

**Основные мировые
концепции типирования
людей**

Для чего нам это нужно?

- **Знать то, в чем мы сильны от природы, а какие сферы у нас заведомо слабы (за это простить себя и делегировать) Перестать себя переделывать**
- **Выбрать подходящую профессию или поменять уже имеющуюся**
- **Сформировать адекватную самооценку**
- **Улучшить существующие отношения с окружающими (снизить ожидания по отношению к другим), в том числе, при создании новых отношений, чтобы избежать ошибок в общении с тем или иным человеком**
- **Начать лучше разбираться в людях**

Задавайте себе вопросы:

Что дает мне энергию, а что опустошает?

Когда я чувствую себя счастливым и умиротворенным и это правильно для меня?

Что я делаю через силу? Умею это делать, но это забирает огромное количество жизненных сил и не хочу этого делать.

Вспоминаем базовые потребности психики:

Стабильность

Потребность в любви и отношениях

Потребность в значимости

Потребность в разнообразии

Психогеометрия

Прямоугольник - это временная форма личности основных геометрических фигур в период изменения, кризиса

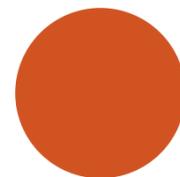
Перевернутый треугольник



Прямоугольник



Квадрат



Круг



Зигзаг

По К.Г. Юнгу (что преобладает в психике человека)

Логик (мышление). Правильно - неправильно. Законно - незаконно. Справедливо-несправедливо.

Эмоционал (чувства). Мне хорошо или плохо? Чаще, чтобы было хорошо другим, особенно близким

Сенсорик (ощущения). От природы наделен хорошими и развитыми органами чувств. Холодно-тепло. Вкусно-невкусно. Красиво- некрасиво

Интуит. Интерес. Живет в каком-то потоке. Восприятие информации приходит извне. Тем людям, у которых эта функция слаба понять это очень сложно.

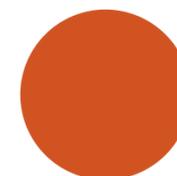
По Юнгу:

Сенсорик

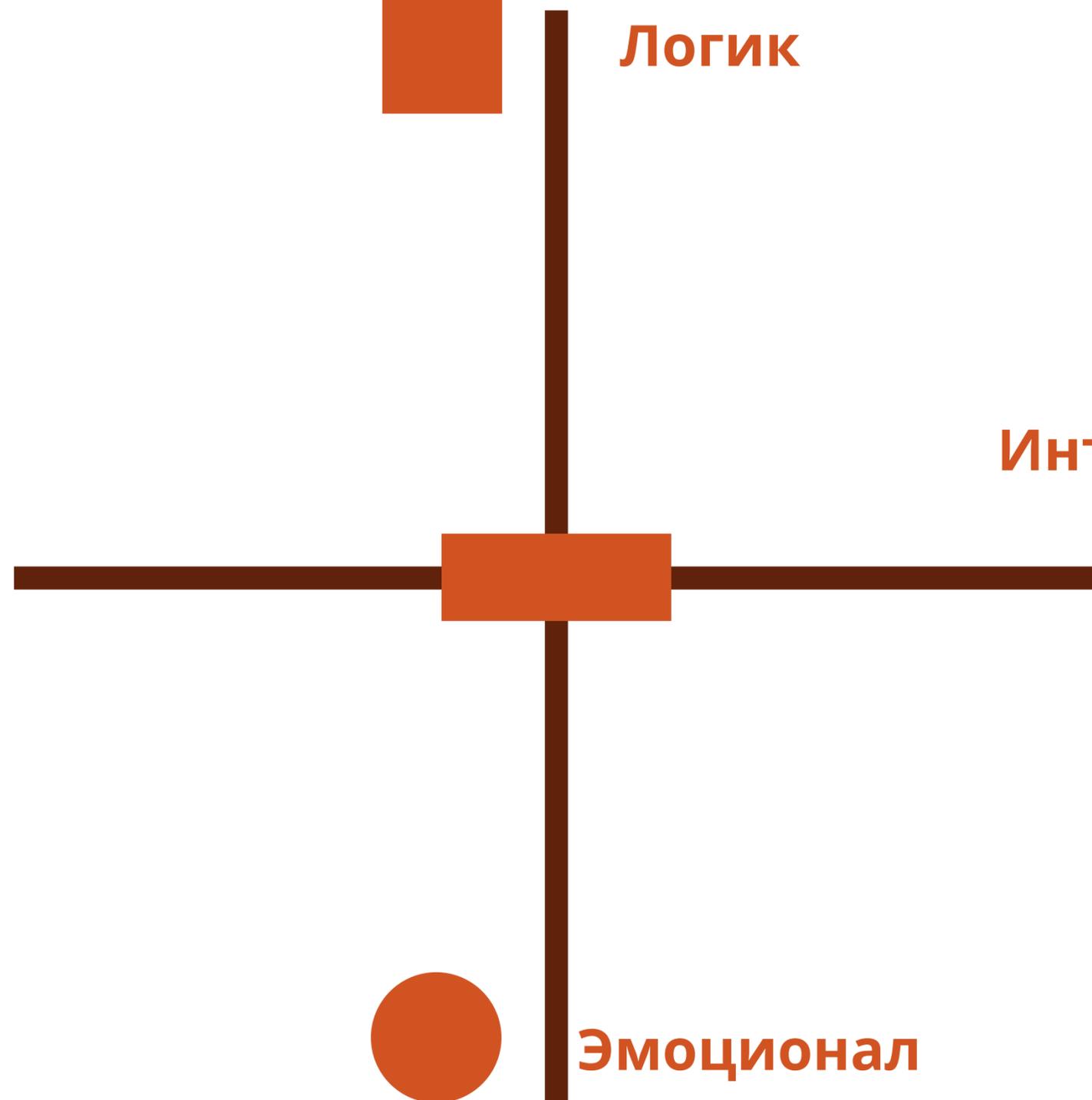


Логик

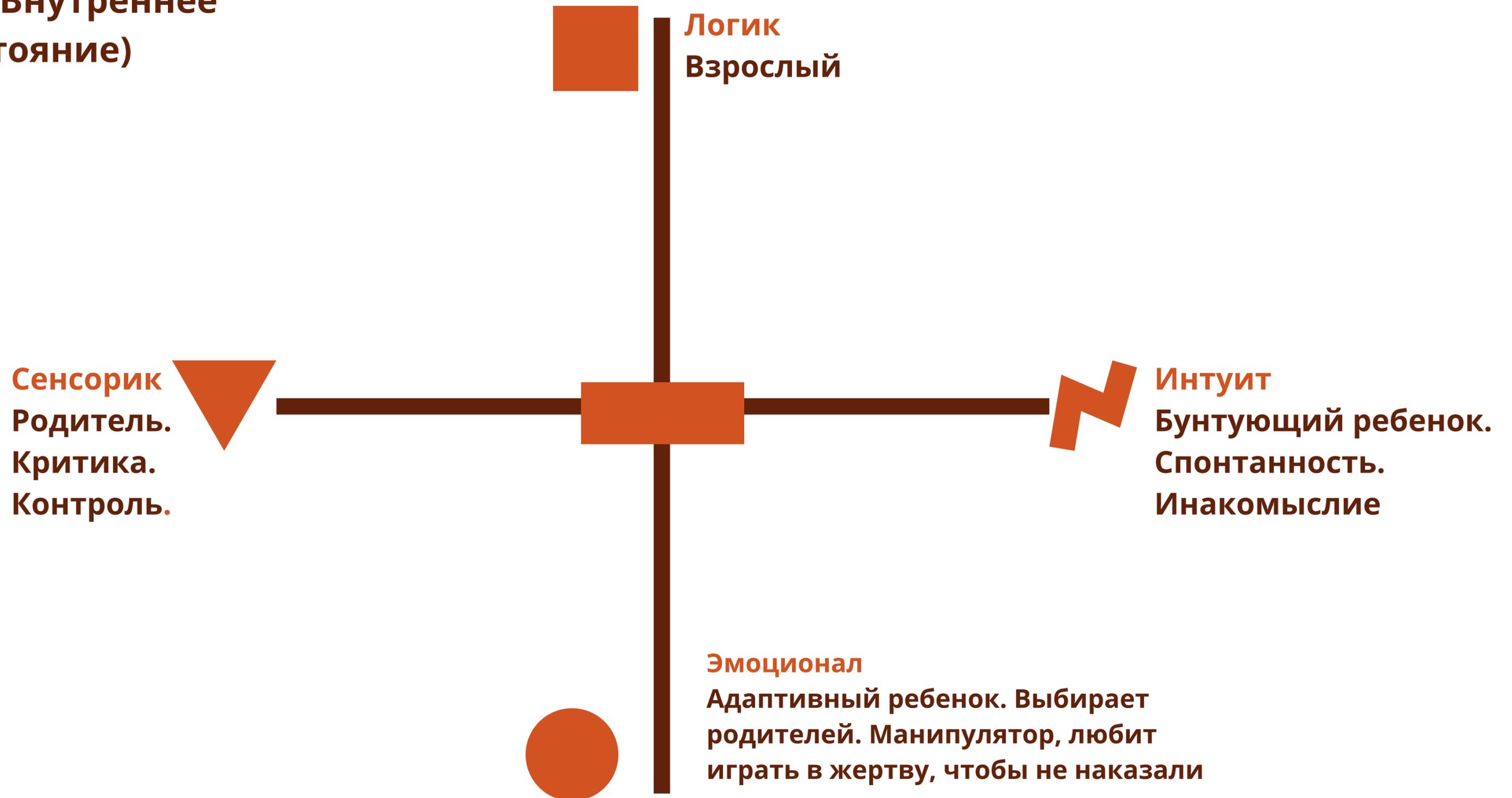
Интуит



Эмоционал



По Э.Берну (Внутреннее
эго состояние)



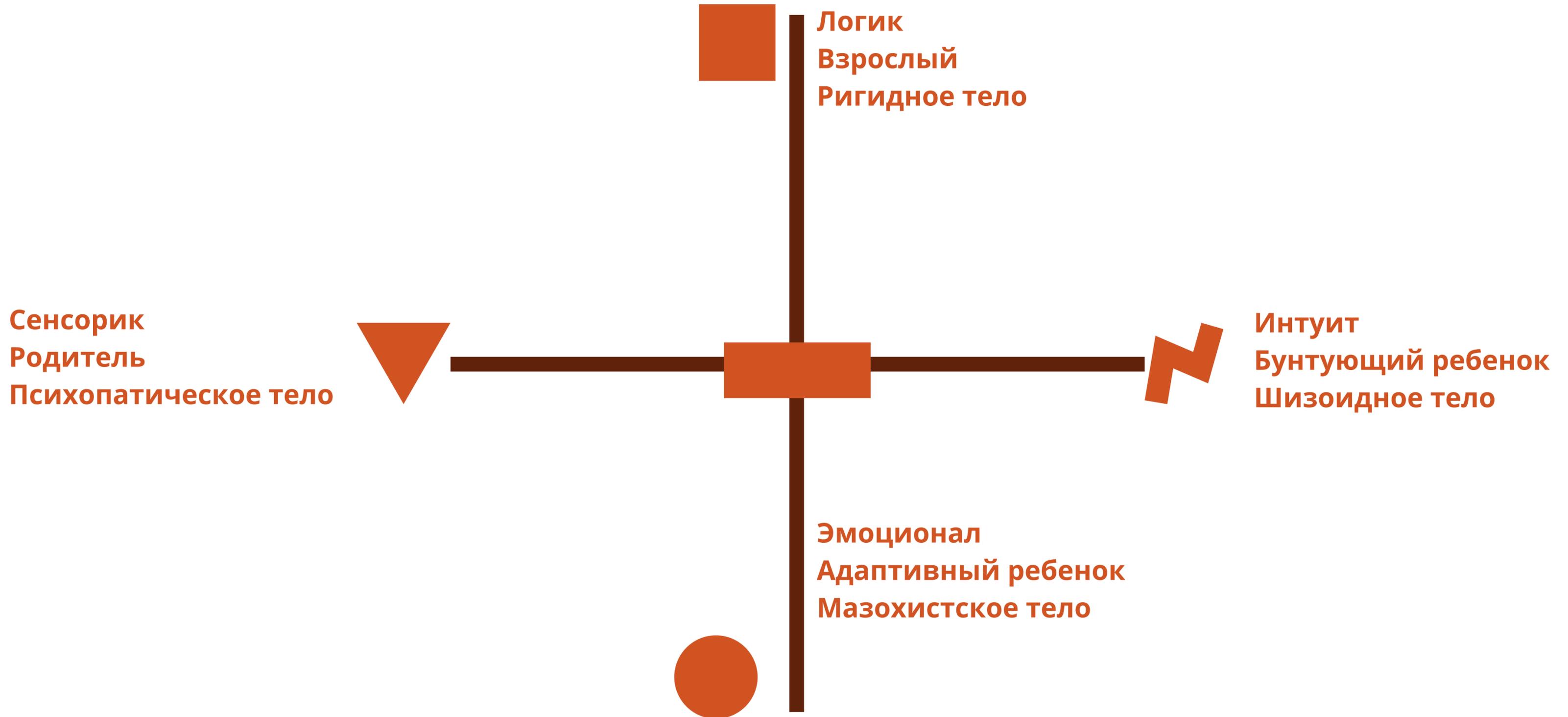
Определение типа личности по строению тела по Александрю Лоуэну:

Квадрат - Ригидное тело. Геометрически правильные пропорции тела.

Круг - Мазохистское тело. Тело всегда будет стремиться к полноте. Причем, это не всегда полные люди.

Треугольник - Психопатическое тело. Демонстрирует власть. Мощный верх.

Зигзаг - Шизоидное тело.



По реакции на конфликтные ситуации по Вирджинии

Сатир:

Квадрат - Компьютер. Зависает и начинает задавать одни и те же уточняющие вопросы, все медленнее и зануднее, костенеет телом, у него отсутствует мимика и движения. Он замирает.

Круг - Плакатор. Это миротворец. Заискиватель. Его задача сделать так, чтобы всем было хорошо. Он всегда хочет всех помирить.

Треугольник - Блеймер. Это охотник за чужими ошибками. Это люди, которые не только участвуют в конфликтах, они их провоцируют и получают от этого удовольствие.

Зигзаг - Дистрактор. Избегающий конфликтов.



**Классификация по типам
восприятия информации:**

Аудиал - тот, кто получает основную информацию через слух.

Кинестетик - тот, кто воспринимает информацию через обоняние, осязание и с помощью движений.

Визуал - человек, воспринимающий большую часть информации с помощью зрения.

Дигитал - человек, у которого восприятие информации происходит через логическое осмысление, с помощью цифр, знаков, логических доводов. Эта категория людей встречается реже всего

Классификация по типам
восприятия информации:

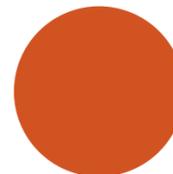
Сенсорик
Родитель
Психопатическое тело
Блеймер
Визуал



Логик
Взрослый
Ригидное тело
Компьютер
Аудиал



Интуит
Бунтующий ребенок
Шизоидное тело
Дистрактор
Дигитал - Интуит



Эмоционал
Адаптивный ребенок
Мазохистское тело
Плакатор
Кинестет

Ведущие чакры для разных типов

Сенсорик
Родитель
Психопатическое тело
Блеймер
Визуал
Манипура - район
солнечного сплетения



Логик
Взрослый
Ригидное тело
Компьютер
Аудиал
Вишудха - горловая чакра



Интуит
Бунтующий ребенок
Шизоидное тело
Дистрактор
Дигитал
Аджна - синяя чакра,
третий глаз



Эмоционал
Адаптивный ребенок
Мазохистское тело
Плакатор
Кинестет
Свадхистана - два пальца ниже пупка

Последовательные типы: Квадрат и Круг

Спонтанные типы: Треугольник и Зигзаг

**В нас есть все!
Вопрос пропорций**

В природе чистых типов очень мало. В основном встречаются смешанные типы.

Первая функция - ведущая (базовая)

Вторая функция - рабочая (каким способом мы достигаем целей)

Третья функция - ролевая (кем бы мы хотели быть)

Четвертая - болевая (не могу и не хочу)

Мастер-группа



Я непунктуальный. Я всегда опаздываю.

ПУ первого вида: Отныне я разумно распоряжаюсь своим временем. Я организую свой день так, что всегда прихожу вовремя. Я в восторге от своей пунктуальности!

ПУ второго вида: Отныне я живу в комфортном и удобном для меня режиме и темпе. Я одобряю свой стиль жизни. Отныне я результативен в любой момент времени.



Я необщительный и замкнутый

ПУ первого вида: Отныне я открытый для общения человек. Я с удовольствием знакоюсь с новыми и интересными для себя людьми. Отныне я легко и с пользой для себя, увеличиваю свой круг общения.

ПУ второго вида: Отныне я считаю себя общительным и открытым для новых знакомств человеком. Я в восторге от своей общительности и умения знакомиться с полезными и интересными для меня людьми.

Мастер-группа



Я не умею отдыхать

ПУ первого вида: Отныне я так планирую свой день, что в нем есть время на отдых.

ПУ второго вида: Впредь я считаю, что я умею отдыхать и восстанавливать свои силы в любой момент времени, когда мне это необходимо.