


A REFORMER – A TÖKÉLETESSÉGRE TÖREKVŐ

Integritása és racionális gondolkodása révén utat mutathat, **de** sértettsége és perfekcionizmusa vissza is foghatja.

Felettes énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha azt teszed ami helyes.*”

jó ember akar lenni, aki elsősorban nem pénzért és önmagáért dolgozik.

Fő félelme: az, hogy gonosszá válik, mások közömbösek elvei iránt, hogy a rendet összekavarják körülötte, hogy hibázik.

Amit kerülni próbál: düh, harag

Amire büszke: hogy keményen dolgozik. **Állatai:** hangya, terrier

Szenvedélye: a harag. **Erénye:** a belső béke

Csapdája: a tökéletesség. **Vigasza:** Istenhez való kapcsolat.

Fő vágya: tökéletesnek, jónak lenni, mindig helyesen cselekedni, önmagát megvalósítani. Integritás.

Fő vágya torzulása: kritikussá válik, kritikus perfekcionizmussá silányul.

C. Jung-i személyiség típus megfelelője: extrovertált gondolkodó

FŐBB JELLEMZŐI:

- idealista,
- elvhű,
- etikus,
- lelkiismeretes,
- engedelmeskedő,
- higgadt,
- megbízható,
- értelmes,
- jó ember,
- őszinte,
- határozottan érzi mi helyes és helytelen, becsületes,
- mindig a dolgok jobbítására törekszik,
- ésszerű, mértékletes, **erkölcsös**, józan, körültekintő,
- objektív, szervezett, **rendszerető**, **pontos**, **precíz**, igényes,
- nagyon fél attól, hogy hibát követhet el,
- **racionális**, **bölcs realista**, **idealista reformátor**,
- olykor túlzottan kritikussá, ítélkező perfekcionistaává válik,
- szavai, tettei összhangban vannak,
- **ösztönös**, szenvedélyes, erősen érzi a célt,
- **elvhű**, jó ítélőképességű, nemes lelkű, megbízható,
- produktív, nagyon keményen tud dolgozni (erre nagyon büszke),

- uralkodik magán, érzelmeit befelé fojtja el,
- önmagával 10-szer szigorúbban bánik, mint másokkal,
- erősen koncentrált a problémákra, azokat meg akarja oldani.

FŐBB PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **Nem akarja elismerni a harag okozta feszültségeket.**
- Mindent **ellenőrzése alatt akar tartani.**
- **Elégedetlen önmagával és a világgal.** (elfojtott düh és harag dolgozik benne).
- Állandóan terheket cipel, **tökéletes akar lenni**, nem enged meg magának lazítást, jutalmat, szórakozást, kényelmet.
- **Sokszor mondja: „Mindenki olyan lusta és felelőtlen.”**
- **Türelmetlen, gyűlöli a hibákat**, túl komolyan veszi a dolgokat, **mindig helyesen akar cselekedni.**
- Túl kontrollált, állandóan kritizálja önmagát.
- Folyamatosan ellenőrzi érzéseit és gondolatait.
- Tud nagyon dogmatikus és megszállott lenni.
- Sértett, frusztrált, **mazochista.**
- **Elveihez ragaszkodik**, ha nem hallgatnak rá, megsértődik.
- **A felelősségtudat túlzottan nyomasztja.**

Tudattalan gyermekkori üzenetei: Nem helyes hibázni, jónak kell lenni.

Elveszett gyermekkori üzenetek: Jó vagy.

Nehézségek, konfliktushelyzetek idején:

- érzéseit elfojtással, tagadással kezeli,
- érzéseit tevékenységgel, munkával vezeti le, és a dolgokat tökéletesen végzi el,
- érzéseit magában tartja, azok testi merevségben, szomatikus tünetekben mutatkoznak meg,
- ilyenkor hangsúlyozza józanságát, korrektségét, hogy ismeri a szabályokat. A problémákat logikus módon próbálja megoldani.

Környezetéhez és a világhoz való viszonyában: együtt akar működni, megpróbál „jó fiú, jó kislány” lenni.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor kibillen egészséges tartományából)

- személyes kötelezettség erőteljes érzése,
- úgy érzi az ő kötelessége mindent rendbe tenni saját kezűleg,
- erős ítélkezési hajlam, rugalmatlanság, türelmetlenség uralkodik el rajta,
- sértetté, frusztrálttá válik,
- folyton kritizál,
- mazochisztikus önbüntetésbe kezd,
- embergyűlölet, bosszúállás lesz úrrá rajta,
- kényszeres-depressziós személyiségzavartól szenvedhet, stb.

Hogyan manipulál másokat?

„Kijavítja” őket. El akarja érni, hogy mások is az ő mércéit tartsák szem előtt.

DEZINTEGRÁCIÓJA

1 → 4 → 2

Pl.: A módszeres 1-es hirtelen irracionális és A haragos és kritikus 1-es spontánabbá és változó hangulatú 4-essé lesz...

INTEGRÁCIÓJA

1 → 7 → 5

örömtelibbé válik ...

- **9-es színezetű $\triangle 1$ -es: Ő az idealista.** (Pl: Platón, Gandhi)
konfliktusoldó, békét teremtő, személytelenebb, stb. (lásd $\triangle 9$ -es jegyet.)
- **2-es színezetű $\triangle 1$ -es: A szószóló** (Pl.: II. János Pál, Jane Fonda)
együttérzőbb, önzetlenebb, kiegyensúlyozott, cselekvésorientáltabb, segítőkészebb ...
(lásd $\triangle 2$ jegyűt)

Fontos az $\triangle 1$ -nek **önmaga elfogadását** megtanulni! Megtanulni engedni, elengedni.

Gyógyító vezérmondata:

„Talán másoknak van igazuk. Talán valakinek jobb ötlete van. Talán megtettem mindent, amit lehetett. Talán mások tanulnak saját kárukon, bőrükön.”

A SEGÍTŐ – A GONDVISELŐ – A BÁTORÍTÓ – AZ ALTRUISTA

Tündökölhet a **nagylelkűségtől** és a **gyógyító** erőtől, **de** komoly gondot okozhat számára birtoklási vágya és azon igyekezete, hogy mások kedvébe járjon.

Felettes énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha mások szeretnek és közel állsz hozzájuk.*”

Fő félelme: hogy nem kell, nem méltó a szeretetre.

Amit kerülni próbál: saját szükségleteinek elismerése.

Amire büszke: büszke arra, hogy segítőkész. **Állatai:** macska, ír szetter

Szenvedélye: a büszkeség **Erénye:** alázatosság

Csapdája: a szolgálat **Vigasztal:** hálateltség

Fő vágya: a megbecsülés, másokról való gondoskodás, vágy a szeretetre, hogy feltétel nélkül szeressék.

Fő vágya torzulása: a nélkülözhetetlenség szükségletévé silányul a szeretet iránti vágya.

C. Jung-i személyiségstípus megfelelője: extrovertált érző

FŐBB JELLEMZŐI:

- **gondoskodó, szolgálatkész, önfeláldozó**, mindenki barátja,
- erőteljesen azonosul másokkal kapcsolatos érzéseivel,
- **empatikus**, kapcsolatteremtő, **meleg szívű**, őszinte,
- nagylelkű, barátságos, **önfeláldozó**, törődő,
- szeretetteljes, **nyílt szívű, érzékeny** (lehet érzélgős),
- mindig közel akar lenni az emberekhez, és gyakran azért tesz meg dolgokat másokért, hogy szükség legyen rá,
- önzetlen, **altruista**,
- képes feltétel nélkül szeretni embertársait és önmagát,
- bátorító, **adakozó**, bőkezű, kihasználható,
- ő a különleges barát,
- **éles eszű** és **nagyon intuitív**,
- belülről motiválja az, hogy feltétel nélküli szeretet adhasson és kaphasson,
- a család és a barátok fontosak számára.

PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **Saját szükségleteinek tagadása**, miközben egyfolytában másokon próbál segíteni.
- **Büszke segítőkészségére**, saját erényeire, amikor a megmentő szerepét próbálja eljátszani.
- Lehet hiú, hízelgő, lekenyerező, manipulatív, másokat érzelmileg zsaroló, birtokló, tolakodó.
- Képtelen beismerni saját szenvedéseit,
- **Fél:**
 - hogy önzővé válik,
 - hogy nem elég szeretetreméltó
 - hogy saját szükségletei ártanak kapcsolatainak.
- Gondot okoz a számára, hogy **néha** magával is törődjék és **elismerje saját szükségleteit**.

AZ INDIVIDUALISTA – A ROMANTIKUS – A MŰVÉSZ A KÜLÖNLEGES EMBER

Ő a psziché mélytengeri bújára. **Kreativitása** és **intuitív** képességei rendkívüliek lehetnek, **de** komoly hátrányt jelenthet változékony hangulata és önmaga állandó megfigyelése.

Felettes énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha hű vagy önmagadhoz.*”

Fő félelme: hogy nincs identitása, személyes jelentősége, hogy elveszti kapcsolatát belső-én tudatával.

Amit kerülni próbál: az a hétköznapiság.

Amire büszke: „Egyedül is megállok a lábamon.”

Állatai: borzeb fekete csődör

Szenvedélye: irigység

Erénye: nyugalom

Csapdája: hitelesség

Vigasztal: hálataltság

Fő vágya: érzékenység, az élet értelmének és önmagának megtalálása.

Fő vágya torzulása: semmittevessé silányul önmegvalósítása.

C. Jung-i személyiségtípus megfelelője: introvertált intuitív

FŐBB JELLEMZŐI:

- egyedi, **különleges**, igazi karakter, aki el akar térni az átlagtól, elmélyült, ellentmondásos egyéniség,
- nagyon őszinte magával,
- **romantikus, kifinomult, individualisztikus,**
- **drámai**, befelé forduló típus,
- **érzékeny**, csendes, visszafogott, sokszor érzi magát magányosnak,
- egész életében intenzíven kutatja önmagát (önelemző)
- szeret együttműködni másokkal,
- feltárulkozó, **érzelmileg nagyon őszinte** és nagyon **egyéni**,
- **túlzottan figyel** önmagát,
- megérzései fantasztikusak,
- gazdag, élénk képzeletű esztéta,
- eredeti felismerései vannak,
- mindig képes újra- és újra megújulni,
- **érzésorientált**, érzelgős, **romantikus**, dramatizáló,
- nagyon **kreatív, intuitív**,
- **jó szívű, támogató, együttműködő**,
- érzékeny, kifinomult, nagyon mélyen él meg és él át érzéseket, emberséges,
- befolyásolhatatlan,
- titkolózó,
- szereti az élet jó dolgait, stb.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- mindig az után vágyik, ami nincs, ezért nem veszi észre saját élete örömeit,
- nem akarja elismerni önmaga eredendő jó tulajdonságait,
- azonosul a „másság”, a hibáság érzéseivel és érzelmi reakcióival,
- kényezteti magát,
- túlságosan nagy az önsajnálata benne,
- sebezhetőnek és tökéletlennek érzi magát,
- büntudat és üresség érzése gyötri,
- szeszélyes, túl érzékeny, változékony hangulatú,
- önmagát gátló, marcangoló, sérülékeny,
- makacsul ragaszkodik elveihez, elképzeléseire.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes túl jól működni, vagy boldognak lenni.”

Elveszett gyermekkori üzenetek: „Annak látnak aki vagyok.”

Reakciói nehéz élethelyzetekben:

- Konfliktusokra erőteljesen, elsősorban érzelmileg reagál, érzéseire koncentrálnak, intuíciói, beleérző-élő képessége segítségével próbál jó megoldást találni.
- Fél, hogy senki sem fog törődni vele, hogy elhagyják és nem kap elég támogatást ahhoz, hogy megtalálja valódi önmagát.
- Keresi a megmentőjét, aki megérti őt és támogatja életét és álmait. (Arra vágyik, hogy valaki szülőként viselkedjen vele szemben.)
- Azt akarja, hogy a másik ember úgy érezzen az adott helyzetben, mint ő.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor eltávolodik típusa egészséges tartományától)

- túlérzékeny válik, erőteljesen befelé fordul,
- bizonyos érzéseket elutasít, így védekezik,
- érzések felfokozása képzelete segítségével, és azok fenntartása hosszabb ideig,
- visszahúzó fantázia én-je világába,
- elidegenedés érzése, narcisztikus magatartás,
- úgy gondolja, hogy az élet mindennapi szabályai rá nem érvényesek, ezért úgy él, ahogy neki tetszik,
- depresszió, öngyilkosság gondolat, mert úgy érzi, senki nem érti meg igazán, senki nem támogatja, nem értékeli, nem érzi ki is ő és mit is akar ...

Hogyan manipulál másokat?

Szeszélyességével. Érezteti a környezetében élőkkal, hogy vele nagyon óvatosan kell bánni.



- **3-es színezetű \triangle 4-es: Az arisztokrata**
Energikusabb, versengőbb, tele van célokkal, vágyakkal. Sikeres és „jellegzetes” akar lenni. (Pl.: Tennessee Williams, Jackie Onassis)

- **5-ös színezetű  -es: A bohém**

Rendkívül kreatív, eredeti, nagyon jó megfigyelő, felfedező, alkotó típus.

Elemző, szabályszegő, érzelmes, introvertáltabb, csendesebb, titokzatosabb, objektívebb.

Gyógyító vezérmondata:

„Talán nincs is velem semmi baj. A többi ember talán meg is ért és támogat is engem. Talán nem is én vagyok az egyetlen, aki így érez.”

A VIZSGÁLÓDÓ – A MEGFIGYELŐ – A SPECIALISTA – AZ ÚJÍTÓ

Látnoki intellektus, ötletesség, találékonyság jellemző, de lehet, hogy egyre különcebbé és elszigeteltebbé válik.

Feltesztés üzenete: „*Akkor vagy jó, ha tökéletesen elsajátítottál valamit.*”

Fő félelme: értéktelenség, hogy haszontalan, tehetetlen, hozzá nem értő, felkészületlen.

Amit kerülni próbál: a belső ürességet.

Amire büszke: a tudására.

Állatai: róka, bagoly

Szenvedélye: fősვნყნყնყ

Erénye: elszakadás

Csapdája: a tudás

Vigasza: megerősödés

Fő vágya: mindent tudni, hasznosnak, kompetensnek lenni, befelé fordulni.

Fő vágya torzulása: haszontalan specializációvá silányul.

C. Jung-i személyiségtypus megfeleltője: introvertált gondolkodó

FŐBB JELLEMZŐI:

- állandóan tanulni akar, a tudást nagyra értékeli,
- **lényeglátó, eszes, éles elméjú, élet-látó,**
- **ötletes, találékony, elmélyült intellektuális típus,**
- **éber, kíváncsi természetű,**
- **nagy az alkotói- és tudásvágya, produktív,**
- **jól tud koncentrálni, képes komplex elméleteket felépíteni,**
- **kitartó, szívós, következetes,**
- **kedveli a szokatlan, a titkos, okkult dolgokat, minden érdekli ami új, más, mint a megszokott,**
- kutatja az ismeretlent, ő a **specialista, az újító, a felfedező,** gyakran megelőzi a korát (látnoki),
- objektív, sajátos módon látja és szemléli a világot, ezért talál rá új dolgokra,
- **önálló, független,**
- szereti ha békén hagyják, mert gondolataiba, dolgaiba szeret nagyon elmélyedni,
- gyűjtőszennvedélyei lehetnek (bogár, növény, bélyeg, stb.),
- tudását nem mindig mutatja meg, azzal nem dicsekszik.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **nem ismeri el érzelmeit és szükségleteit,**
- inkább külső megfigyelőnek, mint a világ részének érzi magát,
- **elszigetelő, visszahúzódó, különc,**
- elszakadhat a valóságtól,
- **akaratos, nehezen befolyásolható,**
- **kritikus, okoskodó, másokat lenéző, megvető,**
- lehet túlfeszített, **szétszórt, túlérzékeny, szélsőséges, kiszámíthatatlan,**
- **titkolózó,**

- túl sokat foglalkozik gondolataival, képzeleti felépítményeivel,
- fősvény (nehezen megszerzett tudását nem akarja továbbadni), stb.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes jól érezni magad a világban.”

Elveszett gyermekkori üzenetek: „A szükségleteid nem jelentenek gondot.”

Reakciói nehéz élethelyzetekben:

- Ilyenkor hangsúlyozza szakértelmét, tájékozottságát és objektív tényekre támaszkodva cselekszik.
- **Amivel ilyenkor érzéseit kezeli:**
 - lelassítja őket, szórakozott és hidegfejű marad, mintha érzelmei és a történetekre adott reakciói nem is az övéi lennének,
 - leválasztja érzelmeit, a problémákat objektív, logikus módon próbálja megoldani, egymagában, segítség nélkül.

A világhoz, a környezetéhez való viszonya:

Biztonságot akar, nyugalmat, hogy visszahúzódva csendben elmélkedhessen, elmélyülhessen dolgaiba, alkothasson.

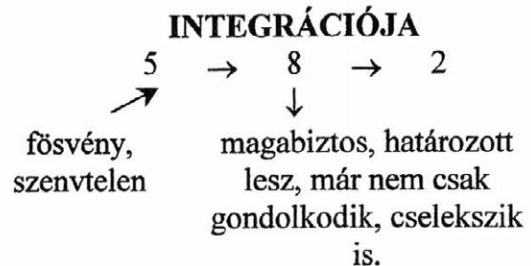
Nem sok türelme van a különböző szabályokhoz és eljárásokhoz. Önálló akar lenni. Az objektív tényeket és szakértelmét hangsúlyozza.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (kibillenés az egészséges állapotból)

- elszigetelődik,
- szükségleteit minimálisra csökkenti (kevéssel is beéri),
- állandóan csak felkészül, adatokat gyűjt, de nem cselekszik,
- képtelen a dolgok befejezésére,
- elrugaszkodik a valóságtól, az absztrakcióba, a fogalmak világába menekül,
- különccé, makacssá, hajthatatlanná válik,
- mindenféle segítséget visszautasít,
- depresszióssá válik,
- hallucinációk, stb.


Hogyan manipulál másokat?

Allandó elfoglaltságára hivatkozik, hogy milyen sokat kell dolgozni, stb. Távolságtartással, másoktól való érzelmi elszakadással.



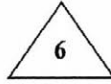
• **4-es színezetű $\triangle 5$ -ös: A képromboló**

Sajátos egyéni látásmód, erős képzelőerő, kreatívabb, melankolikusabb, még inkább befelé forduló lesz és hangulatember. Ő lesz a magányos alkotóművész. (P.: Vincent vanGogh)

- **6-os színezetű  -ös:**
Logikusabb, elemzőbb, aggodalmaskodóbb, szkeptikusabb, együttműködőbb. Jó megfigyeléssel mellett jó szervezőképesség (pl. természettudós, filozófus).
Újítóképessége üzleti tevékenységgel párosul. Ő lehet környezete elemzője, rendszerezője. (Pl. Bobby Fischer, Charles Darwin)

Gyógyító vezérmondata:

„Talán megbízhatok az emberekben és tudomásukra hozhatom mire van szükségem. Talán képe vagyok rá, hogy boldogan éljek a világban. Talán rendben lesz a jövőm.”



A LOJÁLIS – A KÉTKEDŐ – A KÉRDEZŐ – AZ OLTALMAZÓ

Bátorsága és **elkötelezettsége** példaértékű lehet, **de** előfordulhat, hogy állandóan küzdenie kell a szorongással és természetere rejtett lázadó oldalával.

Felettes énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha azt teszed, amit várnak tőled.*”

Fő félelme: hogy nem kap támogatást, hogy képtelen önmagában fennmaradni, fél, hogy útmutatás nélkül marad.

Amit kerülni próbál: a normáktól való eltérést.

Amire büszke: bátorságára, lojalitására.

Állatai: nyúl, őz

Szenvedélye: a félelem

Erénye: bátorság

Csapdája: a biztonság

Vigasza: megerősödés

Fő vágya:

- biztonságot találni
- hűség a családhoz, az emberekhez
- mások megértése

Fő vágya torzulása: meggyőződésekhez való kötődés.

C. Jung-i személyiségtípus megfelelője: introvertált érző

FŐBB JELLEMZŐI:

- önmagára támaszkodó, **biztonságra törekvő**,
- **aprólékos**, precíz, **keményen tud dolgozni**, szorgalmas,
- **a szabályokat betartja, hagyományőrző**, engedelmes,
- megbízható, hűséges, ragaszkodó,
- fegyelmezett, alkalmazkodó,
- önkritikus,
- óvatos, szkeptikus, hibakereső,
- **kérdező**, kíváncsi,
- **felelősségteljes**,
- rokonszenves, melegszívű, **gondoskodó, együttérző**, kiáll a gyengékért, elesettekért,
- **hűséges barátaihoz, de meggyőződéseihez is**,
- nagy tud szeretni,
- sokat **tesz a közjóért, közösségteremtő**,
- kitartó, én-képre ügyelő,
- szorongásait leplezi.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- túlzott kötelességvállalás, **túlbuzgóság**,
- fél attól, hogy hibát követ el, ezért lehet **túlkontrollált**,
- **határozatlan**, bizonytalan, túl óvatos és **döntésképtelen**, halogatja a dolgait,
- nem bízik eléggé saját elméjében és ítélőképességében, **önbizalomhiány**,
- **szorongó, gyanakvó**,

- lehet dacos, lázadó, **védekező magatartású**,
- **sok félelem** és folyamatos **belső stressz a bizonytalanság** és támasznélküliség érzéseitől,
- túlzottan kapaszkodhat másokba, tőlük várja a biztonságos háttérrel, stb.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes önmagadban bízni.”

Elvesztett gyermekkori üzenetek: „Biztonságban vagy.”

Reakciói nehéz élethelyzetekben:

Ilyenkor egyszerre vár támogatást és akar független is lenni. Keres magának olyan valakit, akiben megbízhat.

Elsősorban érzelmi síkon reagál erőteljesebben, de érzéseit belül „őrzi”.

Konfliktusok, nehézségek idején megbízható, előkötelezett, segítőkész, lojális.

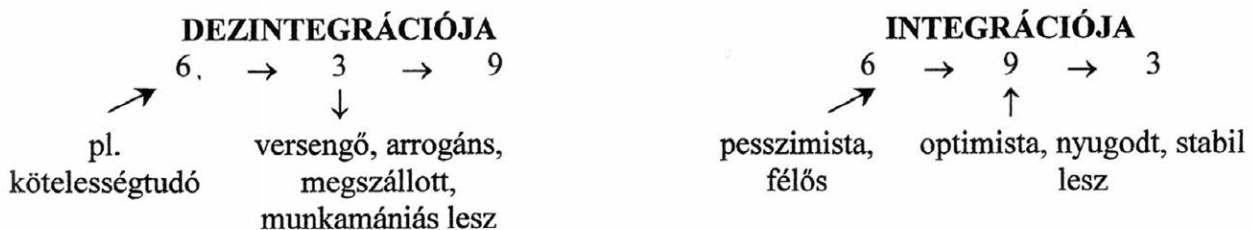
Fél, hogy túlságosan függővé válik másoktól, de attól is, hogy elhagyják.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor egészséges tartományától eltávolodik)

- amikor pesszimistává, nagyon gyanakvóvá válik,
- félelemben él, mindig a legrosszabbra gondol és ezért még felkészültebb próbál lenni,
- másokat hibáztat, nem bíz az emberekben,
- retteg mások támogatásának elvesztésétől,
- kisebbségi érzés keríti hatalmába,
- amikor úgy érzi, hogy függővé válik rajta kívülálló dolgoktól,
- passzív-agresszív viselkedés,
- depressziós, szorongó, paranoid lesz, stb.

Hogyan manipulál másokat?

Panaszkodással és mások iránta való elkötelezettségének próbára tételével.



- **5-ös színezetű \triangle_6 -os: A védelmező** (Pl. Robert Kennedy, Mel Gibson)
Érzékeny, eredeti, intellektuális beállítottságú, kiváló gyakorlati problémamegoldó, társadalompolitikai kommunikátor, közösségek védelmezője.
- **7-es színezetű \triangle_6 -os:**
Megnyerő, mókás, kerüli a „nehéz” témákat. Biztonsági (anyagi jólét) szükségleteire koncentrálnak. Dolgos, élvezi az életet, fontosak számára a kapcsolatok, az emberek. (Pl.: Julia Roberts)

Gyógyító vezérmondata:

„Talán ez jól fog alakulni. Talán nem kell előre látnom minden lehetséges problémát. Talán megbízhatok magamban és saját ítélőképességemben.”

A RAJONGÓ – A KALANDOZÓ – A SOKOLDALÚ – AZ ENERGIKUS

Ragyogó teljesítményt nyújthat és állandó emelkedett hangulatban lehet, de impulzivitása és türelmetlensége rossz irányba is térítheti.

Feltesse énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha megszerzed, amire szükséged van.*”

Fő félelme: hogy fájdalom éri, nélkülöznie kell, elveszti szabadságát, nem lesz boldog, nagyot csalódik.

Amit kerülni próbál: az a fájdalom.

Amire büszke: kedvességére **Állatai:** pillangó, majom

Szenvedélye: túlzott engedékenység **Erénye:** mértékletesség

Csapdája: idealizmus **Vigasz:** béke

Fő vágya: boldogság, vidámság, elégedettség, optimizmus

Fő vágya torzulása: kétségbeesett légvárépítés

C. Jung-i személyiségstípus megfelelője: extrovertált érzékelő

FŐBB JELLEMZŐI:

- energikus, eltökélt, **kalandozó, élvezetorientált,**
- **szabadszellemű, optimista, lelkes,**
- **rajongó, vidám,** szórakoztató, játékos, spontán,
- extrovertált, **hiperaktív, szenvedélyes, impulzív,**
- agyát állandóan dolgoztatja, termékeny típus
- **gyakorlatias, kíváncsi, gyors észjárású,**
- állandóan új és **izgalmas élményeket keres,** mindenbe bele akar kóstolni (szereti a változatosságot),
- **megérzései kiválóak,**
- **nagylelkű, empatikus,**
- **tapasztalt életművész,**
- **kiváló kézügyessége van,** tapintása, érintése finom,
- mivel sokoldalú, nehezen dönti el mit is kezdjen magával az életben.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **állandó élménykeresés** mentális, érzelmi, testi szinten egyaránt,
- **életélvezetek,**
- **tagadja saját fájdalmát és szorongásait,**
- szorongásai elől gondolkodásba menekül, bezárkózik,
- nyughatatlan, impulzív, **szétszórt,**
- **birtokolni akar,** nagy szerzési vágy él benne,
- egocentrikussá, önfejűvé, önimádóvá, engedetlené válhat,
- **túlérzékenységi, hisztérikus,** esetleg agresszív rohamai lehetnek,

- **fegyelmetlen, lobbanékony, túlhajszolt.** A **felületesség** és az **impulzivitás** sok gondot okozhat számára, stb.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes rászorolni másokra.”

Elveszett gyermekkori üzenetek: „Gondoskodunk rólad.”

Reakciói nehéz élethelyzetekben:

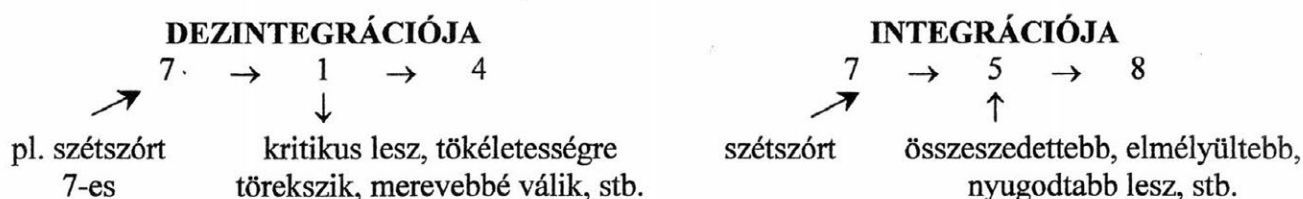
- pozitív hozzáállással, de úgy, hogy tagadja, hogy bármi problémája lenne,
- nem akarja észrevenni fájdalmát, helyette pozitív élményeket keres, vagy szórakozást.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor eltávolodik egészséges típusának tartományától)

- állandó nyughatatlanság dolgozik benne, úgy érzi, valahol máshol valami jobbat kaphatna,
- túlságosan impulzív, frusztrált, színészkedővé válik,
- hisztériás pánikoló,
- agresszíven akar megszerezni dolgokat,
- botrányos, állandó ingerkeresővé válik,
- kritikátlan viselkedés, túlzásba vitt tevékenységek,
- nagyfokú türelmetlenség,
- én-központúság,
- érzéketlenség mások problémái iránt,
- szenvedélybetegségek, kényszeres cselekvés,
- hisztérikus rohamok
- mániás-depressziós zavar, stb.

Hogyan manipulál másokat?

Mások figyelmének magára vonásával.



- **6-os színezetű \triangleup -es: A szórakoztató**
Megnyerőbb, kötelességtudóbb, produktív, játékos, kíváncsi, kreatív, pozitív életszemléletű. Fontosak számára a kapcsolatok (reklám-, szórakoztatóipar-, sajtó világában jól megállja a helyét, pl.: Steven Spielberg, Benjamin Franklin, W.A. Mozart).
- **8-as színezetű \triangle -es: A realista**
Erőteljesebb, rámenősebb, anyagiasabb, anyagi sikerek fontosak. Lehet kicsapongó, csalfa, erőteljesebben én-központú. Nagyon energikusan szervezi, rendezi dolgait, stb. (Pl.: John F. Kennedy, Jack Nickolson)

Gyógyító vezérmondata:

„Talán elég az, amim már van. Talán nem kellene ebben a pillanatban is máshol lennem. Talán nem maradok le semmi érdekesről.”

A KIHÍVÓ – A VEZETŐ – A HARCIAS – A VÉDELMEZŐ

Erős nemesszívű vezetővé válhat, de előfordulhat, hogy kézben tart és megfélemlít mások: Erőtelenen domináns típus.

Felettes énje üzenete: „*Akkor vagy jó, ha erős vagy és ura a helyzetnek.*”

Fő félelme: hogy:– elveszti függetlenségét,
– mások irányítják,
– nem tisztelik,
– gyengévé válik.

Amit kerülni próbál: a gyengeséget.

Amire büszke: arra, hogy erős

Állatai: tigris, rinocérosz

Szenvedélye: önteltség, bujaság

Erénye: egyszerűség

Csapdája: igazság

Vigasza: lángrobbanás

Fő vágya: befolyással lenni a világra, megvédeni magát.

Fő vágya torzulása: állandó harccá silányul.

C. Jung-i személyiségtípus megfelelője: extrovertált intuitív

FŐBB JELLEMZŐI:

- ha egészséges nagy **önuralommal** rendelkezik,
- ő a **védelmező, magabiztos, bátor, a vezető,**
- **önfenntartó, független, a kihívásokkal megbirkózik,**
- cselekvésorientált,
- erős, rámenős, **szenvedélyes,**
- **állhatatos, hősies, harcias,**
- **vállalkozó szellemű,**
- bízik önmagában, a kihívásokkal megbirkózik,
- **szorgalmas, gyakorlatias,**
- ötletes, találékony, okos, értelmes, **gyors észjárású, jó problémamegoldó,**
- **sok az energiája, terhelhető,**
- **kedveli a heves vitákat, a kihívásokat és azokkal megbirkózik,**
- erős akaratú,
- **igaz ügyeket támogató, másokat védelmező,**
- **becsületes, az őszinteség és a bizalom fontos a számára,**
- ügyeit acélos elszántsággal intézi,
- nagyon tud érvelni, másokat meggyőzni.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **szenvedélyesen védi magát,**
- önérvényesítő, engedetlen, **akaratos,**
- úgy érzi, neki kell irányítania a környezetét,

- provokáló, gyakran összeütközésbe kerülhet másokkal,
- **uralkodó, zsarnokoskodó**, megfélemlíthet másokat,
- **fontoskodó**, személyét kiemelő,
- **egocentrikus**,
- **agresszív**, türelmetlen, engedetlen,
- **hirtelen**, kiszámíthatatlan is lehet,
- agyondolgozhatja magát,
- **nem ismeri el saját sérülékenységet és gondoskodás iránti igényét**,
- **védekező magatartású**, önpusztító is lehet,
- kapcsolatteremtése gátolt,
- stresszes típus.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes sebezhetőnek lenni, vagy másokban megbízni.”

Elvesztett gyermekkori üzenetek: „Nem árulunk el.”

Problémákra, nehézségekre adott reakciói:

Erőteljes reakció: „Ez nagyon feldühített, ezt nem hagyom annyiban.”

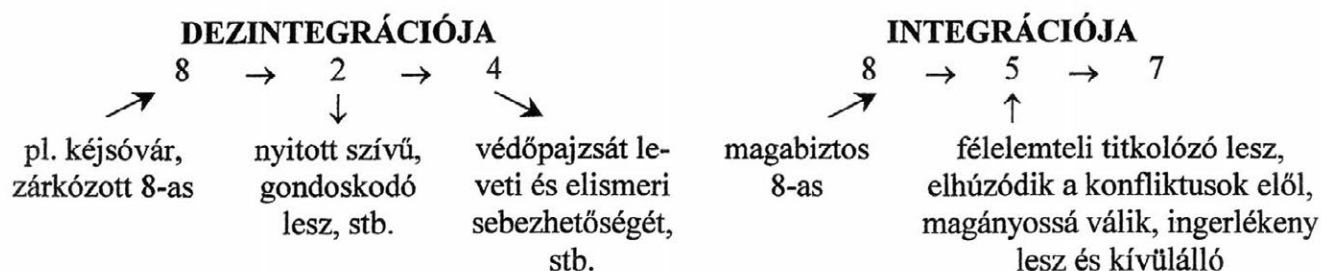
Önálló, nem ijed meg a problémáktól. Heves érzelmi reakció, majd irányítani akarja a dolgokat, uralni a helyzetet, lefedezve magát.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor távolodik a típusa egészséges tartományától)

- lázadó, dacos, agresszív, uralkodó, hatalmaskodó lesz,
- úgy érzi harccal, küzdelemmel kell előrelendítenie a dolgokat,
- elszigetelődik, keményszívűvé válik,
- bosszút tervezget az „ellenség” ellen,
- dühkitörések,
- fizikai erőszak, szadista viselkedés,
- önmagát törvényen kívül helyezi,
- a társadalom ellen támad,
- antiszociális személyiségzavar,
- úgy érzi elárulták (paranoid-érzések), stb.

Hogyan manipulál másokat?

Mások feletti dominanciával, megköveteli, hogy azt tegyék, amit ő akar és mond.



• **7-es színezetű/8-as: A független**

Cselekvésorientált, másokat megmozgató, erőteljesen vállalkozó szellemű, független, anyagiasabb, társaságkedvelőbb, közvetlenebb, barátságosabb, több kockázatot vállaló, stb. (Pl.: Franklin D. Rooseveltt, M. Gorbacsov, Frank Sinatra)

• **9-es színezetű  -as: A medve**

Erőteljesebb, rámenősebb, anyagiasabb, anyagi sikerek fontosak. Lehet kicsapongó, csalf
Türelmesebb, visszafogottabb, laza lelkinyugalommal, csendes szilárdsággal tör céljai fel
Kevésbé agresszív. Melegebb természetű, családcentrikusabb. Béketeremtő. (Pl.: Martin Luth
King, Indira Gandhi)

Gyógyító vezérmondata:

*„Talán ez a személy nem akar kihasználni. Talán egy kicsit jobban is leengedhetem
védőpajzsomat. Talán engedhetném, hogy a szívemet mélyebben is megérintsék a dolgok.”*

A BÉKETEREMTŐ – A TÁMOGATÓ – AZ UTÓPISTA

Összehozhatja az embereket és elsimíthatja az ellentéteket, de passzivitása és csökönyössége akadályozhatja is.

Feltesztes énje üzenete: „*Akkor vagy jól, ha a körülöttem lévőök jól vannak.*”

Fő félelme: hogy konfliktusokba keveredik, elveszti egyensúlyát, veszteség éri (félelem a „széthullástól”)

Amit kerülni próbál: a konfliktusokat.

Amire büszke: arra, hogy rendben van **Állatai:** elefánt, delfin

Szenvedélye: lustaság **Erénye:** szorgalom

Csapdája: önlealacsonyítás **Vigasza:** Istenhez való kapcsolat

Fő vágya: belső stabilitás (lelki béke!), béke körülötte

Fő vágya torzulása: makacssá, nemtörődömmé válik.

C. G. Jung-i személyiség típus megfelelője: introvertált érzékelő

FŐBB JELLEMZŐI:

- erősen kötődik a Földhöz, még **spirituális**,
- élénk képzeletű, **utópista** típus,
- nyugalomra, **békére vágyik**, jól kijön másokkal, együttműködő, **közvetítő, béketeremtő, diplomatikus**, jól kijön mindenkivel,
- türelmes, **engedékeny** – a béke kedvéért –,
- **önzetlen**, kedves, segítőkész, **megbocsátó**, jó természetű, bízik az emberekben, elfogadó,
- intelligens,
- **befelé figyelő**,
- **érzékeny a kritikára**,
- megérzései kiválóak,
- érzéseit belül dolgozza fel,
- **kényelmes**.

FŐ PROBLÉMÁI, HIBÁI:

- **úgy érzi nincs elég tere** ahhoz, hogy a saját életét élhesse,
- mérgét, haragját, **dühét elfojtja**,
- belső ellenállással kezeli konfliktusait, önmegtagadó,
- **visszahúzódo**, **passzív** magatartású lehet,
- **határozatlan**, hiányzik belőle a határozott identitás érzése,
- sokszor menekül problémái elől érzelmi fantázia világába,
- **fásult**, tompa fatalista is lehet,
- **nem ismeri el saját erejét, képességeit** (tehetetlenség érzése),
- úgy érzi, mások „lábtörője”, önmegtagadó,
- **döntésképtelen**,

- makacs, szétszórt, feledékeny,
- az élet kellemesebb részét hangsúlyozza,
- lusta, túl kényelmes, stb.

Tudattalan gyermekkori üzenetei: „Nem helyes érvényesíteni önmagadat.”

Elveszett gyermekkori üzenetek: „Számít, hogy itt vagy.”

Problémákra, nehézségekre adott reakciói:

Tagadja, hogy bármi problémája lenne. Idealizálja a világot. Nem is nagyon akarja észrevenni nehézségeket, problémákat, mert fél, hogy kibillenhet lelki egyensúlyából, stb.

A világgal való kapcsolata:

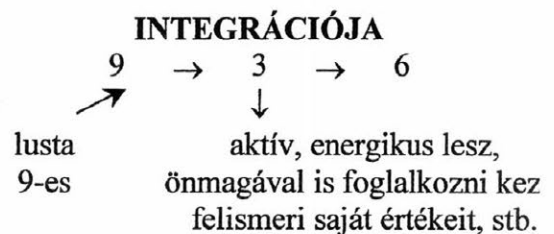
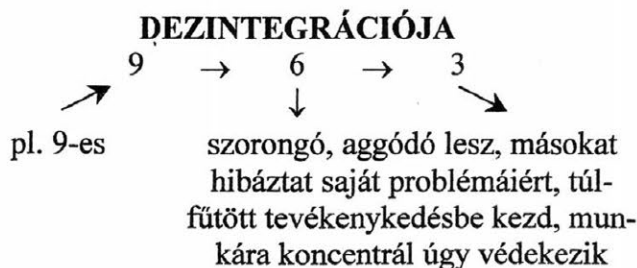
Fontosnak tartja az ellentmondások feloldását, a béke kedvéért inkább visszahúzódik, mások között konfliktus oldásában kiváló. Békében, megértésben akar élni a környezetével.

FIGYELMEZTETŐ JELEK: (amikor kezd eltávolodni típusa egészséges tartományától)

- konfliktuskerülővé válik, mások akaratát elfogadva függővé válik,
- nem mer szembenézni problémáival,
- dolgait teljesen elhanyagolja,
- makacs lesz, a segítséget megtagadja,
- hagyja kihasználni magát (alárendeltség),
- passzívvá válik,
- krónikus fáradtság, depresszió, elveszettség érzése, önfeladás,
- függő passzív-agresszív személyiségzavar, stb.

Hogyan manipulál másokat?

„Kilépéssel” és a másokkal szembeni passzív-agresszív ellenállással.



• **8-as színezetű $\triangle 9$ -es: A játékvezető**

Egyszerre erős és kedves, könnyen teremt kapcsolatokat, függetlenebb, határozottabb, versengőt gyakorlatias gondolkodású, barátságos, kiemelkedő teljesítményre képes a szakmájában. Szereti társaságot. Makacs, védekező, robbanékony. (Pl.: Gerald Ford, Sophia Loren, Ronald Reage Ingrid Bergman)

• **1-es színezetű $\triangle 9$ -es: fegyelmezettebb, elhűbb, szerényebb, rendszeretőbb, élénk képzelet kreatív (a képzőművész, zenész) céltudatos tanácsadó, terepauta, pap. Mániákus, önelégült is lehet A külső rend megteremtésére törekszik. Tartózkodó, csendes, elmélkedő. (Pl.: Abraham Lincoln C.G. Jung, II. Erzsébet királyné)**

Gyógyító vezérmondata:

„Talán én is számítok. Talán fel kell töltődnöm és részt kell vennem a dolgokban. Talán erősei vagyok, mint hinném.”