Das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer®

1. Titel & Autor

Das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer®

Ein innovatives Analyse- und Coachinginstrument zur Persönlichkeits- und Paarentwicklung

© Gregor Schäfer, 2025

2. Einleitung / Hintergrund

Das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer® ist ein tiefenpsychologisch inspiriertes Analysemodell, das 2017 entwickelt und seit 2022 im internationalen Paarcoaching erprobt und eingesetzt wird. Es untersucht die bewussten und unbewussten Erwartungen, Bedürfnisse und Werthaltungen eines Menschen in sechs zentralen Lebensbereichen.

Im Zentrum steht die Frage: "Was brauche ich, um mich in Beziehung - zu mir selbst und zu anderen - erfüllt zu fühlen?"

Das System zielt darauf ab, Klarheit über persönliche Ansprüche zu gewinnen - nicht im Sinne von "Forderungen", sondern als innere Landkarte individueller Ausrichtung.

3. Was ist das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer®?

Das System gliedert die individuellen "Ansprüche" eines Menschen in sechs Kernbereiche:

- Emotionale Ansprüche
- Intellektuelle Ansprüche
- Optische Ansprüche
- Sexuelle Ansprüche
- Materielle Ansprüche
- Lifestyle-Ansprüche

Jede Kategorie wird über einen spezifischen, von Gregor Schäfer entwickelten Fragenkatalog exploriert. Die Antworten führen zu einem differenzierten Persönlichkeitsprofil, das sowohl in Einzel-, Paar- als auch Gruppensettings Anwendung findet.

4. Anwendungsbereiche

- Paarcoaching: Erkennen emotionaler und struktureller Passung
- Selbstreflexion: Persönlichkeitsarbeit, Wertklärung, Lebensstil
- Teamentwicklung: Verständnis von Diversität und Bedürfnisstrukturen
- Psychologische Diagnostik: Ergänzung klassischer Verfahren
- Coaching-Ausbildung: Als fundiertes Analyseinstrument

Das System ist sowohl in analoger als auch digitaler Form einsetzbar.

Geplant ist ein internationaler Einsatz über Partner:innen, die lokal Coachings und Webinare anbieten.

5. Die sechs Anspruchsdimensionen (kurz erklärt)

Emotionale Ansprüche: Bedürfnisse nach Nähe, Sicherheit, Resonanz, Zuwendung, Autonomie

Intellektuelle Ansprüche: Austausch auf Augenhöhe, geistige Stimulation, Weltbild, Reflexionsniveau

Optische Ansprüche: Wahrnehmung von Attraktivität, Ausstrahlung, Körperbild, Ästhetik

Sexuelle Ansprüche: Wünsche nach Sinnlichkeit, Nähe, Kink, Intensität, Freiheit oder Struktur

Materielle Ansprüche: Lebensstil, finanzielle Sicherheit, Status, Besitzdenken

Lifestyle-Ansprüche: Lebensrhythmus, Reisen, Ernährung, Bewegung, Werte, Umfeld

6. Besonderheiten & Nutzen

- Schnelle Erkenntnisprozesse: Schon nach wenigen Fragen können Coach:innen ein klares Bild gewinnen.
- Alltagsnahe Sprache: Die Begriffe sind verständlich, ohne banal zu sein.
- Vielfältig einsetzbar: Ob in der Arbeit mit Paaren, in der Einzelbegleitung oder im Online-Selbsttest.
- Tiefe mit Struktur: Das System ermöglicht tiefgründige Einsichten ohne psychologischen Jargon.
- Skalierbarkeit: Für den Einsatz durch ausgebildete Coaches in verschiedenen Sprachen und Ländern geeignet.
- Schulungs- und Lizenzsystem möglich: Coaches können sich zertifizieren lassen und mit dem System arbeiten.

7. Urheberschaft & Schutzvermerk

Das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer®

Das Anspruchssystem nach Gregor Schäfer® ist eine eigenständige geistige Schöpfung und unterliegt dem Schutz des Urheberrechts.

Jegliche kommerzielle oder inhaltliche Nutzung - ob vollständig oder in Teilen - bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung des Urhebers.

Verstöße werden zivil- und ggf. strafrechtlich verfolgt.

Veröffentlichung dieser Systembeschreibung erfolgt unter Wahrung aller Rechte des Autors.

Alle Rechte vorbehalten.

© Gregor Schäfer, 2025

8. Veröffentlichungsdatum / Version

Erstveröffentlichung: 2017 (Entwicklung)

Systemische Anwendung im Coaching: seit 2022

Diese Version: Mai 2025

Sprache: Deutsch (englische Version in Vorbereitung)