



ОБСЕССИВТИ-КОМПУЛЬСИВТИ ТҰЛҒА ТҮРІ

ОБСЕССИВТИ-КОМПУЛЬСИВТИ ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «қадағалау» және «тиіс», «қажет», «керек».

Бұл адамдар мақсатына жету жолдарын соншалықты мұқият таңдайды, тіпті оны табуды да мақсатқа айналдырған. «Тәртіп» бірінші орында

Өзі туралы не ойлайды: Өздерін өзі және басқалар үшін жауапты деп санайды. Мақсаттарына жету үшін өзіне сенімді болуы керек деген пікірді ұстанады. Олар перфекционистік ар-ожданына жауапты.

Басқалар туралы не ойлайды:

Өзге жандарды тым жеңіл, өз қалауларына және әрекеттеріне жауапсыз деп санайды.

Олар әлсіз тұстарын көрсетпес үшін басқаларға "керек" сөзін жиі қолданады.

Эмоциялар: Перфекционистік стандарттарына сай бұл адамдар әсіресе өздерін және басқаларды өкіндіруге, ренжітуге және жазалауға бейім. Стандарттан тыс әрекет көрсе уайымға беріліп, алаңдаушылық танытады. Қандай да бір іс-әрекетті өзінше “сәтсіздік” деп балап, депрессияға батуы мүмкін.

ОБСЕССИВТИ-КОМПУЛЬСИВТИ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер: «Маған тәртіп, жүйелер мен ережелер қажет», «Егер менде жүйе болмаса, бәрі құлап кетеді», «Жұмыстағы кез-келген кемшілік құлдырауға әкеледі», «Егер мен немесе басқалар жұмысты ең жоғары стандарттарға сәйкес жасамаса, біз сәтсіздікке ұшыраймыз», «Егер мен осыны жасай алмасам, онда мен жолы болмаған адаммын»

Олар қолданатын сенімдердің императивтері :

«Мен жағдайды басқаруға тиіспін», «Мен бәрін тек дұрыс жасауым керек», «Сіз осыны менің айтқанымдай жасауыңыз керек», «Ұсақ-түйектер де өте маңызды», «Адамдар жұмысты барын салып жақсы істеуі қажет», «Мен барлық уақытта өзімді (және басқаларды) жылдамдатуым керек», «Адамдар болашақта қателіктерге ұрынбас үшін сынға түсуі керек». «Неліктен олар мұны дұрыс жасай алмайды?»

Стратегиялары: негізгі стратегиясы стандартты жүйелер мен қатал ережелер және «не істеу керек» деген идеялармен байланыстылар. Ережелерді бір тәртіппен қолдана отырып, басқалардың жұмысын өзінікіндей бағалайды. Олар мақсаттарына жету үшін басқа адамдардың мінез-құлқы мен өз мінезіне де барынша бақылау орнатуға тырысады. Өзін әртүрлі "міндетті" және өзін-өзі сынау арқылы қадағалауға тырысады ал, басқа адамдардың мінез-құлқын шамадан тыс басқару не келіспеу арқылы жазалауға тырысады

ДЕПРЕССИВТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

ДЕПРЕССИВТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Мұнда қуанатындай ештеңе жоқ», «Қанша тырыссаңыз да, ештеңе өзгермейді», «Мен әдеттегідей төмендемін»

Өзі туралы не ойлайды: Ол сирек ләззат алады, жағымды іске әрекет етпейді, ішінара оған ештеңе ұнамайды. Өзін жиі кінәлі сезінеді және өзін бағаламайды. Мұндай адамдарға барлығы одан күш-қуатын алатындай, өмірді азапты, қиын етіп көреді. Мұндай әлсіздігі мен осалдығына мойынұсыну кәсіпте жетістікке жетуге кедергі келтіреді.

Басқалар туралы не ойлайды: Олар қоғамды ұнатпайды, ал басқа адамдардың компаниялары оларды шаршатады. Өздерін қызықсыз сұхбаттасушы ретінде санайды. Бұл белгілер барлық депрессиялық тұлғаларға тән деп айтуға болмайды. Көпшілігі өте адал, көп жұмыс істейді, бәрін мүмкіндігінше жақсы жасауға тырысады, кәсіби немесе отбасылық ортаға қамқор болып келеді.

Эмоциялар: Олар әрдайым дерлік пессимистік ойда жүреді. Кез-келген тақырыпта ол отбасы, жұмыс туралы не басқа да ойлар болса ең алдымен теріс жағы мен қиындық ықтималдылығын ойлап тұрады. Әдетте олардың бет әлпетінде қайғы мен алаңдаушылық көрініп тұрады. Бұл жандар мұнды көңіл-күйде жүреді.

ДЕПРЕССИВТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер:

Өзіне теріс көзқарас: «Мен биік емеспін»;

Айналасына теріс көзқарас: "әлем қатал және әділетсіз»;

Болашаққа теріс көзқарас: "мені және менің жақындарымды қиындықтар күтеді».

Осы аталған теріс көзқарас үштігі депрессиялық триада деп аталды. Бұл тек депрессияға бейімдерде ғана емес, сонымен қатар депрессиядағы адамдарда да кездеседі

Стратегиялары: Қолынан келетін іс үшін сырттан көмек, қолдау іздемейді. Ерік күшіне сенеді. Әрине, олардың күші сарқылады, бірақ бір қуаттанып алсам барлығы дұрысталады деген ойда болады. Айналасындағылармен жиі пікірлеседі, дегенмен кеңестерге құлақ аспайды. Олар өздерін жаман сезінуге дағдыланған, жақсы сезінудің не екенін елестете де алмайды, сондықтан олар өзгерісті қаламайды.

Қиындықты өз мойныммен көтеріп жүрмін деген ойлары арқылы өзін-өзі сол әрекеті үшін жоғары бағалайды.

МАЗОХИСТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

МАЗОХИСТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Неге сен емессің... Иә, бірақ ...».

Көну - негізгі масохистік белгі.

Өзі туралы не ойлайды: «мен лайықты емеспін, кінәлімін, қабылдамай тастадым, жазаға лайықмын» .

Басқалар туралы не ойлайды: «Егер мен құрбан болуға көнсем, онда мені жақсы көреді»

Эмоциялары: терең эмоционалды деңгейінде ашушаңдық, келіспеушілік, араздық сезімдері бар. Алайда ол сезімдері қорқынышпен бұғатталған. Оларға «қыңқылдау», «ызыңдау» тән. Себебі, бұл жұтқыншақта қысылған дауысты шығарудың жалғыз көрінісі. Агрессия орнына арандатушылық мінезі байқалады, солай басқа адамның кері реакциясын тудырады.

МАЗОХИСТИК ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдері: «Мен бағынамын», «Мен жақсы боламын», «Мен ешқашан жеңілісімді мойындамаймын», «Мен сізге әлі де көрсетемін», «Мен сені кетумен жазалаймын», «Қанағаттанбау мені ренжітеді».

Стратегиялар:

Арандату;

Тыныштық ("мен азап шегушімін, құрбанмын. Сондықтан, менің ызамнан, кегімнен аулақ болыңыз»);

Сырт көзге ("қараңызшы, маған ауыр тиеді»/тиюде/);

Өзін кінәдан ақтау («маған не істегеніңізді қараңыз").

Олар өздерін азап шегуші «құрбан» деп санайды. Өз кінәсінен емес қудалаудың құрбандары немесе жай ғана бақытсыз жұлдыздың астында туылғандықтан деп ойлайды

Қорғаныс ақтаушы ретінде интроекцияны, өзіне қарсы көзқарасты және идеализацияны қолданады. Сонымен қатар, олар сыртқы реакцияларға қатты сүйенеді, ішкі тәжірибелерін жеңу үшін морализацияны қолданады

ГИПЕРТИМИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

ГИПЕРТИМИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Ал сөйлесеміз бе?», «Біз жақсы отырмыз ...».

Оның ұраны - «қарым-қатынас және жағымды эмоциялар алу».

Ол үшін үнемі жақсы көңіл-күй - бұл тұрақты белгі және оның басты айырмашылығы - қол булғау арқылы гипербелсенділік, қатты, тынбай сөйлеу қабілетінде, тез ұйықтап кетуінде және тез оянуынан көрінеді.

Өзі туралы не ойлайды: Ол өзін-өзі бағалаумен азап шекпейді

Ол басқалармен " бейбітшілік - достық " қағида бойынша өмір сүруге бейім.

Эмоциялар: Қақтығыстарда ашуланып және өзін ұстай алмайды. Ол ашуды қоздырғыш емес. Бірақ, кез-келген жағдайда толық тыңдамай жауап қайтарады, ойын жайып салады. Қарым-қатынасты бұзудан, жанжалдың төбелеске ауып кететінінен қорықпайды. Оның агрессия мен ашуы тез тарайды . Ол жағымды эмоцияларды бірден қабылдайды, айналасына таратады. Әдетте адамдар оларды жақсы қабылдайды. Бірақ , кей шектен тыс әрекеттері жағымсыз көрінеді.

ГИПЕРТИМИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдері: «Оңай!», «ИЯ, проблема жоқ!», «Міндетті түрде орындай аламыз!», «Барлығына үлгереміз!», «Келісейік!».

Оның мансапты, бизнесті дамыту үшін қажетті адамдармен танысу мүмкіндігі басым.

Стратегиялары: «барлығы мүмкін» - оның ұраны, принципі, өмір салты. Ол толқынның ағысымен өмір сүреді. «Бүгін осында, ал ертең басқа жерде» болуы мүмкін. Бағдарламасыз адам. Дәлірек айтқанда, «көшбасшыға ұнаса» түрлі бағытқа өзгере алады.

ИСТЕРИКАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

ИСТЕРИКАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «демонстрация», «өзін көрсету».

Барлық жағдайларды эмоционалды түрде қабылдауға не романтикалауға және басқаларды таңдандыруға , қызықтыруға тырысады.

Өзі туралы не ойлайды: Өздерін сүйкімді, әсерлі және назар аударуға тұрарлық адамдар ретінде санайды

Басқалар туралы не ойлайды: өзіне таңдандырып, назар аудартып, көңіл бөлген жандарға ғана жақсы қарайды.

Эмоциялары: Ең жиі танытатын эмоциясы – көтеріңкі көңіл. Әсіресе, өзге адамдардың назары мен көңілін өзіне сәтті аудара алған кезде өзін жақсы сезінеді.

Әдетте, олар қабылданбай қаламын деген қорқыныш кесірінен іштей мазасыздық сезінеді. Кедергі кездескен кезде тез ашуға беріледі немесе қайғыруға ауысады.

ИСТЕРИКАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер: «Мен өзіме қарата алмасам, «ешкім» болғаным» немесе «бақытты болу үшін маған басқаларды таңқалдыру керек».

Компенсаторлық сенімдер арасында: «мен өте тартымды, тапқыр және қызықтымын», «Маған таңдану үшін жаратылдым», «адамдар мені таңғалдырып, менің қалауымды орындауы керек», «Олар менің сөзсіз артықшылықтарымды жоққа шығаруға құқықсыз».

Шартты сенімдерге мыналар кіреді: «егер мен адамдарды қызықтырмасам, мен ешкім болмағаным», «егер мен адамдарды қызықтыра алмасам, олар мені қабылдамайды», «егер адамдар маған жауап бермесе, олар жиіркенішті», «егер мен адамдарды қызықтыра алмасам, мен дәрменсізбін».

Стратегиялары: Адамдарды байланыстыру үшін олар истерика мен демонстрациялық мінез-құлықты қолданады. Егер өз қалауына қол жеткізбесе, онда оған өзге адамдар жол бермеді, әділетсіздік көрсетті деген сеніммен кері көріністер жасаудан тыйынбайды. Оларда сабыр сақтау, төзімділік төмен және олар (қылмыскерге) кінәлі деп тапқан адамға қол жеткізу немесе өздігінен «жазалау» үшін жылауға, агрессивті мінез-құлыққа және суицидтік әрекетке жүгінуі мүмкін.

ШЕКАРАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

ШЕКАРАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Мен кереметпін сондай-ақ қарапайыммын», «Мен дарындымын сондай-ақ дарынсызбын. Мен биікпін және елеусізбін және т. б.»

Олар жоғары әсерлі, эмоционалды тұрақсыздықпен, қиялдың жандылығымен, танымдық процестерді қозғалғышы күшімен ерекшеленеді. Қарым-қатынастардың тұрақсыздығымен және импульстік әрекеттерді бақылаумен сипатталады. Мұндай адамдар өздерін өте төмен бағалайды.

Өзі және басқалар туралы түсінік бұзылған олар басқалардың жағымды және жағымсыз жақтарын интегративті түрде қабылдай алмайды.

Эмоциялары: Оларға өзінің эмоцияларын және оны білдіру тәсілдерін бақылау өте қиын. Нәтижесінде себепсіз агрессия мен ашуланшақтық пайда болады. Депрессия мен параноидтық обсессиялар да көрініс табуы мүмкін

ШЕКАРАЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Стратегиялары: өз болмыстарын бұрмалап қабылдаумен сипатталады. Олардың дәл осы уақытта өздерін жақсы не жаман сезінуі ессіз мінез және болжамсыз әрекет көрсетуіне түрткі болады.

Соның салдарынан басқалардың өздеріне деген жағымсыз көзқарасы реніш, сатқандық, жалғыздық сезімін тудырады. Тіпті нәтижесінде суицидтік әрекетке апаруы мүмкін.

Сенімдері: «Менде мұндай жағдайлар бар, бірақ бұл ауру емес, мені басқалар ауру деп санайтынын және психикалық ауытқуы бар деп ойлайтынын түсінемін».

Яғни, ішкі осы күйін мойындамау, өзгелерге ол туралы айтпау. Білдіртпеуге тырысу.

Бұл әрекеттер, әдетте, бір нәрсені қабылдамайтын кезде кездеседі. Өз позициясын сәтті сақтау үшін айналасындағылардан /шекара бұзушылардан / жасырынады.

ДИССОЦИАТИВТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

ДИССОЦИАТИВТІК ТҰЛҒА ТҮРІ

Диссоциативті тұлға-бұл диссоциацияға жиі жүгінетін адам. Яғни, біртұтас тұлғалықты өз қажетіне қарай «бірнеше адам» ретінде шығарады.

Сенімдері: «Әрине, мен өте жаманмын, әйтпесе бұлай болмас еді», «Егер мен мінсіз болсам, басқаша болар еді», «Мен ашуланғаным үшін жазаға лайықпын», «Егер мен ақылды болсам, онда мен ашуланбас едім», «Ол (абьюзге) қысымға жол бергені үшін жазаға лайық» (Абьюз - бұл психологиялық зорлық-зомбылық), «Ол өзінің ашуын көрсеткені үшін жазаға лайық».

Стратегиялар:

1. Құрбан абьюзге түскені үшін өзі жауапты(психологиялық зорлық-зомбылық)
- 2.Өкпені көрсетуге болмайды (ашуланшақтық, бағынбау, сыни көзқарасты да)
3. Өткен нәрсе – қазіргі сәт.
4. Бас тұлғада естеліктер сақталмайды
5. Мен ата-анамды жақсы көремін, бірақ "ол" оларды жек көреді.
6. Басты тұлға жазалануы мүмкін.
7. Мен өзіме немесе басқаларға сене алмаймын.



ИНФАНТИЛДЫҚ (БАЛА КЕЙШІНДЕГІ) ТҰЛҒА ТҮРІ

БАЛА КЕЙІПТЕГІ ТҰЛҒА ТҮРІ

Бала кейіптегі тұлға(инфантилизм) дегеніміз - дамудың жетілмегендігі, балалық шақта өмір сүру белгілері не мінез-құлқында балалықтың көріністері сақталуы

Бала кейіптегі тұлғаның алғашқы белгісі-эгоцентризм. Олар үшін ғаламның бір ғана орталығы бар-ол өздері. Тек бір дұрыс көзқарас бар – эгоцентристің көзқарасы. Айналасындағылар оның әлемінің суретінде бар сияқты көрінгенімен, эгоцентрист басқаларды түсіне алмайды. Өзін қоршаған адамдарды "пайдалы-пайдасыз" деген өлшемі бойынша бағалайды.

Бала кейіптегі тұлғаның келесі белгісі- масылдық, тәуелсіз болуға ұмтылмау. Бірақ бұл өзгенің мойнында өмір сүру дегенді білдірмейді. Тек өз қажеттелігі үшін жеке күрескісі келмейді. Еркін әрекетке бармайды.

Ойынға деген ұмтылыс, инфантилизмнің бір белгісі ретінде қарастырылады. Сондағысы өз қалауына жету үшін ойын-сауықты басқа істерден маңыздырақ көруі мүмкін.

БАЛА КЕЙІПТЕГІ ТҰЛҒА ТҮРІ

Психикалық инфантилизмнің ең көп тараған сипатының бірі - шешім қабылдау мен оларды жүзеге асырудағы қиындықтар.

Өз өміріне қатысты жауапсыздық және болашаққа мақсаттардың болмауы. Егер ол шешім қабылдағысы келмесе немесе оны өз бетінше жүзеге асырғысы келмесе, онда өмірі үшін жауапкершілікті басқа адамның иығына ауыстыра салады.

Бала кейіптегі тұлғаның соңғы белгісі – өзін-өзі бағаламауы, мінезі мен әрекетін бақылай алмауы, сонымен қатар рефлексия мен өзін-өзі тану қабілетсіздігі.

СОЦИОПАТИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

СОЦИОПАТИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Өзі туралы не ойлайды: Бұл адамдар өздерін жалғыз, тәуелсіз және күшті деп санайды. Кейбірі өзгелер оған қаталдық көрсетеді, зиянды әрекетке пайдаланады деп есептейді. Өзі де басқаларға қысым көрсетуге бейім болғандықтан, өзгелердің ондай әрекетін ақтап алады. Тағы біреулері тіпті, "қатыгез" әлемде жыртқыш рөлін қабылдауы мүмкін. Олар қоғам ережелерін бұзу қалыпты және тіпті қажет деп санайды.

Басқалар туралы не ойлайды: Олар айналасындағыларды пайдаланушы ретінде қабылдайды, сондықтан өзгелерді пайдалануға лайықты әлсіз, осал, жәбірленушінің рөлінде көреді

Эмоциялары: Эмоцияның ашық көрінісі – ашулану. Айналасындағы адамдарда социопатта жоқ нәрселер бар, бірақ олар оған тек өздерін ие болуға лайықты деп санайды

СОЦИОПАТИЯЛЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер: терең сенімдері:

«Мен сақ болуым керек», «Мен агрессор болуым керек, әйтпесе құрбан боламын», «Барлық адамдар иелік етушілер мен пайдаланушылар» немесе «олардың барлығы эксплуатациямен айналысады, сондықтан мен оларды да пайдалануға құқығым бар».

Олардың шартты сенімі: «Егер мен адамдарды пайдаланбасам (оларды басқару, оларды басынып алсам, тіпті оларға шабуыл жасамасам), мен ешқашан өзіме қажеттіні ала алмаймын».

Аспаптық немесе императивтік сендіру: «басқалар сені қолға түсірмей тұрғанда оларды қолға түсір», «ендігі кезек сенікі» "ал оны, сен оған лайықсың».

Стратегиялары: Негізгі стратегиялары екі сыныпқа бөлінеді. Ашық социопатиялық тұлға адамдарға ашық шабуыл жасайды, тонайды және алдайды. Жабық не жасырын түрі — "епті алаяқ" яғни, басқа адамдарды тартуға тырысады және ұқыпты, нәзік манипуляция арқылы пайдаланады немесе алдайды.

НАРЦИСТИК ТҰЛҒА ТҮРІ

НАРЦИСТИК ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Өз-өзін көтеру»

Өзі туралы не ойлайды: Олар өздерін ерекше және бірегей деп санайды — ханзада, ханшайымдай көреді. Қарапайым адамдардан өздерін жоғары ерекше орынға қояды. Олар ең жақсы, ерекше орынға ие және жағымды көрінуге құқылымын деп ойлайды. Өзін жалпыға ортақ ережеден биік етіп көреді

Басқа адамдар туралы не ойлайды: Басқалардың бәрі өздеріне қарағанда нашар, төмен деп санайды. Бірақ социопатикалық тұлғаларға қарағанда басқаша. Олар жай ғана өздерін қарапайым адамдардан жоғары, беделді етіп көреді. Өзгелерді өздеріне бағынышты, қолпаштаушысы ретінде қабылдайды.

Эмоциялары: Олардың негізгі эмоциясы- ашу. Ол басқа адамдар оларға таңданбаса, құрмет көрсетпесе ашуы сыртқы көрініс табады. Егер стратегияларына кедергі келсе күйзеліске түсіп кетуі ықтимал. Депрессияға бейім.

НАРЦИСТИК ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдері: «Мен ерекше болғандықтан, жеңілдіктер мен артықшылықтарға құқылымын», «Мен басқалардан жоғарымын және басқалар мұны мойындауы керек», «Мен ережелерден жоғарымын».

Шартты нанымдары: «Егер адамдар менің ерекше екенімді мойындамаса, олар жазалануы керек», «Егер мен өзімнің ерекшелігімді сақтауым керек болса, өзгелерде артықшылығымды бағалағанын қалаймын»

Аспаптық сендіру: «Әрқашан артықшылығыңды көрсете біл»

Стратегиялары: Негізгілері – жоғарғы деңгейін ұстау, өз билігін кеңейту жолында қолынан келгеннен аянбау. Осылайша, өздерінің «артықшылығын» үнемі нығайту үшін даңқ, байлық, позиция, билік пен беделге қол жеткізеді. Лауазым үшін, көздеген мақсаты үшін бсекеге дайын. бейім. Сонымен қатар өз мақсаттарына жету үшін манипуляциялық стратегияны да пайдаланады. Олар үшін "бәрі мүмкін". Себебі, өздерін қатардағы адамдардан әлдеқайда жоғары санайды. Қоғамға зиян адамдардан айырмашылығы, мінез-құлықтары қалыпты, дәрекілік танытпайды. Өздерін еркін «тәуелсізбін» деп санайды. Қоғамның бір бөлігі екенін білсе дағы өздерін жоғарғы орында деп сесептейді.

ПАРАНОИДТЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

ПАРАНОИДТЫҚ ТҮЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «Сенімсіздік».

Өзі туралы не ойлайды: Параноидтық тұлғалар өздерін жақсылық көп жасаса да, өзгелер жамандықпен қайтарып жатыр деп санайды

Басқалар туралы не ойлайды: Айналасындағы адамдарды адасушы, араңдатушы, жасырын манипулятор деп санайды. Өзге жандар кінәсіз кейіпте олардың ісіне араласушы, сынаушы болып көрінеді. Сондай-ақ, басқа адамдар оларға қарсы жасырын түрде сырттай тұзақ құрады деп ойлауы да мүмкін.

Эмоциялары: негізгі эмоция – мені пайдаланды деген ойдан туатын ашу, кек. Ал кей параноидтық тұлғалар өзін қабалдамады деген сенімсіздіктен мазасыздық күй кешеді. Уайымшыл келеді.

ПАРАНОИДТЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер: «Адамдарға сенуге болмайды», «Олардың уәждері күдік тұғызады», «Олар алдамшы», «Егер мен абай болмасам, адамдар мені басқарып алып, асыра пайдаланады», «Егер адамдар достықпен қараса, демек мені пайдалануға тырысады», «Егер адамдар өзін ұстамды ұстайтын болса, бұл олардың мейрімсіздігін дәлелдейді».

Өзіне нұсқаулар: «Абайла», «Ешкімге сенбе», «Жасырын ниеттілерді ізде», «Алданба».

Стратегиялары: мәжбүрлө түрде әрдайым сергек болуға тырысады. Себебі, сенімсіз және сақ. Әрқашан басқаларданьтеріс пиғыл іздейді де өзіне қарсылас көреді.

ШИЗОИДТЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

ШИЗОИДТЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Түйін сөздер: «жалғыздық». Бұларда автономды тұлғаның бейнесі. Өздерінің құпиялылығы мен еркіндігін сақтау үшін жақын қарым-қатынас құрудан қашады.

Өзі туралы не ойлайды: Олар өзін-өзі қамтамасыз ететін тәуелсіз адам ретінде есептейді. Ұтқырлықты, еркіндік пен «Мендікті» жоғары бағалайды. Өз бетінше шешім қабылдауды және жалғыз әрекет етуді жөн көреді. Ұжымдық, топтық істерге араласпауға тырысады.

Басқалар туралы не ойлайды: Басқа адамдарды (жабысқақ) тым тығыз байланыста деп санайды. Адамдардың өзара жақындығы тұлғаның өзіндік мүмкіндігін шектейді деп ойлайды.

Эмоциялар: Шизоидты тұлғалардың сырттай қайғысы аз көрінеді. Яғни, ішкі жағдайын көрсетпес үшін қашықтықты қалайды. Егер тығыз байланысқа түсетін болса, мазасыздық жайлап, уайымға берілуі мүмкін

ШИЗОИДТЫҚ ТҰЛҒА ТҮРІ

Сенімдер: Олардың терең сенімдері мына типтегі көріністерден тұрады: «адамдармен жақын қарым-қатынас пайдасыз және жағымсыз», «егер мен ешкімге ауыртпалық салмасам, бәрі жақсы болады», «жақын қарым-қатынас қажет емес, өйткені олар әрекет ету еркіндігін шектейді».

Шартты нанымдары төмендегідей:

«Егер адамдарға тым жақын болсам, олар мені пайдаланады», «Егер еркін әрекет етуден тыйынсам, мен бақытты бола алмаймын».

Аспаптық нанымдар:

«Адамдарға қатты жақындамаңыз», «қашықтықты сақта», «ештеңеге араласпаңыз».

Стратегиясы: Басты тұлғааралық стратегиясы - адамдардан мүмкіндігінше қашықтықта болу. Олар кәсіби қызметте белгілі бір мақсаттарға жету үшін өзгелермен араласуы мүмкін, бірақ басқа жағдайларда қашықтық сақтауды жөн көреді. Оларға жақындаудың кез-келген әрекетін шабуыл және қауіп ретінде қабылдайды.