

ОПИСАНИЕ ПСИХОТИПА

Наталия Пацкан

(ВРОЖДЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ)

СЕМЬЯНИН ESFJ



ESFJ — «Семьянин»

Самые приветливые хозяева и хозяйки Земли

Количество людей вашего типа составляет приблизительно 10—12% от общего населения Земли. Вас примерно 15—18 миллионов среди населения России, 1—1,2 миллиона среди населения Португалии и 7—9 миллионов среди населения Филиппин. Благодаря большой численности людей этого типа вы смело можете сказать, что ваш тип — один из хозяев на планете. Может быть, именно благодаря своей численности вы подсознательно так уверены в том, что именно вы — самый что ни на есть нормальный человек и что этот мир — ваш истинный дом, где вы можете принимать гостей.

Итак, давайте рассмотрим ваш тип личности и постараемся разобраться, что еще, кроме звезд и воспитания, влияет на то, как складывается ваша судьба. И в первую очередь, давайте разберемся, что означают эти странные буквы E, S, F и J, которые обозначают ваш тип.

E = экстравертные (т.е. опирающиеся в основном на внешний, а не на внутренний мир)


S = ощущающие (т.е. в суждениях опирающиеся в основном на свои 5 чувств)

F = чувствующие (т.е. доверяющие в основном своим чувствам, а не уму)

J = рассудительные (т.е. мыслящие и живущие в основном структурно, организовано и планоно, движимые ответственностью и словом «надо»)

Все эти качества делают вас людьми доброжелательными, умеющими ладить с окружающими. Вы доверяете своим чувствам и стараетесь привести гармонию в любую ситуацию, в которую попадаете. В то же время вы всегда и везде стараетесь внести порядок и установить правила и умеете быть достаточно твердыми и настойчивыми в достижении вашей цели. Очень хорошо чувствуя желания и потребности окружающих, вы всегда и везде стремитесь помогать близким вам людям стать счастливее.

Краткое описание типа ESFJ — «семьянин»

- «Семьянин» всегда и во всем стремится помочь другим людям. Его помощь всегда носит конкретный и практический характер и выражается в конкретных действиях. Например, они могут навестить друга в больнице, посидеть с внуками, пока детей нет дома, купить лекарства и отослать брату в другой город и т.д.
- 

- «Семьянин» очень ответственный, дружелюбен и умеет сочувствовать другим. Его сочувствие и в этом случае непременно должно носить конкретный характер — оно проявляется в неизменном желании помочь объекту своего сочувствия конкретными действиями.
- «Семьянин» очень много внимания уделяет отношениям с другими людьми и поэтому обычно пользуется популярностью. У большинства «семьянинов» очень большой круг общения — он складывается из множества друзей, приятелей и просто знакомых.
- «Семьянин» стремится к гармоничным отношениям с людьми и упорно трудится над созданием таких отношений. Однако иногда, в особенности в ранние годы своей жизни, «семьянин» склонен к идеализации тех людей, которые произвели на него особенно сильное впечатление, а это может привести к последующим разочарованиям в этих людях или в отношениях с ними.
- Больше всего на свете «семьянин» хочет, чтобы близкие по достоинству оценили его самого и прилагаемые им титанические усилия служить им. Поэтому представители типа ESFJ необычайно болезненно воспринимают любую критику и даже простое невнимание со стороны своих близких.
- «Семьянин» очень практичен и боготворит порядок — везде и во всем. Он очень внимателен и помнит все касающиеся его жизни мелкие детали и факты. И так как жизнь «семьянина» соткана из этих мелких, но очень важных деталей, он требует, чтобы и близкие ему люди на эти «мелочи» также обращали внимание.
- «Семьянин» базирует свои мнения на своем личном опыте или на опыте и мнениях людей, которым он доверяет. Обычно он достаточно категоричен в своих мнениях, и мнения эти всегда носят практический характер. Послушав «семьянина», можно сразу понять, что он крепко стоит на земле и не витает в облаках фантазий.
- «Семьянин» по своей натуре — человек очень добросовестный и традиционный. В своих поступках он в основном руководствуется чувством долга и многочисленными обязательствами перед разными людьми.
- Из-за своего желания быть активными и помогать другим людям, «семьянины» часто становятся членами различных комитетов и общественных организаций.
- Общение с людьми чрезвычайно важно для «семьянина» — это его жизнь. Поэтому он всегда стремится быть полезным окружающим его людям. Идеал «семьянина» — всегда быть рядом с близкими ему людьми, проявлять отзывчивость и делить с ними как горе, так и радость.

Судьба людей типа ESFJ

«Я ЗВОНЮ УЗНАТЬ, КАК ТЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕШЬ СЕГОДНЯ, МОЖЕТ БЫТЬ, ТЕБЕ НУЖНО ПРИВЕЗТИ ЛЕКАРСТВО?»



Самая важная черта «семьянинов» любого возраста — жизненная необходимость чувствовать себя любимыми, нужными и оцененными по заслугам. Будучи еще детьми, они очень заботливы и милы и всегда считаются с мнениями взрослых. Своими действиями они добиваются того, чтобы как можно чаще слышать и чувствовать, как они нужны и любимы и как много радости они доставляют своим родителям.

Кирпичики, из которых складывается судьба типа ESFJ

Детские годы «семьянинов»

МЫ ПОЗНАЁМ МИР ЧЕРЕЗ ОБЩЕНИЕ


«Семьянины» — очень занятые и общительные создания. Они любят всегда находиться в центре внимания, в окружении других людей. Им трудно даже на короткое время оставаться в состоянии покоя, поэтому они постоянно пребывают в движении. Как только «семьянин» становится на ноги, он сразу начинает бегать и больше любит подвижные активные игры, чем тихие и спокойные. Если «семьянины» начинают шалить, их всегда удается быстро успокоить, предложив какую-нибудь игру, связанную с движением, например домашнюю железную дорогу или игру в салочки во дворе.

Большинство маленьких «семьянинов» очень разговорчивы и довольно хорошо выражают свои мысли. И хотя в самом раннем возрасте они могут говорить недостаточно четко, они прекрасно умеют выражать свои мысли жестами, звуками и очень выразительной мимикой. Как только их речь становится плавной, они начинают говорить так много, что, кажется, не остановятся уже никогда. Болтают они с большим удовольствием и делают это громко, быстро и очень возбужденно, переполняя речь восклицаниями и эмоциональными переливами.

«Семьянины» обычно заряжаются энергией, находясь рядом с людьми, и именно поэтому они так общительны. Они рано начинают заводить друзей, и чем больше вокруг них детей, тем комфортнее они себя чувствуют. Детей этого типа практически никогда нельзя застать играющими в одиночестве. «Семьянины» очень общительны и легко знакомятся с другими детьми своего возраста или моложе. Но с детьми более старшего возраста или со взрослыми, которых они не знают, они могут быть нерешительными и предпочитают общаться с ними с безопасного расстояния.

ПРИВЕТЛИВОСТЬ, ЛАСКА И ЛЮБОВЬ - ПРЕВЫШЕ ВСЕГО!

Кажется, что радостные и веселые дети типа ESFJ входят в мир с улыбкой на своих выразительных личиках. Счастливые, милые и ласковые дети, они готовы улыбаться всем, даже незнакомцам. Им нравится, когда их берут на руки, подбрасывают или качают. В нежном и любящем окружении они расцветают, как цветы под солнцем, и быстро привязываются к родителям и близким. «Семьянины» сами очень ласковы и




нуждаются в постоянных проявлениях такой же ласки со стороны других. Наверное, именно поэтому им так необходима физическая близость родителей, бесконечные объятия и поцелуи. Они любят держать родителей за руку, сидеть у них на коленях, обнимать и постоянно говорить им, как они их любят. «Семьянины» не только не имеют ничего против проявления чувств «на публике», но даже продолжают при всех целовать и обнимать своих родителей в том возрасте, когда дети других типов уже начинают стесняться и отказываются делать это на глазах у других.

МАЛЕНЬКИЕ АКТИВНЫЕ «ОБЕЗЬЯНКИ»

«Семьянины» в своих играх любят подражать взрослым, и их особенно интересуют игры, связанные с разными полами. К примеру, они обожают играть в ролевые игры, связанные с традиционно мужскими или женскими ролями (в войну, в «дочки-матери», в свадьбы и т.д.). Их любимыми игрушками могут стать обычные кухонные принадлежности: кастрюли, сковородки, ступки и т.д. Им нравится «помогать» родителям готовить, убирать в квартире, работать в саду на даче, стирать, убирать или выполнять любую другую физическую работу. Так как «семьянины» очень хорошо владеют своим телом, им нравится испытывать разнообразные физические ощущения, которые они получают во время игры. «Семьянины» любят повозиться в воде (это им особенно приятно, так как они — самые главные чистюли из всех типов). Им также нравится возиться в песке, строить песочные замки, лепить из глины и т.д. Они любят строить башни из кубиков, играть с маленькими автомобилями и железной дорогой, составлять бусы из разных семечек и плодов, использовать свои навыки «хозяйки» при игре с куклами и т.д. Еще младенцами они любят всегда что-то держать в руках — как маленькие обезьянки, никогда не отпускающие лиану или мамин хвост. Даже ползая по полу или карабкаясь вверх по лестнице, они умудряются крепко сжимать в кулачке игрушечного медвежонка, куклу или просто какой-нибудь маленький предмет.

МЫ ЛЮБИМ, ЧТОБЫ НАС ЛЮБИЛИ, НО БОЛЬШЕ ВСЕГО ХОТИМ, ЧТОБЫ НАС ЦЕНИЛИ!

Для «семьянинов» чрезвычайно важно, чтобы все по заслугам оценивали их усилия и помощь, даже если она была оказана в процессе игры. Эти очень чувствительные дети так же остро откликаются и на чувства других людей, поэтому с раннего детства они стараются избегать общения с агрессивными или жадными детьми и боятся играть с ними. Им больше нравится играть с такими же приветливыми и приятными детьми, как они сами. «Семьянины» любых возрастов испытывают сильную потребность заботиться о ком-либо. В детстве они удовлетворяют эту потребность, заботясь о животных, о куклах или о младших братьях и сестричках. Поэтому неудивительно, что у них часто собирается большая коллекция игрушечных зверей и кукол, которые становятся центром их игр. Однако вся эта забота, несмотря на то, что она сама по себе доставляет «семьянинам» огромное удовольствие, не бесплатна. Они хотят, чтобы эта



забота была замечена и оценена теми, о ком они заботятся. Впоследствии, в более взрослом возрасте и до самой старости, эта потребность станет основополагающей мотивацией в жизни «семьянина» - он всегда должен быть кому-то нужен: жене, мужу, начальнику, подруге, детям, внукам и т.д.

«...И СПРОСИЛА КРОХА:


«ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО, А ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО?»

«Семьянинам» очень нравятся разнообразные семейные ритуалы и традиции. Так как они любят следовать всем правилам, они часто просят взрослых объяснить им эти правила, чтобы точно знать, чего от них ожидают. Обычно дети этого типа вежливы и послушны, но могут растеряться или даже испугаться, если другие дети ведут себя не по правилам. Иногда они даже могут себя вести, как маленькие родители или воспитатели, напоминая ровесникам о необходимости соблюдения правил, или попросить о помощи взрослых, если, по их мнению, ситуация выходит из-под контроля. Даже очень маленькие «семьянины» имеют обо всем собственное четкое мнение и ясно представляют себе, что правильно, а что нет.

НЕУМЕНИЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ СВОЮ ЭНЕРГИЮ

Родителям (особенно принадлежащим к интровертным типам) детей-«семьянинов» бывает достаточно трудно не отставать от своих чрезвычайно активных отпрысков. Маленькие представители типа ESFJ настолько энергичны и обладают такой сильной потребностью быть постоянно в окружении родителей или друзей, что постоянно развлекать их — занятие довольно утомительное. Маленькие «семьянины» любят окружать себя множеством других детей и, как только заканчивается одна игра, сразу же хотят играть в другую. Они очень разговорчивы, и им часто приходится делать замечания зато, что они влезают в чужой разговор, перебивают или разговаривают чересчур громко. Им необходима аудитория, которой можно продемонстрировать все, что они делают, и родители таких детей часто слышат их возгласы: «Мама (папа, баба, деда), иди сюда—посмотри, что я сделал!!!» Малыши-«семьянины» никогда не бывают надоедливыми или слишком требовательными осознанно. Просто у них пока еще недостаточно развит механизм самоконтроля, чтобы несколько умерить энтузиазм или понизить голос. И в своей искренности они еще не понимают, что могут причинять неудобства окружающим людям.

Неумение контролировать свои эмоции и энтузиазм очень часто преследует «семьянинов» всю жизнь. С одной стороны, эта эмоциональность является одной из тех черт, которая придает им особую привлекательность. С другой стороны, все зависит от дозы той восторженности и энтузиазма, которую они с готовностью вливают всем, с кем общаются. Если эта доза становится слишком большой, что естественно происходит в общении «семьянинов» с самыми близким людьми, то эти близкие люди (в особенности, если они тоже экстраверты) могут попытаться словом



или жестом умерить пыл своих неутомимых собеседников. Это способно всерьез расстроить «семьянина», потому что он мгновенно ощущает себя ненужным. Однако это вовсе не так. Необходимо просто понимать, что слишком эмоциональное общение в больших количествах может утомлять некоторых людей, в особенности, если они тоже экстраверты и больше любят говорить, чем слушать.

НЕУМЕНИЕ ПЕРЕЖИВАТЬ КОНФЛИКТЫ

Чуткого от природы «семьянина» может сильно расстроить напряженность, стресс или ссора между людьми. Они настолько болезненно переживают конфликты, что стремятся любой ценой выйти из конфликтной ситуации и избежать столкновения. Маленькие «семьянины» часто плачут и расстраиваются оттого, что их оставили одних или что другие дети не играют с ними. Они гораздо сильнее, чем дети других типов, переживают по поводу трагических событий с родственниками. И когда они впадают в тягостное настроение, кажется, что их естественное радостное расположение духа как будто закрывают черные облака обиды или страха.

В порыве избежать ссоры «семьянины» легко и быстро просят прощения — иногда даже слишком легко и быстро, принимая на себя вину только для того, чтобы сохранить гармонию и спокойствие. Однако им тут же хочется, чтобы другие дети тоже искренне попросили у них прощения — тогда они смогут считать неприятный инцидент полностью исчерпанным. В противном случае у них в душе останется маленькая заноза неприязни, и они постараются больше не общаться с тем ребенком, который стал причиной конфликта.

Пожалуй, это неумение справляться с конфликтами и попытка избежать их любой ценой — самый большой враг представителей типа ESFJ и он нередко годами мучает уже взрослых «семьянинов» — из-за того, что они держат глубоко в себе обиды на других людей. Им необходимо понять, что конфликты в жизни неизбежны и конфликт может даже стать эффективным способом психологического очищения человека — ведь мы все замечали, что, когда мы выговариваемся или выбрасываем отрицательный эмоциональный заряд в лицо виновнику нашего расстройства, нам становится легче, потому что негативная энергия уходит вместе с направленными на обидчика эмоциями. Но «семьянины», в силу своего патологического желания быть приятными и угождать другим, часто оставляют свои обиды невысказанными. В течение жизни эти обиды копятся у них в душе, и их иной раз накапливается так много, что это может привести даже к тяжелой депрессии. Поэтому «семьянинам» очень важно научиться конфликтовать (а хорошем смысле этого слова), понимая, что зачастую конфликт — это просто способ «переварить» обиду и удалить ее из своей психики.

ТРАДИЦИОНАЛИСТЫ И КОНСЕРВАТОРЫ - МАЛЕНЬКИЕ, НО ВСЕ ЖЕ...



И наконец, «семьянины» настолько искренне привязаны к прошлому и к существующему укладу, что, как правило, они неохотно пробуют что-то новое и противятся любым изменениям сложившихся традиций. Они часто очень избирательно относятся к еде и не любят пробовать новые блюда. Они также не приемлют новой деятельности и изменений распорядка. Это может очень огорчать их родителей, тем более что нередко случаи, когда после длительной борьбы с упрямством и нежеланием ребенка им все же удается убедить его попробовать что-то новое — и это новое вдруг становится любимым блюдом или видом деятельности маленького «семьянина».


Представители типа ESFJ не просто очень консервативны в выборе еды, одежды и всего, что их окружает, — из-за своей маниакальной чистоплотности они иногда способны нечаянно развить в себе синдром брезгливости. Например, они могут с брезгливостью относиться к любой еде, приготовленной в доме, где стандарты чистоты не так высоки, как у них самих. А так как «семьянины» — самые чистоплотные из всех типов, то они редко где смогут расслабиться и попробовать все, что стоит на столе. Еще одна черта «семьянинов» — неумение скрывать свою неприязнь, даже из приличия. Они едят только то, что им нравится или к чему они привыкли, и, даже заставив себя съесть что-то ради приличия, не смогут скрыть, если это блюдо им не понравилось. Все будет написано у них на лице.

Школьные годы «семьянинов»

ПРИНИМАЕМ УЧАСТИЕ - ВО ВСЕМ!

В школьные годы «семьянины» уделяют много внимания общественной деятельности, включая занятия разными видами спорта, музыкой и искусством. Они всегда заняты, и им особенно нравится заниматься делами, связанными с помощью другим людям. Многие «семьянины» — просто прирожденные спортсмены, так как они прекрасно владеют своим телом и быстро учатся разным физическим упражнениям. Дети этого типа послушны и внимательны, всегда четко следуют указаниям и становятся прекрасными членами любой команды. Они любят соревноваться и получают огромное удовольствие от игр в волейбол, баскетбол или футбол. Они также прекрасно проявляют себя и в индивидуальных видах спорта — таких, как гимнастика, плавание, теннис или фигурное катание.

Другие «семьянины» на всю жизнь влюбляются в сцену или в музыку. Им нравится быть в центре внимания, и они часто любят играть в ансамблях и оркестрах, участвовать в спектаклях и постановках. Обладая прекрасным чувством цвета и пропорций, многие дети этого типа могут очень хорошо рисовать. Они часто замечают малейшие оттенки цвета и могут составлять великолепные художественные композиции или так подбирать одежду, как не пришло бы в голову другим детям. Они уделяют моде гораздо больше внимания, чем другие дети и даже чем их родители. Им нравится носить одежду, которая не только удобна, но и красива. Некоторые «семьянины» любят часто переодеваться и регулярно просят родителей



купить им что-то новое и модное из одежды. Некоторые представители типа ESFJ используют свои художественные таланты для рисования, изготовления украшений или резьбы по дереву. Они очень старательны и внимательны к деталям, им нравится создавать ценные и красивые подарки и дарить их близким.

ОНИ - ОЧЕНЬ СТАРАТЕЛЬНЫЕ ДЕТИ!

«Семьянины» школьного возраста можно охарактеризовать как «хороших» детей, которые стремятся быть приятными, трудолюбивыми и надежными. Они серьезно относятся к своим школьным и домашним обязанностям и всегда сначала думают об учебе, а потом об отдыхе. Они часто приходят домой сразу после школы и тут же садятся делать уроки, стараясь начинать готовиться к письменным работам, докладам и рефератам сразу, как только получают это задание.


Большинство детей типа ESFJ в школьном возрасте любят животных, и обычно к этому возрасту им уже удастся убедить родителей купить им какого-нибудь питомца. Они внимательно и старательно ухаживают за своими любимцами, и, если только их не отвлекают другие серьезные дела, им не приходится напоминать покормить их «воспитанников» или убрать за ними.

В школьные годы «семьянины» продолжают иметь много друзей, но, как и другие их сверстники, в течение первых трех лет учебы они находят близкого друга и нередко старательно и с большим энтузиазмом поддерживают эту дружбу годами. Они часто проводят с другом гораздо больше времени, чем дома. Друзья и семья — основные приоритеты для этих детей.

ЛЮБИМ ПОРЯДОК - ВСЕГДА И ВО ВСЕМ!

У «семьянинов» всегда есть свое мнение обо всем окружающем, и они любят все держать под контролем. Несмотря на то, что они открыты, восторженны и энергичны, эти дети часто проявляют осторожность и нерешительность, когда дело касается чего-то нового. Доверяя прошлому опыту гораздо больше, чем неопределенным возможностям будущего, они увереннее всего чувствуют себя в уже знакомой обстановке, занимаясь хорошо знакомым делом. По отношению ко всему новому они проявляют нерешительность до тех пор, пока не узнают о нем побольше деталей. Поэтому они часто стараются придерживаться неизменного и предсказуемого образа жизни.

Учитывая любовь «семьянинов» к традициям и ритуалам, становится понятно, почему они так любят готовиться к различным праздникам. Они считают оставшиеся до праздника дни и торопятся нарядить елку за две недели до Нового года, а наряд подготовить, по крайней мере, за неделю. На них всегда можно положиться в заблаговременной подготовке подарков и в украшении дома.



МЫ НЕ ЛЮБИМ ЖИТЬ И РАБОТАТЬ В ОДИНОЧКУ!!!


Поскольку «семьянины» очень общительны, случается, что они забывают об уроках, предпочитая проводить время с друзьями. Общение с другими детьми заряжает их энергией, и поэтому они предпочитают групповые виды деятельности самостоятельной работе. Хорошие педагоги прекрасно знают, что от «семьянина» можно добиться большей продуктивности, если поручить ему или ей заниматься в паре или в группе с другими детьми. Даже кратковременное лишение этого ребенка возможности общаться станет для него серьезным наказанием, но гораздо более действенного результата можно добиться, просто позволив ему работать в группе.

Даже взрослых «семьянинов» можно охарактеризовать как людей, психологически не приспособленных для одиночества. И дело не только в том, что они экстравертны и им нужно все время общаться, — вовсе нет. Они прекрасно могут провести день молча — за каким-то любимым делом, но только в том случае, если это дело будет позже кем-то оценено. Например, жена-«семьянин» может целый день убирать и готовить для своих близких, но ей абсолютно необходимо, чтобы ее труды были замечены и отмечены вернувшимся с работы мужем или детьми. Люди типа ESFJ не могут жить и работать в одиночку — прежде всего потому, что не способны жить для себя: им нужен стержень, вокруг которого они будут крутиться, и о котором будут заботиться, и обычно этим стержнем становится близкий им человек.

УЧИТЬСЯ НЕ ТАК ЛЕГКО, КАК ЭТО МОГЛО ПОКАЗАТЬСЯ В НАЧАЛЬНЫХ КЛАССАХ...

Школьники типа ESFJ обычно очень хорошо учатся в начальной и средней школе, где упор делается на память и демонстрацию основных навыков. В старших классах, когда в школьных предметах появляется больше теории, абстрактных понятий и становится необходимым умение рассуждать, анализировать явления и факты и делать выводы, им обычно легче даются точные науки, чем предметы, требующие интерпретаций или размышлений. Когда им что-то непонятно, то вместо того, чтобы разобраться, они часто сразу сдаются, заявляя: «Это не для меня, я этого никогда не пойму». Если «семьянин» уже один раз провалился по какому-либо предмету, то в дальнейшем ему очень трудно преодолеть свой комплекс и справиться со «строптивой» наукой. Характерные для старших классов большие и сложные задания парализуют их до такой степени, что они даже не знают, с чего начать. Им проще выполнять задание постепенно, шаг за шагом, поэтому им необходимо точно понимать, что является первым шагом, вторым, третьим и так до конца. Если задание требует множества действий, эти дети путаются и начинают думать, что не смогут понять и решить эту задачу.

В этом случае опять проблема не в том, что школьники типа ESFJ не способны справиться со сложным заданием или предметом, а в том, что они не умеют мыслить самостоятельно. Они настолько зависимы от других людей и общественного мнения,



что зачастую не могут поверить самим себе, поверить в то, что они сами могут являться источниками оригинальных мыслей и вдохновений. С возрастом многие «семьянины» приобретают навыки самостоятельной работы и самостоятельного мышления, но им это дается немного сложнее, чем детям других типов.

НЕУМЕНИЕ ПЕРЕЖИВАТЬ КОНФЛИКТЫ ПРОДОЛЖАЕТ ПРЕСЛЕДОВАТЬ ИХ В ШКОЛЕ...

«Семьянины» очень ценят гармонию в отношениях, и иногда может даже показаться, что у них нет своего собственного мнения, настолько быстро они соглашаются признать его неправильность, если чувствуют, что расхождение во взглядах может стать причиной хотя бы малейшего конфликта или разногласий. Редко или почти никогда не выступая в роли новаторов, они легко сдают свои позиции, чтобы восстановить согласие в группе.


Умение добровольно отказываться от своих желаний ради мира и согласия позволяет им легко находить язык с очень разными людьми, но часто эта их способность несет опасность и неудобства для самих «семьянинов». Даже когда им хочется чего-то такого, что не совпадает с желаниями других детей, они способны отрицать это, чтобы не выделяться среди остальных и не нарушать чужих планов. Их стремление не причинять неудобств другим настолько входит в привычку у людей типа ESFJ, что им часто очень трудно принять то решение, которое полезно для них самих, если оно идет вразрез с желаниями группы.

ПОДРОСТКОВЫЕ ГОДЫ «СЕМЬЯНИНОВ» ЮНОСТЬ - СЧАСТЛИВАЯ ПОРА!

Для многих людей типа ESFJ юные годы — лучшие в жизни. Популярные, очаровательные и общительные, они участвуют в жизни своих друзей, занимаются многими видами спорта, влюбляются. Они являются воплощением счастливого подростка. Кажется, они стараются взять от жизни все и насладиться всем, что несут с собой годы юности. Сильная потребность радовать других людей и быть любимыми часто заставляет «семьянинов» превосходить сверстников в желании быть первыми и превосходно выполнять все задания. Им настолько важно мнение окружающих, что они часто идут на личные неудобства, чтобы казаться лучше других.

ОТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ И ДРУЗЬЯМИ

Потребность отдаляться от родителей нормальна и естественна для всех подростков. Но для «семьянинов», которые до этого были чрезвычайно близки к родителям и всегда старались их радовать, это отдаление зачастую бывает очень болезненным. Поскольку в этом возрасте они формируют свои собственные убеждения и критерии оценки других людей, подросткам типа ESFJ в их стремлении стать самостоятельной личностью особенно важна поддержка родителей, а с этим могут возникнуть



проблемы, потому что в переходный период обычно вежливое и тактичное поведение «семьянина» с родителями может стать грубым, циничным и даже оскорбительным.

Друзья и общественная жизнь с годами приобретают для «семьянинов» все более важное значение, и это также может стать проблемой. Они чувствуют все нарастающий внутренний конфликт, так как хотят быть со всеми в хороших отношениях, быть на двух вечеринках одновременно, чтобы не обидеть никого из друзей. Они также часто отводят себе место в группе друзей, опираясь на мнение окружающих, а не на собственные желания. Как ни странно, будучи очень преданными друзьями, «семьянины» могут очень долго помнить нанесенные им обиды. Дети типа ESFJ легче прощают своих обидчиков, но, достигнув подросткового возраста, они уже могут не захотеть продолжать дружбу с людьми, которые причинили им неприятности. Одна обида — и вы навсегда будете вычеркнуты из списка их друзей.

Взрослые годы «семьянинов»

РАБОТА

Высокоразвитые организационные навыки «семьянинов», как правило, хорошо помогают им в юные годы и готовят их к будущим трудовым успехам. Большинство людей типа ESFJ любят контролировать деятельность, в которую вовлечены другие люди — например, организацию школьных или институтских походов за город, украшение зала для танцевального вечера и других мероприятий. Им без труда удается разделить задачу на последовательные шаги, составить детальный план действий и благодаря своему заразительному энтузиазму мотивировать людей принять активное участие в работе. Это может стать хорошей практикой для будущей работы в качестве организатора.

Именно эти качества типа ESFJ — организованность, обязательность, дисциплинированность, желание помочь другим людям, — и определяют выбор профессии «семьянином». Они редко становятся карьеристами, так как это требует умения быть жесткими и добиваться цели за счет других людей, а такой подход для «семьянинов» обычно неприемлем. Для них работа — это место, где они могут быть полезными для других людей, а также место общения и место заработка. В отличие от некоторых других типов (таких, например, как «командир»), «семьянин» редко рассматривает работу как место удовлетворения своих основных амбиций. Для многих из них основными ценностями в жизни все-таки остаются дом и семья.

ДОМ и СЕМЬЯ

МУЖЧИНА-«СЕМЬЯНИН» - ГЛАВА СЕМЬИ

Мужчины типа ESFJ, которые не особенно стремятся держать все под контролем и больше интересуются потребностями окружающих, разрываются между

стремлением соответствовать типично мужским качествам и мягкими и заботливыми сторонами своего характера. «Ощущающая» и «рассудительная» (SJ) стороны их характера требуют от них поведения «мачо» — мужественного, хладнокровного и агрессивного, а экстравертная и «чувствующая» (EF) стороны — более мягкой и заботливой роли. В результате мужчина — «семьянин» очень часто не может выбрать одну четкую роль своего поведения дома и ведет себя по ситуации. Он может быть строгим, если необходимо, но когда все хорошо, то почему бы ему в полной мере не проявить приветливость и радушие своего характера? И «семьянин» с удовольствием делает это.


ЖЕНЩИНА-«СЕМЬЯНИН» - ТРАДИЦИОННА И ХОЗЯЙСТВЕННА

Если мужчина типа ESFJ не может назвать себя «супермачо», то женщина этого типа — идеальное воплощение женственности и хозяйственности. Она всегда к месту и красиво одета, говорит нужные и правильные слова, умеет правильно себя вести. В ее доме всегда чисто и уютно. Девочки ESFJ — это прекрасные дети, которые никогда не пачкаются и всегда хорошо себя ведут. О женщинах-«семьянинах» можно с уверенностью сказать, что они — эталон уместности и правильности во всех жизненных ситуациях.

СТИЛЬ ЖИЗНИ «СЕМЬЯНИНОВ»

Дом «семьянина» обычно является центром ее или его вселенной: это центр семейной жизни и место для развлечений, крепость, отгороженная от жестокого окружающего мира, и место сбора всех членов семьи. Дом «семьянина» всегда опрятен и чист, несмотря на то, что жизнь в нем может быть очень активной. Бесплезно просить человека типа ESFJ расслабиться и отдохнуть, если на кухне неубрано, а постели незастелены. Отдых в понимании «семьянина» — это и есть приведение всего в порядок. Им приятно, когда все дела сделаны. Они могут жаловаться на беспорядок и на то, что надо переделать массу работы, но, тем не менее, они получают огромное удовольствие оттого, что могут убрать весь этот беспорядок.

Как правило, дом для «семьянина» — это место забавы и счастья, это подтверждение его успеха в жизни. Тем не менее, забавы должны проходить строго по плану и в определенные дни. Например, приемы гостей — это прекрасно, но только тогда, когда они заранее запланированы и уместны. «Уместность во всем» — вот философия жизни людей типа ESFJ, которая распространяется на их одежду, обстановку и поведение. «Семьянин» дает указания остальным членам семьи: что им надеть, что говорить и чего не говорить и как себя вести в присутствии гостей. Если их указания не соблюдаются, они обижаются или просто расстраиваются. Этим стремлением к «уместности» определяется и модель поведения «семьянинов» в роли родителей. Дети «семьянина» обычно чувствуют себя любимыми и ухоженными, но несколько скованными бесчисленными указаниям родителей по поводу их поведения, одежды



и того, что работа ВСЕГДА ставится прежде развлечений. «Семьянин» обычно очень терпелив с детьми, но терпение это — чаще всего не результат понимания, а сознательно используемая им воспитательная мера. Родителю-«семьянину» хочется, чтобы его воспринимали как требовательного, но любящего и заботливого родителя.

То же самое можно сказать и об отношениях людей типа ESFJ в семье. Они очень терпимы, часто даже слишком, и всегда подчиняют свои потребности потребностям других. Это, в комплексе с их стремлением к идеализации отношений и к гармонии, часто кладет их собственное благополучие на алтарь благополучия их супругов. Парадокс в том, что, несмотря на то, что им трудно признаться в собственных потребностях и желаниях, «семьянины» очень болезненно воспринимают, когда эти невысказанные потребности окружающими воспринимаются как отсутствующие. Уверяя близких в том, что им ничего не нужно, они обижаются, если их словам верят.


В пожилые годы «семьянины» становятся более терпимыми, но продолжают руководствоваться все теми же ценностями, под знаком которых прошли и их более ранние годы. После лет жизни, посвященных близким, они могут переключить свою заботу на других людей. Но даже на пенсии они все еще руководствуются своими понятиями о том, что надо и чего не следует делать. Определяющую роль в жизни людей типа ESFJ и в этот период продолжают играть дом, дети, внуки их потребности и желания.

ИЗВЕСТНЫЕ «СЕМЬЯНИНЫ»

Примерами наиболее знакомых вам представителей типа ESFJ являются политики Л.И. Брежнев, Джордж Вашингтон и принцесса Диана, актеры Лев Лещенко, Виктор Ильичев и Елена Проклова. Из популярных героев кинофильмов «семьяниками» можно назвать ленинградскую незнакомку Надю — главную героиню фильма «Ирония судьбы, или С легким паром!», Ивана-Царевича — героя фильма-сказки «Василиса Прекрасная» и Зайца - героя мультфильма «Ну, погоди!».

Профессиональная деятельность «семьянинов» (ESFJ)

ВАШИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ

- Вы — замечательные работники.
 - Ваше присутствие создает положительную энергетику на работе, способствующую установлению дружеских и гармоничных отношений.
 - Вы очень ответственны и к работе подходите серьезно, даже если она не очень интересная или приятная.
 - Вы очень трудолюбивы, добросовестны и выполняете все задания в срок.
- 


- Вы прекрасно организуете свое рабочее время, способны запоминать множество деталей, фактов и цифр и использовать их в работе, когда это необходимо.
- Ваше умение приспосабливаться к рутинной повседневности работы, не теряя при этом прекрасного расположения духа, делает вас одними из самых ценных работников в любой организации.

ВАШИ СЛАБЫЕ СТОРОНЫ

- Иногда вы тяжело переносите критику, в особенности, если эта критика представлена не в конструктивном ключе.
- Вы также можете быть раздосадованы и очень огорчены отсутствием похвалы или положительной оценки вашей работы.
- Ваше неумение и нежелание конфликтовать часто сказывается в том, что вы оказываетесь под влиянием стресса или излишней напряженности, что может сильно выбивать вас из колеи и ухудшать вашу способность нормально трудиться.
- Вам бывает трудно работать в одиночестве в течение длительного промежутка времени.
- У вас есть тенденция принимать решения слишком поспешно, вы часто не рассматриваете альтернативные возможности решения тех или иных задач.

Какая работа вам нравится?

Лучшая работа для вас — это та, которая

- позволяет вам находиться в теплой и дружеской атмосфере, свободной от конфликтов и напряженности,
 - дает вам возможность овладевать новыми навыками и знаниями,
 - приносит реальную и конкретную пользу другим людям,
 - имеет ясные, четкие и достижимые цели, которые вам понятны,
 - дает вам возможность общения с другими людьми в процессе работы,
 - позволяет вам организовывать свою работу и свое рабочее место таким образом, чтобы это максимально соответствовало вашим представлениям о чистоте и порядке,
 - позволяет вам четко определить ваше место в организационной структуре, где четко и ясно прописаны цели и требования к работе и где руководство пользуется уважением сотрудников.
- 

Примеры видов деятельности, в которых «семьянины» особенно успешны

СФЕРА ОБРАЗОВАНИЯ

- Воспитатель детского сада
- Учитель начальной школы
- Воспитатель группы продленного дня
- Преподаватель домоводства
- Преподаватель иностранных языков
- Вожатый в летнем лагере

Работа с маленькими детьми или школьниками соответствует родной энергии и энтузиазму «семьянина». В обстановке школы детского сада обычно существует много разных правил, которые умеют соблюдать сами и прекрасно учат этому других на собственном примере. В работе с детьми, прививая им, основные умения и навыки, «семьянин» получает максимальное удовлетворение от своих трудов.

СФЕРА УСЛУГ

- Консьерж в гостинице
- Стюард / Стюардесса
- Парикмахер
- Туристический агент
- Агент по продаже недвижимости
- Переводчик

«Семьянин» стремится к работе в сфере обслуживания, прежде всего из-за возможности работать непосредственно с другими людьми и помогать им. В подобной работе его также привлекает возможность постоянного общения, которое само по себе делает работу для «семьянина» более приятной и менее напряженной.

СФЕРА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

- Медсестра
- 

- Нянечка
- Работник регистратуры
- Оптик
- Стоматолог
- Диетолог
- Логопед
- Терапевт

Карьеры в здравоохранении позволяют «семьянинам» устанавливать и поддерживать близкие личные отношения с пациентами и сотрудниками. Кем бы ни был «семьянин» — врачом, медсестрой или другим медицинским работником, ему нравится использовать приобретенные знания и умения для того, чтобы сделать жизнь своих пациентов легче и счастливее.

КОММЕРЧЕСКАЯ СФЕРА


- Менеджер по связям с общественностью
- Менеджер по продажам
- Менеджер по работе с клиентами
- Менеджер по маркетингу
- Менеджер по операциям с недвижимостью
- Администратор офиса
- Агент по продажам
- Секретарь приемной
- Персональный помощник руководителя

Сфера продаж и общение с клиентами — это область, в которой «семьянин» может проявить себя гораздо успешнее других типов людей. Здесь люди этого типа получают прекрасную возможность использовать свои навыки общения, изобретательность и чуткий подход к потребностям других.

Отношения «семьянинов» с другими людьми

Лучшие друзья «семьянинов»

Большинство настоящих и верных друзей «семьянинов» (TSFJ) приходит из четырех родственных им типов людей, других «традиционалистов» — «командир» (ESTJ),




«прагматик» (ISTJ), «семьянин» (ESFJ) и «помощник» (ISFJ). И это абсолютно естественно — ведь нас чаще всего привлекают те люди, которые в большей степени разделяют наши собственные ценности и убеждения, и с которыми мы легко можем найти общий язык. Тип «помощник» (ISFJ) является особенно важным для «семьянинов», так как с этим типом людей у них полное единство взглядов и наиболее полное взаимопонимание. Может быть, поэтому «помощники» чаще всего становятся лучшими друзьями или деловыми партнерами «семьянинов».

Любовные отношения

Очень женственные по натуре женщины типа ESFJ предпочли бы в качестве мужа или любимого иметь мужчину «рационального» типа (Т, а не F). Поэтому они обычно выбирают мужчин таких типов, как «командир» (ESTJ), «прагматик» (ISTJ), «предприниматель» (ESTP), «мастер на все руки» (ISTP) или «ученый» (INTP). При выборе партнера определенного типа важно помнить, что существует обратная зависимость между интенсивностью эмоционально-сексуального влечения между партнерами, с одной стороны, и их взаимопониманием — с другой. Отношения, возникающие у женщин-«семьянинов» с мужчинами таких типов, как «мастер на все руки» (ISTP), «предприниматель» (ESTP) и «ученый» (INTP), темпераменты которых качественно отличаются от темперамента «семьянинов», изначально основываются на сильном сексуальном и эмоциональном влечении. Но, к сожалению, эти отношения, чрезвычайно яркие вначале, чаще всего недолговечны и в ходе продолжительной совместной жизни перестают удовлетворять обоих партнеров. И неудивительно, ведь между ними слишком много различий, которые выливаются во взаимонепонимание и часто приводят к разрыву. Отношения с мужчинами типов «прагматик» (ISTJ) и «командир» (ESTJ) наоборот, могут поначалу развиваться несколько «медленнее», но в конечном итоге оказываются более стабильными и более эмоционально и сексуально удовлетворительными для обоих партнеров.

Мужчина типа ESFJ, если он отдает предпочтение традиционной роли сильного мужчины, часто чувствует внутреннее противоречие между своим природным стремлением быть чутким и мягким и той более жесткой, типично «мужской» ролью, которую он должен играть в семье. Такие мужчины стремятся выбирать женщин из традиционно женственных типов, чтобы на их фоне чувствовать себя «настоящим мужчиной». Они предпочтут женщин типа «семьянин» (ESFJ), «помощник» (ISFJ) или «художник» (ISFP). Если же мужчина-«семьянин» чувствует себя достаточно комфортно в роли теплого и эмоционального человека, то он будет наслаждаться отношениями с женщинами «рациональных» типов (Т): с «мастером на все руки» (ISTP), «прагматиком» (ISTJ) или «командиром» (ESTJ).

Ниже приводятся описания отношений «семьянинов» с двумя наиболее важными для них типами людей: с «мастером на все руки» (ISTP) — типом, к которому «семьянины» испытывают наибольшее влечение в эмоциональном и сексуальном плане, и с «помощником» (ISFJ), с которым у них настоящая дружба и полное взаимопонимание.



ОТНОШЕНИЯ «СЕМЬЯНИНОВ»

С «МАСТЕРАМИ НА ВСЕ РУКИ»:

«ФАТАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ», ИЛИ «ЛУЧШИЙ СЕКС В МОЕЙ ЖИЗНИ»

ПРОТИВОПОЛОЖНОСТИ ПРИТЯГИВАЮТ ДРУГ ДРУГА

«Семьянин» и «мастер на все руки» привлекают друг друга своими различиями. «Мастеров на все руки» привлекают в «семьянинах» их теплота, общительность, энтузиазм, самодисциплина, ответственность и преданность. Им нравится также умение «семьянинов» находить общий язык с разными людьми, интуитивно чувствовать их потребности и желания. «Семьянинов» же восхищают многочисленные умения «мастеров на все руки», а также их способность расслабляться и ценить радостные моменты жизни.

«Семьянин» и «мастер на все руки» — очень разные, и они многому могут научиться друг у друга. «Семьянин» может помочь «мастеру на все руки» стать более терпимым к близким людям, более мягким и понимающим. «Мастера на все руки» утверждают, что их супруги - «семьянины» буквально открыли перед ними новые возможности, научив их доверять людям, более откровенно рассказывать о своих чувствах и не бояться признаваться партнеру в своих сокровенных желаниях и мечтах. В свою очередь, «мастера на все руки» помогают «семьяникам» стать более независимыми и освободиться от желания всегда и во всем угождать другим.

ПРОТИВОПОЛОЖНОСТИ ОТТАЛКИВАЮТ ДРУГ ДРУГА


Из-за существенных различий пары «семьянин» — «мастер на все руки» сталкиваются с большим количеством трудностей в повседневной жизни.

РАЗЛИЧНЫЙ ПОДХОД К ОБЩЕНИЮ

Существенная область взаимного непонимания между этими партнерами — это область общения. «Семьянины» любят поговорить и пообсуждать события их жизни в точных деталях с массой подробностей, в то время как «мастера на все руки» немногословны и замкнуты предпочитают, скорее, действовать, чем говорить. Это приводит к тому, что «семьянинов» часто мучает неудовлетворенная потребность в общении, а «мастеров на все руки» раздражает чрезмерное вторжение в их частную жизнь. «Семьянины» также очень эмоциональны, и их яркое проявление чувств часто расценивается более спокойными «мастерами на все руки» как чрезмерное и наигранное.

РАЗНЫЙ СТИЛЬ ЖИЗНИ

Другая область почти неизбежного конфликта этих партнеров — различное отношение к порядку и чистоте в доме и к планированию своих действий.



«Семьянины» любят порядок в доме и любят все планировать заранее. Они предпочитают всегда все делать вовремя и редко откладывают работу по дому на последний момент. «Мастера на все руки», наоборот, достаточно комфортно чувствуют себя в атмосфере «художественного беспорядка», не любят ничего планировать заранее и нередко откладывают дела до последней минуты. Они хотят жить спонтанно, не желая контролировать события и людей. Поэтому «семьянинов» часто расстраивает невнимание партнеров - «мастеров на все руки» к той работе, которую «семьянины» делают по дому, — они порой чувствуют, что все их усилия по хозяйству не оцениваются по заслугам.

Как найти общий язык с вашим партнером — «мастером на все руки»:


- Уважайте частную жизнь вашего «мастера на все руки». Старайтесь никогда не делиться с вашими друзьями или знакомыми подробностями вашей с ним личной жизни, так как существует реальная возможность, что ваш партнер воспримет это как предательство.
- Не мешайте вашему партнеру проводить много времени в молчании (за компьютером, телевизором или другим делом). Для людей типа ISTP это состояние, которое кажется вам состоянием некоего физического оцепенения или «заторможенности», — вполне естественное и жизненно необходимое.
- Постарайтесь не быть слишком требовательными к вашему партнеру, в особенности по поводу отсутствия у него организованности и аккуратности. «Мастера на все руки» никогда не смогут сравниться в своей опрятности с «семьянинами», так что не доставайте их ненужными придирками. Все, чего вы этим можете добиться, — ответное раздражение.
- Старайтесь чаще участвовать в жизни и деятельности вашего «мастера на все руки». Научитесь иногда просто расслабляться в его или ее обществе, забыв на какое-то время о ваших нескончаемых планах, делах и заботах.

«СЕМЬЯНИН» И «ПОМОЩНИК»: «ДРУЖБА, СКРЕПЛЕННАЯ НА НЕБЕСАХ»

Поскольку «семьянины» и «помощники» очень похожи по темпераменту, их отношения обычно легки и удобны. Они полностью понимают друг друга, оба стремятся почти одинаково организовать свою жизнь и управлять ею. И «семьянины», и «помощники» твердо стоят на ногах и очень практичны, осторожны и точны с фактами и деталями. Они оба свято верят в традиционные ценности и считают, что доверие, уважение и открытость являются залогом долгих отношений.

ЭКСТРАВЕРТНОСТЬ «СЕМЬЯНИНОВ» ПРИТЯГИВАЕТ ИНТРОВЕРТНОСТЬ – «ПОМОЩНИКОВ» И НАОБОРОТ

«Семьянинов» очень привлекает спокойствие и уравновешенность «помощников». Им особенно нравится быть центром любви и внимания «помощника». «Помощника», в свою очередь, привлекают бурная энергия, общительность и дружелюбие




«семьянина», которые приносят в жизнь партнера энтузиазм и волнение, — а их люди типа ISFJ умеют оценить по достоинству.

СТИЛЬ ЖИЗНИ «СЕМЬЯНИНОВ» ОЧЕНЬ СХОЖ СО СТИЛЕМ ЖИЗНИ «ПОМОЩНИКОВ»

У «семьянинов» и «помощников» часто бывают одинаковые интересы, и им нравится проводить вместе время, готовить, заниматься садоводством или гулять на природе. И «семьянин», и «помощник» любят жить в атмосфере порядка, и им нравится заранее продумывать свои планы. Их чистенькие, опрятные дома очень уютны и отражают вкус и практичность своих хозяев. Большинство «семьянинов» и «помощников» находят очень удобными такие отношения, полные дружбы, взаимопонимания и общих интересов. И те и другие любят быть полезными и внимательными друг к другу и умеют оценить то, что партнер относится к ним с заботой и вниманием.

Как улучшить отношения с «семьянином»?

Если вы партнер или друг «семьянина»:

- Научитесь давать вашему «семьянину» возможность выговориться. Позвольте ему или ей высказывать свои чувства, без ваших комментариев и критики.
 - Поощряйте их желание без затруднения, опасения или стыда делиться своими чувствами — как положительными, так и отрицательными.
 - Будьте терпеливы к эмоциям «семьянина», даже если вы не разделяете или не понимаете их.
 - Открыто выражайте свои чувства вашему «семьянину», чтобы он не мучился догадками о том, что вы чувствуете или что вас тревожит.
 - Часто делайте вашим «семьянинам» комплименты. Старайтесь показывать ему или ей, что вы их цените и что все их старания не остаются незамеченными вами.
 - Физически проявляйте и показывайте свою любовь и привязанность к ним. Чаще обнимайте и целуйте их.
 - Уважайте стремление ваших партнеров к чистоте и порядку и помогайте им в работе по дому, даже если это вам не очень-то нравится.
 - Старайтесь все делать вовремя и заканчивать дела, которые вы начали.
 - Ни в коем случае не забывайте о важных датах и юбилеях, если не хотите по-настоящему разозлить или обидеть вашего «семьянина».
 - Помогайте вашему партнеру расслабляться, забывать о своих многочисленных заботах и просто получать удовольствие от жизни. Он вам за это будет искренне благодарен.
- 

Если вы начальник или подчиненный «семьянина»:


- Будьте готовы к высокому уровню энергии и к частым разговорам «семьянинов».
- Будьте четкими в ваших руководствах, инструкциях и требованиях. Четко формулируйте и объясняйте «семьяникам», что от них требуется.
- Объясняйте им практическую необходимость соблюдения инструкций и правил, желательно на конкретных примерах.
- Постоянно показывайте им, что вы их цените, подчеркивайте похвалу и не акцентируйте неудачи.
- Будьте теми людьми, на которых «семьянин» может положиться. Старайтесь всегда и везде быть вовремя и четко выполнять данные вами обещания.

Заключительные заметки о типе «семьянин» (ESFJ)

Чувство самоуважения и собственного достоинства у «семьянинов» основывается на удовлетворении их главных потребностей: быть любимыми и по достоинству оцененными за ту заботу и пользу, которую они приносят окружающим.

Для «семьянинов» очень важно быть всегда занятыми, нужными и успешными в глазах тех, кого они любят и кому доверяют. Те «семьянины», которые научились выражать свои чувства и желания без боязни осуждения или критики, становятся уверенными в себе людьми, терпимыми к другим и более легко прощающими себя и окружающих.

Если вы — «семьянин», то для того, чтобы получить от жизни все и использовать те возможности, которые открывает перед вами ваш тип, старайтесь соблюдать следующие основные правила:

1. Умерьте свои амбиции в области карьеры и поймите, что главный ваш успех и радость в жизни зависят оттого, найдете ли вы человека, которого сможете любить, и о ком будете заботиться. Поэтому старайтесь построить семью с правильным человеком — забота об этом должна стать вашим основным делом в жизни.
 2. Остерегайтесь своего стремления во всем стараться не травмировать людей и приспособливаться ко всем и всему. Одна из ваших главных задач — научиться быть самими собой и не бояться открыто говорить о своих желаниях и потребностях.
 3. Будьте готовы к тому, что вас слишком легко травмируют нечувствительность или критика других людей, воздерживайтесь также от стремления комментировать или судить действия окружающих. Это оградит вас от множества неприятных и разрушающих эмоций. Терпимость и умение прощать — вот те качества, которых вам
- 

не хватает. Если вы поймете необходимость этих качеств, и будете стремиться приобрести их, ваша жизнь станет во многом легче и счастливее.

4. В вашем стремлении помогать другим людям вы порой выражаете мнения достаточно категорично и зачастую, из благих намерений, навязываете другим вашу помощь или точку зрения. Прежде чем предлагать помощь, постарайтесь проявить терпение и выяснить, нужна ли она тому, кому вы ее предлагаете. Очень часто лучшее содействие — это просто готовность выслушать другого человека и проявить свое понимание и сочувствие к нему.

5. Помните, что ваше основное преимущество и ваша сила заключаются в вашей общительности, энергичности, энтузиазме и умении дружить. Ваши друзья и близкие — это ваша самая большая ценность в жизни.

