Татьяна Николаевна Прокофьева.

Если вы хотите понравиться, искренне интересуйтесь людьми

Д. Карнеги

Встречи – прощанья, какое там? Даже не вспомнить лица

А. Макаревич

Установки психики

Мир внешний и внутренний

Объекты и отношения

Широта и глубина охвата информации

Различия экстравертов и интровертов

Особенности общительности

Диагностические маркеры в речи, внешности, поведении

Взаимная дополняемость

Установки психики

К. Г. Юнг ввел две установки человеческой психики: **экстраверсия** (мотивирующая сила принадлежит, прежде всего, объектам внешнего мира) и **интроверсия** (человек, прежде всего, черпает мотивации изнутри).

«**Экстраверсия** есть, до известной степени, переложение интереса вовне, от субъекта к объекту» (К.Г. Юнг).

Интроверсией Юнг назвал обращение интереса внутрь, когда «мотивирующая сила принадлежит, прежде всего, субъекту, тогда как объекту принадлежит самое большее вторичное значение».

Другими словами, установки психики показывают, как мы взаимодействуем с окружающим нас миром и куда направляем энергию.

Мир внешний и внутренний

Вот как разбирает юнговские установки Аушра Аугустинавичюте: «*Юнг разделял людей на экстравертированных и интровертированных. При психологически благоприятном климате индивиды по своей внешней активности почти не отличаются. С увеличением психологического дискомфорта одни «интровертируются», что называется «уходят в себя». Это – уход от непризнающих. Другие в тех же условиях «экстравертируются», становятся заметно и неуравновешенно активными в поиске признающих. Эта замеченная Юнгом тенденция стала причиной появления терминов экстраверсия и интроверсия* ».

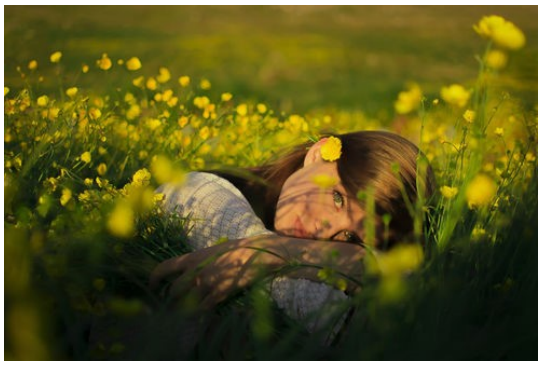


Экстравертная установка сознания предполагает видение объекта с «внешней» стороны. Учитываются свойства объектов, а мотивы, отношения отходят на задний план. Внимание уделяется возможности или целесообразности совместных действий, силе, энергичности объекта.

Объект – объектные взаимодействия — это действия

Экстраверту важнее получить обратную связь с объектом, чем ставить себя на его место. Поэтому для экстраверта характерен внешний диалог непосредственно с человеком, устная речь. Важно знать его мнение для последующих умозаключений и для оценки возможности совместных действий. Разные точки зрения имеют право на существование независимо друг от друга: чужая точка зрения воспринимается как самостоятельный объект, ее не обязательно принимать или отвергать, субъект не обязан с ней взаимодействовать.

Мир воспринимается как сумма объектов. Расширение интереса легче, чем углубление, замечать новые объекты более естественно, чем вглядываться в отношения между ними. Экстраверт не только замечает объекты, но и считается с их правом быть такими, как они есть.



Интровертная установка сознания предполагает субъектный подход к миру. Каждый объект в восприятии интроверта выступает как субъект. Поставить себя на его место – это и есть превращение объекта в субъект.

Субъект – субъектные взаимодействия – это отношения

Поэтому для **интровертов** характерен внутренний диалог, а вместе с ним и письменная речь, ведение дневников. Внесение точки внимания внутрь интересующего объекта. Восприятие мира со своей, в крайнем случае, с его точки зрения. Это способ познания мира для интроверта. В одной картине мира не совмещаются разные точки восприятия. Эти картины как бы мигают. Углубление интереса для интроверта легче, чем расширение, так как вглядываться с одной позиции легче, чем с разных одновременно. Мир воспринимается не как совокупность объектов, а как совокупность отношений, похожих на сеть, где объекты – только узелки.

Объекты и отношения

Для экстравертов первичен объект, вторичны отношения, поэтому экстраверт скорее будет изменять отношения, чем изменять объект. Экстраверты не склонны воспитывать, переделывать. Можно не воздействовать на человека, но поменять отношение к нему или отношения с ним. Если экстраверта не устраивает объект, то он не поддерживает отношения с ним. Объект принимают таким, каков он есть, он «может

только то, что может», воздействовать на него нет смысла. Легче определить уровень взаимодействия с ним.

«*Для экстраверта объекты и субъекты пользуются определенным правом неприкосновенности: другой объект имеет право быть таким, как он хочет. Если он мне мешает, я меняю с ним отношения, но не сам объект. Это потому, что для экстраверта объекты и субъекты – точка опоры сознания. Самовольно изменять эти объекты – это терять точку опоры. При этом рушится мир, что грозит развалом сознанию. Это то же самое, что пилить сук, на котором сидишь. Из-за этого экстраверты болезненно реагируют на разные «перевоспитывания», изменения субъекта против его воли. Экстраверт и так уверен, что все стремятся к самоусовершенствованию* » - пишет Аушра Аугустинавичюте.

Для **интровертов первичны отношения, а объект вторичен**.

Интроверты скорее станут изменять объект, воздействовать на него, воспитывать. Интровертные дела – переделывать одежду, копать землю, преобразовывать природу. Отношения объективны, они могут только уточняться, но не меняться кардинально. Если отношения не устраивают интроверта, то он вытесняет объект из поля зрения. «
Объектом ориентации во внешнем мире для интроверта являются отношения и чувства других людей
» - пишет Аушра Аугустинавичюте - «
Очень важно понять, что сосредоточенность интроверта – это погруженность не в себя, а в отношения внешнего мира. То есть, наблюдение за отношениями между субъектами и объектами, которых он – в противоположность экстраверту – не хочет и не может нарушать
». Поэтому он уверен, что все стремятся к улучшению взаимоотношений.

Аушра Аугустинавичюте писала о том, что

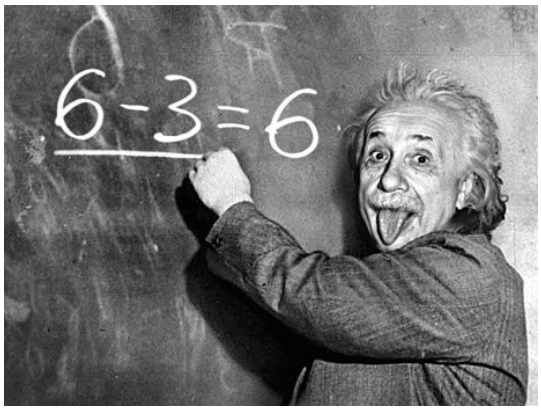
«у экстраверта отношения между людьми по отношению к самим людям – вторичное: отношения должны быть такими, какие нужны людям.

У интроверта, наоборот, не отношения следует приспосабливать к людям, а людей к

отношениям: если появились противоречия, должны меняться люди, их поведение, а не отношения» .

Другими словами, экстраверту легче приспособиться к объекту, а интроверту – к отношениям. «*Ошибочная идея интроверта, что нет незаменимых людей, что человека как винтик, можно менять, как только он нарушает гармонию отношений* ». Перегиб экстравертов в том, что «
любые отношения, которые не подходят личности, индивидуальности, можно заменить
».
На самом деле «
человеку как личности необходима и уверенность в том, что он пользуется уважением и правом быть собой, и уверенность в постоянстве благожелательных отношений с окружающей средой, постоянство в жизни
» - пишет Аушра Аугустинавичюте.

Широта и глубина охвата информации



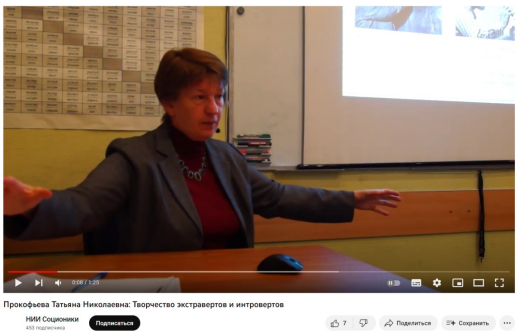
Экстраверты творят новые отношения, **интроверты** творят новые объекты. Поэтому, как пишет Аушра Аугустинавичюте «
качественно новая конструкция появляется лишь в голове интроверта. Но быть творцами качественно новых социальных отношений могут быть только экстраверты, какими и были все классики марксизма
». Ее мысль развивает директор Новосибирского института соционики Н. Р. Якушина, «
интроверты
– изобретатели принципиально новых вещей, экстраверты – синтезируют новое из уже знакомых элементов, их творчество – работа на стыке наук
».

«*Юнг (интроверт) изобрел новую типологию, Аушра Аугустинавичюте (экстраверт) ввела в нее кодирование и обозначила связи между типами. Это привело к созданию теории*

интертипных отношений ».

Справедливости ради отметим, что **интроверт** – может «изобрести велосипед», не интересуясь, что было изобретено до него.
Экстраверты
в своих работах чаще ссылаются на авторов идей,
интроверты
– не принимают новое мнение, пока не ассимилируют его, потом оно уже прочно сливается с их собственным, поэтому могут забыть, кто его автор.

Немного видео по теме:



https://youtu.be/PP5GST9Y16c

О разнице в поведении

Экстраверты	чаще выступают перед большим количеством народа, легче знакомятся с
Интроверт	не стремится открыть

В. В. Гуленко описывает характерные черты экстравертов и интровертов. Он отмечает, что для экстравертов свойственны: активный затратный стиль, открытость.

Экстраверт понимает себя через мнение окружающих, испытывает трудности самосовершенствования, т. к. не очень большое внимание уделяет собственному внутреннему миру. Он не боится противопоставить себя остальным, более заметен в социуме.

Интроверт больше копит, бережет свои ресурсы. Он несколько отделен от мира, может обходиться без обратной связи, но более защищен, т.к. не торопится открыться. У интровертов чаще может быть замыкание на себе, но и самосовершенствование легче. Для них характерна детализация материала, их открытия очень сложны для неспециалистов.

Важное отличие в характерах экстравертов и интровертов отметил А.В. Букалов. Он утверждает, что для экстраверта характерна «*тенденция к сжатию, исчезновению под воздействием объекта*», для интроверта – «*тенденция к расширению, к ассимиляции, подчинению объекта*».

Прокофьев В.Г.*:*

«Для экстраверта: целый мир - его дом.

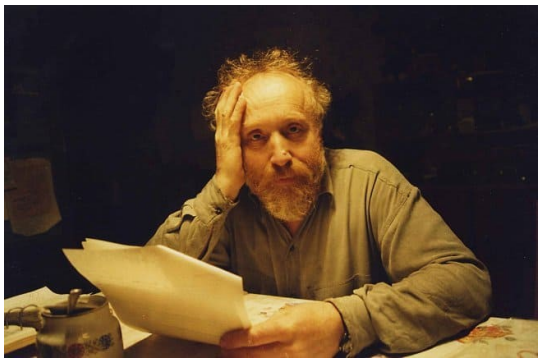
Для интроверта: его дом - целый мир.»

Различия экстравертов и интровертов

Параметры

Экстраверты	

Интроверты



Мотивирующая сила

Принадлежит объектам внешнего мира

Идет изнутри

Преимущественная ориентация

На мир вне себя

На свой внутренний мир

Ценности

Объективная реальность, объекты

Субъективные отношения с объектом

Приоритеты

Дело

Отношения
Поведение
Определяется внешней ситуацией, объективными законами
Определяется собственными установками, субъективными ощущениями
Речь
Легче устная, размышления вслух, обсуждение
Легче письменная, размышления про себя, умолчание
Контактность
Стремятся к поиску объекта, взаимодействию с ним.
Обращают внимание и на себя, и на других
Ожидают включения в контакт, поддерживают отношения.

Ждут, чтобы на них обратили внимание

Динамика

Легче срываются с места, переезжают, разводятся

Хранят семью, компанию, место работы

Взгляд на работу

Как на ответственность за дело

Как на обязанность выполнить положенное

В работе предпочитают

Организовать других, взять ответственность на себя, поручить, расставить по местам

Выполнить порученное своими силами. Уединение, камерный стиль

С удовольствием

Начинают дело
Завершают дело

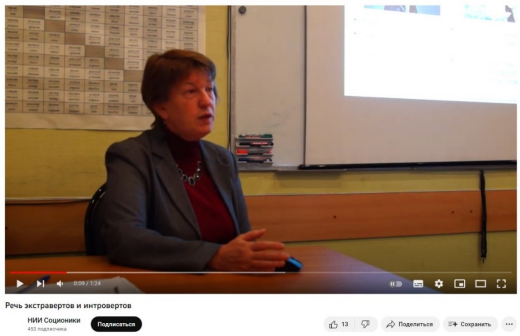
Мотивация к деятельности
Уникальность, престиж
Интерес к работе, благосостояние

Рекламируют
Конкретных людей или себя
Команду, фирму, частью которой является

Источник энергии
Подзаряжаются энергией в общении. Энергоотдача
Предпочитают одиночество для восстановления энергии. Энергосбережение

Особенности общительности

Немного видео по теме:



https://youtu.be/rNMdAL6dKSw

« *В психологической лит* ***экстраверт интроверт*** *х экстравертированный*



Карл Леонгард в книге «Акцентуированные личности» определяет Дон Кихота как интроверта-мечтателя, а Санчо Панса как практического экстраверта. По соционической типологии « *первый полностью обращен к внешнему*

миру, экстравертированный интуитивный тип, второй – очень практичный сенсорный интровертированный » - А. Аугустинавичюте предложила называть такие типы ИМ экстратимами и интротимами.

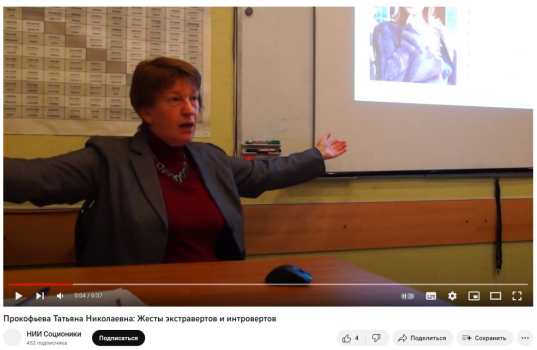
В последнее время в соционике наряду с этими терминами бытуют привычные термины экстраверт – интроверт, но с оговоркой, что они употребляются в соционическом и юнговском смысле, а не в распространенном айзенковском.

Важное уточнение. У Ганса Айзенка эти названия имеют дополнительные прилагательные: *Социально-поведенческая экстраверсия/интроверсия* . При употреблении в такой форме становится понятным, что речь идет о поведении людей в социуме, их общительности. В отличие от Юнга, который четко утверждал, что к общительности-замкнутости эти понятия не имеют отношения.

Известны и другие исследователи, применявшие данный термин. 10-я шкала из самого популярного в мире патохарактерологического теста MMPI названа «Социальная интроверсия». Старк Хатауэй и другие его коллеги из Миннесотского университета, ввели этот термин еще в 30-е годы (еще до самых известных послевоенных работ Айзенка). Аналогичным образом, как и авторы других тестов, трактует свой первый (и главный) фактор в системе 16PF Раймонд Кэттелл, который назвал его «Эксвия – Инвия».

Диагностические маркеры в речи, внешности, поведении

Немного видео по теме:



https://youtu.be/YRXML6TECDs

Экстраверты отличаются широкой жестикуляцией. Даже при хорошем воспитании экстраверт с

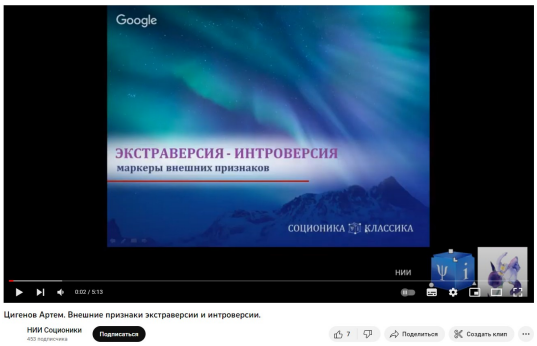




Рис.1. Д. Левицкий. Портрет Е. Дивовой *Рис.2. Д. Веласкес. Дама с веером*

Здесь важно понимать, что диагностика исключительно по внешности – не валидна. Внешность вносит свой вклад в определение ТИМа, но проверять догадку необходимо с помощью других методов диагностики.

Видео-лекция "Диагностические маркеры внешних проявлений признаков"



https://youtu.be/ENoBVOUA8uw

Экстраверты отличаются широкой жестикуляцией. Даже при хорошем воспитании экстраверт с

Взаимная дополняемость экстравертных и интровертных типов



Возврат на Базис Юнга