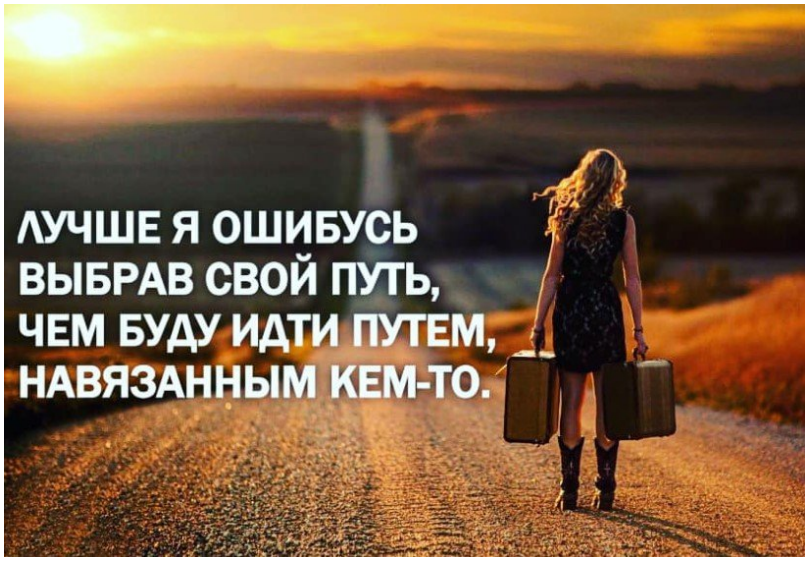
Ерина Т.Г.



Аннотация.

Пишу эту статью и думаю, что и как может оказывать влияние на нас наперекор нашему естеству, нашим природным способностям, тем самым заставляя нас делать не оптимальный, не лучший ни для себя, ни для своего ближайшего окружения выбор.

Как непонимание себя может неблаготворно отражаться на здоровье, на личной жизни, в профессиональной деятельности.

Ключевые слова: *Соционика, самоанализ, Дон Кихот, Драйзер, соционические функции*

Мой подростковый возраст прошел очень трудно. После маминой смерти, мне было 12 лет, отношения с близкими плохо складывались, отец на меня обижался, когда что-то не так говорила, напивался, орал и угрожал. Бабуля всегда была недовольна не понятно, чем. Примерно до 14 лет мне не с кем было разговаривать. Дома меня все во всем обвиняли. Такая атмосфера гонений в родной семье пришлась на мой подростковый возраст, что привело в 13 лет к попытке суицида. После этого близкие стали со мной разговаривать как с человеком. И отношения немного наладились.

Но я замкнулась. Общалась с родителями подруг, с соседями. В общем расспрашивала взрослых, чужих людей как надо жить. Тем не менее временами прорывались и злость, и агрессия. Я забыла, как это можно просто улыбаться. Доходило до того что, иногда люди или обходили меня стороной, или во всем уступали, видя по моему внешнему виду: "Если не будет по моему, тебе станет плохо".

В 14 лет со мной стала разговаривать моя родная тетушка, я немного открылась, и поняла, что есть шанс выжить в этом мире.

Очередной раз углубившись в самоанализ я осознала, что с детства плохо понимала в отношениях, не понимала, почему люди обижаются. Все от меня чего-то хотели, то улыбнуться надо, то сказать повежливей, то еще чего-то. Когда мои отношения с мужем

разладились, я ничего не понимала, почему? Я применяла разные способы, ничего не помогало.

С раннего возраста я начала читать книги по психологии. Одной из первой была книга Д. Карнеги. Мне пришло понимание, что со всеми людьми можно договориться при хорошем к ним отношении. Относись к людям так, как хочешь, что бы они относились к тебе.

И я выработала в себе такую манеру поведения, что бы ко мне не могли придраться. Работу я выполняла хорошо, дисциплина у меня была на отлично. Поэтому, если кого-то, что-либо не устраивало ему нужно было обосновать свое недовольство. А если оснований и обоснований не было, я просто переставала общаться с человеком вообще, либо ставила в режим игнора на какое-то время.

Мне всегда было проще отказаться от отношений, от человека, нежели что-то выяснять.

Однажды я услышала разговор между коллегами, про то, почему на кого-то действуют одни методы воспитания, подхода, а на кого-то те же самые методы не действуют.

Меня это заинтересовало, я подошла, чтобы узнать подробнее, и мне рассказали про новую науку, которая называется соционика. Благодаря соционике, можно определить свой психотип, а также психотип окружающих и учитывая интертипные отношения найти подход к людям.

Мне стало интересно, к какому же типу я отношусь, потому что родная бабуля всегда мне говорила, что я другой породы.

Мне очень хотелось узнать, почему же я, с убеждением того, что к любому человеку можно найти подход, не могу его найти к своему мужу. Я записалась на типирование, не смотря на то, что с деньгами как всегда было плохо, хотя я уже вышла из декрета на работу. Но на такое дело я нашла денег. И в 2012 году в одной из соционических школ в я была протипирована в ЭСИ.

На типировании мне сказали, что я белый этик, сенсорик с болевой интуицией возможностей. У меня были большие сомнения по поводу сенсорики и этики, т.к. к этому времени я уже много прочитала и про тех и других и свято верила, что я интуит и логик, но меня убедили в обратном.

Со временем я развелась с мужем. Муж не верил, что я решусь на такой шаг, как развод, потому что даже при живом отце я чувствовала себя сиротой и мне не на кого было положиться.

Я начала свой путь с чистого листа. Я нашла работу с высокой, на тот момент, заработной платой и пошла изучать курс соционики.

Поскольку на курс по соционике нужно было ездить в другой город, я договаривалась со всеми с кем только можно, чтобы оставить свою маленькую дочку и самой где-то переночевать.

Лучшая подружка, стала переживать и отговаривать меня от похождений на эти странные сборы по вечерам. Но мне было все равно на уговоры, я знала, что делаю. Я поняла, что это возможность для меня, чтобы двигаться вперед.

Когда я впервые попала на тренинг, мне было страшно от новых людей. Но когда я поняла, что они адекватные мне стало легче. Сам курс давался тяжело, но мне очень понравились люди, которые посещали курс вместе со мной. Нравилось их слушать и наблюдать за ними, они были креативные, интересные, веселые, добрые. Мне хотелось стать похожей на них и научиться так же свободно общаться. Для меня открылся мир совсем с другой стороны. Я приобрела много новых знакомых, они были какие-то другие.

Меня определили в квадру Гамма. По теории при большом количестве логиков в группе я как этик должна была бы их поддерживать. Но я совершенно не понимала, что мне нужно делать, что мне нужно говорить. Я должна была их слушать и задавать вопросы как дуал. И еще, как этик я должна была им улыбаться. И при этом чувствовала себя дурой, и не правильным, не воспитанным этиком. Поэтому я пошла путем, которому меня

научила моя бабуля: «Молчи, за умную сойдешь» - я так и делала.

В дополнение, думая, что я также сильный черный сенсор, я стала подгонять себя под этот тип. Но многое не сходилось.

Тем не менее, начитавшись определений про ЭСИ, строгого моралиста, негативиста, воспитателя, заботливого сенсора я стала себя так вести. Но улучшений в жизни никаких не происходило.

Потом я попала на тренинг по развитию сильных функций ЭСИ это БЭ и ЧС. В нем говорилось про позитивное мышление, про любовь к себе, про то как должен себя вести человек с сильной ЧС. Мне дали материал для тренировки, в нем говорилось, что результат должен быть не раньше, чем через месяц, или два.

Я задалась целью, и стала ежедневно вставать с позитивной мыслью, улыбаться себе в зеркало, ходить с поднятой головой. Я работала с убеждениями и установками, переделывая все на то, что: «Хорошо, что это случилось сейчас» и т.п. Примерно через месяц, я стала замечать, что не такие уж все плохие, как казались. Стали налаживаться отношения в коллективе. Мне стало это нравится, стало проще общаться с людьми. Стали происходить хорошие события. Я поняла, что по большому счету многое зависит от нас самих.

Со временем я решила, что помимо основной работы я хочу иметь хобби, которое наполняло бы меня, развивало и приносило дополнительный доход.

Несколько раз я принималась за соционику, но поняла, что мне не хватает теоритических знаний, понимания и практических подходов.

К этому времени у меня уже был сертификат коуча и диплом психолога. Была практика коуч-сессий, понимание того, как нужно выстаивать диалог с человеком. Так же небольшая практика соционических интервью.

Чтобы углубиться в теорию и практику я приняла участие в учебном курсе НИИ Соционики.

В программу курса не входит типирование участников, но в качестве работы над собой требуется выполнить несколько целевых упражнений по самоанализу (и, как и по всем другим домашним заданиям получить обратную связь от тренера).

Сначала полученная обратная связь меня возмутила, потом заинтриговала. Я выдвинула несколько версий каким типом я могу быть, но продолжая выполнять задания по самодиагностике, я получала от Виктора Григорьевича (нашего преподавателя) все новую обратную связь, которая способствовала росту моих сомнений в типе ЭСИ.

Так на протяжении курса шел и углублялся мой самоанализ. Сначала я стала четко понимать, что я экстраверт. Дальше больше … В конце концов я рассказала всем, кому только можно было, что я не ЭСИ.

Вот, результаты проведенного мной самоанализа

1. Моя базовая функция - ЧИ

Семантика аспекта функции: вдруг, поиск, суть, замысел, целостное восприятие, возможность, шанс, внутреннее устройство, выбор, способность. [1]

Я умею пользоваться возможностями, которые предоставляет жизнь, вселенная. Знаю, что все происходит не просто так.

Если вдруг, случалось так что меня сокращали с работы (три раза), то я особо не переживала, потому что знала, что без работы не останусь. С предпоследнего места работы меня сократили, и я не хотела больше идти работать в бухгалтерию, но каким-то чудесным образом, происходит так, что у подружки на работе увольняется одна девочка, и подружка предлагает «просто сходить пообщаться и посмотреть, мало ли». Я ради интереса пошла на собеседование, и даже не поняла, почему меня взяли, без опыта работы на производстве.

Меня буквально вселенная туда засунула. Мне стало интересно, почему я там оказалась. Спустя какое-то время, я поняла, что в данной организации большая часть коллег из первой квадры. Руководство в том числе. Таким образом я наглядно узнала, как работают интертипные отношения одной квадры в организации.

Не могу однозначно давать ответы, что вот так и никак по-другому. Когда мне задают вопрос (это может быть беседа, собеседование, то же самое типирование) у меня в голове возникает масса вариантов, я иногда подвисаю от этого, начинаю рассуждать: смотря с какой стороны посмотреть, потому что ситуацию можно рассмотреть с разных сторон, учитывая разные обстоятельства и т.д. Не люблю тесты, которые касаются личности, потому что в тестах ограниченные ответы.

Когда я работала в крупной организации, через какое-то время, я стала понимать всю структуру, у меня появилось целостное восприятие этой компании. Если что-то происходило (ошибка, конфликт и т.п.) я знала откуда ноги растут, т.к. мне была понятна вся взаимосвязь процессов. (Кстати об этом я рассказывала на самом первом типировании).

Пример с собакой J. Как я рассуждала, тогда, когда решила завести собаку в однокомнатную квартиру: я буду с ней гулять и буду знакомится с людьми, которые тоже гуляют с собаками. Собаку я рассматривала, как возможность на новые знакомства. В то время я занималась сетевым и мне нужны были люди.

Пример с квартирой в ипотеку: Я работала в организации из которой хотелось уволиться, т.к. было не адекватное руководство, но зарплата была большая. Я рассуждала так, что пока я здесь, а это шанс и хорошая возможность взять квартиру в ипотеку, нужно брать! В голове у меня было несколько вариантов на случай, а вдруг что-то пойдет не так. Я взвесила все за и против, и купила квартиру в ипотеку.

2. Моя творческая - БЛ

Семантика аспекта функции: анализ, закон, иерархия измерение, классификация, понимание, порядок, право, расстояние, система, структура, дистанция, систематизировать. [1]

Если я устраивалась на новое место работы, меня не пугали новые программы, я знала, что я разберусь в них. Когда меня спрашивали: «А вы работали в 1с?» Я отвечала: нет, но у меня нет проблем, чтобы разобраться в новой программе, и я разбиралась и работала …

Пример с работой: Проработав какое-то время в компании, я начинаю понимать систему работы, и, если есть какие-то затыки, а они есть в любой организации, я начинаю критиковать всю систему или ту часть, из-за которой «что-то пошло не так». Если мне задать вопрос, почему так происходит? То ответ будет критикующим со всеми подробностями: почему так происходит и откуда ноги растут, и что нужно при этом делать.

Много анализирую: свои действия, какие-либо ситуации. Делаю выводы, корректирую свое поведение. На работе отчитываюсь, основываясь на положения, приказы, инструкции, законы, письма Минфина и т.д. Например, чтобы спросить с какого-либо подразделения, мне нужно основание и не голословное.

Про законы. Я всегда буду помнить историю, когда я была беременна. Мне моя

начальница навешивала работу, мы с ней воевали до моего декрета. Не помню точно, как я пришла к этому, что купила трудовой кодекс, нашла все пункты, на которые имею право, и показала ей, что мол вот! Имею право! А вы нет!

Что еще хочу сказать по поводу блока ЭГО в целом? Раньше, когда со мной происходили какие-нибудь неприятные ситуации, то я все время задавалась вопросом: За что? (И это уводило меня в семантику БЭ)

Потом, я узнала, что надо задавать вопрос: Для чего? И когда я начала задавать себе этот вопрос, мне стали приходить ответы. Жизнь стала складываться по-другому. Я поняла, что многое зависит от нас самих.

Поэтому, когда что-то происходит, мне нравится разгадывать для чего мне дана такая ситуация, какая бы она не была. После того, как я нахожу ответы, происходит озарение и мне хочется рассказать всем, кого я знаю, что не так все плохо. Что если с тобой происходит вот это – значит это для чего-то. Умею оценивать ситуации. Для того, чтобы понять какую-либо ситуацию, я разбираюсь, почему так происходит, умею разъяснить людям, почему происходит так или иначе, из-за чего возник конфликт, почему именно такой результат.

Целостное видение и понимание ситуации – сильные стороны работы блока ЭГО ИЛЭ-та.

Что еще можно сказать анализируя эти тексты?

Очевидно, что я могу отнести себя к «исследователям» (из тетратомии «Клубы»).

Это подтверждают наиболее яркие соответствующие проявления: «Сначала полученная обратная связь меня возмутила, потом заинтриговала. Я выдвинула несколько версий каким типом я могу быть…», «Мне стало интересно, почему я там оказалась.», «когда что-то происходит, мне нравится разгадывать для чего мне дана такая ситуация»

«И радость познания истины» – это прям про меня! Узнать истину! Узнала – счастье!

3. **Моя ролевая функция - ЧС**

Семантика аспекта функции: власть, влияние, внешний вид, воля, желания, красота, масса, мобилизованность, сила, тактика, территория, форма, цвет, статус, владение [1]

Умею: Умею красиво выглядеть. Моя поговорка: встречают по одежке, провожают по уму. Поэтому в новых ситуациях стараюсь, чтобы внешний вид соответствовал. Люблю производить впечатление внешним видом. Иногда меня напрягает подготовка к какому-либо событию, я трачу огромное количество энергии, сил, времени на поиск подходящей одежды, обуви и т.д. А потом оказывается, что можно было ко всему отнестись гораздо проще, даже чувствую себя как то неловко. Сейчас, я стараюсь относиться проще, когда иду на какое-то мероприятие и понимаю, что это правильный подход.

Но бывает настроение, что как хочу, так и выгляжу J

Ну и не в новых ситуациях тоже нравится хорошо выглядеть.

Научилась отстаивать свои границы, не люблю, когда лезут на мою территорию. Если вдруг посягают, приходиться отстаивать свою территорию, свои границы. Но для меня это очень энергозатратно. Не терплю когда на меня давят, что-то навязывают.

Умею держать психологическую дистанцию, если человек нужный, то дистанция короткая. Если нет (страшно и не красиво звучит конечно), либо устала от человека – то

дистанция увеличивается. Это проявляется в отсутствии интереса, в сокращении совместных действий (куда-либо сходить вместе), ограничивается общение.

Сама не всегда понимаю чужие границы, сейчас стараюсь осознанно к этому подходить.

4. Моя болевая функция (ТНС) - БЭ

Семантика аспекта функции: добро-зло, любовь – ненависть, мораль, нравственность, притяжение – отталкивание, симпатии – антипатии, чуткость, взаимоотношения, человечность, чувства. [1]

Я теперь осознала, что, когда мне задавали вопросы непосредственно про конфликтность и еще про что-то в этом роде, я подвисала. Не понимаю ничего в отношениях, не понимаю, как ко мне относится человек, не люблю конфликты. Я всегда звонила подруге, рассказывала, что происходит, а она мне говорила кто и как ко мне относится и что с этим делать.

А в мою сторону слышала реплики: беспардонная; рисковая; наглая; думай, чего говоришь; на одну фразу сто слов, молчи за умную сойдешь. Ты слишком прямолинейная. Ты в людях ничего не понимаешь. Ты понимаешь, с кем ты разговариваешь? Работай над собой; ты там не ругайся; учись общаться с людьми (реплика от мужа); т.е. целый список этичности, ничего не скажешь J.

И я работала. Не могу сейчас подсчитать, сколько часов и дней я тратила на попытки достижения понимания и в отношениях, и в людях, и в душевности и в этике. Это и отразилось на результатах той начальной соционической диагностики. Наблюдая мою «озабоченность» этими вопросами, мне сказали: «Ты же сильный белый этик!» А моя самооценка падала в минус, потому что я не знала, что с этим делать. С дуалами «ЛИЭ» общение не складывается, все время жду от них чего-то, а они по всей видимости от меня.

Улыбаться не умею. Какая-то я не такая, думала я. Похоронила личную жизнь, потому что совершенно не понимала, какой человек мне нужен. После того как подруги жаловались на мужей, я с ними разбирала их отношения, но, если они не предпринимали никаких действий и при этом продолжали жаловаться, я срывалась на них, не мягко так скажем. Меня это сильно выматывало, иногда я восстанавливалась по долгу – месяц минимум! И думала, да что же это за этик я такой? Почему меня выматывают эти разговоры!

Поэтому, каждый год, 31 декабря все готовятся встретить Новый год, а я без сил и ненавижу всех людей!

Я вообще не понимала, как все это происходит. На тренингах по соционике говорили, какой ЭСИ душевный, знает где и что сказать, умеет сказать так, чтобы не обидеть и наоборот, знает подход к людям. Так вот я себя всю приписала к этому наоборот. Я не понимала, что не устраивает моих руководителей (слабая этика плюс демократия), я звонила подруге и жаловалась какие все плохие, что меня хорошую никто не понимает, нервы сдают. В такие моменты я начинала закрываться. Мне становилось плохо, когда ко мне обращались, потому что не знала во что выльется разговор, в очередной конфликт или нет. Люди и отношения с ними самое больное место, из-за этого у меня был сильный нервный срыв, после которого я долго восстанавливалась. Год была на антидепрессантах. Отношения не клеились везде: в семье, на работе, в личной жизни. Но, если обстановка совсем накалялась (прижали к стенке), то я начинала действовать в своих интересах: изучала права и обязанности работодателей и сотрудников, изучала трудовой кодекс, ходила по инстанциям в виде трудовых инспекций. Сейчас я могу это не только понять, но и назвать. Я неосознанно включала в работу соционический подход: использование диагонального императива – переход из болевой БЭ в творческую БЛ. [2]

Т.е. анализ работы 4-й функции в модели показал ярко выраженную болевую функцию БЭ ИЛЭ, т.е. очевидную нестыковку с типом ЭСИ. ЭСИ программный сильный этик.

А между тем вышеупомянутый негатив во мне накапливался. И все чаще проявлялся именно от разговоров о душе, совести, моей личности, об отношениях и т.п.

Мне объясняли, что ***«это яркое проявление негативизма»***. А ведь именно ЭСИ – негативист. И я смирилась с этим понятием, но все равно не понимала, почему же я сначала обращаю внимание на плюсы.
Теперь, я хорошо понимаю причину моих сомнений и уже с уверенностью опираюсь на признаки Аугустинавичюте-Рейнина, на их диагностические маркеры.

_____

Негативисты:

«… больше ориентируются на «подводные камни», потери, положительные стороны проясняются позже.»

Позитивисты:

«… больше ориентируются на позитивные стороны ситуации, отрицательные стороны проясняются позже.» [3]

_____

Когда случается, что-то, я первым делом обращаю внимание на хорошее, как будто горизонты открываются. Даже если происходит что-то страшное, я с улыбкой на лице об этом рассказываю. Через пару дней мне плохеет от осознания произошедшего, если это действительно что-то серьезное. Когда на этом первом типировании мне задали вопрос: как ты отреагируешь, если муж потеряет работу? Как сейчас помню, ответила: нормально, другую найдет, может даже лучше! На что мне был ответ: да, так и происходит, ЭСИ спокойно отнесется, всегда поддержит словом в трудной ситуации. Мне этот ответ был не понятен, но с чем тут спорить, я же пришла за истиной. Про себя подумала, а как по-другому? Если муж потеряет работу, какая должна быть реакция? Истерика? И ответила: ну да, конечно поддержу. Сейчас я свои те ответы интерпретирую совсем по-другому, как ответы позитивиста.

Я позитивист!

Еще один признак также вызывал у меня серьезные сомнения – **рациональность** ЭСИ.

С детства люблю что-нибудь записывать, раньше я составляла список субботних дел, что нужно сделать по дому, делала и вычеркивала – иначе просто забывала, например, почистить зеркала. Поэтому выбрала себе такой удобный способ. Со временем, я перестала составлять планы. Потом вернулась к этому. Но мне жутко не нравится действовать строго по списку. Я знаю намеченные дела на неделю, и делаю их в хаотичном порядке, мне так интереснее.

От занудной бумажной работы меня начинает подташнивать в прямом смысле. И если меня с такой работы сдергивают, я легко переключаюсь, если задание не высокой важности.

Мне говорили, что рационалы дочитывают книгу до конца, возможно раньше так и было, я и не читала особо, и когда я начала развиваться, у меня появилось много книг в разных направлениях по развитию личности, а дочитанных до конца мало. Могу читать параллельно несколько книг.

В разговоре перескакиваю с темы на тему, иногда ловлю себя на этом, уточняю: «ты понимаешь о чем я говорю? J». Когда меня познакомили с «дуалом» ЛИЭ, у нас были проблемы в общении, он иногда хватался за голову и говорил: «Ты все время перескакиваешь с темы на тему, я не могу уловить твою мысль!»

Могу все бросить и сорваться с места, даже если чем-то занята. Мне всегда было не понятно, почему я как рационал так делаю? Мне хотелось всем рационалам сказать: да ладно, спонтанность — это же так круто! Интересно же, куражит иногда, да лучшие встречи — это когда спонтанно! Иногда были разногласия с подругой, с которой якобы мы деловики (Я же ЭСИ, а она ЛСИ) – она мне высказывала, что я говорю одно, делаю другое, что она считает себя дурой в каких случаях со мной. Я начинала думать, что же я не так делаю, загонялась иногда.

Я иррационал!

И еще про один признак базиса Юнга **«сенсорика-интуиция»**:

Практически всегда я вижу картинку целиком, потом начинаю замечать детали. Частенько зависаю в каких-то параллельных мирах. Могу быть и здесь, и параллельно еще где-то. Знаю свой взгляд в никуда, меня ребенок любит возвращать обратно J: маааам, ты где?

Мне это сильно мешало и мешает моей работе, я работала над этим, смотрела специальные фильмы, читала книги про осознанность. Сейчас я знаю, что мне с этим делать, и как опереться на свою сильную интуицию, и как вернуть себя в здесь и сейчас! Я плохо ориентируюсь в пространстве, постоянно во что-нибудь врезаюсь: углы, столы стулья. Когда стою, мне надо облокотиться обо что-нибудь, иначе я падаю J. Если я захожу в большое помещение, где акцент на мне, могу растеряться и не понимать куда мне нужно встать, даже может закружиться голова. Я думала, что все это особенности организма.

Я больше люблю, чтобы обо мне позаботились, чем заботиться сама (осознала я это позже). Поскольку мне сказали, что я сенсорик, и я без слов на деле забочусь обо всех, я согласилась. Потому что мне с 12 лет приходилось готовить (заставлял отец, да и выбора особо не было готовить или нет). Готовить какие-то разнообразия я не умею и до сих пор, но готовлю вкусно. Могу долго есть однообразную еду. Я легко справляюсь с бытом, веду бюджет, занимаюсь ребенком. Умею заботиться о близких. В мое понимание заботы о близких входит: чтобы были все сыты, что бы было дома чисто, поговорить, провести вместе время.

Но когда настает момент (каникулы у дочки, она, например, уехала) то я счастлива, что мне не нужно готовить, и я осознала, насколько меня это выматывает иногда. У меня была не стыковка в том, что я всегда любила, что бы меня накормили, мне нравится приезжать в гости к подруге, у них очень комфортные подушки, одеяла, меня всегда накормят и рада как ребенок! Когда меня зовут в гости и говорят: приходи будет много вкусного! То я скорее приду J. Мне важен комфорт, уют. Сама я его не умею создавать. Нестыковка с ЭСИ: ЭСИ сенсорик. И стыковка с ИЛЭ, ИЛЭ - интуит.

Я интуит!

И последний признак из базиса Юнга: «**Экстраверсия-интроверсия**»

Я не могу долго находиться без общения. Например, если я отдохнула (выспалась, сделала, то что не успевала), то я начинаю кому-нибудь звонить. Либо назначать встречи. Когда я была в декретном отпуске, у меня много денег уходило на сотовую связь, без общения я не могла. Мы как раз переехали с мужем в другой город (область) и я там никого не знала. Я очень сильно страдала от этого, потому что общаться там никто не хотел, все сидели в огородах. Я ходила по улицам и искала мамаш с детьми, чтобы пообщаться, но никого не было. Иногда выходили погулять две соседки, вот было счастье! Поэтому я общалась в магазине с продавцами, либо на рынке. Всегда знала, что я экстраверт. При расспросах даже малознакомых людей обычно готова о себе все рассказать! Стыковка с ИЛЭ, ИЛЭ - экстраверт.

Я экстраверт

А теперь, вернемся к продолжению самоанализа по модели А:

5. Моя суггестивная функция (белая сенсорика).

Семантика аспекта функции: гармония, «здесь и сейчас», здоровье, качество, комфорт, приятность, самочувствие, удобство, удовлетворенность, уют, эстетика. [1] .

Про здоровье. Раньше по каждому поводу ходила ко врачу. Поскольку, после маминой смерти, питались мы с братом где кто мог, то я себе заработала «хорошие проблемы» с кишечником. Научилась я питаться правильно, после 35 лет. Как вспоминает моя хорошая знакомая, с которой мы работали с 2003 по 2005гг и до сих пор дружим, что я жила на одних макаронах и кофе. Подруга рассказывает, что я в голодные обмороки падала. Такая была жизнь.

Не умею создавать уют: шторы, занавески и все остальное... Это не про меня. Уют в моем доме появится тогда, когда рядом будет сильный БСник :) . Что касается еды, это не обсуждается. Как я писала выше, я готовлю вкусно, но без изысков.

Помню было мне 24 года, я захотела испечь блины, спросила рецепт у тетушки. Начала печь и ничего не получилось, вода водой! Оказалось я не положила муку. Когда тетя меня спросила, сколько муки я положила, я ответила: ты про муку ничего не сказала!

6. Моя Референтная функция (черная этика).

Семантика аспекта функции: возбуждение, настроение, обида, паника, переживания, плач, побуждение к действию, радость, романтизм, смех, тревога, эмоции людей, энтузиазм. [1]

Я очень эмоциональна. После того, как я проработала эмоциональный интеллект, мне стало многое понятно. Раньше я думала, что я мало-эмоциональна, оказалось, что наоборот. После того, как я осознала, что я ИЛЭ я стала больше проявлять себя, шутить, эмоционировать в хорошем смысле. Я поняла, что эмоции придают мне энергию.

Я вспомнила, какое я почувствовала наполнение после общения с одной девочкой, с которой мы давно не виделись и очень эмоционально пообщались. Я хорошо помню и другой случай, когда мой молодой человек спел мне песню.

Раньше, когда мы жили в частном доме, у меня всегда играла музыка. Уроки я делала под музыку, когда мне становилось грустно я включала музыку и танцевала. И сейчас, когда мне нужно оживиться или же я что-то делаю, бодрая музыка мне в уши, сразу поднимается настроение.

7. Моя Ограничительная функция (белая интуиция)

Семантика аспекта функции: время, история, отношения поколений, планирование, прогноз, прошлое-будущее, развитие процессов во времени, ритм, скорость, спешка. [1] .

Не люблю разговоры о судьбе, в судьбу не верю! Считаю, что каким путем пойдешь, так и сложится.

Раньше не умела чего-то ждать. Я имею ввиду, что сразу брала и делала, мне не хотелось выжидать, мне казалось я теряю время, а только потом, например, понимала, что если бы я немного подождала, то все сложилось бы гораздо лучше, выгоднее, правильнее. Позже я научилась брать паузы, выжидать более удобного момента. Если раньше временные рамки на меня давили, сейчас я стала проще к ним относиться, и теперь спокойно прихожу тык впритык, и это меня не нервирует. Если нужно включить режим ожидания, беру таймаут. В помощь мне медитации.

Так же не люблю, когда мне составляют какие-либо прогнозы. Считаю я сама себе прогноз J!

8. Моя Реализующая функция (черная логика)

Семантика аспекта функции: выгода, движение, действие, знание, метод, механизм, польза, поступок, работа, разум, технология, факт, целесообразность, экономика. [1] .

Если нужно что-то сделать, беру и делаю. Например, если я знаю, что близкому человеку нужна помощь в быту например, то я еду и помогаю: навела порядок, сходила в магазин, приготовила еду. Когда была машина, то как вариант отвезти, привезти.

Нужно было переехать из другого города: позвонила в садик, договорилась тут и там, ребенка устроила, собралась и переехала.

Нужно было переехать на съемную квартиру, позвонила в школу договорилась, ребенка устроила, собралась и переехала.

Как говорила мне бабуля, что я никому ничего не сказала, а взяла и сделала.

На одной из работ я работала с регионами, как куратор в рамках своей зоны ответственности. Мне нравилось составлять им инструкции и объяснять, как и что делать.

Еще несколько слов о **квадральных ценностях**

Ассоциации с мировосприятием типов первой квадры – это «*воздух, весна, утро, детство*

» [4] – это тоже мое! Кроме детства. А может и детство, помню примерно 5 лет назад, мы ходили в батутный центр с детьми. Я там прыгала на батутах, прикольно было.

*«**Цвета «альфийцев**: ... мягкие, пастельные. Часто используются лёгкие ткани и драпировки различных оттенков светлых тонов в сочетаниях с белым. Голубые, бирюзовые, фисташковые тона, розовые, персиковые оттенки. Встречается насыщенный бордовый – цвет королевских мантий, глубокий синий, индиго. Присутствуют акценты желтого и оранжевого как краски радости, солнечные оттенки»* . [4]
.

В цитируемой статье на фото интерьеры альфа, моему глазу ближе, чем интерьер гаммы, который почему-то отвергается внутренне.

Выводы

Можно еще много и долго продолжать, рассматривая проявления других признаков Аугустинавичюте Рейнина, малых соционических групп …

Но пора переходить к выводам.

Теперь мне многое стало понятно. Я очень рада, что попала в окружение интересных, целеустремленных людей, благодаря которым стала читать много развивающей литературы, стала практиковать медитации. [5,6]