Малина Г. А., Прокофьев В. Г.

Типология Майерс-Бриггс на западе и соционика на просторах СНГ дали новые ключи к поиску, идентификации и принятию себя как личности. Однако не редки случаи, когда сложившееся на основе упрощенных описаний представление о себе не совпадает с результатами диагностики. Обостряющийся при этом внутренний конфликт человека, подробности процесса его «самоидентификации», обретение внутренней гармонии с самим собой лежит в центре внимания этой статьи.

***Ключевые слова**: соционика, тип информационного метаболизма, соционические «маски», психология, диагностика, самоанализ, психоанализ, признаки Аугустинавичюте-Рейнина, малые группы.*

Введение

Кто я? Что я из себя представляю? Каково мое место в жизни? – Эти вопросы волнуют многих людей. Вчера, сегодня, завтра…. Эти метания не теряют своей актуальности и значимости во времени. Множество книг посвящено различным путям самопознания и самоидентификации, оценке своего места среди других людей. Относительно недавно в это направление внедрился и получил широкое распространение типологический подход. Типология Майерс-Бриггс на западе и соционика на просторах СНГ дали новые ключи к поиску, идентификации и принятию себя как личности.

Хочется отметить, что при быстро растущем увлечении соционикой, большинство принимает ее очень упрощенно, поверхностно. Поэтому те, кому на самом деле она интересна не как игра, а как еще один путь к себе, часто, наталкиваясь на такие упрощенные описания, не соглашаются с результатами типирования. Зачастую у человека уже есть как общее представление о соционике, так и версия собственного

ТИМа. И нередки случаи, когда эта версия не совпадает с результатом диагностики.

Из статьи Таченкова А. А. «Страхи и внутренний конфликт при пере-типированиях»:

«У человека есть так или иначе полученный родной тип, однако что-то его беспокоит в э

Одним из наиболее ярких внутренних конфликтов является сопротивление типа «я не подхожу под описание», коих в Интернете, да и в книгах довольно много».
Мы взяли интервью у нескольких человек, так или иначе столкнувшихся с этой проблемой.
В центре внимания статьи – движение людей в направлении личностного развития и сопоставление представлений о себе с результатами типирования, примерка на себя соционических описаний.
Собранные материалы демонстрируют, как проходит процесс «самоидентификации» у разных людей, их искания и сомнения, вопросы и ответы, их чувства, переживания и ощущения в попытках найти себя и обрести гармонию с собой.
Эта статья особенно будет интересна и полезна тем, у кого были похожие мысли и сомнения в своем типе, нестыковки описаний и представлений о себе.
А сейчас – обо всем подробнее.
Участникам были предложены следующие вопросы.

- *Какие у вас были сомнения по поводу своего типа?*
- *Как вы приняли результаты типирования, как отнеслись к ним, в чем были не согласны?*
- *Что вы с этими результатами делали, как пытались понять себя?*
- *Что вам помогло или не помогло принять себя и свой ТИМ, самоопределиться?*

Интервью выявили два целевых подхода к типированию:

- типирование как цель;
- типирование как средство.

При этом отношение к результатам делилось на три группы:

- как к жизненно важным и поэтому очень эмоционально переживаемым;
- спокойно-аналитическое;
- «из спортивного интереса».

С чего начинается самоопределение?

- *Какие у вас были сомнения по поводу своего типа? Как вы приняли результаты типирования, как отнеслись к ним, в чем были не согласны?*

***Иван*:** «Первоначально определился по тесту как Джек, но под влиянием своего товарища (Гамлет) успел побывать Штирлицем, Робеспьером, Максимом. Сам товарищ сначала определился как Гексли, потом был Есенин, потом опять Гексли, потом Достоевский... И так пока мы не разобрались в науке основательно и не пришли к единственно верным выводам: Я – Джек, он – Гамлет :). Когда первый раз протипировался как Джек, было довольно лестно узнать, что я – потенциальный предприниматель, даже не особо верилось».
Николай: «Я типировался сам, по началу при помощи теста, он упорно выдавал Бальзака, реже Робика. Далее, когда заинтересовался и начал разбираться в соционике, определился окончательно в Габы».
Василий: «В начале знакомства с соционикой я протипировал себя в ЛИЭ. Мне очень понравились результаты. Я хотел видеть себя экстравертом. Ошибся в вертности. Конечно, это же моя полная противоположность. Сработал эффект Барнума
».
***Ксения*:** «Началось с того, что мой знакомый, занимающийся на курсах соционики меня типировал как Джека Лондона. Там основной упор делается, на коммерческую жилку в характере. А один из минусов – небрежная внешность. Вот эти два момента как-то мне не давали покоя. Через какое-то время я прошла типирование в школе одного из ведущих социоников. Там меня определили как Гюго. Описание мне понравилось, я почувствовала с ним гармонию. Ну, может быть, немного смущал момент про большую эмоциональность. Все-таки, черты интуита мне присущи, и как я не пыталась подогнать себя под понравившееся мне описание Гюго, я где-то подсознательно чувствовала перекос и неправду».

***Кристина*:** «Сомнений у меня было много разных. Ощущения: это не моя одежда! Да, она красивая, подходит мне по размеру, по стилю, но это не я! Я другая! Я не видела свои сильные функции, не могла и не умела ими пользоваться. Не видела никаких признаков и проявлений своей творческой функции. Тождики казались мне чужими, не родными, дуалы тоже. Было ощущение: я не с ними! Они не со мной! Казалось, описание типа мне подходит, но было внутреннее отторжение…. В самом начале было очень сложно осознать, что я не этик и не интроверт. На соционических форумах меня типировали в Есенина, Гамлета, Достоевского, Драйзера. Информацию о своем настоящем ТИМе я приняла спокойно, стала искать подтверждения своей «логичности» и не находила…. Как работает моя творческая логика – мне было непонятно и не видно».

***Дмитрий*:** «Сомнений по поводу своего ТИМа у меня не было. Я считал себя Дон Кихотом. И был прав, потому что соционические функции Дон Кихота запрятаны у меня в детском блоке. А кто ж отказывается так просто от детской мечты? Сомнения стали появляться, когда на занятиях в НИИ Соционики я ясно увидел, что проявляюсь именно как Гюго. Ну а дальше – дело времени».

***Вадим*:** «Результатами типирования был ошарашен, возмущен, хотелось кричать: «Нет! Не может этого быть! Это не подходит ко мне! Я другой – вы просто плохо знаете мою жизнь! И что мне теперь делать?!!». Я был подавлен и обессилен. Все зря… Зря думал, зря наблюдал, зря приезжал. Как будто я рассчитывал на пятерку, ну в худшем случае на четверку, а получил даже не тройку – двойку. Но в жизни часто проблемы и трудности оказываются помощниками. Появилось желание разобраться с этим – оставить, как есть это я не мог, потому что слишком многое значило для мня понимание своего ТИМа, его работа, его сильные стороны и места, где я мог бы их применить максимально эффективно. А описанием ТИМа Робеспьера для себя пользоваться не было никакой возможности».

Светлана: «При определении своего типа, я столкнулась со сложностью восприятия собственного "Я" в сопоставлении с тем, какой меня видят другие. Я, СЛИ, считала себя интуитивным типом и находила достаточное количество фактов из повседневной жизни, которые в классических описаниях рассматривались, как признаки интуиции. На тот момент, когда мне был поставлен "диагноз", у меня не было "подходящей одежды" определенного образа, который бы мне приходился впору, и немного удивившись обновке, я со всей нетерпеливой страстью модницы-кокетки, с удовольствием накинула и этот, хотя была немного удивлена таким вариантом, так как в моем "гардеробе" под него не было даже вешалки. Но походив некоторое время в шикарном образе «Дамы», я уже не воспринимала себя как робинзоновская Пятница в трущем корсете и кружевах, а все более и более отождествляла себя с солидной и уверенной в себе особой, знающей себе цену»

***Валентин*:** «До курса в НИИ считал себя Робеспьером, после курса считаю себя Дон Кихотом. До курса сомнений не было, после курса тоже сомнений нет. Сомнения в робеспьерстве не было видимо по той причине, что я не сильно промахнулся – структурную логику я в себе видел, интуицию возможностей видел, приятственность от дуалов и активаторов ощущал. Интровертом себя считал, т.к. не знал точное толкование признака (понимал признак по-другому). Рационалом себя считал по той же причине. Хотя до сих пор от интроверсии много в себе вижу – например, в какие-то науки я люблю вникать глубоко. Для меня интереснее хорошо разобраться в узкой области

(чтобы там все твердо знать, всем владеть, успешно пользоваться знаниями), чем поверхностно ознакомиться с широким спектром. … Когда пришел на курс в НИИ, каждое занятие в очередной раз ломало и частично перечеркивало эту целостную картину, которую я пополнял не один год, которую считал истиной и опорой. …. Конечно, можно было бы доверять старой картине больше, чем новым знаниям, но в ходе курса я получил много доказательств того, что моя старая картина не верна».

Петр: «Все как есть - без обид, без прикрас... Я пришел на учебный модуль в НИИ вместе с Александром и с первого же дня почувствовал, что мир рассыпается кусочками реальности, обнажая другую реальность, непривычную, можно сказать, неведомую. Мозаика жизни разваливается от прикосновения. Гобелен Судеб расползается по ниткам, как истлевший от времени. И происходит это на твоих глазах. Три дня подряд. Три этапа разрушений. Смотрю на друга и "я не вижу" того, что происходит. Это какая-то ошибка или издевка злобных людей. Но почему же ты, мой друг, играешь им на руку? Скажи им то, что они так пытаются упрятать в тебе и не проявить!! Ан нет, отчего-то ты молчишь и забываешь, как бы невзначай, о том, каким ты являешься мне. Ирония. "Я не вижу тут именно этого проявления!!" Второй день принес распахнутые с ужасом глаза. Глядя на себя: "Я вижу… Я слышу… Я не верю!!" Такой поток эмоций, улыбок, заигрываний и флирта!! Да, однообразный. Да, я считаю эти эмоции наигранными и фальшивыми. Я относил это явление к особенности моего восприятия. А это хладнокровный стиль общения!!!! Обмен фактами!! Да, слышу, что от меня идет поток фактов. Но не могу поверить в то, что я вижу и слышу. А где то, что я видел на протяжении двух лет, как начал наблюдать??
Ориентиры, такие надежные маяки, по которым сверялось направление, оказались просто стеной с зияющими дырами и брешами».

Татьяна: «Типирование подбросило много информации для размышления и проработки. Да, интровертный этик. Это совпало и с моим представлением о своём типе на тот момент. Считала, что отношусь к типу ЭИИ. Поэтому сначала ужаснул факт принадлежности к сенсорному и, о, ужас вдвойне, иррациональному типу! Это же не я! Ну какой же из меня, позвольте, базовый интровертный сенсор?! Лишних 30 килограммов веса может нажевать каждый. Хорошо, почти каждый. Готовить красиво и вкусно не умею, в квартире, извините за подробности, зато честно, бардак и некрасиво, недоделано. И ничего вкусного в описании приготовления замаринованной в свежих розмарине и мяте баранины, а потом запечённой в фольге и в собственном соку нет! Просто рецепт приготовления из-за его простоты случайно не вылетел из памяти на момент ассессмента, и гордость за дерзание на поприще испытания новых рецептов распирала до нельзя. А тут ещё и такой вопрос подходящий... Да, для всех "белая, пушистая", но разве тут не этика в помощь?! Ну и потом, кому же нравится, когда "не удобно"?! Это же общечеловеческое... Да, могу очень сильно взорваться, если кто-то к этому целенаправленно и добросовестно идёт, несмотря ни на что. Да, я - мама-медведица: мгновенно, не размышляя, оторву голову любому, кто подвергнет опасности моего ребёнка. Но разве состояние аффекта не может случиться с любым человеком?! Ну разве я, – о, ужас, ещё раз – иррационал?! О какой быстроте реакций может идти речь, когда принятие важных решений осуществляется, как правило, долго и трудно?! Да... тут было над чем серьёзно поразмыслить. Почему группа незнакомых людей за несколько минут увидела во мне то, о чём я не подозревала, что это у меня есть? Тут явно что-то было не так, и в этом очень хотелось разобраться».

***Ирина*:** «Когда я начала читать соционическую литературу, то примеряла на себя Гамлета, Штирлица, но больше всех мне понравился Гюго, и хотя не всё совпадало, я решила, что это мой тип, ведь полного-то совпадения я ни с кем не обнаружила. Через полгода попала к соционикам, они сказали, что я больше похожа на Джека, дали заполнить длиннющую анкету, через неделю её разобрали и подтвердили вердикт: Джек. Я не спорила, потому что относилась к ним, как к профессионалам, да и в глубине души считала, что интуиции во мне больше, чем сенсорики, ну, а то, что Джек не очень симпатичен чисто по-человечески искупалось гордостью за собственную деловую хватку: оказывается, я не упущу свою выгоду! Ещё через три месяца новое блиц-типирование и новый диагноз: Гексли. Я была потрясена, возмущена, оскорблена и категорически не согласна! Я всем доказывала, что этого не может быть, искала людей, которые могли бы перепроверить эту версию. Отчасти из-за желания установить, наконец, истину я и попала в НИИ Соционики».

А дальше что?

Из статьи Таченкова А. А. «Перетипирование произошло. Внутренний конфликт состоялся. Неосознанный страх – стал осознанным. Какие же страхи являются наиболее частыми при перетипировании? Это, например, такие сущности как страх расставания с любимым человеком, страх несоответствия своему окружению или выбранной профессии, угроза образу жизни, социальному статусу, желание соответствовать какому-то типу….»
Согласимся с автором, но с тем уточнением, что внутренний конфликт был и до диагностики. Он не состоялся, а вышел наружу.

- *Что вы с этими результатами делали, как пытались понять себя?*

Случаи, когда типирование воспринимается скорее как цель

***Иван*:** «Что я делал с результатами... Старался реализоваться по программе, сближаться с дуалами и активаторами. Старался немного подтянуть слабые функции... Старался узнать больше про свой тип, про дуала и вообще про социон, проследить закономерности, запоем читал Стратиевскую... Потом была Аушра, потом другие работы...».

***Николай*:** «Прочувствовал» свою базовую, т.к. она не контактная, то осознать её вначале было сложно, с болевой и творческой проблем определения не возникало, как и в иррациональности».

***Василий*:** «На меня повлиял мой «социальный заказчик». Он утверждал, что я - ЭИИ. Конечно, я не поверил, но прислушался».

***Ксения*:** «Стала читать описания, проходить тесты. Но тесты давали разные результаты. Описания казались одинаково подходящими Потом, на сайте один человек откомментировал мою фотографию, которая лежала в альбоме Гюго, как «совсем не Гюго. А какого-то интроверта, скорее всего, Есенина». Мне стало любопытно. Я всегда считала себя экстравертом – я общительная, веселая и жизнерадостная обычно. Почитав повнимательнее информацию, разобрав дихотомии, я пришла к выводу, что не так понимала интровертность. И действительно, приняла себя интровертом. То, что я интуит, тоже совпадало. Еще раз пройдясь по дихотомиям, я действительно получилась Есениным».

Когда типирование - это старт для дальнейшего развития

***Кристина*:** «Первое, что я сделала – перепроверила результаты типирования в другой школе соционики. Результаты совпали. Тогда я стала искать подтверждения или опровержения результатам типирования в своем поведении. Изучала соционику, сидела на разных соционических форумах, общалась с людьми. Сравнивала себя с тождиками, примеряла к себе дуалов по описаниям. Пыталась анализировать, вспоминала свое поведение в разных ситуациях, свои реакции на те или иные события, думала о своих внутренних природных качествах и приобретенных навыках поведения, размышляла о характере и манере поведения…».

***Вадим*:** «Чтобы разобраться и понять, наконец, себя, я продолжил наблюдения за собой и окружающими людьми и стал сравнивать их функции со своими. После того, как меня впервые протипировал В. Миронов в Робеспьеры, я пошел типироваться к другим видным соционикам. Старался находить подтверждение или опровержение соответствия своему ТИМу. Искал в Интернете статьи разных известных соционików: Миронов, Гуленко, Заманская, Филатова, Аушра, Эглит, Прокофьева и ее ученики, Ермак, Шульман. Читал, осмысливал, находил схожести, противоречия (которые усложняли до бешенства и иногда истерического смеха вроде бы уже разжеванное и ясное понимание). Строил свое понимание ТИМов, коррелирующее как с моим опытом видения и восприятия людей, так и с теоретическим строением социона и теоретической схемой устройства и деятельности ТИМов, пытался анализировать информацию».

***Дмитрий*:** «Живя протипированным Дон Кихотом, я повесил на стенку свою большую соционическую формулу и время от времени поглядывал на неё, пытаясь понять, как работают мои соционические функции. В результате я пришёл к мысли, что человек больше своего соционического ТИМа, а соционические признаки – это что-то вроде

инструментария души. А вот когда я принял свой настоящий ТИМ, тогда я стал частенько подумывать и поглядывать на свои бесспорно сильные стороны и потихоньку научаться пользоваться ими сознательно. Так, например, я начал думать о том, что я гораздо эффективнее именно как этик, а не как логик и нужно активнее этим пользоваться. (Это выражается в том, что я очень хорошо чувствую и понимаю настроения людей). Теперь, если передо мной возникает логическая проблема, то я не пытаюсь её решить во что бы то ни стало самостоятельно, а очень даже не стесняюсь попросить помощи у знакомых логиков, или этиков, которые в этом понимают больше, чем я. Мне мешало принять свой ТИМ моё природное упрямство и рациональность. А иррациональность и уступчивость я действительно видел в себе (поскольку я же не пациент психиатрической клиники со 100%-ным упрямством и рациональностью)».

***Светлана*:** «Дальше нужно было, чтобы внешне полюбившийся типаж соответствовал бы внутренним ощущениям выбранного ТИМа. Я стала внимательнее прислушиваться к себе, и начала улавливать все более и более отчетливый и внятный голос, когда-то заглушенный воспитанием и стереотипами о вреде денежных купюр, это был тихий, но настойчивый шепот денег. Да, я поняла, они для меня значат много. Это было великое открытие и признание для меня самой... Но это и целиком соответствовало моей натуре и определенному ТИМу!!!».

***Валентин*:** «До курсов в НИИ я пытался понять отношения, а не себя. Сейчас да, начинаю понимать себя. Понимаю, почему путал болевую и ролевую - теперь более-менее адекватно знаю, что подразумевается под понятием "болевая". Тверже локализовались области проблем, появилось больше мотивации к их решению, т.к. теперь курс будет верный. Заодно я понял, что в отношениях соционика играет не всегда решающую роль. Понял, что дискомфорт в тех или иных соционических отношениях соответствует степени неразрешенности той или иной проблемы. …Что конкретно я сейчас делаю с результатами - не факт, что что-то делаю, скорее, локализовал проблемы. Хотя где-то что-то и предпринимаю.

1). По болевой этике отношений. Когда считал себя ЛИИ, думал, что это что-то лично со мной не так. Сейчас понимаю, что болевая. Трудно начать общение с незнакомыми людьми. Когда происходит мой прокол в деле, я боюсь, что это повлекло и ухудшение отношения ко мне. Не знаю, только ли болевая это, но в любом случае путь решения я вижу один - как можно больше практики, чтобы почаще себя убеждать в том, что страхи не подтверждаются реальностью.

2). По ролевой волевой сенсорике. Когда считал себя ЛИИ, думал, что болевая. Сейчас понял, что проблема с наполнением функции. При неожиданном давлении стою как вкопанный. Как-то получается создавать вид непоколебимости, но внутренне - ощущение беспомощности. На работе в свободное время занимались боксом, как-то помогло, но все равно ощущение того, что что-то не так - хочется быть сильнее духом, меньше бояться».

***Ирина*:** «В процессе спокойных и демонстрирующих занятий передо мной как дважды два вырисовывалась и собственная иррациональность, и статика, и страстный стиль общения... Домой я вернулась со словами: "Мне доказали, что я Гексли, ничего не поделаешь, придётся с этим жить"».

Чем всё закончилось?

- *Что вам помогло или не помогло принять себя и свой ТИМ, самоопределиться?*

***Иван*:** «Принять свой ТИМ помог эффект «узнавания» себя в описаниях, помогло осознание того, что в потенциале я именно такой, каким хотел бы быть. Помогло, что отношения с людьми и с социумом выстраиваются примерно так, как и предсказывается этой великой наукой о человеке и человечестве».

***Николай*:** «Изучал соционику: Признаки Рейнина, мерности и полярности функций, таблицу отношений...».

Василий: «После анализа всех факторов я понял, что я все же ЛИИ. Этот факт вряд ли удастся оспорить».

***Ксения*:** «Еще раз пройдясь по дихотомиям, я действительно получилась Есениным. И тут как-то все встало на свои места. И плюсы, и минусы, и самое, главное – признание своей интровертности. И мне действительно многое в моем поведении стало понятно. И я с особенным удовольствием принимала признак за признаком. Сейчас перечитываю описания, смотрю на свои действия. Появляется какая-то гармония. И самое интересное – объяснения многим событиям в жизни, поступкам, отношениям. Обратила внимание и на недостатки. В частности, на желание тратить деньги. Кстати, понимание того, что это моя ТИМная проблема помогает мне контролировать себя».

***Кристина*:** «Оставалось еще очень много несоответствий с ТИМом…. На занятиях по соционике мне помогали разобраться в себе, в своих сильных и слабых функциях… Но только от одной фразы всё вдруг начало сходиться и вставать на свои места. Слова Т.Н. Прокофьевой о том, что я теряю себя и о том, что у меня маска Гамлета заставили меня задуматься и разобраться в себе. Я стала думать не о своих сильных и слабых функциях, а отвечать себе на вопросы «зачем?» и «почему?» Четких ответов пока нет. Возможно, быть Гамлетом проще и удобнее в жизни …. Так, недавно я анализировала, почему мне не нравятся дуалы. Ход моих рассуждений: мне нравятся сильные, волевые люди, спокойные, которые не будут вестись на мои смены настроения, несдержанность и т.д., которые смогут за меня постоять, и поставить меня на место, если меня заносит. Но! Мне же на самом деле надо не столько, чтобы меня защищали, сколько заботились и поддерживали эмоционально.... Вот в чем мои настоящие потребности, а не маска. А дуалы не нравятся моей маске, а не мне!»

***Вадим*:** «Я вдруг увидел то, по чему проходил не раз: некоторые признаки могут выдаваться «маской», а не настоящим ТИМом. Но сколько раз разбирал возможные причины проявления того или иного признака у меня. Прочувствовал его проявление в жизненных ситуациях… Таким образом разобрал спорные моменты с рациональностью, стилем общения, демократией, предусмотрительностью, веселостью, обстоятельностью. Некоторые признаки остались еще спорными. Но логика, принадлежность к «пентаклям», упрямство, ориентированность на результат не поддаются моему пониманию и принятию. То, что «маска» решает эти несоответствия основному ТИМу меня не устраивает, т.к. сняв «маску» я должен увидеть свои истинные предпочтения, которые должны даваться легко и нести спокойствие, гармоничность с

собой. Мне не уютно быть «пентаклем». И не получается это у меня, сколько не пытался и не пытаюсь Возможно маска у меня «Достоевского». Думаю тоже «зачем?». Уж Достоевским жить не легче. Это точно. Тогда кто? Дон? Или это подтип? А может, у меня «маска» Есенина? Гюго иногда? Джека, Бальзака? Не редко нахожу их признаки в различных ситуациях. Слишком часто, чтобы быть уверенным, что я Роб, а не кто-то из перечисленных в «маске» Роба. Считаю себя Робеспьером подтипа Дона. Возможно, в часто употребляемой «маске» Достоевкого».

***Светлана*:** «Окончательно же принять свой ТИМ, мне, как всегда, помогла попытка нестандартного подхода к рассматриваемой ситуации, т.е. взгляд из другого угла, как говориться, «незамыленным оком». Я предположила, что такой тип может быть моим, приняла его и себя одновременно, а в этом мне помог мой любимый седьмой уровень интеллекта, также определенный в свое время руководителем НИИ Соционики, доктором философии в области соционики Т. Н. Прокофьевой».

***Валентин*:** «Про принятие ТИМа я написал выше - да, было трудно. Помогли косвенные наблюдения за преподавателями и другими студентами. Благодаря этим наблюдениям я понял, что надо внимать, а не спорить. Насчет самоопределения - самоопределиться до сих пор сложно. Как-то выходили на то, что у меня присутствует проблема самореализации - да, это действительно так. Только что делать, я не знаю. Видимо, схожу на индивидуальную консультацию».

***Петр*:** «Третий день столкнул меня с моим собственным восприятием. А точнее с желаемым. Я вдруг осознал мое привносимое пристрастное в анализ. Я вижу то, что хочу найти! Второй модуль обучения в НИИ Соционики принес свои плоды, не знаю созревшие или недозрелые. Но наблюдения все же не дают мне покоя. Проходить по признакам сложные ТИМы, а не доверять слепо просто описаниям, даже по функциям. У себя эти признаки проявляются так неожиданно, и порой сознательно не можешь переместить поведение в другой полюс. Будет дикое напряжение и растрата энергии, а толку – пшик! В своем поведении вылавливаю явное проявление признака "уступчивость". И никак не могу поступать иначе, мне так легче. Впрочем, это сильная сторона. Внимание к потребностям и манипулятивное отношение к ресурсам».

***Татьяна*:** «Медленно, по мере разбора и глубины усвоения понятий, значений определений, их проявлений в обыденной жизни, не в последнюю очередь, взгляд в себя, глубокая рефлексия "моё – не моё", "я - не я, если не я, то где и насколько", всё это обязательно в совокупности с качественной обратной связью помогает мне понять и принять свой тип».

***Ирина*:** «А после того как я уже в образе Гексли заметила облегчение в узнавании тождиков, я поняла, что только в истинном типе можно рассчитывать на успехи в изучении соционики и больше не возмущалась».

Выводы, итоги, рекомендации

Что же мешает нам принимать себя такими, какие мы есть? Маски? Стереотипы? Ошибки в типировании? Поверхносные знания соционики? Неудачные тесты и описания типов?

Из статьи Каменевой С. К., Прокофьевой Т. Н. Соционические «маски»: как они нам мешают и чем помогают. «Человеку, настроенному на личностное развитие и использующему для этого знания соционики, но носящему определённую «маску», очень часто трудно разобраться со своим типом. Начинается путаница между настоящим ТИМом и «маской», что приводит к тому, что человек, как правило, считает себя вообще каким-нибудь третьим типом. В итоге наличие «масок» приводит к тому, что ТИМ человека как бы размыт и не ярок». Из этой же статьи: «Если человек носит «маску», то есть в одном человеке как бы уживаются два типа, можно сказать тогда, что между ТИМом и маской устанавливаются интертипные отношения, которые также сигнализируют о наличии аналогичных нерешённых личностных проблем».

Попробуем обобщить. Так каковы же причины «непринятия» своего ТИМа, сомнения в своем ТИМе?

- Ошибки в типировании (неправильно протипировали), недостаточно опыта у типировщика;
- Неудачные тесты и описания типов;
- Поверхностные знания соционики у типируемого, недостаточное знание теории, неверное понимание соционических функций, признаков и т.д.;
- Наличие «маски», неверное представление о себе, о своем ТИМе;
- Стереотипы;
- Неверное, необъективное представление о себе, желание видеть себя не таким, как есть на самом деле;
- У человека уже успело сложиться целостное представление о себе, была некая опора на эти представления, которая теперь рушится.

Итак, причины выяснили. Теперь посмотрим, что за этим последовало, какие решения были приняты, что было сделано?

- Появилось желание разобраться;
- Анализировал факты, прислушивался к окружающим;
- Пытался понять, как работают функции;
- Читал описания функций и признаков;
- «Прочувствовал» и осознал свою базовую функцию;
- Осознал свою «маску», отделил типные проявления от «маски»;
- Осознал, что некоторые признаки могут выдаваться «маской», а не настоящим ТИМом.

Далее хочется привести несколько полезных, на наш взгляд, рекомендаций из статьи И. Бетерова «Если человек не принимает свой ТИМ».

- Анализируя «маску», необходимо попытаться выявить причины ее появления. Как правило, это связано с окружением человека и его профессиональной сферой. Разобравшись в том, как именно эта маска появилась, можно помочь человеку осознать и снять ее.
- Возможно, вам потребуется время, чтобы сделать вывод о своем ТИМе самостоятельно. И потом дать обратную связь диагносту. Наблюдайте свои сильные стороны. Почитайте о ценностях ТИМа, чтобы прислушаться к себе – что вам внутренне близко, и что не подходит. Очень полезной рекомендацией будет – целенаправленно самому собрать доказательства в пользу своей версии ТИМа, и в пользу версии, которую озвучил диагност.
- Интертипные отношения при близком взаимодействии глубже, чем социальные маски. Попробуйте общаться на близкой дистанции и прислушиваться к себе, к своим чувствам, ощущениям.

Какие выводы можно сделать из вышепредставленных материалов и какие рекомендации дать?

- Изучать соционику, работу модели А, разбирать дихотомии, и не только базиса Юнга;
- Не верить слепо описаниям типов; помнить, что они содержат много усредненных, присущих всем людям (Эффект Барнума) и часто вообще не соционических характеристик;
- Развивать у себя умение слушать и слышать;
- Часто мы бываем необъективны к себе, выдаем желаемое за действительное. Видим и слышим то, что хотим увидеть и услышать. Поэтому очень важно вспоминать и анализировать свое реальное поведение в разных повседневных ситуациях, свои реакции на те или иные события;
- Самоанализ, рефлексия, взгляд в себя, наблюдать за собой и своим поведением, постепенно осознавая и отказываясь от сложившихся стереотипов;
- Наладить обратную связь с типировщиками, преподавателями, добиваясь у них полноценной аргументации результатов типирования.
- И наконец – реально тренироваться в использовании своих сильных функций, в опоре на них при принятии решений и подготовке важных мероприятий, отрабатывая техники их успешного применения, прикрытия слабых функций.

И главное – стремитесь к тому, чтобы вам было комфортно и гармонично в собственном ТИМе. Удачных вам поисков и самопознания!

Список литературы

- **Каменева С. К., Прокофьева Т. Н. Соционические "маски": как они нам мешают и чем помогают, Соционика, ментология и психология личности, 6, 2009.**

- **И. Бетеров «Если человек не принимает свой ТИМ» http://www.famo.ru/2009/08/01/esli-chelovek-ne-prinimaet-svoj-tim/**

- **Таченков А. А. Страхи и внутренний конфликт при пере-типированиях. http://www.newtraining.ru/?mod=articles&id=159**

Эффект Барнума (эффект Форера, эффект субъективного подтверждения) — общее наблюдение, что люди крайне высоко оценивают точность таких описаний их личности, которые, как они предполагают, созданы индивидуально для них, но которые на самом деле неопределённы и достаточно обобщены, чтобы их можно было с таким же успехом применить и ко многим другим людям. Эффектом Барнума многие учёные частично объясняют
феноменом
широкой популярности
астрологических
гороскопов
,
хиромантии
и других
псевдонаук
.