

Kort beskrivning "Idiospyramiden"

Pyramiden som är indelad i 4 stora delar...

Första delen; **"Primal Grund"** är den största delen för att här det är den viktigaste delen i vår personlighet. Primal betyder här våra ursprungligaste, mest grundläggande instinkter, drifter och behov. Här ingår det som man brukar kalla "Basala Behov". Detta kan man säga är vår grund som människa, som "Homo Sapiens", i många delar är lika med andra djur/organismer. Jag ville gärna förstå hur dessa delar som ursprungligen handlade om att överleva som grottmänniska påverkar oss i vårt moderna liv idag. Jag har kommit fram till att vår primala grund spelar en mycket större roll än vi tror och tänker på idag.

Andra delen; **"Genetisk Grund"**, lite mindre, handlar om vår alldeles unika genetiska profil.

Tredje delen; **"Kulturell Grund"**, lite mindre, handlar om hur kultur i familjen och samhället har påverkat vår personlighet.

Fjärde och sista delen; **"Personlig Grund"**, minsta delen, handlar om hur våra egna upplevelser i relationer, händelser och kunskap har påverkat vår personlighet.

Pyramid 1 handlar om:

Våra individuella instinkter, drifter och behov.

1A Vatten och mat

Människans drift och behov att:

- **Äta och dricka**
- **Samla mat**
- **Flocken och andra människor för matförsörjning**

Vår absolut viktigaste drift/instinkt: att dricka och äta, grunden för vår överlevnad. Ett näringsbehov som alla levande varelser har.

Kroppen har ett signal och belöningssystem som gör att vi känner en stark tillfredsställelse när vi släcker vår törst och magen är full.

Vi måste förstå att vårt förhållande till dryck och mat handlar om otroligt starka instinkter och drifter och att vår kropp är anpassad efter ett liv i grottor med en ojämn mattillgång. Alltså propa i oss mat när det finns.

1B. Skydd

Människans drift och behov av:

- **En skyddad boplat**
- **En flock och andra människor**
- **En stark ledare**

Kroppen belönar oss med en trygghetskänsla

1C. Försvar

Våra mycket starka försvarsinstinkter som vi har fått för vår överlevnad och som präglar vår vardag mer än vi tänker på.

Kroppen belönar oss med en trygghetskänsla och försvarsförmåga.

Försvar handlar om:

- **Att vara försiktig och analyserande**
- **Att vara diplomatisk**
- **Vår naturliga förmåga att försöka lösa konflikter med samtal.**
- **Vår naturliga förmåga att kompromissa/ge oss för att undvika eskalerande konflikt.**
- **Att vara flyktbenägen**
- **Att vara aggressiv**
- **Att vara våldsbenägen**

Jag vill påstå att vi använder någon eller några av dessa instinkter varje dag även om de är olika starka hos oss.

Pyramid 2 handlar om:

Våra instinkter, drifter och behov i förhållande till andra människor.

2A: Sexualitet

Vår mycket starka drift till fortplantning, reproduktion, precis samma som för alla levande varelser. Efter vår instinkt att överleva är detta den starkaste drift vi har, som därför är nästan ett lika starkt behov som att äta och skydda/försva oss.

Kroppen har mycket starka hormoner och bekräftelsemönster som belöningssystem

Sexualitet handlar om:

- **Vår drift att vilja attrahera- och attraheras av en människa vi anser vara attraktiv. Vi vill se snygga ut, vara coola och bli charmade.**

- **Mannens och kvinnans drift till sex, som kan se lite olika ut beroende på att mannens hormoner ligger på en relativt konstant nivå (testosteron) och kvinnans hormoncykler som ger en mer varierad nivå av hormoner.**
- **Människans drift att skaffa barn**
- ***Människans drift till familjebildning.***

Men sexualdriften är som med alla andra drifter och behov vi pratar om här, vi alla har dom men i olika nivåer.

2B: Flocken

Grottmänniskan hade ett starkt behov av flocken för överlevnad i en farlig värld/natur.

Många av våra vanliga beteenden med och mot andra människor har med våra djupt liggande flockinstinkter att göra. Detta är beteenden som vi alla har mer eller mindre av och finns till för att vi ska känna oss trygga i vår "flock" som t.ex. familj, släkt, kompisgäng.

Kroppen har ett starkt belöningssystem av trygghetskänsla, tillhörighet och bekräftelse, som gör att vi är beroende av våra grupper och vi har starka drifter för att alla ska anpassa sig och hålla ihop i familjen, gruppen, landet.

Flockinstinkt/behov ser ut så här i dagens moderna samhälle:

- ***Vårt behov att anpassa oss och passa in i gruppen. Vi klär oss lika...***
- ***Vår instinkt att döma och stöta ut den som inte anpassar sig till gruppens normer/regler för att trygga sin egen plats i gruppen och hålla ihop gruppen. Tala illa om någon i gruppen, t.ex mobbing.***
- ***Vår instinkt/behov av att vilja bekräfta flockens normer och regler. Vi accepterar regler i familjen, släkten, kompisgänget***
- ***Vår instinkt/behov av hierarkisk ordning i flocken. Vi bekräftar gruppens ledare som t.ex. läraren, föräldrar, lagledare osv.***
- ***Vår instinkt/behov av att samarbeta i flocken. Vi samarbetar i klassen, laget, familjen för att hålla ihop.***

2C: Närhet, ömhet, kärlek

Vårt starka behov av att få och ge närhet, ömhet, kärlek och bekräfta kärleksrelationen. Vi är en social art med en stark förmåga till parbildning.

Kroppen belönar oss med en massa sköna hormoner.

Detta är naturliga behov som vi alla har mindre eller mer av.

Pyramid 3 handlar om: Vår utveckling som människor.

3A: Intelligens ("P.E.T.")

Vår förmåga att lära, förstå, hantera och utveckla oss och vår livsmiljö.

Vi belönas av vår intelligens med att kunna förstå, kunna tillverka, vara sociala och lösa problem.

Vetenskapen säger att det bara finns en sorts intelligens, den som kan mätas med IQ, men varför har ingen uppfunnit mätmetoder för annan intelligens??

- **P-IQ** - praktisk intelligens (Practical Intelligence Quotient)

Fallenhet för praktiska sysslor, vara händig, lösa praktiska problem.

Och...

- **E-IQ** - emotionell intelligens (Emotional Intelligence Quotient)

Fallenhet för att förstå och hantera känslor, sociala sammanhang och processer.

Så har vi då också...

- **T-IQ** - Inlärnings-/förståelseintelligens (Theoretical Intelligence Quotient)

Fallenhet för att kunna lära och förstå teoretisk kunskap.

3B: Nyfikenhet

Vår drivkraft att vilja undersöka och veta, som är en stark drivkraft för kunskap och utveckling. Vi är alla mer eller mindre nyfikna och att det är en stark drivkraft som för oss framåt i livet. Många djur är också nyfikna.

Nyfikenheten belönas genom ny kunskap och erfarenheter.

3C: Kreativitet

Våra förmågor att lösa problem, utveckla, genomföra och skapa.

Vi börjar nå toppen på evolutionens trappa. Men vi ser kreativitet hos en del djur när de ska lösa problem, t.ex. en mus som trycker på en knapp för få tag på godis som är inlåst.

Kreativiteten har hjälpt människan till att genomföra och belönat oss med nya upptäckter och kunskaper som lett utvecklingen framåt.

Kreativitet handlar om:

- ***Vår förmåga att tänka i nya lösningar, tänka "utanför boxen".***

- ***Vår förmåga att utveckla oss inom våra intresseområden***
- ***Vår förmåga och energi att förverkliga det vi själva vill göra eller andra vill att vi ska göra.***
- ***Vår förmåga att skapa med våra händer eller vår hjärna.***

3D: Intuition

Vår förmåga till översinnlighet.

Belöningen av denna förmåga är "magkänsla" för vad som ska hända eller göras. Finns även hos en del djur.

Man kan dela upp intuition i vetenskaplig och ovetenskaplig.

Vetenskaplig intuition

- Expertintuition. En s.k.magkänsla i vissa situationer.

En erfaren brandman som känner att ett hus som brinner ska rasa innan det händer.

- Snabbt, automatiskt praktisk intuition

Baserat på erfarenhet och mönsterigenkänning. Man kan överprestera i starkt utvecklade förmågor.

Vetenskapsman skriver en formel utan att tänka, En musiker som komponerar utan att tänka.

Ovetenskaplig intuition/energikontroll

Något jag tror på utifrån egna upplevelser som handlar om kontroll av "kraftenergier" och handling, upplevelser, kommunikation i andra dimensioner*. Vår magkänsla
 ***"Andra dimensioner"=ej vetenskapligt belagd telepatisk kommunikation mellan människor och kommunikation mellan människor och andlig värld.

3E: Fantasi

Föreställa sig det som inte finns/är

På toppen av våra primala funktioner, unikt för oss människor, nu har vi nått toppen på evolutionstrappan, bara vi människor (som vi vet) har förmågan att fantisera.

Fantasin är grunden för vår utveckling och vår framtid. Fantasin gör att vi kan visualisera något abstrakt för vårt nöjes skull eller för att förverkliga.

Belöningen har varit enorm genom människans historia där hon kunnat förverkliga något som inte funnits i verkligheten.

Fantasi är:

- **Dagdrömma**
- **Skapa målbilder och visioner**
- **Skapa abstrakta bilder, scenarion i våra hjärnor**
- **Skapa konst**

Fantasi är en av de absolut viktigaste mänskliga egenskaperna, som vi måste vara rädda om och utveckla för människans framtid.

Genetisk grund handlar om: Vår personliga genetiska profil och karaktärsdrag.

4A: Kroppen

Handlar om hur våra kroppar är byggda och formade samt alla kroppens funktioner.

Vi alla människor är till 99% genetiskt lika i vårt DNA. Men trots att vi till största delen är lika i våra kroppar, så har vi små variationer i funktion och utseende, vilket gör att vi har en alldeles egen, unik kropp.

Våra kroppar är utvecklade för att kunna överleva i en farlig och krävande natur, och därför måste vi i dagens moderna samhälle ge våra kroppar det dom behöver, det dom är byggd för, och förstå att våra liv idag oftast inte är lämpade för våra kroppar, såsom att sitta och vara stilla, duscha och raka oss, parfymera och sminka oss, långvarig stress och press.

4B: Karaktärsdrag

Jag har här gjort en sammanställning på de flesta karaktärsdrag jag kunnat komma på. Att de är indelade i dessa tre grupper handlar om kultur, vad som ses som positiva respektive negativa karaktärsdrag är ju olika i olika kulturer.

Vi har inte alla dessa karaktärsdrag, men vi har de flesta mer eller mindre. Kan det vara så att vi upplever oss själva på ett sätt, och att andra upplever oss på ett annat sätt. Det kan också vara så att det som ses som positivt i en situation, kan vara negativt i en annan situation.

Positiva karaktärsdrag	Negativa karaktärsdrag	Neutrala karaktärsdrag
Ärlig Empatisk Modig Tålmodig Pålitlig Generös Ansvarstagande Kreativ Ödmjuk Optimistisk Hjälpsam Disciplinerad Vänlig Förlåtande Äventyrlig Ambitiös Humoristisk Rättvis Rakryggad	Självisk Avundsjuk Lat Arrogant Otålig Snål Manipulativ Kontrollerande Sluten Kritisk Oärlig Bitter Pessimistisk Hämndlysten Sarkastisk Nervös Känslökall Tjurskallig	Perfektionist Tystlåten Pratsam Bestämd Självständig Känslig Rak Blyg Praktisk Visionär Regeltrogen Nyfiken Envis Försiktig

4C: Grundpersonlighet

Som jag pratat om så har alla sina egna nivåer av alla delar vi har gått igenom här. Vi kan tänka oss det som en skala från 1-10. Där 1 är väldigt lite/svagt och 10 väldigt mycket/starkt. Då hamnar de flesta av oss på ungefär samma del av skalan i många av delarna vi gått igenom, men i vissa delar ligger vi på en annan nivå än de flesta. Då kan man säga att där de flesta ligger på skalan är det normala och de som ligger utanför är onormala.

Men grejen är den... ingen ligger inom det normala på alla delar, alla är vi onormala på en del saker. Även om jag normallång och har normalvikt kanske jag är onormalt tunnhårig, blyg, nyfiken, intelligent, hungrig, familjekär eller något annat. **Alltså vi är alltså både normala och onormala, alla människor!**

Vår grundpersonlighet är alltså vår alldeles egna unika nivå av alla dessa naturliga delar, vilket vi ska vara glada över - för hade alla varit precis lika så hade människa inte funnits idag.

För det är likheten och olikheten som har gjort och gör att vi utvecklas och går framåt i utvecklingen. Kom ihåg, "Du är inte fel, du är mänsklig"!

Kulturell grund handlar dels om:

5A: Hur kulturen i familj och släkt påverkar vår personlighet.

En del påverkas av familj...och andra av släkt

En del påverkas av kompisar...och andra av kändisar

En del påverkas lite... och andra påverkas mycket

Handlar också om:

5B: Hur samhällsklassen påverkar vår personlighet.

En del påverkas av sin överklass...och andra av sin arbetarklass

En del påverkas av sin medelklass... och andra av sin adelsklass

Handlar även om:

5C: Hur samhället påverkar vår personlighet.

En del påverkas av den kurdiska kulturen...och andra av den svenska

En del påverkas av islam...och andra av kristendom

En del påverkas av vänsterpartier...och andra av högerpartier

Man kan sammanfatta kulturell grund med hur vår miljö har påverkat vår personlighet. Kulturell grund kanske är något man tänker på i första hand och tror är viktigast för en människas personlighetsutveckling.

Men viktigt att komma ihåg att vi föds med vår grundpersonlighet som vi pratat om, vilket är den största delen, även om miljö också påverkar oss.

För två människor från samma miljö kan formas på helt olika sätt utifrån sin grundpersonlighet. Ta syskon t.ex. som oftast är väldigt olika, men från samma miljö

Personlig grund handlar om:

6A: Hur nära relationer har påverkat min personlighet.

En del påverkas av mamma...och andra av pappa

En del påverkas av syrran...och andra av brorsan

En del påverkas av mormor...och andra av farfar

En del påverkas av bästa vännen...och andra av sin partner

6B: Hur starka självupplevda händelser har påverkat min personlighet.

En del påverkas av att få ett syskon...andra av att mista en mormor

En del påverkas av en skilsmässa...och andra av en flytt

En del påverkas av ett krig...och andra av en olycka

6C: Hur praktisk kunskap har påverkat min personlighet

En del blivit duktiga på att fixa hemma...och andra på att fixa en fest

En del blivit duktiga på att fixa datorn...och andra på att sköta en häst

En del blivit duktiga på att dra rör...och andra på dra elledningar

6D: Hur teoretisk/intellektuell kunskap har påverkat min personlighet

En del blivit duktiga på att räkna... och andra på att läsa

En del blivit duktiga på att förstå kemi...och andra på språk

En del blivit duktiga på samband...och andra på orsaker

En del blivit duktiga på forskning...och andra på analys

Vi kan sammanfatta personlig grund med att det är vad vi upplever och lär oss i våra liv. Alla dessa saker i personlig grund påverkar oss hela livet även om våra upplevelser och lärdomar under uppväxten påverkar oss mest.