

ОПИСАНИЕ ПСИХОТИПА

(ВРОЖДЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ)

ENFP ЧЕМПИОН

ENFP ЧЕМПИОН

Тип личности ENFP – один из самых добрых и интересных личностных типов. Около 7% населения принадлежат к данному типу (5-6% из них мужчины и приблизительно 9-10% - женщины). В каждом регионе соотношения типов личности различны. Например, в странах Азии, как правило, более высокий процент людей Интровертного (I), мыслительного (T) типов, а в Гонконге или Сингапуре – Интуитивного (N) типа.

Люди с личностным типом ENFP – любопытные, идеалистичные и чуткие натуры. Они постоянно находятся в поисках смысла происходящего, очень заинтересованы в мотивах поведения других людей и видят жизнь, как большую и сложную загадку, в которой все взаимосвязано. Поэтому неудивительно, что ENFP обладают проницательностью и способностью сопереживать. Это, совместно с их обаянием и коммуникативными навыками, часто делает их очень популярными и влиятельными. Необходимо всерьез воспринимать внутреннее пламя и страсть этого типа личности, так как такие люди очень сильно привязываются к другим, и могут долго и всем сердцем переживать. С другой стороны, это может быть недостатком, так как ENFP-личности могут часто переживать из-за того, что они недостаточно оригинальны или спонтанны. Если они проявляют мало заботы по отношению к другим людям, то уровень их самооценки снижается.

ENFP очень харизматичны и красноречивы. Они считают, что выражать свое мнение и делиться идеями - это просто и естественно, при этом, не имеет никакого значения, представляют ли они голые факты или делятся возмущением – они не боятся выступать перед любой аудиторией. С другой стороны, ENFP могут быть на удивление спокойными и замкнутыми в том окружении, где их идеи и принципы не разделяются. Так часто происходит с молодыми ENFP, которые еще недостаточно уверены в своих силах и не полагаются на интуицию.

ENFP стремятся к гармонии, как в своей жизни, так и в окружающем их мире. Часто прилагают много усилий для создания чего-то созидательного и чувствуют себя подавленными из-за несчастий и бед. Которые случаются на земле. Люди этого типа рассматривают вещи и действия с идеалистической, а не логической стороны. Их больше привлекает нравственность, мораль и добродетель, чем практичность, эффективность и материальные ценности. ENFP личности – это безусловные чемпионы, в яростной борьбе за сохранение и защиту всего хорошего в мире.

Часто ENFP проявляют высокий уровень энтузиазма, особенно если речь идет о вещах, которые пробуждают их воображение. В таких случаях данный тип личности может быть очень энергичным и убедительным, способным с легкостью убедить других людей встать на свою сторону. Как ни парадоксально, эта черта может обратиться и против них, так как иногда ENFP внезапно оказываются в центре происходящего, а окружающие люди считают их лидерами и вдохновляющими гуру. ENFP-личности стремятся к независимости, поэтому неудивительно, что они не

всегда рады такому вниманию. По этой же причине, ENFP часто чувствуют себя перегруженными проблемами других людей, так как для них нет ничего хуже, чем осознание того, что кто-то страдает, а они не в силах помочь.

ENFP очень эмоциональные и чуткие личности, поэтому они считают, что каждый должен понимать чувства окружающих и выражать свои собственные. Тем не менее, из-за этой черты характера, ENFP часто подвергаются стрессам, так как они чересчур концентрируются на мотивах и возможных значениях поступков других людей. Люди данного личностного типа очень наблюдательны и обладают хорошей интуицией, но они могут совершать серьезные ошибки из-за того, что принимают решения, интерпретируя только эмоции других людей. Таким образом, если кто-то хочет узнать ENFP-личность, чрезвычайно важно понимать, что ею движет, для осознания выбранных мотивов. Люди этого типа очень добрые, верные и альтруистичные. Они ставят других людей на первое место и всегда рады сделать свой вклад в общественно-значимое дело. Для ENFP-личностей гораздо важнее их точка зрения, достоверность и самореализация, чем материальная выгода. Они считают, что люди должны заниматься тем, во что они верят.

У ENFP-личностей могут быть трудности с выполнением бытовых повседневных обязанностей и решением административных вопросов. Они больше заинтересованы в свободе и вдохновении, чем в безопасности и стабильности, и это отношение обычно хорошо заметно: такой человек скорее будет предлагать интересные решения и идеи, вне зависимости от их сложности, чем выполнять простые и при этом скучные задания.

3

Благодаря своему воображению, энтузиазму и коммуникативным навыкам ENFP по-настоящему умеют отдыхать. Например, днем они могут серьезно и с большим энтузиазмом подойти к работе, а вечером дать выход накопившимся эмоциям на шумной вечеринке в ночном клубе. Такое переключение с одного настроения на другое может быть мгновенным и удивительным даже для их близких друзей. Это еще и замечательный защитный механизм, позволяющий ENFP «выпускать пар» и не быть слишком строгим к самим себе. Но, к слову об осторожности, некоторые ENFP-личности заявляют, что иногда они чрезмерно увлекаются земными удовольствиями (например, едой, алкоголем, шопингом и др.), стараясь подавить свой внутренний голос или тревогу. И, хотя этот способ иногда эффективен, лучше распознать свои слабые стороны и контролировать их вместо попыток избежать трудностей.

В заключение, ENFP-личности – неконформисты. Они следуют выбранному пути и доверяют своей интуиции. У них много талантов. Но их развитие зависит от того, достаточно ли им дано свободы. ENFP быстро теряют терпение и мотивацию, если им достается скучная роль, в которой они не в состоянии свободно самовыражаться. Но, когда такой человек все-таки находит свое место в мире, с помощью своего воображения, участливости и храбрости, он может достичь поразительных результатов.

Некоторые известные ENFP:

Франц Йозеф Гайдн, австрийский композитор
Уилл Роджерс, американский ковбой, комик
Микки Руни, американский актер
Энди Руни, американский журналист
Кэрол Бернетт, американская актриса и певица
Элизабет Монтгомери, американская актриса
Дом Делуиз, американский актер-комик
Дейв Томас, американский актер-комик
Мег Райан, американская актриса
Робин Уильямс, американский актер и продюсер
Сандра Буллок, американская актриса
Роберт Дауни Младший, американский актер
Алисия Сильверстоун, американская актриса

ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ ENFP-ТИПА

ИНТРОВЕРСИЯ (I)/ЭКСТРАВЕРСИЯ (E)

С высокой долей уверенности можно заявить, что деление на интровертов и экстравертов – одна из древнейших классификаций в истории теории о личностных типах. Уже давно подмечено, что в то время, когда одни люди эмоциональны, раскрепощены и ощущают себя довольно комфортно, находясь в обществе, другие, напротив, весьма сдержанны, спокойны и общению в социуме предпочитают уединение. Экстраверт черпает энергию из внешнего мира (отсюда «экстра», что значит «вне»), интроверт чувствует себя скорее опустошенным общением с другими людьми и полагается только на внутренние источники энергии (следовательно, «интро» - внутри). Однако быть экстравертом не всегда означает быть превосходным оратором, равно как и интроверт не обречен быть замкнутым и нелюдимым. Крайние позиции подобной дихотомии скорее помогают увидеть усредненные степени экспрессивности и общие тенденции возможности получения энергии индивидом из того или иного источника.

Личности типа ENFP - экстраверты, иными словами являются экспрессивными. Они обладают хорошими коммуникативными навыками и заряжаются от общения с людьми. Им нравится брать инициативу в свои руки и выражать идеи. Они часто

начинают озвучивать своё мнение, прежде чем оно полностью сформировалось в их голове. Неудивительно, что такие люди популярны и всеми любимы в различных кругах, так как они на инстинктивном уровне знают, как и с кем нужно общаться вне зависимости от их социального статуса и типа личности.

ИНТУИЦИЯ (N)/ОЩУЩЕНИЕ (S)

Отличительные черты интуиции или метода восприятия мира с помощью ощущения демонстрируют область заинтересованности личности: идеи (интуиция) или факты (ощущение). Эта дихотомия кажется нам наиболее важной. В то время как другие три дихотомии демонстрируют, как вы взаимодействуете с другими (интроверт-экстраверт), принимаете решения (мыслительный-чувствующий) и планируете свою деятельность (решительный-воспринимающий тип), область различий ощущающего и интуитивного типа обладает более серьезным значением – показывает, как вы видите мир и на какой информации акцентируете свое внимание.

Люди с предпочтением интуиции в процессе восприятия полагаются на собственные мысли, теории, идеи и воображение. Они мечтают, фантазируют и задаются вопросом «Почему все происходит так, как происходит?». Они часто чувствуют себя немного отстраненным от реально существующего мира. Можно даже сказать. Что личности с предпочтением интуиции иногда и сами сомневаются в принадлежности к этому миру. Они могут наблюдать за людьми и событиями, но не показывают, о чем думают. Их мысли всегда восторженные, пытливые и ищущие связи между событиями.

Люди, предпочитающие руководствоваться ощущением, фокусируют свое внимание на фактах и исследовании реального мира. Они получают опыт и знания о мире тактильно, визуально, сквозь призму опыта, а теорию оставляют мечтателям. Это объясняет их потребность чувствовать «землю под ногами» и сосредотачиваться на настоящем моменте вместо фантазий о том, что может произойти. Следовательно, такие люди стремятся иметь дело с конкретными фактами и предметами, а не заниматься самоанализом и теорией.

Предпочтение к интуиции или ощущению также обуславливает стиль общения: люди, склонные к интуитивному типу мышления, могут говорить идеями, абстрактно, умеют читать между строк, в то время как ощущение заставляет людей своего типа фокусироваться на конкретных фактах и практических вопросах. Из-за этих отличий человеку интуитивного типа довольно сложно понять представителя ощущающего типа, иногда он может даже подумать, что последний материалистичный, скучный и недалекий. И наоборот, человек ощущающего типа склонен думать, что его оппонент по типу личности непрактичный, наивный и ненаблюдательный. Оба заявления достаточно провокационны, и важно быть достаточно зрелым человеком, чтобы правильно их воспринять и оставить без реакции, тем не менее подобные утверждения далеко не редкость.

Люди личностного типа ENFP – интуиты. Благодаря предпочтению к интуиции они могут придумывать вдохновляющие и оригинальные идеи. Люди этого типа проводят много времени, дискутируя на различные темы, и не любят наблюдать за происходящим вокруг. ENFP не волнует, что сейчас происходит. Они сосредоточены на том, что может произойти или почему что-то случилось. Этот навык позволяет людям данного типа развиваться на протяжении всей жизни, делая их умными и одаренными личностями.

Однако, это палка о двух концах. И у самоанализа есть своя цена: направляя все психические ресурсы во внутренний мир, ENFP неизбежно отказываются от информации, предоставляемой их ощущениями, органами чувств. У них возникают трудности при решении конкретных, практических вопросов или с восприятием большого количества фактов (они могут пропустить даже то, что происходит у них прямо перед носом). Это является одной из причин, почему ENFP бывает не просто найти спутника жизни. А так как большая часть населения относится к ощущающим типам, то людям с рассматриваемым типом личности зачастую нелегко общаться с другими людьми.

МЫШЛЕНИЕ (Т)/ЧУВСТВО (F)

Третье звено классификации представляет оппозицию таких типов как мыслительный\чувствующий и определяет характерные способы принятия решения и контроля эмоций. Люди мыслительного типа ищут логичные и рациональные аргументы, доверяя разуму, а не сердцу. Они также прилагают все усилия, чтобы сберечь свои эмоции, ограждая их от внешнего мира и удостоверяясь что они не заметны. Чтобы ни случилось, вы должны всегда сохранять трезвый ум – это и есть девиз людей с предпочтением Мышления (Т).

Напротив, люди с предпочтением к Чувству (F) следуют велению сердца и эмоциям, и мало заботятся о том, как их спрятать. С точки зрения представителя чувствующего типа мы не должны бояться прислушиваться к нашим чувствам и делиться ими с миром – эти люди склонны быть сострадающими, чувствительными и очень эмоциональными.

Однако важно не допустить ошибки, рассуждая, что первая группа хладнокровна и равнодушна, а вторая сентиментальна и иррациональна. Это – ложная дихотомия – люди с предпочтением к Мышлению (Т) часто также эмоциональны, они просто пытаются скрыть и подавить свои эмоции: люди с чувственным восприятием способны к тому, чтобы быть рациональным, хотя они, вероятно, будут использовать различные аргументы, помещая сострадание и сотрудничество выше логических и неопровержимых фактов. Неблагоразумно отклонить или осудить любую из этих точек зрения – они обе совершенно справедливы.

Представители типа ENFP относятся к Чувствующей (F) группе – они полагаются на чувства и отдают им предпочтение, уверены в моральных и этических аргументах и делают все, что от них зависит, чтобы оставаться верными своим твердым принципам. Люди этого типа добрые и чуткие, они всегда ищут положительное вне

зависимости от обстоятельств. Чувства и интуиция формируют ядро ENFP-личности, что делает их очень проникательными, идеалистичными и открытыми, способными на невероятные подвиги, в особенности, в таких сферах, как этика, философия и дипломатия. Тем не менее, из-за этих особенностей ENFP-личности принадлежат к меньшинству населения, и им бывает трудно устанавливать взаимоотношения с окружающими людьми, особенно когда речь идет об эгоизме и корысти.

СУЖДЕНИЕ (J)\ВОСПРИЯТИЕ (P)

Заключительный набор черт определяет, как мы относимся к планированию и наличию свободы выбора. Люди с предпочтением Восприятия (P) не любят торопиться с решением – они даже если и сконструируют пять различных резервных планов все равно будут решать проблемы по мере их поступления. Представители решающего типа (J) предпочитают ясность и конфиденциальность, руководствуются намеченным планом и не пускают дела на самотек. Таким людям присуще сильно развитое чувство трудовой этики они ставят в приоритет свои обязанности и ответственность за них.

Напротив, представители воспринимающего типа всегда в поиске удобных случаев и альтернатив, и готовы воспользоваться ими в нужный момент. Люди с этим предпочтением точно знают, что жизнь полна возможностей и с легкостью отказываются заниматься тем, что может оказаться не лучшим вариантом в будущем. Они с большей охотой сосредотачиваются на том, что делает их счастливыми в противоположность тому, что ожидают их родители, работодатели, учителя и т.д. – если определенная задача не будет настолько важна или интересна, то представитель такого типа всегда найдёт возможность придумать что-то лучше.

7

Представители ENFP относятся к воспринимающему типу. Они находятся в постоянном поиске альтернативных вариантов, зная, что всегда есть лучший путь. Это может привести к незаконченным проектам или к превышению сроков выполнения работы, но ENFP-личность скорее пойдет на риск, чем поставит себя в положение, где существующие обязательства ограничили бы ее свободу. Люди рассматриваемого нами типа могут проявлять более мягкий характер в повседневной жизни. Они не зациклены на опрятности, уделяя больше внимания новым идеям и мотивам. Наконец, люди с этим типом личности, вероятно, достаточно спокойно относятся к своей работе или учебе, отказываясь подстраиваться под обозначенные сроки, шаблоны, правила и т.д.

СИЛЬНЫЕ И СЛАБЫЕ СТОРОНЫ ENFP

Кажется, что спонтанные, проникательные и чрезвычайно эмоциональные ENFP-личности встречаются повсюду, хотя они и достаточно редкие экземпляры. С уверенностью можно сказать, что это один из всеми любимых и влиятельных типов личности. Такие люди вдохновляют других и заводят новых друзей везде, где бы они ни были. Они ищут гармонию и сражаются со злом и несправедливостью там, где это возможно. Такие люди успешно сочетают в себе целеустремленность и осторожность.

К сожалению, у каждой сильной черты есть своя обратная сторона. Чувствительность ENFP подвергает их постоянными эмоциональным волнениям, которые могут навредить таким аспектам их личности, как уверенность в себе, энтузиазм, внутренняя сила, желание исследовать все новое и т.д. Самая важная цель, которая стоит перед ENFP – это достичь полной гармонии души и тела, а также баланса между эмоциями и интеллектом. Такие люди движимы своими эмоциями и любознательностью, а не рассудком, а гармонии нельзя достичь без умелого сочетания этих двух миров. Несомненно, эмоции могут быть великой силой, но их нужно держать под контролем, иначе такой человек будет чувствовать себя очень уязвимым. Исходя из этого, индивид, уделяющий должное внимание своему личностному развитию, обычно с легкостью справляется со слабостями, присущими его личностному типу, и получает пользу от своих сильных качеств. Если он хочет динамично расти и развиваться, ему придется научиться направлять свою энергию и страсть в нужное русло. Личностное развитие очень важно для людей этого типа личности, так как большинство их способностей могут, как помочь, так и навредить, в зависимости от того, как грамотно их используют.

Давайте тщательно рассмотрим сильные и слабые стороны ENFP-личностей.

СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ENFP

- **Наблюдательность.** ENFP-личности верят в то, что в мире все взаимосвязано. Они пытаются заметить все и считают, что все события – это часть большой таинственной загадки под названием «жизнь».
- **Очень дружелюбные, пользуются успехом.** ENFP альтруистичны и всегда готовы помочь. Они делают все от них зависящее, чтобы быть чуткими и дружелюбными в любой ситуации. Они могут найти общий язык практически с каждым, и, как правило, у них большой круг друзей и знакомых. Редко можно увидеть такого человека, делающего что-то лишь из собственной выгоды.
- **Полны энтузиазма и энергии.** ENFP-личности всегда рады делиться своими идеями с людьми и выслушивать ответное мнение. Их энтузиазм очень заразителен и одновременно воодушевляющий.
- **Умеют расслабляться.** Люди такого типа умеют переключаться и веселиться, открывая для себя жизнь и все, что она предлагает. Их шумные выплески энергии могут удивить даже их ближайших друзей.
- **Креативные.** ENFP-личности легко интерпретируют знаки и скрытые смыслы. Более того, благодаря своей развитой интуиции такие люди легко умеют сплести воедино факты и предлагать интересные и необычные идеи.
- **Открытые и гибкие.** ENFP-личности не любят жить по правилам и не навязывают их другим. Они стараются быть либеральными и открытыми, пока их собственные принципы и идеи не подвергаются сомнению. Такие люди не любят доминировать и много работают над тем, чтобы мнение каждого было услышано и по заслуге оценено.

- **Обладают отличными коммуникативными способностями.** ENFP-личности обладают хорошими коммуникативными навыками, и они прекрасно знают, как презентовать идеи в наиболее убедительной форме. Они могут поддержать как небольшую беседу, так и глубокий, важный разговор, хотя их понятие о небольшой беседе может показаться необычным, так как такие люди будут скорее рассуждать об идеях, чем о погоде или о сплетнях.
- **Любопытные.** У ENFP-личностей хорошее воображение и широкие взгляды. Им нравится пробовать все новое, и при необходимости они не боятся выйти из зоны своего комфорта.

СЛАБЫЕ СТОРОНЫ ENFP

- **Слишком эмоциональные.** ENFP-личности очень эмоциональны. Они считают, что эмоции – это неотъемлемая часть их личности. Это часто приводит к тому, что они слишком бурно реагируют на критику, конфликты и напряжение.
- **Обладают плохими техническими навыками.** ENFP-личности гениальны, когда необходимо решать проблемы, налаживать процессы или запускать проекты (особенно, если это подразумевает участие других людей). Тем не менее, им сложно решать технические и административные вопросы.
- **Чересчур тщательно обдумывают вопросы.** ENFP-личности ищут скрытые мотивы и чересчур долго обдумывают даже самые простые вещи. Они постоянно задаются вопросами о том, почему кто-то что-то сделал, и что бы это могло обозначать.
- **Часто нервничают.** ENFP очень чуткие и заботятся о чувствах других людей. Это может привести к стрессам, так как окружающие обращаются к ним за помощью и поддержкой, а ENFP-личности не всегда могут сказать «да».
- **Тяжело концентрируются.** Люди этого личностного типа быстро теряют интерес. Их сознание отключается, если их проект становится рутинным, и в нем появляются административные вопросы.
- **Слишком независимые.** Таким людям совсем не нравится, когда их контролируют и сдерживают правилами и нормами. Они хотят, чтобы их считали независимыми личностями, хозяевами своей судьбы.
- **Чересчур самоотверженные.** ENFP-личности иногда настолько сконцентрированы на том, чтобы делать добро и помогать другим, что могут пренебрегать своими собственными интересами. Или же борются за выбранные идеи, игнорируя все остальное в жизни.
- **Не любят работать с информацией.** ENFP-личности зависят от эмоций и норм морали, но у них возникают трудности в работе с фактами и информацией, например, им сложно анализировать связи или находить различия.

- **Непрактичные.** ENFP не считают практичные вещи важными. Они могут даже забыть поесть или попить, если они делают то, что их вдохновляет и мотивирует.

Людам с типом личности ENFP необходимо понимать, откуда берется их самооценка, самоуважение и уверенность в себе. Эти понятия не идентичны, но они влияют друг на друга, и важно знать, что является ключевой движущей силой каждого из них.

- **Самооценка** ENFP-личностей основана на сопереживании. Люди этого типа оценивают себя по способности общаться с другими. Глубоко внутри ENFP-личности хотят прожить жизнь, наполненную сопереживанием, тесным общением, обменом опытом и чувством принадлежности к коллективу.
- **Самоуважение.** ENFP обусловлено их желанием желать хорошее. Люди этого типа добрые и идеалистические. Они сражаются со злом, жестокостью и несправедливостью, где бы они ни столкнулись. Такие люди будут действительно уважать себя, только если смогут оставаться позитивными и доброжелательными вне зависимости от негативных эмоций. Немногие вещи заботят ENFP-личностей больше, чем осознание того, что их собственные мысли являются злыми по своей природе.
- **Уверенность в себе** ENFP зависит от честности. Люди этого типа личности всегда стараются быть теми, кем они являются, из-за чего они сомневаются и бросают вызов самим себе. ENFP-личности не чувствуют уверенность в своих силах, если то, что они делают, не отражает их настоящей сущности на 100%.

ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ

Знание ваших достоинств и недостатков - это уже огромное достижение, но применение их на деле с пользой для себя – еще более важно. Давайте рассмотрим несколько способов, как использовать ваши сильные стороны.

ЧТО СОЗДАЕТ НАИБОЛЬШИЕ ПРОБЛЕМЫ ДЛЯ ENFP?

Самая сильная черта, характеризующая ENFP-личности – это чувствительность. Как ни странно, эта особенность может помешать им, если человек не может или не хочет управлять этой чертой характера. Эмоции оказывают влияние на все сферы жизни ENFP, начиная от выбора карьера и заканчивая романтическими взаимоотношениями. Люди этого типа личности не любят конфликты и критику и чувствуют себя незащищенными в таких ситуациях. Эта общая черта для личностей F-типа (Чувствующие), но ENFP-личности страдают от этого больше других, так как они втайне от других стремятся к похвале и признанию. Критика, вне зависимости от ее объективности, воспринимается такими людьми, как категоричное заявление о том, что они потерпели неудачу. Для них критика - это одна из самых обидных вещей.

Взрослые представители ENFP-типа стараются контролировать свои эмоции и воспринимают критику более объективно. Это позволяет им добиться эмоциональной стабильности. Каждый представитель данного типа личности должен стараться развивать в себе предпочтение к мышлению (Т) и использовать логический подход в ситуациях, которые не требуют эмоциональной реакции. Это непросто для типа личности, движимого и вдохновленного эмоциями. Тем не менее, это один из самых важных шагов, который должен предпринять человек, заинтересованный в личностном развитии. Даже само знание этого – уже прекрасно, потому что оно дает возможность ENFP-личности видеть предупреждающие признаки эмоционального расстройства.

Многие ENFP постоянно находятся в стрессе, и это главный признак того, что их эмоции необходимо усмирить. Редкий стресс является естественным и, возможно, даже полезным, и все типы личности подвержены ему. Тем не менее, постоянный стресс может оказать негативное воздействие на здоровье. Более того, мы можем сказать, что у некоторых людей развито своего рода привыкание к стрессу, таким образом возникает своего рода зависимость – они постоянно ищут новых ощущений за рамками зоны комфорта. Это одна из самых основных опасностей в жизни представителей ENFP-типов. Важно, чтобы они научились находить источник этих эмоций в повседневной действительности, внутри себя и видеть жизнь такой, как она есть.

Как представители чувствующего F-типа, ENFP способны почувствовать отношения между людьми, отличить истинные чувства, от ложных, учесть все мнения, ощутить чужую боль как свою. Обостренное чувство такта и повышенное внимание к эмоциям может обернуться для ENFP стойкой неспособностью отказать кому-либо в чем-либо, принять жесткое решение и расставить таким образом точки на «і», что создает многочисленные недоразумения и тягостные, запутанные ситуации, которые могут длиться годами. Здесь требуется проявление сознательного усилия и обращение к функции Мышления (Т), которое используется для беспристрастного анализа причинно-следственной связи, включая все последствия альтернативных решений, как принятых, так и не принятых; как тех, что близки к наиболее предпочтительному для вас решению, так и тех, что значительно расходятся с ним. Оцените все издержки выбранного решения (а уклонение от принятия решения – тоже решение!) и внимательно отнеситесь к дурным предчувствиям, которые вы могли подавлять из-за привязанности к определенному человеку, личных склонностей или нежелания менять свою позицию.

Отсутствие жизненного ориентира заставляет ENFP-личностей хвататься за идею и плыть по течению, не контролируя свои эмоции и желания. Это, в свою очередь, может привести к тому, что они будут избегать обязательств во многих сферах жизни (например, взаимоотношения, работа, образование и т.д.) и вытекающих из этого трудностей (объективных или субъективных). В этом отношении они особенно восприимчивы, потому что ENFP довольно проницательны и изобретательны. К

сожалению, это означает, что они так же начинают находить оправдания своим поступкам, пытаясь убедить самих себя и всех вокруг в том, что они правы.

Источник всех этих проблем один - отсутствие баланса между доминирующей функцией восприятия (Интуицией – N) и вспомогательной функцией суждения (Чувство – F). Удовлетворенного человека, состоятельного во всех аспектах жизни, и человека неудовлетворенного и несостоятельного разделяет целая пропасть, и различия между ними сразу бросаются в глаза. Многие из этих различий могут быть объяснены качеством суждения. Использование доминирующего процесса не требует от человека усилий, для развития этого процесса человеку достаточно делать лишь то, что ему приятно. Неразвитые люди предпочитают потакать своим желаниям, не совершая каких-либо усилий. Напротив, развитие вспомогательного процесса, в нашем случае Чувства (F), как процесса суждения, требует от индивида определенных сознательных усилий. Учитывая, что хорошо развитое суждение является, по сути, умением выбирать более подходящий вариант действий и следовать ему, ENFP необходимо работать над функцией суждения – Чувством (F), чтобы Интуитивная (N) была сбалансирована. Вот первое, на что должны направить свои силы ENFP, заинтересованные в личностном развитии: тот факт, что ENFP-личности являются Чувствующими личностями, не означает, что они не умеют действовать рационально и логично. Поиск простого выхода из ситуации только подогревает ваши слабости. Заставляйте себя использовать свои слабые стороны вместо того, чтобы говорить: «Так я по природе своей основываюсь на чувствах при принятии решений. Я и не должен действовать рационально». Не ищите простых путей.

12

ENFP-личности часто бывают идеалистами, особенно, когда речь идет о помощи другим. Окружающие могут воспользоваться их добротой. Их мысли о торжестве справедливости и идеализме не всегда выдерживают испытание реальностью. Это может сильно ранить ENFP-личностей и привести к таким проблемам, как гипертония, постоянное волнение и неспособность расслабиться. Таким людям важно понимать, что мир, в котором мы живем, не идеален, и люди могут быть очень заняты своими делами и не обращать внимание на идеи ENFP-личностей вне зависимости от того, какими бы добрыми и прекрасными они ни казались.

В заключение, отметим, что ENFP-личности обладают перфекционистскими наклонностями, что приводит к необоснованным требованиям к другим людям и к нереалистичному взгляду на мир. Как ни странно, ENFP часто настолько верны своим убеждениям, что им бывает трудно признать, что люди и их идеи неидеальны. Это может повлиять на личные и романтические взаимоотношения ENFP-личностей, так как их партнеры могут не разделять с ними их идеализированный образ. И вновь люди этого личностного типа должны пытаться как можно плодотворнее использовать свою второстепенную функцию процесса суждения т.е. мышление, заставляя свои эмоции хотя бы иногда проходить проверку на рациональность. Такие качества, как сопереживание и умение в каждом видеть хорошее, поражают, и их нужно сохранять, но нужно знать, когда следует остановиться. Вероятнее всего, Вы не сможете изменить весь мир. Помните: лучшее – враг хорошего – и контролируйте

преданность своим идеалам. Не отдавайте слишком много, чтобы Вы не забывали заботиться и о себе. Перфекционизм также приводит к стрессам, в которых нет ничего хорошего, особенно для чувствительных людей. Фрустрация и разочарование могут засесть внутри, как часовая бомба, которая может привести к проблемам со здоровьем и в будущем пагубно повлиять на взаимоотношения. Если вы будете совершать ошибки, вы будете учиться и развиваться, поэтому делайте их вместо того, чтобы казаться идеальным.

Теперь, когда мы охватили основные слабые места этого типа индивидуальности, давайте идти дальше к их преимуществам.

КАК ЭФФЕКТИВНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ENFP-ТИПА?

Каждый тип личности имеет две стороны, и это особо отчетливо видно на примере ENFP. Сегодня они могут быть образцовым примером сопереживающих, милосердных и творческих людей, а завтра замкнуться и уйти в глубокую депрессию. Для ENFP характерно метание из крайности в крайность, жизнь под девизом «все или ничего». Это еще раз говорит нам о том, насколько важен личностный рост и развитие для ENFP-личностей. Мы уже обсудили слабые стороны, а сейчас мы рассмотрим важнейшие сильные стороны, которые присутствуют практически у всех ENFP-личностей.

Во-первых, ENFP-личности обладают хорошим восприятием, и, в сочетании с Интуицией (N) у них не возникает трудностей в установлении связей между практически несвязанными вещами даже в тех случаях, когда у других типов личностей ничего не получается. Это позволяет им «увидеть» картину целиком, понять движущие механизмы, стоящие за тем или иным событием. Это одна из причин, почему ENFP пользуются успехом у окружения. Это бесценные советчики, особенно когда нужно разобраться, почему что-то произошло. Более того, эта черта очень полезна с точки зрения личностного развития: если человек способен осознанно сделать усилия, чтобы ненадолго абстрагироваться и подумать, почему его личность склоняется к принятию определенного решения, ему будет несложно контролировать склонности, пагубные для его личностного роста. ENFP-личности легко учатся на чужих ошибках, но им нужно развивать неприсущую им критичность в таких ситуациях.

Следующие сильные черты – это креативность, энтузиазм и артистизм. Люди этого типа личности могут работать очень продуктивно, но, в таком случае, им нужно учиться управлять своими слабыми сторонами, описанными в предыдущем разделе, особое внимание следует уделить склонности уклонения от обязательств. Проницательность ENFP-личностей в сочетании с их креативностью и энтузиазмом может привести к поразительным результатам: например, такие люди могут стать воодушевляющими и влиятельными журналистами и ораторами. Люди этого типа личности могут также пробовать себя в различных необычных областях и сферах, как, например, такие люди могут стать воодушевляющими и влиятельными журналистами и ораторами. Люди этого типа личности могут также пробовать себя в

различных необычных областях и сферах, как, например, интернет-форумы, волонтерство и общественная деятельность. Но нужно быть осторожным, так как вдохновение и креативность часто привлекают внимание людей, которые могут манипулировать и пользоваться энтузиазмом великодушных и бескорыстных ENFP. Обычно ENFP легко распознают мотивы других людей, но только в том случае, если они сумели развить в себе способность принимать решения. Эти люди стараются избегать критики, но иногда это просто необходимо, поэтому им время от времени нужно тренировать эту черту, если они хотят расти и развиваться как личности.

У ENFP есть уникальный и очень эффективный механизм снятия напряжения – «кнопка сумасшедшинки». Вы уже читали об этом, но стоит упомянуть еще раз. Ни у какого другого типа личности нет такой черты, и ENFP должны извлекать из нее выгоду. К сожалению, многие люди с этим типом личности выбирают легкий путь и ищут новые ощущения вместо того, чтобы усердно трудиться, что и является залогом успеха. В таком случае эта черта оказывается бесполезной. С другой стороны, ENFP, развивший в себе черты личности с предпочтением суждения (J), может сосредоточиться на достижении цели (и успешно достигает ее), может переключиться и перейти в «режим отдыха» практически мгновенно. Грамотное использование этой «кнопки» приводит к повышению продуктивности, и чем чаще вы это делаете – тем лучше.

ENFP очень толерантные. Они сторонники равноправия и искренне интересуются другими людьми. Они могут стать хорошими консультантами и советчиками особенно для тех, у кого есть проблемы или недостаточно уверенности в себе. Такие люди легко вдохновляют и мотивируют всех вокруг, а их решительность повсеместно бороться с несправедливостью просто удивляет. И именно это помогает разжигать огонь в ENFP-личностях. Они не теряют энергию, помогая другим людям, они заряжаются от этого. После успешного общения и помощи такие люди могут быть наполнены энергией на долгие месяцы вперед. ENFP движимы своими убеждениями, благородством и чувством долга. Окружающие, а особенно сами ENFP-личности должны ценить и уважать эти качества. Им важно быть нужными для того, чтобы делать то, что получается у них лучше всего, и в этом нет ничего плохого.

Тем не менее, существует вероятность, что такие люди попытаются уйти из общественной деятельности, если обожгутся, переоценив свои возможности или из-за нежелания окружающих следовать за их идеалистическими взглядами. Это самая худшая ошибка, которую может совершить ENFP-личность. Такие люди созданы для того, чтобы вести людей и помогать им. Было бы неприятно видеть, как пропадают такие таланты. Позже такие люди могут с легкостью стать влиятельными представителями общественности, высокопоставленными консультантами и даже политиками, но такие заслуги требуют внушительного личностного роста и постоянного общения с людьми, которые не всегда разделяют их идеалы. Важно заметить, что люди не всегда хотят слышать то, что от вас требуется им сказать, особенно если это касается их страхов и незащищенности, даже если они просят у вас совета. Нужно быть сильным человеком, чтобы понять, что эти люди несовершенны,

и многие люди станут активно бороться с этой идеей, ожидая, что им удастся убедить ENFP в том, что они правы вместо того, чтобы прислушаться к искреннему совету и критике. Имейте в виду, что, когда человек просит вас о помощи, возможно, он на самом деле и не хочет ее получить.

ENFP имеют прекрасную способность оценивать перспективность тех или иных направлений науки и общественных трендов, а со своим умением схватывать суть текущей проблемы, у них не возникает трудностей с достижением того, что обычно подразумевают под понятием «успех». Но это делает ENFP-личностей счастливыми только в том случае, если успех сопровождается подлинной духовностью и искренностью. И, хотя консюмеризм часто является самым быстрым способом получения удовлетворения, в случае с ENFP-личностями это приведет к опустошенности. Таким людям нужно знать, что они сделали мир лучше. Они должны быть уверенны в этом и поэтому часто пренебрегают мечтами о том, чего хотят другие. Большой дом, быстрая машина и высокая должность не сделают их счастливее. Как правило, большинству таких людей не стоит заниматься традиционным бизнесом, особенно в крупной промышленности. ENFP чувствуют себя лучше когда нужно принимать нравственные и этические решения, помогать людям, но это редко ассоциируется с бизнесом, ориентированным сугубо на извлечение прибыли.

ENFP бывают целеустремленными и полными энтузиазма, если что-то их действительно увлекает. Тем не менее, они должны осознанно прилагать усилия для того, чтобы концентрировать свое внимание на одном проекте, а не перепрыгивать с одного на другой. Возникающие по ходу дела идеи бьют фонтаном и просто переполняют ENFP, от чего представителям данного типа личности даже трудно справиться с таким количеством мыслей. Самый страшный бич для них – однообразие и рутина. Сознание такой личности будет перепрыгивать от А к D, затем опять к С, потом будет думать, как лучше решить В и т. д. Важно, чтобы ENFP держал под контролем эту черту для того, чтобы гарантировать успешность проекта. Томас Эдисон однажды сказал: «Гений – это один процент вдохновения и 99% труда». ENFP – личности должны быть уверены, что то что они делают, ведет к высокой цели, особенно если они находятся на очень скучной стадии того или иного проекта. Никогда не теряйте из вида намеченной цели.

ENFP-личности любят все изучать: секреты человеческой природы, принципы и убеждения, глубину их собственного сознания. И они знают, как исправить то, что им не по душе. Неудивительно, что такой тип личности часто понимает свои слабости и знает, как с ними справляться при необходимости. Многие даже утверждают, что слабостей не существует, и это только отдельная точка зрения. И они правы: некоторые могут быть в чем-то лучше других, но это не означает, что у каждого должно получаться все. ENFP-личностям нужно быть осторожными со своими перфекционистскими взглядами. Даже если они знают о своих слабостях, это не означает, что они должны тратить все свое время и энергию на то, чтобы их искоренить.

Важнее всего то, что вам нужно быть счастливым и не пытаться оправдывать ожидания других людей или развивать в себе качества, которые общество считает важными, но которые противоречат вашей личности. Как вы уже знаете, в мире мало представителей интуитивного типа личности, таких как ENFP, поэтому вполне понятно, что многое, что ценится большинством (поиск материальных благ, следование по проторенной дорожке «учеба – работа – покупка дома» и т.д.) могут показаться навязанными и неестественными для вас. В обществе, особенно в Западном мире, доминируют ощущающие типы (особенно SJ), и они пытаются устанавливать правила, по которым одно считается сильной стороной, а другое слабостью. Но это не означает, что вам нужно измениться, чтобы стать успешным. Знайте о своих слабых чертах, но не пытайтесь менять свою личность для того, чтобы оправдать ожидания других людей.

ВАША ТЕМНАЯ СТОРОНА

У каждого типа личности есть своя темная сторона – полная функциональная противоположность. ENFP-личности не являются исключением. Ваш «злой близнец» может появиться под влиянием стресса или утомления, выставляя ваши неразвитые черты личности в невыгодном свете. Вы можете стать очень упрямым, строгим, помешанным на деталях и заняться деструктивным образом жизни, например, начать пить, играть в азартные игры и т. д. Старайтесь избегать таких ситуаций и уделяйте внимание своему поведению, если эти ситуации неизбежны.

Вот несколько примеров стратегии поведения «злой близнец»:

- Образцовый студент, покидающий родительский дом, становится любителем шумных вечеринок в колледже;
- Общительный, дружелюбный, и чувствительный парень, целеустремленно изолирующий себя от внешнего мира, и одержимый радикальными идеями после бессмысленного преступления отворачивается от своего близкого друга;
- Тихая, консервативная девушка, переживающая из-за разрыва отношений, внезапно принимает намного более либеральные взгляды или принимает абсолютно противоположную философию, если речь идет о выборе партнера.

Социальное окружение человека не поощрит подобные изменения и уж точно за это не похвалит. Например, большее проявление спонтанности, чувствительности или готовность к риску способны убедить человека, возможно, даже сделать заключение, что это – фактически его «настоящая» индивидуальность, а предыдущая persona была просто подавляемой версией его «настоящего» эго.

Люди, принадлежащие ENFP-типу - не исключение из этого правила. Ваш «злой близнец» был бы нездоровой версией типа личности ISTJ. Это может подтолкнуть вас к таким вещам, как чрезмерная забота о социальном статусе, вовлечение в бессмысленные повторяющиеся занятия, демонстрацию своей железной воли и непоколебимости – и, как всегда в случае инверсии типа, это выглядит не совсем адекватно моменту и ситуации. Иногда подобные перемены могут, например,

привносить некоторую свободу. Вы можете получить энергию от занятий, которые вовлекают в работу ваш разум, а не чувства, но такое состояние недолговечно, так как чаще всего спровоцировано чувством пустоты и смущения.

Нередко такая излишняя суровость ENFP проявляется в семье люди данного типа личности стремятся быть жесткими родителями, чем лишают и себя, и детей массы живых, приятных эмоций, о чем позже могут искренне сожалеть.

В данных обстоятельствах важно вовремя остановиться и подумать о том, кто вы на самом деле и является ли ваше поведение истинным отражением вашего внутреннего мира, или это только временный мираж, созданный вашим разумом для достижения некой цели (например, попробовать что-то абсолютно противоположное). Не думайте о том, какую социальную роль вы играете (менеджер, хороший парень или блестящий студент) - это неважно. Лучше подумать о том, что вы сможете сделать. Возьмите чистый лист бумаги и ручку, сядьте и попытайтесь расставить ваши жизненные цели, запишите то, чего вы действительно хотели бы добиться, испытать или достигнуть через 5, 10 или 20 лет. Запишите каждую мысль. Вы точно почувствуете, узнаете и удивитесь, когда наткнетесь на правильный ответ, возможно, он даже вызовет у вас слезы. Полученный ответ будет являться определением вашего внутреннего Я.

Осознание того факта, что у каждого из нас есть своя темная сторона, является огромным достижением – это позволит вам определить, когда-то «переключение» произошло, анализируя не только собственное состояние, но и состояние близкого вам человека. Иначе, вы рискуете не заметить перемен, и продолжать думать, что закрыться от всех сомнений было хорошей идеей. Вы неминуемо попадете в воронку самообмана. Одно дело – правильно и с умом использовать и развивать свои слабые черты, а сдаться, потерять над собой контроль и позволить вашей темной стороне безраздельно главенствовать – это уже совсем другое.

РОМАНТИЧЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

Свидания и отношения с представителем типа личности ENFP могут оказаться удивительным опытом. У людей этого личностного типа богатое воображение, они стоворчивы, всегда полны энтузиазма, планов и идей. Более того, ENFP очень преданные и надежные партнеры, они будут прикладывать много усилий для укрепления своих отношений. Такие люди романтичные идеалисты, они могут провести невероятное количество времени, мечтая об идеальных отношениях, где царят гармония и тепло. Поиск партнера или сохранение существующих отношений всегда являются одной из основных целей такого человека, и это чистое стремление является одним из его наиболее привлекательных качеств. Но важно заметить, что у каждой медали две стороны, и ENFP – не исключение.

Основная проблема представителей ENFP-типа личности, связанная со взаимоотношениями, заключается в том, что таким людям может показаться слишком сложным концентрироваться на основной цели. Они очень спонтанны, поэтому тщательное и долгое планирование не для них. Несмотря на то, что ENFP

очень серьезно относятся к своим обязательствам, эта слабость может осложнить их попытки начать или сохранить отношения, так как другие люди могут расценить действия ENFP как непоследовательные или странные.

Благодаря спонтанности ENFP-личностей, их партнеров будут ждать постоянные сюрпризы. Нужно сказать, что настроение и нежность таких людей зависят от горячих\холодных колебаний. Например, утром они могут быть очень нежными, а вечером замкнутыми. Также важно запомнить, что ENFP-личности – это неизлечимые романтики, и они могут выражать свои чувства слишком идеалистично или даже поэтично.

Важно заметить, что преданность таких людей подлежит оговорке. Большинство людей этого личностного типа постоянно находятся в поиске новых идей и способов совершенствования. Это замечательная черта, но в романтических отношениях ее стоит контролировать. В противном случае такие люди начинают думать о лучших взаимоотношениях вскоре после первого свидания или начинают подталкивать своего партнера на новые эксперименты. Менее зрелые ENFP-личности могут постоянно искать новые ощущения в качестве источника вдохновения, не обращая внимания на возможные последствия. Тогда, если партнер не отвечает взаимностью (немногие личностные типы могут с этим смириться), ENFP чувствуют себя несчастными и непонятыми.

ENFP стараются быть страстными и полными энтузиазма и делают все для того, чтобы другой человек чувствовал себя счастливым, купая его в нежности. Они любят получать комплименты и часто косвенно напрашиваются на них. Такие люди должны контролировать эту черту характера на начальном этапе отношений, так как потенциальные партнеры могут воспринять ее как неуверенность в себе.

Партнер ENFP оценит и насладится теплотой и эмоциями, которые они вносят в отношения. ENFP загадочны, идеалистичны и очень эмоциональны. Эти черты не только привлекают внимание потенциального партнёра, но и сохраняют огонь ваших отношений долгие годы. ENFP хотят и умеют оживлять романтические отношения необычными и захватывающими способами и часто удивляют даже своих давних партнеров. Если ENFP решается на отношения, его преданность будет непоколебимой.

ENFP-перфекционисты, и это иногда раздражает их партнёров. Тем не менее, такая склонность также демонстрирует, насколько эти люди искренние и серьезные. Отношения таких людей часто достигают такой глубины, о которой другие только мечтают. Это хорошо видно в их подходе к свиданиям. Им не нравится беседовать о пустяках, а бесполезные занятия им не по душе, они стараются пройти этот этап как можно быстрее. На самом деле их интересуют идеи, убеждения и желания будущего партнера. Если другой человек не может или не хочет общаться с ENFP на этом уровне, ENFP быстро теряет интерес. Это одна из причин, по которой ENFP-личности легче сходятся с другими интуитивными типами (Вдохновителями (NF) или Аналитиками (NT)), так как Ощущающие (S), не любят говорить об абстрактных вещах.

Как уже было отмечено, ENFP-личности очень эмоциональные, и это по-разному влияет на их романтические отношения. Некоторые эмоции таких людей находятся на виду, и они заметны, но некоторые спрятаны очень глубоко. Эта черта может удивить и даже шокировать их партнеров, которые могут подумать, что они уже полностью изучили своих половинок. ENFP очень глубокие личности, но эта глубина не всегда видна.

Это одна из причин, по которой ENFP с осторожностью делятся со своими партнерами и привязываются к ним. Отношения значат очень много для них, а неудавшиеся отношения могут сильно ранить таких людей. Они могут долго спрашивать себя, почему так случилось, хотя они так много делали для того, чтобы их партнер был счастлив. Такая самокритика может с легкостью снизить самооценку ENFP-личностей и привести к депрессии. Важно, чтобы ENFP понимали, что успех – это общее обязательство, и они не могут нести свою ношу самостоятельно.

У ENFP-личностей богатое воображение, они страстные любовники, всегда готовые изучать все новое и экспериментировать. Традиции и правила для них – это предмет ненависти. Они лучше будут делать что-то безрассудное каждый день, чем согласятся на четко поделенные роли и периодическую интимную близость. Более того, они могут проявлять свои перфекционистские качества в этой области, считая, что сексуальное взаимодействие – это способ обмениваться любовью и нежностью. ENFP очень либерально относятся к интимной близости на начальном этапе отношений. ENFP-личностям доставляет удовольствие даже ненадолго становиться единым целым с их партнером душевно и физически. Их эмоции бурные, и им нравится выражать их именно так. Люди этого типа страстные и энергичные партнеры.

19

Самое главное, ENFP жаждут найти свою вторую половинку, свою единственную настоящую любовь. Человека, с которым они смогут связать свою жизнь. Все остальное вторично. ENFP-личности не стремятся к отношениям, как к источнику интеллектуально стимулирования (как Аналитик), веселья (как Реалист) или стабильности (как Администратор). ENFP не успокоятся пока не почувствуют глубочайшей связи. Но как только они находят, то что ищут, их привязанность и страсть не сравнятся ни с каким другим личностным типом. Такие люди считают свои взаимоотношения вечными, неразрывными узами и делают абсолютно все, чтобы осчастливить своего партнёра.

Подходящие партнеры: INFJ и INTJ, так как I (интроверсия) и J (предпочтение суждения) балансируют восприятие (P) и экстраверсию (E) в ENFP-личности. Однако ENFP должны понимать, что должно пройти некоторое время, прежде чем интроверты смогут раскрыться. Вряд ли это произойдет, после одного или двух свиданий, даже если их связь будет мгновенной.

ВОЗМОЖНЫЕ СОЮЗЫ

Теперь давайте проанализируем качества, согласно которым формируются пары: их отличительные черты и сочетания помогут понять, как формируются романтические отношения. Каждая комбинация различных черт приносит что-то новое в отношения,

иногда позитивное, но иногда и негативное - если вы знаете чего ожидать, то это обязательно поможет вам в будущем. Но, как бы там ни было, помните, что каждый человек уникален, и то, что хорошо для одного, не всегда сработает для другого. И все-таки, основная часть ответственности за то, какую роль эти качества сыграют в ваших отношениях, лежит исключительно на вас.

ПАРТНЕР ИНТРОВЕРТ (I)

Самое прекрасное в отношениях с тем, кто не разделяет вашу первую черту личности, то, что вы замечательно дополняете друг друга. Интроверт помогает экстраверту приостановиться и подумать, прежде чем действовать, поразмыслить о вещах, прежде чем прыгнуть в омут с головой. В свою очередь экстраверт помогает интроверту раскрепоститься, социализируя, воодушевляя партнёра к новым знакомствам, и сам заботится о социальных обязательствах пары.

Эти различия помогут им при разрешении конфликта в отношениях. Тем не менее, необходимо, чтобы оба партнера были зрелыми и хотели слушать друг друга, а не стояли на своём, отрицая чужую точку зрения. Если все пойдет успешно, то партнёры смогут сбалансировать сильные и слабые стороны друг друга.

Заметим, что у медали две стороны, и личностные различия могут оказать негативное влияние на стабильность и здоровье отношений. Если один или оба партнера недостаточно зрелые, им будет сложно понять друг друга. В таком случае, экстраверт может быть раздражен тем, что его партнер-интроверт более сдержан и закрыт или у него плохие социальные навыки. И наоборот, интроверт может впасть в состояние фрустрации из-за болтливости экстраверта или его постоянной необходимости общаться и мыслить вслух.

Чрезвычайно важно, чтобы оба человека прилагали усилия для того, чтобы понять друг друга. Скорее всего, оба считают, что их образ жизни абсолютно нормальный, и виноват не он. Например, окружение себя таким же, как вы друзьями тоже не поможет, так как это только усилит в вас положительное восприятие самих себя и уверенность в своей правоте. Единственный способ выбраться из этого замкнутого круга это раздвинуть границы и посмотреть на мир глазами другого человека. Когда интроверт и экстраверт создают отношения, они дают друг другу отличную возможность поступать именно так.

СОВЕТЫ ДЛЯ ВАС:

1. **Будьте терпеливы.** Вашему потенциальному партнеру, возможно, потребуется много времени, чтобы открыться перед вами.
2. **Выбирайте комфортные общественные места для свиданий.** Ваш потенциальный партнер может чувствовать себя неловко в окружении большого количества людей.
3. **Не будьте заносчивыми.** Светская беседа часто является вызовом для интроверта, хотя она неизбежна на свиданиях. Не будьте заносчивы, пытайтесь

заставить интроверта слишком много рассказывать о себе. В лучшем случае, он будет чувствовать себя некомфортно.

4. **Будьте толерантными.** У вашего партнёра могут возникать сложности в общении с другими людьми или даже с вами на протяжении длительного периода. Помните, что вы получаете энергию от социального взаимодействия, а они устают. Иногда им хочется побыть одним. Будьте понимающими, дайте им пространство и не спрашивайте, что не так. Это никак не связано с вами, вашему интроверту просто необходимо время для подзарядки.

СОВЕТЫ ПАРТНЕРУ:

1. **Не переигрывайте.** На свиданиях небольшая беседа неизбежна, но вряд ли вам это легко удастся. Не переигрывайте, пытаюсь казаться болтливым и общительным. Позвольте экстраверту взять инициативу в свои руки. Иначе вы будете выглядеть неуверенно.
2. **Разговаривайте.** Если вы начали встречаться, вам нужно будет делиться своими мыслями с партнером, а не держать все в себе, как вы это обычно делаете.
3. **Не закрывайтесь.** Вероятно, у вас возникнут трудности в общении с другими людьми. Ваш партнер-экстраверт, скорее всего, позаботится о том, чтобы вам было комфортно в обществе других людей, но это не означает, что вы должны молчать при общении. Не ленитесь.
4. **Будьте толерантными.** Вашему партнеру будет сложно понять, почему вам необходимо время побыть одному вместо того, чтобы поговорить с ним. Он также может подумать, что сделал что-то не так и обидел вас. Экстраверты получают новые силы от общения с людьми, ваш партнер может не знать, что вам нужно прямо противоположное. Не торопитесь и объясните, что вам нужно.

ПАРТНЕР ЭКСТРАВЕРТ (Е)

Самое лучшее в отношениях между двумя экстравертами – это то, что вы отлично друг друга дополняете в общении. Как каждый партнер имеет большой круг друзей и активную общественную жизнь, поэтому между партнерами не будет никакого напряжения, связанного с общением и коммуникацией. Вы познакомитесь с друзьями друг друга и установите новые связи и сможете даже объединить два круга общения без особых трудностей. Кроме того, ваши навыки общения окажутся очень полезными на общественных мероприятиях, так как оба партнера смогут сиять как отдельные личности, так и вместе, как пара.

Вы также будете преуспевать в решении проблем в отношениях, хотя стиль разрешения конфликтов будет в основном зависеть от ваших планов и мыслей. В отличие от интровертов, которые раздумывают над проблемой в одиночестве и только потом выражают свои мысли, экстраверты думают и говорят одновременно,

следовательно, вы бы сразу же высказываете свои недовольства друг другу, а не обдумываете их сначала и не придаете им конкретную форму.

Это может быть, как хорошей чертой, так и не очень. С одной стороны, вы разрешаете конфликт раз и навсегда, а не позволяете обиде медленно закипать, а с другой стороны, иногда необходимо сохранять спокойствие и немного поразмыслить.

Существует также опасность того, что оба партнера склонны уделять много времени и внимания общению и поддержанию связей. Как экстраверты, они тратили много времени на общение с друзьями до отношений, и теперь им, возможно, будет нелегко сменить приоритеты и уделять больше времени второй половинке. Если партнеры не поменяют свое отношение к общению с друзьями, не начнут больше внимания уделять друг другу, то рано или поздно чувства одного из них будут ранены.

СОВЕТЫ ОБОИМ ПАРТНЕРАМ:

1. **Управляйте своим окружением.** У вас вряд ли возникнут трудности при общении с другими людьми. Тем не менее, вы должны приложить усилие, чтобы немного отстраниться от социального окружения, и сосредоточиться на своем партнере.
2. **Поговорите с друзьями.** У вас обоих много друзей, и они, скорее всего, привыкли к тому, что вы уделяете все свое внимание им. Партнерам неизбежно необходимо урезать то время, которое они тратят на друзей, лучше сразу им это объяснить, вместо того, чтобы делать вид, что ничего не изменилось.
3. **Учитесь слушать.** Как экстраверты, вы привыкли думать о своих делах во время диалога. Однако вы должны сделать сознательные усилия, чтобы развивать свое умение слушать. Оно окажется очень полезным в отношениях.
4. **Уважайте личное пространство.** Возможно, вы привыкли делиться с друзьями и родственниками всеми подробностями своей жизни. Вам необходимо оставить эту привычку, если у вас есть личные отношения.
5. **Научитесь концентрировать внимание.** Вам может быть тяжело оставаться одному или фокусироваться на каких-то предметах в течение длительного времени. Научитесь отказывать себе в желании пообщаться, когда вам необходимо сконцентрировать на чем-то внимание (например, на учебе).

ПАРТНЕР С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К ИНТУИЦИИ (N)

Вы оба, как люди с предпочтением интуиции предпочитаете самоанализ, наблюдение, то есть, вы тратите больше времени, проводя в мире фантазий и идей, а не поддерживая «почву под ногами».

Связь между двумя интуитами – это удивительная вещь. Оба партнера, как правило, способны легко наладить контакт, что позволяет им понимать друг друга без слов. Сочетание интуиции, самоанализа и воображения является большой движущей силой в ваших отношениях.

Люди с предпочтением интуиции встречаются довольно редко, поэтому тот факт, что вам удалось найти другого интуита, впечатляет сам по себе. Как правило, связь между такими партнёрами происходит мгновенно, заставляя их чувствовать, что кто-то, наконец, понимает их. Партнеры этого типа смогут отдохнуть от постоянных замечаний людей других личностных типов про их склонности летать в облаках или терять вещи. Практически невозможно, чтобы у двух людей с предпочтением интуиции иссякли темы для разговора. Это является огромным плюсом, как в начале знакомства, так и на более позднем этапе отношений.

К сожалению, это всего лишь одна сторона медали. Несомненно, важно эффективно общаться друг с другом, но практические вопросы часто вызывают проблемы в отношениях между двумя интуитами. Поскольку оба партнера предпочитают абстрактные вопросы, идеи и построение планов на будущее, одному из них неизбежно придется взять на себя инициативу и выполнять такие обязанности, как покупки, приготовление пищи, ремонт, ведение финансов и т.д. Люди с предпочтением интуиции не всегда справляются с подобными трудностями. И это может вызвать напряженность в отношениях.

Другая проблема, с которой вы можете столкнуться – склонность отвлекать друг друга. Люди с предпочтением интуиции часто теряются в придуманном мире идей и возможностей, дрейфуют от одной идеи к другой. Это прекрасная черта, когда речь идет о творчестве и инновациях, но она может вызвать значительные проблемы в отношениях. Важно время от времени наслаждаться настоящими и простыми вещами, в противном случае оба партнера будут все время чувствовать себя разбитыми и усталыми. Смотрите на звезды. Но не забывайте сохранять «почву под ногами».

1. **Научитесь справляться с практическими задачами.** Ни одному из партнеров не нравится делать рутинные дела, ежедневные задачи, однако важно выполнять их вовремя избегая накопления проблем.
2. **Делайте вещи, которые вовлекают вас в творчество.** Вам обоим легче иметь дело с идеями, чем с практическими задачами, так что не пытайтесь подражать поведению других людей и заставлять своего партнера (или себя) участвовать в мероприятиях, требующих использования всех пяти органов чувств. Это особенно важно на этапе знакомства.
3. **Будьте реалистичными.** Как и у всех интуитов, у вас обоих есть много реалистичных и нереалистичных идей. Постарайтесь не ставить перед собой непосильных задач.
4. **Наслаждайтесь настоящим.** Вам обоим присуще много времени думать о будущем. Найдите способ насладиться настоящим, ведь время бежит так быстро.
5. **Делитесь своими мыслями.** Воображение - это ваша самая большая ценность, используйте его. Ваш партнер, скорее всего, будет смотреть на вещи под другим углом, оставаясь при этом с вами на одной волне.

ПАРТНЕР С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К ОЩУЩЕНИЮ S

Это одна из самых сложных, но потенциально самых ценных комбинаций. Эти черты определяют наше мировоззрение, способ мышления, стиль общения - и это только верхушка айсберга. В некоторых взаимоотношениях тяжело преодолеть порог между интуитивным и ощущающим восприятием. В таких случаях оба партнера проводят долгие часы в раздумьях на тему: что они делают не так и почему их вторая половинка вовсе их не слушает и не понимает. В других случаях, люди в состоянии признать свои разногласия и превратить их в сильные стороны, тем самым, нейтрализуя слабые стороны друг друга.

На самом деле, легко обозначить разницу между интуитивным и ощущающим типом. Партнер-интуит сосредоточен на абстрактных вещах – идеях, самоанализе, возможностях, мечтах, взаимосвязи между событиями и т. д. Интуиты – мечтатели, которые тратят больше времени, думая о будущем, чем о настоящем. Партнер-ощущающий, в свою очередь, уделяет первостепенное внимание конкретным вещам – предметам, ощущениям, наблюдениям, фактам, повседневным делам т. д. Люди с ощущающим типом – это деятели. Они сфокусированы на настоящем, а не на будущем.

Неудивительно, что эта разница влияет на все: от наблюдательных способностей до стиля общения. Вам обоим необходимо время, чтобы понять, как другой человек обдумывает и обрабатывает информацию. Это понимание крайне важно. Стоит также отметить, что ощущающий тип личности доминирует в обществе, и это часто приводит к тому, что черты интуитов считаются непрактичными или нереальными. Партнер-ощущающий не должен оценивать своего партнера, как «странного» или разочаровываться в нем только потому, что «он делает все не так, как другие». Уважайте различия.

Однако если все пойдет хорошо, у вас, скорее всего, будут очень плодотворные отношения. Партнер интуит сможет вдохновить вторую половинку, придумать множество интересных идей – он всегда сохраняет отношения оживленными, и придает им новизну. Партнер-ощущающий будет отвечать за реализацию этих идей, а также займется практическими вопросами, о которых партнер-интуит может забыть. Как всегда, общение играет ключевую роль в отношениях. Конечно, возможны различные недоразумения, особенно в самом начале взаимоотношений, но они вряд ли могут вызвать длительные размолвки, если оба партнера открыты и готовы идти на компромисс.

Советы вам:

1. **Будьте терпеливы.** Вашему партнеру с предпочтением ощущений в процессе восприятия может быть трудно понимать некоторые ваши идеи.
2. **Совершенствуйте свои навыки наблюдения.** Воображение является вашим огромным преимуществом, но оно не поможет, например, когда вам надо будет

вспомнить название любимых духов вашего партнера или куда вы положили ключ от машины.

3. **Сохраняйте «почву под ногами».** Интуиты часто переоценивают свои способности, с энтузиазмом берутся за новые, захватывающие идеи, не думая о возможности их практической реализации.
4. **Наслаждайтесь жизнью здесь и сейчас.** Вы, вероятно, тратите слишком много времени, думая о будущем. Найдите способ наслаждаться настоящим, ведь время быстро убегает. Ваш ощущающий партнер, безусловно, сможет вам в этом помочь.

Советы для вашего партнера:

1. **Будьте терпеливы.** У вашего партнера-интуита могут быть трудности при решении практических задач.
2. **Совершенствуйте свои навыки самоанализа.** Вы, вероятно, практичны и реалистичны, но иногда необходимо уделять некоторое время размышлению о вещах. Попробуйте время от времени отключаться от реальности и мечтать.
3. **Будьте изобретательны.** Люди с предпочтением ощущений в процессе восприятия часто уделяют слишком много внимания порядку действия и материальным предметам. Включите свое воображение и не бойтесь воплощать в жизнь идеи, не зная, являются ли они на самом деле осуществимыми и найдут ли применение.
4. **Думайте о будущем.** Вы, вероятно, сосредоточены на прошлом или настоящем. Найдите время, чтобы подумать о будущем, каким бы страшным оно ни было. Это не означает, что вы должны строить долгосрочные планы. Просто представьте и изучите возможности в вашем уме. Ваш интуитивный партнер, скорее всего, продлевает это постоянно, так сделайте шаг ему навстречу.

ПАРТНЕР С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К ЧУВСТВУ (F)

Отношения двух людей чувствующего типа всегда полны неограниченными эмоциональными возбуждениями и выражением любви. Вы оба не скрываете своих чувств и не скрываете эмоций. По всей вероятности, в ваших отношениях будет много физических выражений нежности, как например, объятий и поцелуев на публике и наедине.

Но у каждой медали две стороны. Так как ваши чувства всегда заметны, в ваших отношениях может возникнуть много переживаний и эмоциональных споров. У вас могут быть разные ценности, различный опыт и просто непохожие взгляды, и, так как никто из партнеров не собирается брать на себя роль «логика», что и требуется в этих ситуациях, может произойти так, что оба почувствуют себя опустошенными и несчастными. Ваши отношения могут быть на 100% полны нежности и

эмоциональности, но они могут стать недолговечными и непредсказуемыми в зависимости от того, насколько вы и ваш партнер опытные и зрелые.

Во избежание таких ловушек, вам придется стараться развивать в себе мыслительные качества. Быть чувствительным и добрым очень важно, но вы не лишитесь этих качеств, если будете руководствоваться фактами при принятии решений. Существует огромная разница между тем, чтобы открыто выражать свои чувства и давать чувствам решать за вас, и в этом необходимо достичь баланса. Это совсем не означает, что вы должны стесняться проявление своих эмоций или совсем вычеркнуть их. Тем не менее, иногда вам обоим придется находить в себе силы для того, чтобы сесть, успокоиться и дать оценку фактам вместо того, чтобы выражать свои эмоции.

Советы для обоих партнеров:

1. **Не бойтесь иметь дело с фактами.** Иногда нужно быть чутким, а иногда эмоции нужно отбрасывать. Найдите золотую середину.
2. **Будьте открытыми.** Как людям чувствующего типа, вам нелегко мириться с точкой зрения, которая расходится с вашей. Примите то, что ваш партнер может мыслить иначе.
3. **Будьте осторожны с критикой.** Каждый из вас достаточно уязвим к критике, поэтому будьте осторожны, когда о чем-то высказываетесь, и делайте это в спокойной и неагрессивной манере. И наоборот, старайтесь не воспринимать критику близко к сердцу. В некоторых случаях ваш партнер просто пытается раскритиковать идею или оценить ситуацию, а не указать на ваши слабые места. Вы не должны позволять эмоциям сбивать вас с толку.
4. **Не погрязнете в рутине.** Если у вас очень схожие ценности и принципы, существует опасность, что вам будет сложно оценивать другие точки зрения. Партнеры должны ставить свои убеждения под вопрос и время от времени выходить из зоны своего комфорта для того, чтобы расти и развиваться. Удостоверьтесь, что вы не ограничиваете личностный рост друг друга, постоянно и безоговорочно соглашаясь с убеждениями партнера.

ПАРТНЕР С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К МЫШЛЕНИЮ (Т)

Третья черта (Мыслитель (Т) и Чувствующий (F)) определяет, как человек принимает решения и объясняет свои поступки. В ситуациях, где необходимо сделать жесткий выбор. Мыслители полагаются на логику, а не на чувства. Они руководствуются только фактами и пытаются найти рациональное или логическое объяснение. Все остальное, как, например, чувствительность и эмоции, отходит на второй план. Люди с чувствующей функцией, напротив, руководствуются чувствами и нравственностью, а не фактами, напротив, и пытаются достигнуть гармонии и понимания. Для них важнее оставаться добрыми, чем быть правыми.

Союз чувствующего и мыслительного типов может быть чрезвычайно плодотворным, так как партнеры смогут научить друг друга смотреть на мир под

правильным углом. Тем не менее, очень важно, чтобы вы и ваш партнер понимали и уважали различия друг друга, так как в таких союзах можно часто услышать неоправданную критику от обоих партнеров. Мыслитель жалуется на то, что его партнер слишком эмоциональный и иррациональный, а чувствующий тип воспринимает своего партнера холодным и бессердечным.

Такая критика очень сильно портит отношения, когда логик – женщина, а этик – мужчина, так как от них ожидается выполнение определённых социальных ролей.

Преобладание логики не означает, что личность неэмоциональная. У обоих типов, и у мыслительного, и у чувствующего, есть глубокие чувства, но мыслители прячут свои эмоции от окружающего мира. Они хотят держать эмоции под контролем и не терять самообладания вне зависимости от обстоятельств. Из-за этого создается впечатление, что они равнодушны.

Точно также преобладание этической функции не означает, что личность иррациональна. Просто такие люди выше грубых фактов. Люди с чувствующим типом личности очень четко выражают свои чувства, а мыслители скрывают их, и, тем не менее, это очень разумно.

Оба этих взгляда очень обоснованы и это самый важный урок, который вы можете извлечь из отношений. Если оба партнера толерантны и открыты, этот союз может стать вдохновляющим и успешным, где мыслитель сможет принимать решения на основе фактов, а чувствующий тип привносить теплоту и гармонию в отношения.

Советы вашему партнеру:

1. **Будьте толерантными.** Помните, что ваш партнер не так ценит факты, как вы. Для него важнее гармония, ценности и моральные принципы.
2. **Будьте наблюдательными.** Ваш партнер умеет хорошо оценивать эмоциональное состояние других людей, и он может ждать от вас того же. Учитесь понимать намеки. Конечно, странно слышать «Все хорошо!», когда очевидно, что все не так, но помните, что это несовпадение ожиданий. Вы привыкли работать с информацией, а они с эмоциями.
3. **Будьте осторожны с критикой.** Этики очень уязвимы к критике. С осторожностью указывайте им на что-то и пытайтесь делать это спокойно и неагрессивно.
4. **Учитесь расслабляться.** Нет необходимости сдерживаться, когда вы хорошо проводите время со своим партнером. Перестаньте думать о целесообразности того или иного поступка.

Советы для вас:

1. **Будьте толерантными.** Помните, что вашего партнёра больше интересуют факты, а не то, что чувствуют другие. Они сосредоточены на поиске рационального решения.

2. Сохраняйте спокойствие. Не принимайте критику близко к сердцу. В некоторых случаях ваш партнер просто пытается раскритиковать идею или оценить ситуацию, а не указать на ваши слабые места.
3. Будьте наблюдательными. Не думайте, что ваш партнер спокоен и счастлив только потому, что не показывает свои эмоции.
4. Будьте терпеливыми. Вероятнее всего ваш партнер не умеет оценивать эмоциональное состояние других людей так же, как вы. В таких случаях он не будет полностью понимать, что вы чувствуете, или будет расстраиваться из-за того, что не может вас понять. Логика лучше справляется с информацией, чем с эмоциями.

ЛЮДИ С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К СУЖДЕНИЮ (J)

Люди с предпочтением суждения предпочитают планировать и связывать себя обязательствами вместо того, чтобы иметь свободу выбора, всегда находятся в поиске новых возможностей. Отношения между этими типами часто бывают шаткими и сложными, но в таких отношениях много потенциала, если оба партнера хотят изучать и понимать различия друг друга.

Основная сложность заключается в том, что у таких людей диаметрально противоположные взгляды на планирование и выполнение планов. Решительный партнер будет составлять программу действий и до конца следовать ей. Воспринимающий тип не будет разбирать все возможности и вероятности, а будет решать проблемы по мере их поступления, и, возможно, даже не захочет доводить начатое до конца, как только будет завершена самая интересная часть задания. Неудивительно, что оба партнера могут легко расстроить друг друга, если не до конца осознают эти черты и не умеют ими управлять.

Тем не менее, у всех историй есть две стороны, и союз решительного и воспринимающего типов – не исключение. Склонность решительного партнера к планированию и строгому следованию намеченному плану может привести к напряжению в отношениях, но напряжение сглаживается благодаря легкому воспринимающему партнеру. И, наоборот, люди с предпочтением восприятия бывают нерешительными и даже ленивыми и часто концентрируются только на интересных заданиях, игнорируя остальные. Целеустремленные и обязательные люди с предпочтением суждения уравнивают такое положение вещей. Как только оба партнера станут пытаться удерживаться от споров и прийти к компромиссу, эти различия могут превратиться в сильные стороны и скрыть слабости каждого партнера.

Для того, чтобы достичь этого вам нужно приложить усилия и пойти друг другу на встречу. Решительный партнер не должен бояться экспериментировать или иногда быть более спонтанным, даже если это означает изменить своим привычкам или устоявшимся взглядам. Точно так же, воспринимающий партнер должен отказаться от желания всегда искать что-то новое и необычное, даже если очень сложно следовать плану и выполнять все обязательства. Вероятнее всего,

каждый из партнеров захочет помочь другому партнёру, даже если это очень непросто, но не стоит ждать, что так будет постоянно. Необходимо найти баланс между стабильностью решительного типа и спонтанностью воспринимающего, и вы оба должны найти эту золотую середину в ваших отношениях.

Советы для вашего партнёра:

1. **Общайтесь.** Нерешительность и спокойное отношение партнера будут часто расстраивать Вас. Не ссорьтесь, а попытайтесь выяснить, что движет Вашим партнером, и как Вы сможете поддержать друг друга. Помните, что Ваш партнер не очень любит все планировать, он предпочитает свободу выбора.
2. **Будьте открытыми.** Решительному типу может быть трудно понять то, что может существовать несколько правильных решений одной проблемы. Не спорьте и не упрямитесь в случаях, когда Ваш партнер не согласен с Вами.
3. **Экспериментируйте.** Ваша склонность планировать и готовиться заранее может все усложнить, если необходимо экспериментировать и пробовать что-то новое. Учитесь иногда действовать спонтанно.
4. **Не изнуряйте себя.** Ваше стремление доводить дела до конца может внести много напряжения в Вашу жизнь и отношения. Учитесь отстраняться и отдыхать. Мир не рухнет, если Вы не закончите что-то в запланированное время.

Советы для Вас:

1. **Общайтесь.** Непреклонность Вашего партнера и желание все планировать могут часто расстраивать Вас. Не ссорьтесь, а попытайтесь выяснить, что движет Вашим партнером, и как Вы сможете поддержать друг друга. Помните, что Ваш партнер ставит планы превыше отдыха и развлечений, ему может быть нелегко просто отвлечься и отдохнуть.
2. **Концентрируйтесь.** Воспринимающему типу бывает интересно пробовать все новое и ему хочется узнать, «хорошо ли там, где его нет». Учитесь концентрироваться на заданиях и не давайте Вашему сознанию отключаться, когда нужно выполнить работу.
3. **Обращайте внимание на обстановку.** Вы, скорее всего, терпеливее относитесь к беспорядку, чем Ваш партнер. Выполняйте свои домашние обязанности.
4. **Не будьте привередливыми.** Люди с воспринимающим типом часто уклоняются от выполнения рутинной, домашней работы, блуждая в поисках чего-то более захватывающего. Не вся работа – это сплошное веселье, но Вы должны прилагать усилия и выполнять свои непосредственные обязанности.

ПАРТНЕР С ПРЕДПОЧТЕНИЕМ К ВОСПРИЯТИЮ (P)

Люди с предпочтением восприятия редко подвержены стрессам, и у них всегда найдется время повеселиться. Ваша игривость и умение использовать возможности делают отношения интересными, и каждому партнеру всегда есть чем заняться.

Но, у каждой медали две стороны, и такой союз – не исключение.

Спонтанность и импровизация неизбежно приводят к напряжению в отношениях. Например, такие люди часто уклоняются от выполнения рутинной, домашней работы, скитаясь в поисках чего-то более захватывающего, а так как Вы оба относитесь к воспринимающему типу, среди Вас не будет того, кто бы смог выполнять такие задачи.

Некоторые люди с предпочтением восприятия бывают нерешительными и даже ленивыми и часто концентрируются только на интересных заданиях, игнорируя остальные. Если не найти баланс, практическая сторона отношений может быстро стать проблематичной. Более того, иногда в любых отношениях необходимо строить планы на будущее и придерживаться их, каким бы трудным это ни казалось. Такие ситуации могут вызвать стресс у воспринимающего типа. Вы оба можете вспомнить примеры из своей жизни, когда такое происходило.

Важно отметить, что признать проблему – это наполовину решить ее.

Если оба партнера прилагают усилия, чтобы признавать свои слабости и управлять ими, тогда союз двух людей с воспринимающим типом будет таким же стабильным, как союз людей с предпочтением суждения. Вам необходимо сдерживать стремление анализировать информацию (интуитивно или при помощи ощущений) и больше использовать логическое мышление. При этом Вы должны соблюдать баланс интересов и рассматривать ситуацию с разных сторон, в том числе с позиции Вашего партнера. Это правило должно находиться в центре Вашего развития как пары.

Советы обоим партнерам:

1. **Общайтесь.** Нерешительность и спокойное отношение партнера будут часто расстраивать Вас. Не ссорьтесь, а попытайтесь выяснить, что движет Вашим партнером, и как Вы сможете поддержать друг друга.
2. **Учитесь концентрироваться.** Людям с предпочтением восприятия бывает интересно пробовать все новое и развивать мысли «хорошо ли там, где его нет?». Учитесь концентрироваться на заданиях и не давайте Вашему сознанию отключаться, когда нужно выполнить работу.
3. **Обращайте внимание на обстановку.** Вероятнее всего, Вы оба спокойно относитесь к беспорядку, но это не означает, что Вы не должны выполнять свои обязанности по дому. Поделите обязанности и не откладывайте их до последнего момента.

4. **Не будьте привередливыми.** Люди воспринимающего типа часто уклоняются от выполнения рутинной, домашней работы, занимаясь поисками чего-то более захватывающего. Не вся работа – это сплошное веселье, но Вы должны прилагать усилия и выполнять свои непосредственные обязанности.

5. **Учитесь планировать.** Иногда Вам нужно думать о будущем и планировать его. Но это совсем не означает, что Вы должны забыть о новых возможностях и о свободе выбора. Тем не менее, важно найти время, чтобы обсудить направление развития Ваших отношений.

ДРУЖБА

ENFP-личности веселые, искренние и открытые люди. Круг их знакомств разнообразен и не просто широк, а состоит из нескольких, часто абсолютно непохожих друг на друга компаний. Интересно, что всюду ENFP любят и ждут. Они обаятельны, внимательны и всегда придают общению некую живость, теплоту и свежесть, тонко чувствуют, что именно нужно в данной ситуации. Нередко представители данного типа личности сохраняют отношения со своими бывшими женами, любовницами, подругами, их новыми мужьями, детьми и, более того часто сводят их в единый круг общения.

У ENFP редко возникают проблемы в общении с другими личностными типами, они умеют находить общий язык со всеми. Это очень редкое и ценное качество. И хотя не все друзья ENFP могут ответить им тем же, они, безусловно, признают и оценят эти старания. Обычно люди этого типа могут помочь раскрыться даже своим самым сдержанным друзьям.

Важно отметить, что ENFP должны быть уверены в том, что их энтузиазм не подавляет других людей. ENFP – веселые и страстные друзья, которые всегда рады прийти на помощь. Но такой подход подходит не каждому типу личности. И ENFP не должны воспринимать это близко к сердцу.

Благодаря своей интуиции, такие люди легко понимают, что движет их друзьями и что их вдохновляет. Энтузиазм и тепло, исходящие от таких людей, могут быть заразительными, так как они берут свое начало в чистом идеализме, которым известен этот тип личности. Но ENFP должны понимать, когда их внимание становится утомительным. Не каждый друг может справиться с бесконечным потоком идей и тем, предлагаемых таким человеком. Эти люди умеют распознавать мотивы других людей и с легкостью определяют подозрительных личностей.

Необходимо отметить, что ENFP чувствуют глубокое уважение к людям, разделяющим их принципы и ценности.

ENFP-друзья преданные и всегда рады помочь. Они хорошо понимают эмоциональное состояние и чувства других людей, и эта черта позволяет им быть

чуткими и проницательными. Нужно заметить, что ENFP-личностям некомфортно делиться своим внутренним миром с людьми, которых они плохо знают. Этот тип личности очень скрытный, и его трудно разгадать, хотя такие люди, наоборот, видят других людей насквозь. Если Вы хотите подружиться с таким человеком, Вам нужно быть настоящими и искренними.

ENFP-личностям не нужна дружба, вращающаяся вокруг практических ежедневных вопросов. Они возбужденные идеалисты, жаждущие сделать этот мир лучше. По этой причине они ищут друзей, которые бы наполнили их жизнь духовным смыслом и глубокими многозначительными разговорами о высоком.

ENFP очень заботливы и всегда готовы прийти на помощь, но им также нужно не забывать об удовлетворении своих собственных потребностей.

Иногда люди этого типа настолько сильно заняты жизнью своих друзей, что забывают обращать внимание на самих себя. Более того, такие люди питают нереалистичные ожидания по поводу дружбы. Это потенциально может привести к стрессам и разочарованию, если ENFP поймет, что его друзья не такие идеальные и преданные, какими бы он хотел их видеть.

В общем можно сказать, что ENFP-друзья идеалистичные и чувствительные. Но у каждой медали есть две стороны, и чувствительность ENFP – не исключение, так как она позволяет легко сходитьсся с друзьями и знакомыми, но это также делает их уязвимыми к критике. По этой причине люди такого типа избегают общения с яркими представителями ошущающего типа с предпочтением суждения (Администраторы — SJ). У таких людей есть твердое мнение на различные темы, и ENFP-личности некомфортно спорить с ними.

ENFP должны знать, что они – очень редкий личностный тип. Им не стоит расстраиваться, если друзья не разделяют с ними их принципы и цели на все 100%. ENFP ищут друзей, которым они могли бы доверять, которые хотят понимать и понимают их увлечения и идеи. Немногие люди смогут справиться с глубиной и богатством воображения ENFP, и совсем немногие умеют поддержать такого человека так, как ему это нужно. ENFP лояльны, всегда готовы прийти на помощь, и многие личностные типы ценят их за мудрость. Но им нужно учиться идти навстречу потенциальным друзьям. Также важно отметить, что ENFP не любят конфликты и недостаток гармонии, особенно в кругу друзей.

Поэтому поиск (и сохранение) друзей, особенно в юном возрасте (например, в школе), может оказаться сложной задачей. Такие люди лучше останутся в одиночестве, чем окажутся в стрессовой и очень эмоциональной ситуации.

Стоит отметить, что ENFP-личностям нравится разгадывать загадки, и они делают все возможное, чтобы понять другого человека, если чувствуют, что человек интересный. Это одна из причин, почему ENFP склонны к дружбе с такими типами личности, как NF (Вдохновители) и NT (Аналитики).

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ

ENFP становятся творческими, увлеченными и теплыми родителями. Люди с этим типом личности очень веселые, и их подход к воспитанию отражает это. ENFP родители любят смотреть, как их дети играют, экспериментируют и учатся. ENFP не приветствуют ориентацию на стабильность и предсказуемость, и, следовательно, они не будут создавать подобную среду для своих детей.

ENFP-родители придерживаются определенных принципов, они целеустремленные и участливые.

Они сделают все возможное, чтобы их дети были способны бороться за то, во что они верят и могли отличить хорошее от плохого. Это не означает, что ENFP родители подталкивают своих детей стать фанатичными в чем-либо. Наоборот, они способствуют их самостоятельному мышлению.

Люди этого типа личности хотят, чтобы их дети брали на себя ответственность за свои решения.

ENFP очень преданные и непредубежденные родители. Они делают все, чтобы быть лучшим другом и, в то же время, авторитетом для ребенка. ENFP дают своим детям много свободы и учат их, как весело провести время без ущерба для ценностей и идеалов. Их дети никогда не увидят подавленных или злых родителей. Для ENFP важна гармония в семье, и они всегда ограждают своих близких от жестокости этого мира.

Преданность и идеализм делает ENFP-личностей добродушными и самоотверженными родителями.

Тем не менее, важно, чтобы ENFP не переусердствовали с этим. Иногда связь между ENFP-родителем и ребенком может быть настолько сильной, что им обоим будет трудно признать, что ребенок вырос и ему пора вести независимый образ жизни. Это также может привести к большому количеству конфликтов в детском подростковом возрасте.

Если они пожелают восстать против родителей, как это делают многие подростки, ENFP будут чувствовать себя обиженными и нелюбимыми.

ENFP-родители эмоциональные и наблюдательные. Они легко замечают, если их ребенок чувствует себя физически или эмоционально плохо. Однако эта привязанность может стать обременительной для детей, и они могут немного дистанцироваться от родителей, особенно в подростковом возрасте.

Родители с типом личности ENFP считают своим долгом вдохновлять и мотивировать своих детей, поощряя их рост и развитие. ENFP будут делать все возможное, чтобы расти вместе с ними, а интуиция и чувствительность помогут им в этом. Исходя из всего вышесказанного, ENFP-родители могут столкнуться с трудностями в создании структурированной среды для своих детей и им, возможно, потребуется помощь партнера в этой области.

ОБУЧЕНИЕ

Некоторые люди тратят почти треть своей жизни на учебу. Другие начинают работать, как только они покидают школу или даже раньше. Независимо от того, какова Ваша ситуация, знание того, что именно в образовании дается ENFP тяжело, вероятно, может сделать Вашу жизнь легче.

Как уже упоминалось выше, люди с типом личности ENFP встречаются редко и их черты часто неправильно воспринимаются, особенно в молодости.

ENFP В ШКОЛЕ

Давайте начнем с рассмотрения личностного типа ENFP в средней школе. Несмотря на свою популярность представители типа личности ENFP зачастую чувствуют себя белыми воронами, особенно это проявляется в молодости и влияет на их поведение в школе. Люди с этим типом личности романтичные мечтатели и идеалисты. Они беспрестанно выдумывают что-то новое, и их дар воображения постоянно подсказывает им что-то новое. Они стремятся всё попробовать, хотят всё познать. Стандартные требования, предъявляемые в школе, не вызывают у них интереса, им гораздо интереснее то, что выходит за пределы школьной программы или за рамки обычного. Однако для их же собственного блага не следует допускать, чтобы интерес ко всему эффектному и неожиданному оттеснял на второй план действительно важные аспекты жизни. Они умеют сопереживать и находятся в постоянном поиске скрытых смыслов.

К сожалению, к подобным чертам все относятся с неодобрением, начиная с родителей и заканчивая одноклассниками. Люди, которые окружают ENFP, часто делают все возможное, чтобы опустить их на землю и заставить сосредоточиться на практических вещах. Не удивительно, что ENFP часто чувствуют себя не на своем месте и просто-напросто непонятыми, особенно в среде, в которой необходимо послушание и подчинение.

ENFP терпеть не могут повторяющиеся, рутинные задачи, в решение которых не вовлекается воображение. Люди с этим типом личности серьезно относятся к выбранной ими теме, особенно гуманитарной, но они всегда избегают чисто логических или практических вопросов.

Можно сказать, что ENFP впитывают информацию, используя свою интуицию, чтобы обработать и организовать данные в голове. Но, этот процесс несет рассеянный и инстинктивный характер, а не целенаправленный и аналитический. Это одна из причин, почему люди с таким типом личности часто чувствуют себя очень уверенно и воодушевленно, если им нравится предмет. ENFP интуитивно чувствуют и знают, что они что-то могут сделать, а не приходят к этому благодаря цепочке умозаключений. Кроме того, у ENFP могут возникнуть трудности с пониманием того, почему другие не так увлечены тем, что они делают.

ENFP обладают очень чуткой, дружелюбной, приветливой и гибкой натурой. Они способны войти в положение практически любого человека, с двух слов уловить суть сложившейся ситуации и проблемы, найти подход к её решению или поддержать сочувствием, шуткой, а то и неожиданным, нетривиальным советом. Гармония для них важнее стремления быть самыми лучшими в классе. Не удивительно, что другие ученики хорошо относятся к ENFP из-за их непредсказуемости и воодушевляющего энтузиазма. Тем не менее, высокая чувствительность и способность к эмпатии делает ENFP уязвимыми к критике в школе. Они действительно могут пострадать от бестактных замечаний одноклассников или, если учитель ставит им плохую оценку. ENFP хотят, чтобы весь мир был добрым и прекрасным, и становятся очень измученными и циничными, если их добрые дела остаются незамеченными или, что еще хуже, становятся предметом насмешек или критики.

Важно признать, что сильная сторона ENFP – абстрактные предметы.

Людей с этим типом личности привлекают скрытые смыслы, они умеют интерпретировать и читать между строк, связывать факты и идеи.

Математика, экономика и естественные науки не привлекают ENFP – они скучают на этих уроках, или думают о собственных проектах и идеях.

Следовательно, ENFP необходимо сосредоточиться на предметах, в которых они преуспевают: язык, литература, общественные науки, гуманитарные науки и т.д. Некоторые ENFP-личности занимаются искусством, хотя люди этого типа редко проявляют себя в этой сфере.

35

ENFP В КОЛЛЕДЖЕ/УНИВЕРСИТЕТЕ

Несмотря на то, что ENFP-личности, как правило, испытывают трудности в школе, они расцветают в колледже. Тем не менее, очень важно, чтобы люди с этим типом личности тщательно выбирали специальность и подумали о том, чем они по-настоящему увлечены. Так как ENFP чувствительны и склонны к самоанализу, они чувствуют себя несчастным в областях, которые не побуждают в них интерес, даже если специальность сулит хорошие перспективы карьерного роста. ENFP, как правило, преуспевают в гуманитарных науках, хотя они могут также добиться успеха в искусстве и других ненаучных областях, которые требуют прозорливости, сочувствия и оригинального мышления.

Если ENFP работают над любимой темой, они подойдут к этому творчески и с энтузиазмом. Они найдут свою нишу независимо от препятствий, с которыми сталкиваются. Тем не менее, у ENFP будут значительные трудности, если деньги станут единственной движущей силой или если от них потребуют много теоретических исследований. Самооценка ENFP зависит от их способности сопереживать, общаться с близкими людьми и их искренности. Следовательно, им не подойдёт специальность просто ради учебы и перспектив карьерного роста. Мало что может создать такой дискомфорт людям с этим типом личности, как

чувство того, что они находятся не на своем месте или их потенциал, не реализуется. ENFP легко адаптируются и являются преданными людьми, но важно помнить, что их конечной целью является «исцеление» себя, окружающих, а также мир в целом. Поэтому они проявляют себя лучше в областях, которые, так или иначе, связаны с их целью.

В глубине души, каждый ENFP хочет быть мудрым, доброжелательным, может быть, даже несколько таинственным. В общении ENFP, как правило, очень чуткие и умелые, способные передать идеи и убедить даже самых скептически настроенных слушателей или читателей силой слова. Их беглый, слегка поэтический стиль общения (будь то устный или письменный) идеально подходит для поиска гармонии и смысла существования. ENFP должны принять эти дары и использовать их, чтобы делиться своими идеями с другими людьми, независимо от области деятельности. Они не только помогут ENFP общаться с окружающими, но и станут подспорьем для продвижения по карьерной лестнице.

Наконец, управление собственной жизнью и встреча с единомышленниками делают пребывание в колледже очень комфортным для ENFP. Люди с этим типом личности ценят независимость очень высоко. То, что они уходят от школьных правил и из родительского дома, станет свежим глотком воздуха для них. Тем не менее, важно держать все под контролем. Маловероятно, что ENFP-личности станут ходить по вечеринкам, как сумасшедшие, или будут вести себя дерзко, но есть риск, что они будут выбиваться из сил, нервничать, и их теневые черты могут пробудиться (см. раздел "Ваша Темная сторона" выше).

ENFP В НАУКЕ

Последнее, что мы хотели бы обсудить в этом разделе, как ENFP-личности проявляют себя в науке. Так как экономическая ситуация в мире нестабильна, то карьера в научных исследованиях кажется вполне привлекательной. Стабильность и интеллектуальное удовлетворение перевешивают невысокую оплату.

В целом, успеваемость ENFP в научных исследованиях средняя. Они проницательные и любопытные, и жажда знаний может оставаться мощным мотиватором вплоть до старости. Кроме того, страсть ENFP к тому, что их интересует, удивительна. С другой стороны, большая часть научно-исследовательской деятельности сосредоточена на данных, а не на людях, и в этой сфере не так много возможностей для использования талантов личностей типа ENFP, таких как: способность сопереживать, обучать, создавать гармонию и вносить свой вклад в благосостояние других. Следовательно, ENFP комфортнее себя чувствуют в «реальном мире», где у них есть шанс непосредственно влиять на жизни других людей. Это не означает, что люди с этим типом личности должны избегать исследований, но они должны найти правильную мотивацию. В то время как другим типам личности (например, Аналитикам, таким как INTJ или INTP)

нравятся сам процесс исследований, ENFP должны знать, как их исследования повлияют на общество.

Преподавание также целесообразное решение. ENFP-учителя преуспевают как в школах, так и в высших учебных заведениях. Там у ENFP достаточно времени, чтобы преследовать свои собственные научные интересы, и, в то же время, делиться своими знаниями, вдохновлять и просвещать других людей. Преподавание не для всех, и чувствительность ENFP может создать им значительные трудности, однако она также является одной из ключевых черт, которые помогают им стать удивительными учителями. ENFP заботятся о своих студентах и пытаются понять их потребности. Для них преподавание – это не просто работа: ESFP-личности получают большую отдачу от студентов, если студенты достаточно зрелые, чтобы понять и оценить работу ENFP-учителей. Наконец, как уже упоминалось выше, ENFP обладают превосходными навыками общения и способны увлечь и убедить аудиторию. Ученики и студенты в основном обожают ENFP-учителей и с нетерпением ждут их занятий, независимо от предмета. Люди с этим типом личности могут превратить в захватывающий урок даже алгебру.

КАРЬЕРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Если мы говорим о профессиях, которые подходят ENFP, то в голову ё приходит сразу много вариантов. В этом разделе будут рассмотрены черты, которые помогают людям с этим типом личности стать успешными на работе. Мы надеемся, это даст Вам более полное представление о том, как сделать Ваш карьерный путь идеальным.

37

Начнем с того, что большинство ENFP являются людьми твердых принципов и внутренних ценностей. Люди с этим типом личности неустанно защищают идеи, которыми они дорожат, и они очень преданы как людям, так и делу. Эта черта является основной при выборе карьеры для ENFP. Они, например, становятся очень креативными писателями, и могут быть очень убедительными, когда пишут о том, что считают важным. Само собой разумеется, что некоторые из величайших писателей были или являются ENFP. Рассматриваемый тип личности не имеет себе равных в писательском мастерстве. Если Вы относитесь к этому типу личности и такая карьера Вам интересна, то попробуйте себя в ней, а Интернет станет для Вас отличным подспорьем. Заведите в конце концов блог, вы будете приятно удивлены.

ENFP обладают также очень сильной интуицией, что позволяет им точно оценивать события, ситуации и других людей. Кроме того, люди с этим типом личности идеалисты, и для них нет ничего более важного, чем их ценности и принципы. Поэтому рекомендованные им профессии часто включают в себя преподавание, консультирование или психологию. ENFP преуспевают в тех областях, где они могут объединить свою проницательность, идеализм и

стремление "исцелить" мир. Их интересуют этические вопросы, поиски скрытого смысла и дипломатия.

Они стараются достичь гармонии и компромисса во всех сферах жизни. Несмотря на то, что ENFP-личностям не нужна власть или поклонение других, они могут стать отличным лидерами. Они подходят к роли лидеров с точки зрения чуткости и понимания, а не авторитета и власти.

Следовательно, ENFP, как правило, отличаются в профессиях, которые включают определенную степень личного контакта и чувствительность.

Например, один из характерных путей карьерного роста ENFP может пролегать в религиозной сфере. Кроме того, люди этого типа личности становятся отличными руководителями отдела обучения, психиатрами и врачами.

ENFP-личностям не нравится выполнять рутинные дела, анализировать мелочи и заниматься работой, не связанной с людьми. Также, их очень ранят конфликты и критика. Следовательно, ENFP следует избегать профессий, в которых необходимо работать с информацией, а не с людьми, или приводящих к давлению и конфликтам, например, финансы, аудит, программирование, анализ данных и т.д. С другой стороны, люди с этим типом личности очень проницательны и креативны. Они становятся отличными архитекторами, музыкантами, художниками, фотографами, дизайнерами и т.д. Самые подходящие пути карьерного роста вращаются вокруг этих профессий.

ENFP всегда должны чувствовать, что их вклад в общее дело имеет свою ценность, независимо от выбранной профессии. Их сила воли и стремление к сотрудничеству делают их идеальными кандидатами на должность духовного авторитета. ENFP очень преданны и относятся с энтузиазмом к своей работе – они могут потратить много сил и времени на работу, которая важна для них или для уважаемых ими людей. Кроме того, люди с этим типом личности не имеют себе равных в восстановлении мира и поиске приемлемого для всех решения. Это дает им явное преимущество перед другими типами личности в общении с окружающими людьми.

ENFP нужно нечто большее, чем просто деньги или признание. Очень важно, чтобы они не поддались общественному давлению и не пошли в такие области, как бухгалтерия, юриспруденция или финансы только потому, что эти сферы хорошо оплачиваются. Финансового вознаграждения недостаточно для ENFP, чтобы заниматься той или иной деятельностью. Люди с этим типом личности счастливы только тогда, когда они считают, что их карьера соответствует их личным ценностям и принципам. Для того чтобы достичь своих целей, ENFP зачастую необходимо занимать руководящую должность, но, если они ценят и уважают своих руководителей, они также могут хорошо себя проявлять на неуправленческих должностях.

Желание ENFP сделать что-то значащее может быть также очень сильной движущей силой для профессионального развития. В то время как много других типов личности чувствуют себя удовлетворенными, если они достигли определенной цели в своей карьере, часто материалистической или самовлюбленной, – определенная зарплата, впечатляющее звание, количество подчиненных и т.д. – этого недостаточно для ENFP. Даже если они попытаются убедить себя, что это – то, к чему они стремятся, то глубине души они будут всегда знать, что могут добиться большего успеха. Они никогда не зайдут в тупик. У людей с этим типом индивидуальности есть возможность достигнуть удивительных высот, и они должны использовать свой потенциал, чтобы не заниматься тем, что им не нравится.

В целом, тип личности ENFP редкий, сложный и загадочный. Им необходима профессия, которая была бы чем-то большим для них, чем просто работой. Им необходимо знать, что то, что они делают, соответствует их внутренним ценностям и принципам. Как уже упоминалось, есть довольно много профессий, которые подходят людям с этим типом личности, им просто нужно выбрать достойное место.

К сожалению, несмотря на то, что ENFP очень бескорыстные, великодушные и любят то, чем занимаются, они могут столкнуться с многочисленными трудностями в своей карьере, если они выбирают неправильный путь. Люди с этим типом личности встречаются сравнительно редко, следовательно, у них могут возникнуть проблемы с поиском вдохновляющих примеров для подражания или хорошего совета при выборе карьеры. Вакансии, которые прекрасно подходят для 80% населения выматывают и приводят к нервному напряжению большинство ENFP-личностей.

ПРОДВИЖЕНИЕ ПО КАРЬЕРНОЙ ЛЕСТНИЦЕ

Что касается построения карьеры, то самой лучшей чертой ENFP является их умение общаться с людьми. Этот навык проявляется несколько в другом ключе, нежели, чем у привычных всем болтунов. У ENFP контакт с людьми происходит на более глубоком уровне. Они стараются понять суть проблем людей, не боятся делиться мыслями и догадками. Такой подход способствует расширению круга общения ENFP-личностей. Представители этого типа обладают стремлением и способностью понимать других людей. Из-за этого у них часто репутация ясновидящих и мистиков. Как и других Вдохновителей, ENFP не остановить, когда у них появляется возможность объединить их воображение со стремлением к гармонии, но такой шанс выпадает, к сожалению, редко.

Каковы бы ни были хобби или стремления, ENFP преуспевают, когда имеют дело с гуманитарными, а не техническими науками. Деловой мир особенно непривлекателен для людей с этим типом личности. Не важно, есть ли у ENFP возможность работать там, где они смогут помогать людям, или нет – зачастую, выбранная ими профессия не имеет ничего общего с этой сферой. Самое главное,

чтобы способность ENFP к борьбе с несправедливостью, к восстановлению гармонии и к помощи другим росла и развивалась. Что еще более важно, это то, чтобы ENFP нашли себя и определили свою подлинную личность.

ENFP должны принимать во внимание эти сильные стороны также на стадии поиска работы. Они всесторонне развиты, и это дает им преимущество, как в расширении круга общения, так и при прохождении собеседования на работу. ENFP проявляют себя особенно хорошо, когда их действия связаны с тем, что им действительно по душе, тогда их преданность делу видна издалека. Со временем люди с этим типом личности становятся еще более дипломатичными и убедительными, поэтому у них не должно появиться проблем с влиянием на людей и построением взаимоотношений.

Основная проблема, с которой ENFP-личности могут столкнуться состоит в том, что первые несколько должностей будут включать в себя большое количество рутинной, скучной работы. Люди с этим типом личности глубокозаинтересованы в идеях, символах и смыслах. Самореализация играет важную роль для них, но, к сожалению, маловероятно, что ENFP получают возможность использовать весь свой потенциал в начале своей карьеры. Важно признать, что все самое лучшее достается тому, кто умеет ждать. Не стоит слишком сильно нервничать, если, на первый взгляд, Ваш карьерный путь не всегда предоставляет Вам возможности для саморазвития. ENFP, как правило, очень нетерпеливые, если они имеют дело с рутинной и административной работой, но стоит помнить, что они неизбежно столкнутся с этим.

40

Благодаря приверженности высоким нравственным идеалам и способности легко устанавливать контакт с людьми на эмоциональном уровне, у ENFP обычно не возникает трудностей в поиске подхода к потенциальным работодателям и получении работы. Это то, на чем они должны сфокусироваться: сначала найти каналы связи с работодателем, потом отправить письмо по электронной почте или лично встретиться с будущим босом. Если ENFP захотят, то они могут быть очень убедительными. Кроме того, немногие люди имеют силу воли или воображение, необходимые для того, чтобы подойти к делу такцеленаправленно. Одно качественно составленное электронное письмо, отправленное нужному человеку зачастую намного лучше сотни случайных заполненных анкет. Тем не менее, ENFP должны отнестись очень ответственно к представлению своих навыков и опыта, потому что люди с этим типом личности иногда склонны переоценивать свои способности (часто из-за сильного увлечения чем-то), и это в дальнейшем может вызвать проблемы.

Конечно, Вы должны быть в состоянии представить свои навыки в нужном свете, чтобы выделить себя среди других кандидатов. ENFP добываются колоссального успеха в сферах, где они имеют возможность общаться с людьми, а не просто обрабатывают информацию, данные или системы. Они особенно хорошо себя проявляют в работе с персоналом.

Это не обязательно должна быть клиентоориентированная область или отдел по работе с персоналом, но новомодное выражение «отличительные навыки общения» стало неотъемлемой частью должностных требований, и ENFP-личности должны подчеркнуть на собеседовании, что они владеют этими навыками в совершенстве.

Подумайте о том, что хобби может быть привлекательным в конкретной области, а затем найдите способ воплотить эти идеи в реальных проектах. Существует много возможностей, Вы можете принять участие в соревнованиях или волонтерских проектах, создать страничку в интернете (например, небольшой блог), написать несколько статей и попытаться их опубликовать в печатных СМИ и т. д. Не имеет значения, что Вы делаете, если это то, что Вы можете написать в своем резюме. Это не только сделает Вас более привлекательным кандидатом, но также предвосхитит многие вопросы на интервью. Отвечая, например, на вопрос: «Опишите ситуацию, когда Вы использовали свои навыки решения проблем», будет проще, если у Вас в резюме уже перечислены пять и более таких ситуаций. Используйте Вашу изобретательность и воображение. Ваши навыки ничего не стоят, если о них знаете только Вы. Люди с типом личности ENFP становятся удивительными писателями, поэтому им определенно необходимо облегчить поиск будущего места работы ведя аккаунты в социальных сетях. Ведь работодатели зачастую ищут потенциальных кандидатов в Интернете, и не просматривают веб-сайты и ссылки, указанные в резюме. Вам обязательно будут начислены бонусные очки, если Вы укажете в резюме, что ведете блог, посвященный Вашим хобби и увлечениям. Только смотрите, о чем Вы пишете!

41

Так же Вам необходимо освежить свои навыки презентации перед собеседованием. Замечательно, если Вам предстоит интервью, но не думайте, что Ваш энтузиазм поставит Вас выше всех остальных. Не важно, как избито это звучит, но Вы должны быть осведомлены о наиболее распространенных методах ведения собеседования и типичных вопросах. Чтобы Вас не застали врасплох, например, вопросом: «Какова Ваша самая большая слабость?». Ответ: «Перфекционизм» или «Я работаю слишком усердно» не принесет Вам бонусных очков, совсем наоборот. Попробуйте подчеркнуть свои достижения и вещи, которые Вас действительно волнуют. Также будьте готовы к большому количеству шаблонных вопросов, особенно сначала. Иногда, рекрутер сам немного знает о профессии и просто задает вопросы из контрольного списка. Подготовьтесь и к такому развитию событий, не позволяйте Вашей уверенности в себе затмить Вашу рассудительность, когда дело доходит до подготовки. ENFP, как правило, очень хорошие кандидаты, но иногда они сами этого не понимают и не могут правильно себя преподать.

Следовательно, они могут проиграть менее красноречивым, но более подготовленным кандидатам. В основном это связано с тем, что ENFP избегают рациональные, конкретные аргументы, а сосредотачиваются на чувствах и мечтах. Такой подход может принести хорошие результаты во многих сферах

жизни, но большинство работодателей ожидают услышать от кандидатов прямые или косвенные причины для их найма.

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Давайте взглянем на то, что помогает ENFP личностям справляться с задачами, а затем перейдем к обсуждению потенциальных проблем этого типа.

ENFP чувствуют себя полностью счастливыми, если они занимаются тем, что позволяет им использовать свой творческий потенциал и эмпатию.

Преподавание, психология и социальные работы – отличные примеры деятельности, подходящей ENFP, но ими не ограничивается спектр профессий, в которых люди этого типа личности могут преуспевать.

Представители ENFP будут чувствовать себя глубоко несчастными в сферах, где они не смогут общаться с людьми или в которых, существует слишком много строгих правил и ограничений. Вместе со свободой приходит и ответственность, но люди этого личностного типа должны использовать все возможности, а не ограничиваться какой-либо одной ролью в этой жизни. ENFP-личности отлично справляются с ответственностью, если приложат усилия – предпочтение к восприятию у данного типа личности дает его представителям возможность довольно легко рассматривать много различных вариантов.

Если у Вас есть возможность, Вы должны попытаться найти хобби, которое в дальнейшем могло бы превратиться в источник дохода. Такой подход довольно распространен среди ENFP, особенно среди тех, кто занимает хорошо оплачиваемые, но не очень интеллектуально сложные позиции. Зарплата не столь важна, особенно по началу. Действительно важно то, что Вы будете заниматься тем, что действительно вдохновляет Вас, без рамок трудовых отношений. Если Ваша эффективность повышается (а ей будет сложно не повыситься), и если Вам действительно нравится то, чем Вы занимаетесь, то люди быстро заметят это и вознаградят Вас соответствующим образом. Кроме того, Вы сможете поставить галочку напротив очередного пункта в Вашем списке счастья ENFP – напротив стремления к признанию. Это может быть что угодно: сайт о благотворительном или местном волонтерском проекте или небольшая консалтинговая компания и т.д. Некоторые ENFP хотят изменить мир, другие сосредоточены на локальных или личных вопросах.

Основной принцип состоит в том, что Вы должны попытаться сделать то, что Вам по-настоящему нравится, сохраняя при этом место регулярной занятости для подстраховки. И кто знает, может быть, Ваша идея станет великой. Если Вы можете привлечь финансовые ресурсы для Вашего хобби, то это ещё лучше ENFP-личности, как правило, обладают хорошим воображением и изобретательностью, так что у Вас не должно быть никаких трудностей в управления этой параллельной «карьерой».

Кроме того, необходимо знать, что ваш ум и воображение – дар и проклятие одновременно. Вы склонны слишком тщательно обдумывать вещи, и застопориваться на определении лучшего для Вас пути.

Попробуйте найти время, чтобы подумать и поразмышлять, но не заикливайтесь на деталях. ENFP лучше всего себя проявляют тогда, когда спокойны и уверены в своих способностях. Не имеет значения, какой путь Вы собираетесь выбрать, если там будет что-то, что позволит Вам идти вперед. Этот путь всегда будет правильным. Как ENFP, Вы обладаете отличным воображением и всегда привержены своим принципам. Этим качествам могут позавидовать многие другие типы личности, умнее и находчивее – поэтому у Вас все получится. Даже если Вы чего-то не знаете, Ваша интуиция позволит Вам импровизировать, а Ваша эмпатия и способность нравиться людям помогут Вам. Подумайте, кто Вы и что Вы хотите достичь в этой жизни, и будьте уверены, что Ваши знания и умения помогут Вам. Рассмотрите самозанятость в качестве примера. Есть много примеров неудачных бизнесменов, но попробуйте спросить любого из них, сожалел ли он когда-нибудь о попытке. Вы удивитесь их ответам.

Что касается общения на рабочем месте с людьми, принадлежащими к другим типам личности, есть несколько вещей, которые нужно иметь в виду. Существуют четыре основных архетипа, и знание подхода к каждому из них даст Вам фору.

Аналитики (типы NT – INTJ, INTP, ENTJ и ENTP): предпочитают идеи фактам, уделяют много внимания эффективности. При общении с ними, придерживайтесь рациональных аргументов, сосредоточьте внимание на том, что работает и имеет смысл. Не используйте аргументы, основанные на традициях, эмоциях или приверженности высоким нравственным идеалам. Аналитики и Вдохновители разделяют любовь к идеям, поэтому им легко понять и узнать друг друга.

Вдохновители (типы NF – INFJ, INFP, ENFJ и ENFP): предпочитают идеи фактам и содействуют сотрудничеству. При общении с ними, сосредоточьтесь на моральных ценностях, принципах и гармонии. Не используйте утилитарные аргументы («цель оправдывает средства»), холодную логику или взывания к традициям.

Реалисты (типы SP – ISTP, ISFP, ESTP и ESFP): предпочитают факты идеям. Стремятся быть эффективными. При общении с ними придерживайтесь фактов, переходите сразу к делу, подчеркивайте полезность Вашего предложения. Не используйте аргументы, основанные на идеализме или традициях. Реалисты и Вдохновители являются абсолютными противоположностями, так что им бывает тяжело взаимодействовать друг с другом.

Администраторы (типы SJ – ISTJ, ISFJ, ESTJ и ESFJ): предпочитают факты идеям, находятся в поиске консенсуса. При общении с ними, сконцентрируйтесь на традициях, стабильности и фактах. Не используйте аргументы, которые бросают вызов существующему устройству и принципам, и держитесь подальше от

идеализма и больших идей. Администраторам может быть нелегко проследить ход Ваших мыслей, если он не сопровождается большим количеством фактов.

Ваша работа устроит Вас, если будете уверены, что она Вас морально и интеллектуально стимулирует. ENFP легко устанавливают для себя цели, но их жажда поиска и использования возможностей, независимо от обстоятельств, неутолима. Следовательно, если карьерный путь не приводит Вас в состояние восторга, то он приведет к беспокойству и разочарованию. В отличие от некоторых других типов личности, ENFP интересуется нечто большее, чем просто деньги, стабильность или достижение определенного социального статуса. В конечном счете, все зависит от того, насколько гибкая выбранная ими организация. Есть несколько вариантов карьерного роста, которые непригодны для ENFP, но также есть много должностей, которые раскроют Ваши ключевые навыки в полной мере. Так что обучайтесь, узнавайте новое и попытайтесь найти способ использовать свои навыки и стратегическое мышление в конкретной области. Не надейтесь, что гложущее чувство, что Вы находитесь в не своем месте, пройдет, если все разумные аргументы указывают на тот факт, что данная область деятельности Вам не подходит. Стабильность или технические навыки – это не их конек.

Есть еще некоторые вещи, которые стоит упомянуть в этом разделе. Во-первых, ENFP не преуспевают в ситуациях, когда они должны проделать новую для них работу под давлением времени. Люди с этим типом личности достаточно гибкие, но они чувствуют себя гораздо более комфортно, когда у них есть достаточно времени, чтобы оценить ситуацию и принять обоснованное решение.

«Аварийный» режим может исчерпать их силы очень быстро. В отличие от Реалистов (типов SP), Вдохновители больше подходят для роли планировщиков, а не исполнителей. Напряженная обстановка плохо на них влияет, они не подходят для нее.

Вторая вещь, которую стоит упомянуть, очень важна: ENFP-личности должны следовать своим инстинктам и выбирать те пути, которые они считают верными, а не слушать, что им советуют другие люди. Работа, которая подходит девятистам пяти процентам населения, может сделать Вас глубоко несчастными просто потому, что Вы не относитесь к этим девятистам пяти процентам. Вы принадлежите к довольно редкому типу личности. Следуйте своей мечте и выбирайте свой путь, а не старайтесь соответствовать чьим-то ожиданиям. Этот совет можно дать многим, но он особенно подходит именно ENFP-личностям. Других людей мотивируют деньги и то, как они выглядят перед окружающими, а ENFP концентрируются на личностном росте и знании того, что то, чем они занимаются, ценно. Доверяйте своему чутью, а не тому, что навязывается средствами массовой информации или теми, кому, по сути, все равно, что Вам нужно от жизни.

Не бойтесь экспериментировать и пробовать разные варианты развития карьеры. Не позволяйте себе привыкнуть к тому, что Вас не устраивает. ENFP-личности обладают большим количеством разнообразных талантов, но зачастую они не

используют их для развития карьеры. Вы должны помнить, что даже, если что-то обернулось не так, как Вы хотели, это все равно прибавит Вам уверенности в себе и даст Вам бесценный опыт. В конце концов, Вы найдете то, что ищете. Просто не ждите, что все получится сразу. По меньшей мере, таким образом Вы можете заняться новым хобби. Например, ENFP-личности известны своими писательскими навыками, так почему бы не попробовать свои силы в качестве внештатного журналиста или создать свой собственный сайт?

КАРЬЕРНЫЙ РОСТ

Вы получили работу, обосновались там, стали образцовым работником. Что теперь? Как добиться прогресса в карьере людям с типом личности ENFP, и с какими трудностями они могут столкнуться?

Ответы на эти вопросы во многом зависят от областей, которые выбрали ENFP. Люди с этим типом личности, как правило, преуспевают как на управленческих, так и на неуправленческих должностях, а также могут стать компетентными и влиятельными специалистами по конкретным вопросам. Это означает, что для ENFP не должно быть никаких трудностей использовать привычные пути продвижения по службе, особенно в крупных организациях, где они имеют много возможностей использовать свои дипломатические способности и навыки инновационного мышления. Самое главное, для ENFP – признание. Они хотят быть признанными и оригинальными. Звания и премии для них не имеют особого значения.

45

Являются ENFP менеджерами или нет, в любом случае, они умеют объединять людей, знают, как организовать и мотивировать их, могут устранить причину конфликта на работе. Люди этого типа личности очень внимательно относятся к чувствам коллег и подчиненных, стараются узнать каждого и понять, что ими движет и вдохновляет. В тоже время, ENFP-личности часто эмоционально перегружены, потому что они не могут быть равнодушными и отстраненными от чужих проблем. Важно отметить, что, несмотря на энтузиазм и яркое воображение, люди этого типа личности время от времени могут слишком много внимания уделять негативным вещам. В определенных ситуациях, ENFP необходимо держать свое стремление к честности и прямоте под контролем.

ENFP сосредоточены на человеческих отношениях и гармонии. Они, как правило, не любят ориентированный на результат, безличный подход к делу. Кроме того, они терпеть не могут конфликты, разногласия и споры.

Они считают, что всегда есть способ сделать так, чтобы все были довольны и счастливы. Тем не менее, люди с этим типом личности легко показывают свое недовольство и обладают «черно-белым» подходом к вещам, которыми они увлечены. Если сфера, в которой они работают, поддерживает такие черты личности, то у ENFP не будет трудностей в продвижении по карьерной лестнице. Тем не менее, ENFP должны предпринимать сознательные меры для разработки планов отступления.

Нельзя сказать, что это сильная сторона этого типа личности, но часто важно иметь план Б на случай, если что-то пойдет не так.

ENFP-личности должны держать свое желание помогать людям под контролем. Люди с этим типом личности часто слишком сильно стремятся жертвовать своими собственными нуждами и желаниями в пользу того, что им кажется более важным. Другие люди редко замечают такой альтруизм, поэтому ENFP, зачастую, страдают от бесконечного внутреннего конфликта. ENFP-личности, пожалуй, самые добрые и самоотверженные люди. Тем не менее, очень важно, чтобы они сами позаботились о том, чтобы не выдохнуться и не истратить всю энергию и силы на любимое дело. Люди этого типа личности должны экономить энергию и не относиться к работе фанатично.

Важно также помнить, что лучшая позиция не всегда приносит больше свободы. Пожалуй, даже наоборот, это может означать больше волокиты и контроля ENFP преуспевают в профессиях, где они могут помогать другим людям, расти и развиваться, как в рамках организации, так и за ее пределами, при этом они хотят остаться верными своим принципам и ищут признания. По иронии судьбы, продвижение по карьерной лестнице, зачастую, ограничивает, а не предоставляет независимость.

Иногда, лучше оставаться на той же должности подольше, при этом узнавая что-то новое, чтобы найти более высокооплачиваемую работу в другой компании. В зависимости от компании, корпоративное маневрирование может не быть плодотворным для ENFP.

46

Бывает такое, что получить продвижение просто нереально либо из-за организационной культуры, которая не видит пользы в навыках ENFP, либо просто из-за отсутствия возможностей роста. Есть некоторые советы для людей с этим типом личности (смена работодателя – очевидный вариант, а есть ли другие варианты?)

АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ ПУТИ

Каким бы радикальным это ни казалось, но Вам не обязательно быть трудоустроенным, чтобы жить комфортно. Мы живем в эпоху возможностей, и продажа своего времени корпорациям не является единственным способом получения дохода. ENFP не против рисковать, и эта способность может оказаться чрезвычайно ценной. Так почему бы не попробовать воплотить в реальность некоторые из идей и превратить их в свой собственный бизнес?

Многих людей страшит понятие «индивидуальная трудовая деятельность». Но все же закончились времена, когда тратили двадцать и более лет на работу в одной компании и не беспокоились о своем будущем. За исключением нескольких областей (воинская служба или медицина), стабильная работа и гарантированные перспективы остались в прошлом. Следовательно, работать на себя более безопасный и приемлемый вариант, который также предоставляет целый ряд

других преимуществ, таких как способность планировать свое время, видеть осязаемые результаты работы и, конечно, быть своим собственным боссом. ENFP ценят свободу и самостоятельность, и, это дает им прекрасную возможность наслаждаться этими вещами.

Кроме того, занятие собственным бизнесом решает одну из основных проблем, с которой ENFP может столкнуться в корпоративной среде – сопротивление людей, которые больше озабочены безопасностью или стабильностью, чем идеями и мнениями. Как индивидуальный предприниматель, Вы вольны выбирать, какие задачи Вы хотите выполнить, а какие из них Вы хотите делегировать или отдать на сторону. Больше не будет обремененной административной работы или сотрудничества с людьми, которые не хотят или не могут совершенствоваться. Самозанятость предлагает множество важных преимуществ для ENFP, особенно в современной глобальной среде, и люди с этим типом личности, весьма вероятно, достигнут успеха в этой сфере.

Тем не менее, перед тем, как начать свой бизнес, необходимо придумать идею. Это особенно важно для ENFP, так как люди с этим типом личности зачастую терпеть не могут деловой мир. Однако не весь бизнес – это продажа поддержанных машин или перепродажа различной продукции.

Если Вы придумаете достойную идею и превратите ее в бизнес, основанный на этических принципах, то это принесет Вам огромную финансовую пользу, так и моральное удовлетворение. Самый простой путь к успешному бизнесу тот, который дает людям то, в чем они нуждаются. Если ENFP хотят пойти по этому пути, то они должны подумать о способе удовлетворения существующих потребностей людей.

Люди этого типа личности должны быть готовы к экспериментам. Таким образом, они смогут самореализоваться и внести свой вклад на благо общества.

ПОДХОДЯЩИЕ ПРОФЕССИИ

Давайте взглянем на профессии, подходящие людям с типом личности ENFP. Этот список далеко не исчерпывающий, но он должен дать Вам представление, с чего начать.

- Все, что связано с персоналом: отдел кадров, набор персонала, коучинг, профориентация, репетиторство и т.д.
- Консультирование
- Психология
- Философия или литература
- Писательская деятельность
- Медицина

- Право
- Социальная или религиозная деятельность
- Дипломатия или политика
- Преподавание

ХАРАКТЕРНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ

Большинство из нас проводят огромную часть жизни на рабочем месте. Вот почему мы считаем, что обсуждение того, как люди разных типов личности ведут себя на рабочем месте очень важно. Что им нравится, а что делает их несчастными? Как можно наладить взаимовыгодное и плодотворное сотрудничество с определенным типом личности?

Как разрешать конфликтные ситуации, если они произошли?

Коллеги ENFP

- Добродушные, толерантные и непосредственные
- Очень хорошо понимают мотивы поведения своих коллег
- Чуткие и участливые
- Умеют расслабиться и получать удовольствие, могут без особых усилий подбодрить своих коллег
- Проявляют искренний интерес к другим людям
- Стремятся к беспроблемным ситуациям, ищут гармонию и сотрудничество на работе
- Не любят коллективный мозговой штурм и дискуссии на технические темы
- Будут делать все возможное, чтобы избежать конфликтов на работе – ENFP-личности чувствуют себя очень неловко в ситуациях, когда они должны выбирать, какую сторону поддержать в споре

48

Менеджеры ENFP

- Интуитивно знают, что движет их подчиненными, и как их мотивировать
- Очень наблюдательные
- Отличные слушатели. ENFP могут легко почувствовать перемену настроения в команде

- Могут иметь трудности с наказанием провинившихся подчиненных
- Способны вдохновлять и мотивировать других людей
- Гибкие и открытые, не любят бюрократию и ограничивающие правила
- Становятся слишком эмоциональными в стрессовых ситуациях
- Уважают каждого подчиненного, делают все возможное, чтобы поддержать и мотивировать команду
- Любят делегировать полномочия доверенным подчиненным
- Предпочитают горизонтальную иерархию и не видят себя в качестве стереотипных руководителей

Подчиненные ENFP

- Обладают развитыми аналитическими способностями. Легко оценивают перспективы других
 - Творческие и оригинальные
 - Подвержены стрессу
 - Верные и преданные
 - Любят исследовать новые области и изучать новшества
 - Очень независимые. Ненавидят, когда контролируют каждый их шаг
 - Тяжело фокусируются на одном конкретном проекте.
- Предпочитают нравственные и эмоциональные аргументы, а не холодную логику
 - Терпеть не могу рутинную работу или бюрократию
 - Могут допускать фактические или логические ошибки. Их сильная сторона – общение с людьми
 - Категорически против типа мышления, в основе которого лежит девиз: "Ничего личного, только бизнес"
 - Очень уязвимы к критике и принимают критические замечания близко к сердцу