema geht, um eine genaue Art zu leben. Dieses Tor hat die Hochzahl 4.
- -Soll auf seinem Weg bleiben und dem Herzen folgen à Lebenssinn

4/6 Einflussreiche Autorität, Opportunist, Vorbild

- -Freundliche Netzwerker
- -Sehnsucht nach Autorität und Perfektion und Authentizität
- -Such nach Freunden und Verbündeten
- -Treffen auf Widerstand: keine Diskussionen/ Überzeugungsarbeit oder den anderen ändern
- -Scharfsinniger Beobachter
- -Erkennst größere Zusammenhänge
- -Häufig Konflikt zwischen Verstand und Herz
- -Strake soziale Ader
- -Große soziale Kompetenz
- -Teamplayer
- -Fürsorge gegenüber Mitmenschen

5/1 Forschender Held

- nutzt Tiefe seiner Wissensbasis
- liebt Prozess des LErnens, der Veränderung, neuer Projekte, Herausforderung
- keine Schue, gegen den Strom zu schwimmen
- -magnetische Eigenschaft, diese verführt andere, wissen zu wollen, was die Linie 5/1 zu bieten hat
- -andere suchen bei ihnen Lösungen Folge: druck
- -Vermeidung von Bitterkeit: nein sagen

Aufgabe: Immer Fragen stellen und zu einer Autorität werden, was sie liebt

- -gehst den Dingen gern auf den Grund, bist gründlich, verlässlich und kannst gut Probleme lösen
- -Führungsqualitäten, besonders geeignet bist du als Leiter, Lehrer oder Ratgeber

5/2 Zurückgezogener Held

- -tragen Widerspruch in sich: Hohe Erwartungen an sie, wollen aber lieber Ruhe Du lebst vermutlich eher zurückgezogen und meidet tendenziell den Kontakt zu anderen -selbstmotiviert
- sehr selbstkritisch und verurteilst dich häufig selbst für vermeintliche Fehler
- -Aufagbe auf der Welt: Ihr Wissen mit anderen teilen
- -versteckcen oft ihr Wissen und ihre Gaben
- magst Abwechslung, Spaß und Entspannung und spielst gerne Rollen
- solange dieses Anerkennen nicht da ist: arbeitet er hart daran, die eigenen Fähigkeiten zu verfeinern
- -Warten, bis andere sie "Erkenennen": Verbitterung, Frust, Enttäuschung Lösung: sich fragen, wo der Unterschied zu anderen ist, wo eigene Erwartungen an andere zu hoch ist, worin ist man gut, wie sich selbst erkennen
- -Mantra: Es ist in Ordnung, sich selbst in den Vordergrund zu stellen

6/2 Zurückgezogenes Vorbild

- -vor dem 30. Geb: viel zu experimenieren, Leben ist Lehrer
- -Prozess: Versuch und Irrtum,

strahlst große Autorität aus und bist ein guter Manager

verfügst über viel Weisheit und Kraft, hast hohe Ideale und Ansprüche

bist eine Autorität, ein geborenes Vorbild

Deine Weisheit, deine Wahrnehmungen und Visionen sind ein Geschenk und haben große Kraft ast hohe Ideale, hohe Ansprüche und große Ziele.

möchtest du am liebsten alles selbst machen

bist ein Manager, ein Dirigent, ein Zukunftsplaner

packst das Leben gern beim Schopf und möchtest etwas bewirken

bist ein unerschütterlicher Optimist und strahlst Klarheit, Präzision und etwas Rundes aus. Du hast einen Blick dafür, hinter die Dramen des Lebens zu schauen und zu erkennen, worum es wirklich geht

- -2erLinie möchte sich manchmal zurückziehen und zwar bei Misserfolg
- -nach ca. 30 Jahren: Zeit des tiefen Rückzugs, Distanziertheit--Zeit der tiefen Heilung vom Schmerz der Jahre des Experimentierens. Zeit: geht tief nach innen--um Fähigkeiten und ihr Selbstverständnis zu vertiefen
- irgendwann erkennen andere ihre Weisheit an
- -geboren, um in späteren Jahres ihres Lebens ein weises Vorbild zu sein

6/3 Experimentierendes Vorbild

- alte Seele
- leben die ersten 30 Jahre als 3/3: viele Experimente (intern und extern)
- -das Experimenieren endet nie, evtl Verlangsamung
- -fühlen sich oft unruhig

ist intelligent, weise und erfahren. Auch hast du hohe Ansprüche an andere

Drang nach schneller Weiterentwicklung in dir und du strebst höhere Positionen an magst keine Routine, sondern brauchst Abwechslung, Abenteuer und Nervenkitzel

großes Interesse an Innovationen und einen provokanten Humor

verfügst über große Weisheit und bist für andere ein Vorbild in Bezug auf dein Wissen, deine Erfahrungen und darauf, wie du die Dinge anpackst

weißt, wie der Hase läuft und worum es im Leben geht

trägst den Wunsch in dir, die Grenzen des Lebens immer weiter auszudehnen, größeres und Besseres zu erleben

- -Wichtig: sich selbst und dem Leben zu verzeihen, sie und ihre Leben ist nicht perfekt
- Keine Suche nach dem Gewöhnlichen lebt ein Leben außerhalb der Norm, vernab von Standard
- -liebt Abenteuer
- -Verantwortung und Weisheit selbstverständlich