

# PROTAGONIST

PREMIUM PROFILE



16 Personalities

## 此配置文件中有什么？

此简介旨在涵盖主角性格的所有主要方面类型,因为它会影响他们生活的不同领域,包括关键的优势和劣势,人际关系、学术道路、职业和专业发展,以及他们的沟通和交友方式、育儿技巧和建议等等。它将人格类型理论与来自现实世界的实用建议相结合其他具有主角人格类型的人。

人格类型一直是许多讨论的主题,其中一些可以追溯到古代。从这个知识和经验的源头汲取知识是明智的,特别是当不确定如何处理特定情况时。提供控制和了解自己的力量。正如亚里士多德在几千年前所说的那样,“最艰难的胜利是战胜自我。”将此概况视为成功计划。

# 目录

此配置文件中包含什么? .....	1
目录.....	2
人格之谜 .....	五
五个人格方面.....	9
思维:内向 (I) 与外向 (E) .....	9
能量:直觉 (N) 与观察 (S) .....	12
自然:思考 (T) 与感觉 (F) .....	15
策略:判断 (J) 与勘探 (P).....	17
身份:自信 (-A) 与动荡 (-T) .....	20
类型组.....	21
角色.....	22
策略.....	30
谁是“主角”? .....	39
个人成长 .....	43
动机和发展.....	45
自尊.....	47
自尊.....	53
自信心 .....	59
自我进化.....	65
自我责任.....	70

结论.....	76
友谊.....	78
按角色划分的主角友谊.....	80
主角 - 分析师友谊.....	81
主角-外交友谊.....	88
主角 - 哨兵友谊.....	93
主角-探索者友谊.....	100
结论.....	106
浪漫关系.....	108
按角色划分的潜在配对.....	110
主角与分析师的关系.....	111
主角与外交官的关系.....	118
主角 - 哨兵关系.....	128
主角 - 探索者关系.....	135
结论.....	142
为人父母.....	144
每个发展阶段的育儿.....	148
建立联系（从出生到大约 1.5 年）.....	148
测试边界（从大约 1½ 到 3 年）.....	154
求知欲（大约 3 到 5 岁）.....	160
创造能力（大约 5 到 12 岁）.....	165
找到自己（大约 12 到 18 岁）.....	171

结论.....	176
学术路径.....	178
主角如何学习.....	180
高中的主角.....	185
决定是否以及何时上大学.....	192
当主角选择大学时.....	197
终身学习.....	201
结论.....	207
专业发展.....	208
工作和一般技能.....	209
充满挑战的职业道路.....	215
职业选择.....	219
走上职业阶梯.....	220
职场主角.....	224
类型之间的工作场所合作.....	229
主角-分析师合作.....	230
主角-外交合作.....	235
主角-哨兵合作.....	240
主角-探索者合作.....	245
结论.....	250
最后的话.....	252

# 人格之谜



当他们在我们的网站上收到他们的性格测试结果时,大多数人的第一反应是问题是,“这些字母是什么意思?”我们当然指的是那些神秘的首字母缩略词 例如 INTJ-A 或 ENFP-T。

从网站上的类型描述或文章得知,这五个字母每个首字母缩略词都指一个特定的特征,某些特征形成组合各种类型和类型组。探索它们的历史基础。

自古以来,人类就绘制了示意图来描述和对我们的性格进行分类 从古代文明的四种气质为了适应心理学的最新进展,我们被驱使去适应变量和将人类个性的复杂性转化为明确定义的模型。离能够做到这一点还有一段时间,目前的模型占了我们的大部分重要的人格特质,可以高度预测我们的行为准确性。

然而,个性只是指导我们行为的众多因素之一。我们的环境、经验和个人目标也会影响我们。此概况描述了属于特定人格类型的人如何可能我们将概述指标和趋势,但不是明确的指导方针或答案。显着差异可能存在于即使是共享一个性格类型。此个人资料中的信息旨在激发个人成长以及对你自己和你的人际关系的更好理解 不被接受作为福音。

我们的方法源于两种不同的哲学。

20世纪,是分析学之父卡尔·古斯塔夫·荣格 (Carl Gustav Jung) 的心血结晶心理学。荣格的心理类型理论可能是最有影响力的人格类型学的创造,它启发了许多不同的理论。

荣格的主要贡献是引入概念的发展和

外向性 他认为我们每个人都属于这两个类别之一,关注内部世界 (内向)或外部世界 (外向) 。

除了内向和外向,荣格还创造了所谓的认知概念功能,分为判断或感知类别。

人们更喜欢这些认知功能中的一种,并且可能最自然地依赖它日常情况。

在 1920 年代,荣格的理论被凯瑟琳·库克·布里格斯 (Katharine Cook Briggs) 注意到,后者后来与他合作。

撰写了当今最流行的性格指标之一,迈尔斯

Briggs Type Indicator® (MBTI®)。布里格斯是一位对以下领域有着浓厚兴趣的老师人格类型,在学习荣格之前发展了自己的类型理论

他们与女儿伊莎贝尔·布里格斯·迈尔斯 (Isabel Briggs Myers) 一起开发了一种

一种描述每个人的荣格偏好顺序的便捷方式 这是四个字母的首字母缩略词是如何诞生的。

当然,这只是迈尔斯-布里格斯理论的一个非常简化的描述。

有兴趣了解更多的读者应该阅读不同的礼物:理解伊莎贝尔布里格斯迈尔斯的人格类型。

与我们的模型不同,我们不会深入探讨荣格概念或相关此配置文件中的理论。

由于其简单易用,四字母命名模型现在被共享

许多不同的理论和方法,包括 Socionics、Keirsey

Temperament Sorter®和 Linda Berens 的互动风格等等。

虽然这些理论使用的首字母缩略词可能相同或非常相似,但是,

它们的含义并不总是重叠。因此,如果你遇到五个人说:“我

我是 INFJ,”他们对这意味着什么的理解可能会有很大差异。

无论其结构如何,任何基于类型的理论都将难以描述或

描述分数位于分界线附近的人。

个性是通过基于特征而不是基于类型的模型的镜头。

这是什么意思?不是创建任意数量的类别和

试图让人们融入其中,基于特质的模型只是研究程度

人们表现出某些特征。

您可能听说过 Ambivert 这个词,在这种情况下这是一个完美的例子。

矛盾是指某人处于内向-外向的中间

规模,既不太外向也不太退缩。基于特质的理论会

简单地说,Ambivert 适度外向或适度引入,并且

就这样吧,不要指定性格类型。

基于特征的方法可以更轻松地可靠地衡量两者之间的相关性  
人格特质和其他特征 例如,政治态度。

为什么基于特质的方法主导心理测量研究,但这或多或少  
这些方法占主导地位的唯一领域。

或分类,基于特质的理论不能像基于类型的理论那样翻译  
进入具体的建议和要点。分配的类别,如外向  
或内向可能是局限性的,但它们让我们能够概念化人类的个性  
并创造关于我们为什么做我们所做的事情的理论 一些更  
科学可靠但没有色彩的陈述,比如你有 37% 的外向性,  
根本做不到。

通过我们的模型,我们结合了两全其美。我们使用首字母缩写词格式  
由 Myers-Briggs 因其简单和方便而引入,并附有一封额外的信件  
容纳五个而不是四个秤。

基于荣格模型的理论,我们没有纳入荣格概念  
例如认知功能或它们的优先顺序。  
科学地衡量和评估,所以我们选择返工和  
重新平衡人格维度称为大五人格特质,一个模型  
这在心理学和社会研究中非常流行。

我们的性格类型基于五个独立的光谱,所有字母都在  
类型代码 (例如 INFJ-A)指的是相应的两侧之一  
频谱。我们将在下一章详细讨论这些概念。

使我们能够实现高测试精度,同时还保留了定义的能力  
并描述不同的人格类型。

在过去的几年里,我们进行了 800 多项研究来揭示  
人格特质与各种行为之间的趋势和相关性。

这些研究将在本简介中引用,其他信息可以在我们的在线学院中找到。我们的目标是让您无需访问我们的资源重复我们自己或用信息压倒你。

对特定研究或其统计特征感兴趣,请随时通过我们的网站联系我们,我们将尽力提供更多信息。

除此之外,让我们更深入地探讨五个人格方面!

## 五个人格方面

### 头脑:内向 (I)与外向 (E)

---

内向者和外向者之间的区别可能是世界上最古老的概念人格理论的历史。

富有表现力和外向,而其他人则内敛,安静,更舒适独自一人。第一组通过与外部世界接触来充电,与其他人交流,而第二组的成员是通过花时间独处并与自己的内心世界联系来激发活力。

我们在我们的第一个量表中关注这些差异,我们称之为 Mind。

是基于一个人的表达水平和他或她的表达程度寻求外部刺激 决定我们如何看待和接近外部世界,包括人、物和活动。

性格特征,例如志愿服务的意愿、寻求刺激的渴望活动和浪漫的自信,仅举几例。

在这个尺度的一侧,我们有内向的人 (I 字母在类型首字母缩写词) 。将内向与存在联系起来私人或退缩 - 甚至笨拙或反社会 但我们的学习显示一个复杂得多的画面。

一般来说,内向的人会不寻求或需要太多外部刺激。与外向者相比,需要与他人进行更少的交流,但内向者对较少刺激的偏好也会影响他或她的爱好、政治态度,甚至饮食习惯。发现内向的人比外向的人更不可能享受咖啡和能量饮料。



他们更喜欢穿色彩鲜艳的衣服。外向的人不仅容忍然而,外部刺激;他们实际上需要这些刺激来支持他们的自己的能量。

但是外向者呢?

比较的和性格内向的人,外向者更感兴趣与人、物交往,和他们周围的环境。偏好体现在许多方面方式:外向的人不那么敏感比内向的噪音,例如,

外向的人通常精力充沛,愿意带头,尤其是在社交方面情况。

和他们周围的人。不像内向的人,他们在他们的方法中更加谨慎,外向的人可能会觉得他们不需要太多就可以应对生活中的挑战深谋远虑。事实证明这是否属实取决于许多其他因素环境,但总的来说,外向者往往更主动地体验拥抱他们周围的世界。

在全球范围内,三个最外向的国家是阿曼 (61.66%)、也门 (59.44%) 和沙特阿拉伯 (58.95%)。在美国,纽约 (59.88%)、立陶宛 (55.85%) 和葡萄牙 (54.25%)。在美国,纽约 (50.92%)、密西西比州 (50.87%) 和伊利诺伊州 (50.64%) 位居外向者榜首,而西弗吉尼亚州 (53.62%)、阿拉斯加 (53.6%) 和缅因州 (53.41%) 的报告最高内向者的百分比。有趣的是,如果哥伦比亚特区被包括在相比之下,它很容易在外向型列表中名列前茅。首都城市 23,310 名受访者的外向性得分为 53.06% 显著高于其最接近的竞争对手纽约。

主角是外向的 他们往往会在花时间在  
与他人作伴,因此通常具有出色的社交技巧。  
性格外向,主角喜欢带头说出自己的想法,经常去  
向前发展并在他们发展的过程中表达他们的意见。具有这种人格特质的人  
倾向于本能地与他人联系,无论他们的背景或  
个性,使他们在许多圈子中都很受欢迎和受欢迎。

## 能量:直觉 (N) 与观察 (S)

能量是我们模型中的第二个尺度,我们认为它是最重要的。虽然其他四个量表决定了你如何与世界互动(心灵),但让决策(自然),安排你的活动(策略),或对外部反馈做出反应(身份),能量等级其实决定了你如何看待这个世界,什么样的您关注的信息。

所有性格类型都可以分为那些偏爱直觉能量风格的人和那些喜欢观察力风格的人。直觉的人往往是有远见,对想法和抽象感兴趣,并被新奇事物所吸引。另一方面,个人更喜欢事实、具体和可观察的事物,而尝试和真实。

重要的是要强调这个比例与我们如何吸收无关信息:直觉型和观察型的人同样能很好地使用他们的五种感官。这个量表显示我们是否专注于可能的事情(直观地建立联系)或者什么是真实的(观察环境)。人格特质,你可能会认为这个量表是对开放性的改造体验概念,重点是对新奇事物的偏好(和容忍度)和歧义。

具有直觉特质的人依赖于他们的想象力,并根据想法和可能性。他们梦想、幻想并质疑事情发生的原因他们做事的方式,总是感觉有点脱离实际的具体世界。尽管他们观察其他人和事件,但他们的思想仍然是定向的向内和超越某处 总是质疑、思考和创造

连接。

完成,直觉类型相信

新奇,以开放的心态,并在

永无止境的改进。

在一项 16Personalities 研究中,我们

问人们是否愿意

他们出生在

发现 (粗略地说,第15

到18世纪)。

愿意放弃现代生活的便利、舒适和可预见性

交换探索的兴奋、遥远的文明和

新大陆未解之谜。



相比之下,具有

Observant 特质关注实际

世界和周围发生的事情

他们。

和经验,他们很乐意

留下理论和可能性

其他的。

着眼于当下,

而不是想知道为什么或什么时候会发生某些事情。

具有这种特征的人往往更善于处理事实、工具和具体对象

反对集思广益、对未来事件进行理论化或处理摘要

理论。善于观察的类型也更擅长只关注一件事

一次而不是兼顾多项活动。

能量等级也会影响沟通方式。直觉的人说话关于想法并且在暗示或阅读字里行间没有困难,同时善于观察的人关注事实和实际问题。发现很难理解具有观察力特质的人,反之亦然。直觉型的人可能认为观察型的人唯物主义、缺乏想象力、和简单化,观察型的人可能会将他们的直觉型对话伙伴视为不切实际、幼稚和心不在焉。破坏性的,需要一个成熟的人来克服它们。

从地理上看,中东和亚洲的观察员比例最大个人,有8个国家进入前10名。沙特阿拉伯 (71.94%)、阿曼 (71.03%)、和也门 (69.76%) 在观察国家中得分最高,而尼泊尔 (48.92%)、阿尔巴尼亚 (48.51%) 和马尔代夫 (48.44%) 位居 Intuitive 榜首。在美国,北达科他州 (59.43%)、明尼苏达州 (59.23%)和爱荷华州 (59.04%) 是最守法的州。在桌子的另一边,我们有内华达州 (43.92%)、罗德岛 (43.75%) 和西弗吉尼亚 (43.47%)。

主角是直觉的人。可能性和尊重不同的观点。具有这种性格类型的人花更多的时间参与各种内部讨论而不是观察事物主角们并不那么关心正在发生的事情;他们专注于可能发生的事情或事情发生的原因。在他们的一生中磨练这种专注,这使他们充满激情和洞察力思想家。

当然,每根棍子都有两端,追求新奇和改变是有代价的。通过将他们的智力资源导向可能性和未来,主角们

不可避免地会忽视周围发生的事情。

处理实际问题或数据。

错过他们鼻子底下的东西。

善于观察的特质,主角可能难以找到合作伙伴并建立联系和其他人。

## 自然:思考 (T) 与感觉 (F)

第三个尺度,我们称之为自然,决定了我们如何做出决定和应对与情绪。虽然我们都有感受,但在如何感受方面存在显著差异不同类型的人对他们做出反应。特别是我们与他人的互动。



具有思考特质的人寻求逻辑和理性论证,依靠在他们的头上而不是他们的心。

他们竭尽全力保护,管理和隐藏他们的情绪。

“无论发生什么,你都必须始终保持冷静的头脑” 这是有思想的人的座右铭。

然而,类型并非冷血或冷漠。

通常与具有情感特质的人一样情绪化,但他们会制服或压倒一切他们的感受与他们的理性逻辑。

在我们的几项研究中,我们分析了不同人格类型的态度致力于慈善事业和慈善事业。

参与慈善捐赠或被慈善机构的情感诉求所感动。

这意味着他们不愿意提供帮助？

一些人认为捐钱给慈善机构并不是赚钱的最好方式差异。他们可能会寻找其他方式来提供帮助 例如,投资在弱势群体教育方面。

相比之下,具有情感特质的人会跟随自己的内心,很少关心隐藏他们的情绪。从他们的角度,我们不应该害怕倾听我们内心深处的感受,并与世界分享。富有同情心、敏感和高度情绪化。竞争,尽管他们并不天真或容易动摇。

事实上,具有情感特质的人

可能会为之奋战

他们的价值观和信仰。

感情类型、原则和理想

比说,重要得多

专业的成功。

观点可能看起来不合理,

感情类型一般坚持

他们自己高度个性化且完全有效的逻辑。



在全球范围内,伊朗 (51.91%)、格鲁吉亚 (50.74%) 和阿尔巴尼亚 (48.94%) 报告最高在量表的思维方面得分。在感觉方面,我们有新加坡 (61.41%)、澳大利亚 (60.1%) 和新西兰 (59.98%)。

在美国,北部各州往往感觉稍微好一点,但并不明显。

一个有趣的例子是犹他州和内华达州之间的对比:两个邻国分别位于天平两侧的第一状态。

感觉方面为 61.19%,远高于明尼苏达州 (59.61%) 和爱达荷州 (59.54%),这分别获得第二名和第三名。

在我们的研究中,有 34,576 名受访者获得了平均水平在频谱的思考方面得分为 42.99%。

人格类型明显多于思维类型,我们很少看到这样的相邻地区之间的差异。其他顶级思维状态包括特拉华州 (42.71%) 和新墨西哥州 (42.7%)。

主角具有感觉特质 他们信任并优先考虑感觉,依靠道德和伦理争论,并竭尽所能忠于他们的观点根深蒂固的原则。这种性格类型的人善良而敏感,无论情况如何,总能找到积极的东西。

和情感特质构成了主角人格的核心,使他们非常有洞察力,理想主义和思想开放的人,能够取得惊人的成就,特别是在与道德、哲学或外交相关的领域。

将主角推离大多数人,有时使它成为现实他们很难与其他人建立联系,尤其是在接受他们认为是利己主义和自利。

## 策略:判断 (J) 与勘探 (P)

战术量表决定了我们如何进行计划以及我们如何处理然而,其影响远远超出了我们的日历。

核心,这个量表决定了我们对生活中确定性和结构的态度。

具有判断力特质的人不喜欢保持他们的选择余地。

准备五个不同的应急计划,而不是等待挑战出现。

个人喜欢清晰和封闭,总是坚持计划而不是去

顺其自然。就好像判断类型保留了一份心理清单,一旦做出决定

从该列表中划掉,它不能重新评估。

购买杂货就像实现人生目标一样,比如买房子。



具有判断力特质的人

往往有很强的职业道德,

推杆 他们的 职责 和

责任高于一切。

研究表明,判断类型

在法律方面也很严格

和顺序。当然,这不

意味着探矿个体

是不法分子,但是如果你看到有人特意走人行横道,

那个人很可能是一个判断类型。

相比之下,潜在客户在交易时更加灵活和放松

既有预期的挑战,也有意想不到的挑战。

机会和选择,愿意一接到通知就跳。

了解生活充满可能性,他们不愿承诺

将来可能证明是次等选择的东西。

是什么比什么更让他们开心

他们的父母、雇主或

老师期待。

不是特别重要或

有趣的,一个探矿的人

总会想出点什么

更好做。



看地理数据,全球的Judging-Prospecting图表有

与外向-内向的有趣相似之处。

从统计角度看相互不影响,很多国家排在前列

外向-内向图表具有相应的高判断-展望

阿曼 (58.05%)、也门 (57.78%) 和

科威特 (55.8%),而探矿最多的国家是日本 (55.21%)、尼泊尔

(53.74%) 和立陶宛 (53.62%)。

然而,美国的地图并没有显示出明显的重叠

这两个量表。在频谱的判断方面,我们有南卡罗来纳州

(51.05%)、阿拉巴马州 (50.97%) 和田纳西州 (50.8%)。

勘探州是阿拉斯加 (51.2%)、佛蒙特州 (50.86%) 和西弗吉尼亚州 (50.76%)。

主角正在评判个人 他们是果断的,通常发现很难

应对不确定性和不可预测性。

有远见者,也是实施者,既愿意也能够投入时间来制定

确保他们的想法变为现实。

不太一丝不苟或受规则约束 他们寻求结束,但不迷恋微小的

细节或程序。主角是有创意的人,而不是后勤人员。

## 身份:自信 (-A) 与动荡 (-T)

最后一个量表,身份,影响所有其他人,反映我们对自己的信心能力和决策。在某种程度上,这个量表充当内部传感器,对我们从环境中获得的输入 例如,成功或失败,来自他人,或突发事件造成的压力。

我们模型的 alpha 和 omega,作为我们穿着的外壳

我们与外界的互动。稍后,我们将讨论四种可能的

这些特征的组合,我们称之为“策略”,但与此同时,让我们



深入了解身份

规模。

有主见的人是自我

放心,平和,并且

抗压力。

担心太多,他们不推动

自己来的时候太难了

实现目标。

不太可能花很多时间

思考过去的行为或选择。

完成了,分析它没有什么意义。

总体上对自己的生活感到满意,并且对自己处理问题的能力充满信心

具有挑战性和意想不到的情况。

相比之下,动荡的人有自我意识并且对压力敏感。

经历各种各样的情绪,倾向于成功,完美主义,

渴望进步。总是觉得需要做更多,拥有更多,成为更多,

动荡的类型可能会忘记如何

用尽这种不满可以

成为 既为他们自己,也为他人

他们周围的人。

虽然 Assertive 变体可能

表面上看起来更积极,

事实并非如此。

动荡的个体更多

如果他们觉得被困在目前的角色中,他们会比自信的类型更愿意换工作,并且

他们深思自己的人生方向。动荡的人也可能

在某些情况下胜过自信类型,因为他们可能更关心

结果。

使他们能够实现他们的目标。

在全球范围内,日本是迄今为止最动荡的国家,平均得分为 57.48%

在湍流方面。意大利 (53.8%) 和文莱 (52.89%) 分列第二和第三,

在频谱的自信方面,我们有乌干达 (57.91%),

巴巴多斯 (57.11%) 和尼日利亚 (57.01%)。

在美国,东西分界很明显,东海岸是

明显更加湍流。西弗吉尼亚州 (49.3%) 在湍流中处于领先地位

一侧,其次是罗德岛州 (48.84%) 和缅因州 (48.73%)。

州是新墨西哥州 (54.7%)、科罗拉多州 (54.66%) 和夏威夷州 (54.28%)。



## 类型组

现在你知道每种类型由什么组成了。

我们的系统有两层:第一层(内部)定义我们的角色,第二层(外部)一,我们的战略。

## 角色

角色层决定了我们的目标、兴趣和偏好的活动。

四种角色涵盖了一组非常相似的性格类型,我们将使用这些在本简介的后面进行分组,以得出人物之间的对比和相似之处。

它们还有助于突出我们对能量特质的重视。

人格类型将与所有其他人共享观察者或直觉特征

他们小组的成员,以及另一个关键特征。

外交官角色组,以及其他三种人格类型:倡导者、调解者、和活动家。

## 分析师

共同特征:直觉和思考

分析师角色中的人格类型 架构师、逻辑学家、指挥官和

辩手 拥抱理性,在智力和技术追求方面表现出色。

思考特质让分析师变得严谨,而直觉特质让他们应用

他们的思想几乎可以解决任何问题,他们的想象力有助于计算,战略

思考,或者看看兔子洞与疯狂的计划或想法有多远

实验。

这些个性被驱使去理解和创造,并且没有问题

在投机思考和坦率的、以解决方案为导向的方法之间切换

无论手头有什么问题。广泛、智能的视野为分析师提供巧妙的解决方案。

空气,但如果他们不学会磨练,他们会变得不知所措和分散

这些能力并使用它们来推进有价值的事业或项目。

最大的陷阱是他们的智慧会给他们一种虚假的成就感。

他们倾向于更喜欢思想的世界,而不是坚持到底的清醒现实,并且通过

承担评论家而不是参与者的角色,分析师有时冒着被

在功能上被那些只是坐下来工作的人超越了。

他们自己是“扶手椅分析师”的令人讨厌的头衔,而那些拥有更多真实世界的人

经验不断创造真正的结果。分析师的性格类型可能缺乏适当的

尊重那些具有简单视野和表达方式的人,无论他们的背景如何,以及

它可以阻止他们。

分析师最看重他们的智慧,说服他们可能是一个挑战

值得通过实验或适当的证据来检查他们的许多假设

可以肯定。对许多分析师来说,如果某些事情在他们看来有意义,那就很好

正如所证明的那样,而且速度要快得多。分析师可以很聪明,但他们仍然是人;

在自我的影响下,这些人格类型可以养成进步的习惯

聪明的意见,而不是客观的事实。

分析师积极的自我认同很大程度上源于他们强大的学习动力,并且

他们聪明而机智的玩笑可以使他们成为优秀的辩论伙伴。

也有贪得无厌的读者,分析师们会囤积书籍,质疑

教师,并推动全球网络论坛中的对话。

类型喜欢自己的流程和步调,并通过锻炼自己的方式来激发活力

想在自己的时间。

分析师也是不懈的自我完善者。

运用所有这些冷酷的理性、诚实的反思、想象力和对结果的渴望

使它正确。分析师的有力,富有想象力的远见,经过训练和专注,使这些人能够构思和完成大多数人认为的事情不可能的。

## 外交官

共同特征:直觉和感觉

外交官 倡导者、调解者、主角和活动家 往往是热情的,有爱心、慷慨大方的人,在外交和咨询方面大放异彩。

人格类型促进合作与和谐,容忍不和谐只是作为迈向积极的改变。

传统观念 就好像他们心中有一整套音叉,可以与人们的情绪状态产生共鸣,这种同理心的敏感性创造了深刻的与他人的联系。

这并不像看起来那么神秘。

理解和一生的自我反省使他们能够洞察他人的

他们甚至可能不了解自己的动机。

塑造他人的感受,但他们将此用于

思维的。

外交官的人际交往能力以纯粹、真诚的同理心培育友谊和疗伤。

造成痛苦对他们来说就像是在伤害自己的心灵,所以他们更愿意

轻轻地推动亲人和陌生人朝着积极的方向发展。外交官们发现

人文主义的理想回报:仁慈、理解、利他和成长

在寒冷的秋日里像篝火一样温暖他们。

棱镜,善良的世界。

直觉特质在这种乐观中起着重要作用,但它也使外交官对可能危及理想世界的不公正现象敏感。

反对他们认为是邪恶的力量,并且当他们感觉到时能够采取钢铁般的行动他们有道德高地。外交官的敏感情绪可能会彻底爆发如果被激怒就会好斗;具有自以为是的动力和沉重的理想,这些性格类型可以压制其他人。

如果不加以制止,他们有时会走得太远,损害他们所珍视的事业,然而,这种愤怒是合理的。

用冷酷的实用性来缓和这种热情对外交官来说是一个挑战。缺乏同理心,往往不愿做出和执行艰难的决定或计划,并且经常在执行计划时遇到困难。

抽象的自我探索和理解影响那些最无能力的人的问题捍卫自己,而不是平凡的成就和日常任务。外交官强调经验和理解,而不是可计算的成就。

在朋友和家人中,外交官的个性可以从安静的关怀到善于交际,只要能追求思想上的相互交流,他们非常重视的感觉。

他们生活的个人方面 情感上、身体上,甚至经济上。外交官敞开心扉,当别人不那么体贴时,他们会变得脆弱,尽管他们别无选择。几乎总是志愿者。

外交官和任何人一样乐于旅行 他们喜欢探索其他文化和人们丰富多彩的方式。

以多样的形式实践艺术表现,看到别人眼中的神奇之美

看到日常生活的喧嚣。对于一个有如此进步态度的群体,他们也欣赏事物的本来面目,这是一种思维方式和存在方式的纯粹表达。外交官可以从以下经历中获得热情的启发:音乐、美食、戏剧、自然,以及任何超越显而易见的东西都可以在它们的眼睛。

就像园丁在肥沃的土地上播种一样,外交官在他们周围的世界播种进步的变化和温柔的美。外交官感到与他们可能的力量联系在一起不完全理解,一种可能表达自己的深刻信仰,即使不是总是通过传统宗教,作为精神信仰。外交官以一种潜在的理想主义和更高的目标感;行动主义、灵性、治疗、艺术和慈善是这些人的共同兴趣。以内心和灵魂中感受到的无形奖励为动力,为更大的利益服务。

### 哨兵

共同特征:观察力和判断力

哨兵 后勤人员、防御者、执行官和领事 合作并实用。他们脚踏实地的方法帮助他们对自己的身份感到自在,不是通过个人主义来定义自己,而是通过性格和能力来定义自己。人格类型寻求秩序、安全和稳定,并倾向于努力工作保持事物的方式,导致当之无愧的声誉作为任何团体的核心或组织,从家庭到教堂再到办公室和工厂车间。

这些类型拥抱团队合作,但期望相同的表现和他们为自己努力而获得他人的尊重。

尖锐的不服从,因为他们设想通过合作和在一套已知的规则下努力工作 让每个人都随心所欲地做自己的事情

将是无政府状态。哨兵更喜欢行之有效的方法和诚实的成就  
自我放纵的探索和深奥的想法。

谨慎,他们也倾向于自我激励,很少需要外部灵感来  
富有成效。

他们脚踏实地的观点几乎没有给随意思考留下空间,但 Sentinels 是  
不缺乏想象力。

令人兴奋,擅长使具有挑战性的情况发挥作用。革命不吸引人  
对于这个角色的人,他们倾向于从过去中学习并忠于  
经过检验的真理和传统是伴随他们长大的。

哲学,哨兵可能会看到荒谬:这些人格类型喜欢  
实践方法优于抽象理论。

拥有权力可以让哨兵实践他们的美德。有效的领导  
角色,这些类型通过充满活力的榜样激励他人,并从中感到满足  
指导一个运作良好的团队 他们往往会成为优秀的教师、管理者、  
和社区官员,以及家长和寄宿家庭。

细致而传统,在后勤和行政领域表现出色,具有明确的  
层次结构和规则也是如此。

哨兵可以控制,但在需要完成任务时很乐意妥协。

哨兵通过牧养他人而获得回报,并乐于协调和分享  
与朋友和家人的有趣社交体验。

为他们的家人提供安全、幸福的生活,让他们为现实世界做好准备。

欣赏牢固的关系使他们能够慷慨地与他们的人分享

尊重和爱 这些类型的人会因为生活中有可靠的人而感到鼓舞,  
并将尽其所能确保他们遵守协议。

生日、晚宴和野营旅行都是他们喜欢的活动  
热情的方向。

这些人格类型在没有戏剧性的情况下是最快乐的,尽管他们令人钦佩  
如果他们觉得需要支持朋友,固执的忠诚肯定会吸引它,  
不管他们是对还是错。不一致的人可以测试  
哨兵的宽容和激起严厉的判断。  
可预测性胜过新奇事物,熟悉的乐趣胜过尖端的兴奋。  
哨兵人格很难接受缺乏好学精神的人  
理想,但他们通常会以敬业和关怀的导师的身份回应那些希望  
朝着那个方向成长。

## 探索者

共同特征:善于观察和探索

探险家 艺术大师、冒险家、企业家和艺人 拥有自我  
热情、敏捷的思维和独创性的依赖组合,可以带来令人印象深刻的成果  
个人和专业成就。

这些性格类型对准备工作的关注最少,他们只是简单地适应和  
克服事件本身。探索者的灵活性帮助他们迅速行动  
当下的决定,他们不太可能沉迷于未来或过去。

他们不痴迷于精确的细节(除非他们真的在那个区域,在这个区域  
如果他们能够达到一定程度的精确度和专注度,那么经验丰富的  
工程师脸红)。通常,他们需要的是可操作性而不是完美。  
个性是各种工具和技术的实用大师,范围从  
说服艺术的工具和引擎,他们在以下方面脱颖而出  
危机、工艺品和销售。

然而,这种多才多艺的果断并不意味着承诺。  
以最少的遗憾或事后猜测改变他们的想法。  
不喜欢单调,并且经常感到有利于偏离义务的诱惑  
有趣的新事物。  
无论他们与什么有关 有一段时间。  
事务未完成,杂乱无章,或重要的事情放错地方,这是因为  
他们已经转向新鲜事物。

探索者享受免于束缚的感觉,在那里他们可以放纵自己或他们的  
兴趣在自己的时间。  
房子,着迷于这个过程,但最终拖延了简单的维修  
几年后。他们在引导自己通过  
一些有趣的事情,但不喜欢被任何“强制性”的东西所束缚。

他们轻松、自由的态度使探索者的个性在社交上充满活力  
嗯。他们经常寻找迎合他们感官的人和经历,发现  
刺激比计划更有趣。  
陌生人和有趣的经历,当事情妨碍美好时光时,  
他们运用自己的聪明才智来绕过它。

下一个!

同样的主题贯穿他们的友谊和家庭,尽管这些  
人际关系比大多数其他兴趣具有更大的持久力。  
尽管强迫关系存在或不存在,探索者让事情顺其自然  
自然地根据他们的愿望。兼容的人只是成为他们的一部分  
生活。这些性格类型倾向于个人主义和热爱自由,去  
他们自己的方式,很少考虑反对者,但他们确实很高兴知道  
他们信任的人最终会在身边。

探索者是高度自发的,与他们的联系并适应他们的环境的奇妙和纯粹的乐趣几乎像孩子一样。

对他们来说,挑战是根据需要为回报遥远或平淡的事情工作一种感觉真正投入的即时感,但当他们充满激情时,Explorer人格可以移动天地。

## 攻略

策略层反映了我们首选的做事方式和实现目标的方式。

有四种策略:自信的个人主义、以人为本、持之以恒改进和社会参与。

属于人的掌握(自信的主角)或社会参与(狂暴的主角)。

### 自信的个人主义

共同特征:内向和自信

自信的个人主义者通常相信自己,他们经常拥抱孤独地追求自己的兴趣,而不是寻求社会活动。

对个人项目着迷,遵循此策略的人通常有令人印象深刻的技能范围和有趣的想法。

为了他们自己的优点 自信的个人主义者倾向于认为社交展示和吹牛是浪费时间和精力。

是,他们知道什么,他们能做什么,但他们觉得没有必要证明自己给别人。

自信的个人主义者利用他们的内在灵感而不是寻找自身以外的动机。

与社会互动,无论是在严格的社会意义上还是在更广泛的意义上社会目标。这些人往往更喜欢实质而不是肤浅,个人诚实胜过合作,更喜欢功利主义的方法,即使追求深奥的目标。

这种功利主义也意味着自信的个人主义者不容易被卷入感情戏。他们坚持自己的观点,但往往看不到任何理由试图说服别人。当戏剧确实出现时,这些人格类型表达他们的真相很少关心他们是否会引起摩擦或冒犯。个人主义者倾向于赞成自力更生而不是合作,而且很少被迫同意或支持他人,除非他们相信原因。

这种放松的自信意味着自信的个人主义者可能不会推动他们的边界。他们的生活和让生活的态度是双向的:他们不需要说服别人,他们往往期望别人回报。他们可能会错过挑战他们观点的信息和机会因为他们根本不太重视考虑他人的认可。他们可以容忍不同意见,尊重他人的个人主义只是因为他们尊重自己。

当这些性格类型形成友谊时,他们往往是坚强和诚实的。因为这些类型的人觉得他们不需要别人的认可,他们的忠诚度而亲情是一种刻意的亲情表达。个人主义者赢得了他们的尊重和关心,这些类型的人专心致志,热情的朋友。

自力更生是这些类型的核心,他们能很好地处理困难情况  
因为他们往往在情感上是安全的、大胆的并且能够抵抗压力。  
寻求领导或聚光灯,但当他们发现自己处于这些位置时,  
这些人物以自我决定和简单的榜样为榜样  
诚实 他们欣赏优雅、品位和形式,很少试图通过  
唯有外表。以知识和智慧行事时,自信  
个人主义者可以成为崇高的力量支柱。

## 人的掌握

共同特征:外向和自信

People Masters 具有很强的抗压能力,在生活中保持自信

挑战、社会压力以及对他们能力的任何质疑。

性格类型寻求社会联系并具有扎实的沟通技巧,感觉

依靠或指挥他人时要自在。人明师的口头禅是无所畏惧

参与 存在就是做。这不是一个以胆小的意见或胆怯著称的团体  
懒惰。

以人为本的人会从刺激和具有挑战性的经历中得到回报。

旅行是为了看事物、看人、看地方,在那里他们可以体验到更丰富的  
了解他们周围的世界。

食物、生活方式和文化;即使是他们最终不喜欢的事物也可能很有趣  
为他们兴奋。

不过,有时候,People Masters 过于自信。

以及证明自己的需要,他们并不总是测试,甚至不考虑自己的

限制或野心。他们可能会陷入无尽的乐趣和寻求舒适的模式,

对那些将自己逼向更令人生畏的目标的人翻白眼。

另一方面,这些性格类型很容易被忽略  
明智的谨慎,将自己置于非常危险的境地,  
相信他们可以找到出路。

大多数人处于中间位置,拥抱健康的野心和竞争,所以  
只要他们在社交圈和领导层中扮演有意义的角色。  
对人主的幸福起着很大的作用。

对安全感的认可,他们对自己的成就表示赞赏  
性格开朗,时不时会有点炫耀。  
自信,但如果没有人带领、欢笑和爱,他们常常会迷失方向。

他们的魅力、自信和喧闹有时可能是令人考验的品质。  
人型大师更喜欢合作,但对支配他们的人几乎没有疑虑  
反对实现他们的目标,大胆地推销自己并利用他们的社会  
获得成功的技能。该战略了解人们的需求,但同样容易  
如果他们着眼于此,请将其用作武器而不是同情的工具  
大的东西。

人 主人可以在需要时妥协,但这些性格类型倾向于  
做比听者更好的谈话者。  
表现不顾他们的感受,因为他们对自己的期望不低。  
也就是说,这些类型的人在他们的分歧中是温和的,因为他们的自我和  
信心不像动荡策略那样经常受到威胁。  
大师不喜欢记仇,满足于让过去成为过去。  
可能是社会理想主义者,目的是将人们聚集在一起  
事情发生了 琐碎的不满只会妨碍你。

People Masters 的魅力美德在社会环境中大放异彩,这些类型有  
很少害怕被拒绝和对包容的热情。  
通过别人的眼睛分享旅程增强了他们自己的乐趣  
好吧。人物大师分享人们生活的方方面面,使这些人格  
坚强、诚实的朋友、父母、配偶和同事,是  
能量、快乐和共同成功。

## 持续改进

共同特征:内向和动荡

持续改进者是敏感和善于思考的人,他们喜欢拥有  
他们自己的空间和自由。他们通常是深刻而富有创造力的人,尽管  
经常紧张,自己一个人比混在判断中更自在  
现实世界。具有最能代表对事物敏感度的两种性格特征  
他们的环境 内向和动荡 他们在交易时很矜持  
与陌生人或新情况,经常向内转或专注于维持和平  
反而。

这些人在面对陌生挑战时的谨慎有时看起来  
比如缺乏动力,但这通常只是自我怀疑 不断改进者有  
强烈的驱动力,但伴随着对失败的强烈恐惧。  
在他们的成功中处理他们的身份,甚至是一个小失误或尴尬  
可以粉碎。

从一生的风风雨雨中学到的警惕性赋予了这些性格类型  
察觉麻烦的诀窍。

需要平衡风险和回报的情况,无论是金融投资还是  
浪漫的机会。虽然他们在别人看来过于谨慎,令人沮丧,

精益求精的人宁愿不面对灾难,所以他们善于避免灾难  
预防性见解。

由于他们并不总是乐于与他人进行充满活力的交流,  
持续改进者经常将注意力转移到别处,努力掌握自己的爱好,  
职业、知识体系或自我表达的新方式。

自我怀疑和孤独的心态可以结合起来创造出令人印象深刻、美丽的结果。

高成就和完美主义,不断改进的人通常会尽力而为  
在他们的努力中,投入了大量的时间和精力。

给自己太大的压力,以至于他们削弱了自己的印象  
通过修复最轻微的缺陷或将成功视为运气来取得成就  
而不是技能或奉献精神。

走得太远,这种完美主义还会导致无休止的反省 这是一种不健康的行为  
对完美的痴迷会暴露出最佳计划中的缺陷,并不断改进  
经常感到被迫放弃某项行动,因为有些事情不符合要求  
对。不管是狂热地工作还是挑剔想法的线索,  
不断改进者可能对他们的目标很强烈,并朝着内部进步  
平衡可以使他们取得惊人的个人成就。

除了他们的个人努力之外,这些人格类型还非常关心什么  
其他人想到了他们。这可能非常有用,但他们可能会认为这是错误的:修复  
对他人的期望会使社交努力变得尴尬。

改进者很容易因冲突而失去平衡,并且可能会胆怯地交流,  
或根本不,因为害怕伤害人们的感情,挑起对抗,或  
看着傻瓜。

有时,这个战略小组需要同行的认可和积极的鼓励  
认识到自己的优点。  
同事有足够的耐心去了解他们,谁给他们发言的机会  
如果受到周到的对待,这些类型会成为忠实的合作伙伴,  
开始展现他们的善意、洞察力、衷心的支持,以及他们的复杂性  
他们对待世界的方式,从有时 (奇怪地具体)晦涩难懂的计划  
不切实际的野心的情况。

## 社会参与

共同特征 :外向和动荡

那些具有社会参与策略的人是一个有趣的群体。

外向性和动荡性相互冲突 :外向性导致风险

宽容和大胆 ;动荡反映了自我怀疑和敏感。

也有助于冲动,外向性使这种冲动非常明显。

社交人士倾向于先做自然而然的事情,然后再考虑。

这样,他们几乎夸大了他们潜在的人格类型。

一件坏事。

社会参与者热情地参与外部世界,不满足于生活在他们的

心,从积极的互动中汲取情感上的安全感。

亲人,这些类型通常是关注的焦点。

人群在社交场合的需要,但他们有时会隐藏自己的真实自我

给别人留下深刻印象。他们重视社会地位,经常描绘自己

作为他们渴望的人 通常是他们人格类型的更纯粹的形式 为了  
实现它。

社交参与者经常会因为他们的外向性而经历惊人的高潮和低谷

将他们对成功的湍流需求推向超速,他们的湍流创造

立即感到后悔,无论是否有理由。

出人意料的好胜心,将自己与同龄人进行比较并寄希望于他人

注意到他们的成就,然后撤退,突然变得厌恶冲突,

引导他们为冲突道歉或避免冲突 即使是那些以

有益的讨论。

这些人的自信有时可能会动摇,但最终

他们被驱使去改进和实现。

发泄一些精力,享受急需的休息时间。

热情地追求刺激和令人兴奋的体验,尤其是与一群人

朋友。他们更喜欢深入体验而不是坐下来

保留的评价,虽然许多人自然会后悔他们的头脑发热缺乏

计划在路上。

这种在雄心与警觉、冲动与谨慎、高潮与低谷之间的推拉

本身可能压力很大,但这都是该策略魅力的一部分。

这类人常常焦躁不安地追求改善环境的目标,但是

通过一些赚来的乐趣(也许

购买令人印象深刻的东西)。

专业发展,努力满足各种严格的标准,但

他们也过着充满活力的生活,充满了友谊、分享冒险和

尽可能与他人一起取得成就。

一定会吸引人群。

虽然策略很重要,但本系列电子书根本没有

适当地探索它们的空间。现在,我们将专注于内核:四个角色。

查看该系列和我们学院的未来更新,以了解这方面的探索更充分。

## “主角”是谁？



在本书中,我们将讨论主角的特征如何体现在一个完整的人格类型。每种类型都有自己表达特征的方式,导致与其他类型截然不同的独特相互作用,即使他们有很多共同点。

个人成长、柏拉图式和浪漫关系、育儿和学术和专业发展。

主角人格类型的概述 这些领域将在很多方面进行探索在后续章节中有更详细的介绍。

### 个人成长

尽管授权的艺术在主角身上并没有丢失,但很少有人感到舒服在幕后。他们通常更喜欢卷起袖子努力工作或比其他任何人都更难实现他们的目标。很明显,一种在挫折面前鼓舞他人的灵感既伟大和小。具有这种性格类型的人也喜欢指导和提升他人,分享他们为尝试和移动而培养的任何知识和技能

人类作为一个整体前进。

当然,如此有能力和外向也有不利的一面 主角通常调情傲慢和专横,因为他们鼓励每个人都加入他们的奋斗成为最好的自己。

抵制相反的观点;他们遵守严格的准则,决定了什么他们认为这是一条理想的道路,所以他们通常对任何事情都感到不舒服反对那个选择。

任何挑战主角坚定理想主义信念的人都会发现自己压力的主题,这是有益的。主角有时会携带他们真诚地希望帮助别人太过分,导致他们控制行为试图“修复”他人。主角倾向于自以为是,尤其是对那些从根本上与他们不同。

然而,即使他们有时可以像强大的火车一样,主角也不是不可动摇,因为他们一直在寻求提高自己和获得知识。当某人用确凿的事实或真正绝妙的想法超越他们任性的意见时,他们完全有能力将自己重新定位到一条新的、更好的轨道上。决心是对的,即使这意味着承认他们是错的。能力是他们最伟大的天赋之一,它有助于防止他们的观点成为陈旧。

### 朋友、家人和人际关系

主角有一种超凡魅力的方式,这与对人的价值,以及愿意付出自己的能量。

有点专横,通常是因为他们非常关心他人。

主人公对人性的理解不仅仅是一种抽象的哲学美德,而是一种

积极的生活体验。他们遇到的每个人都是一个令人愉快的谜,他们无法静待揭晓 主角们拥有豪爽的同情心和一丝不苟甚至可以解除最坚定的批评者的武装,这些品质帮助他们获胜人们作为朋友。

当然,他们的社交能力也延伸到浪漫的兴趣。

友情一开始可能有点震撼,精力充沛,可以让人想知道他们是否真诚。

建立这样的怀疑,人们不仅被他们的温暖所迷住能量,还有他们的深度。无论是与朋友还是情人,主角都喜欢被真诚地联系在一起的感觉 这是一个自然而真诚的过程。

他们的联系也让主角深深地关心父母,大胆地决心为他们的孩子创造幸福和成长。

因为卓越和成功是他们可以体验到的最有价值的事情之一,特别是当他们觉得自己参与了该开发时。

### 学术和专业发展

他们对积极参与他人的渴望帮助主角取得了巨大的成就课堂和工作中的事情,因为他们直率的态度打开了大门。大胆的魅力使他们对工作或学校的社交方面充满信心,尽管如果周围没有人激励他们,他们的热情有时会减弱。尽管许多人可能由于社会压力而难以专注于任务,但主角在同龄人中茁壮成长,而不是在孤独中茁壮成长。

Fervor 也有缺点,主角也不是没有弱点和限制。对于这种高度驱动、理想主义的类型,任何不成功的事情感觉像是令人沮丧的失败。

当他们自己的想象力完全超出了可能性和范围时  
他们变得越来越固执,他们可以磨碎自己。

对于主角来说,没有什么大不了的邪恶是不能用坚强和坚强的力量来克服的  
坚定的反对派,他们渴望参与和领导。

他们自己不同意那些信仰不同的人,他们可以成为  
卷入人际斗争。

挺身而出,通过自己的启发改变人们的想法,使之变得更好  
想象。

#### 关于那张纸条 .....

本介绍仅简要概述了主角的潜力  
长处和短处。

更详细的信息,并提供进一步的信息和改进建议。

个人成长不仅仅是这本书的一个章节,它是一个融入每一部分的使命  
主角们的生活。

重新平衡那些没有生产力或令人愉快的行为。

type 对此非常有价值,以下信息将证明是有用的。

## 个人成长



建立在基础上

个人发展对主角来说至高无上,对所有外交官来说也是如此。

对成长的投入从他们自己开始,然后延伸到他们周围的人。

作为直觉外向者,他们的内在价值观和外在分享

这些价值观将他们转变为最好的自己。

方式,依赖于他人。光是盯着肚脐就很可能让这些群居的人感到厌烦,

让他们感到不受挑战。但是,他们仍然需要注意自己的内心

生活,如果他们要成长。

这意味着具有这种性格类型的人在

他们的发展。他们形成自己的信念,并着眼于世界来诠释

他们的理想对他们的生活意味着什么。

结果,他们需要感觉到他们所做的事情具有超越理论和

信仰或他们的原则意义不大。

使用他们带来的东西,尽管如此,主角仍然关心

其他人的反应。当创造性和反应性平衡时,他们可能会觉得履行。

他们对反馈的依赖意味着他们必须注意他们的有效性在某种程度上,使主角比可能更具战略性和分析性假设。他们采用了一种理性,在表面上模仿那些有更明显的思维特征;然而,他们的决定仍然基于道德与和谐,他们对成长的看法很可能反映出一种发自内心的需要当它们一起工作时,这些类型就会展现出真正的智慧。

#### 导师的消息

具有主角性格类型的人是温暖的人,他们没有激励他人或让他们倾听的任何麻烦。意志坚强,他们很快掌握大局,并将其转化为任何时候都可以教的时刻。他们的人生使命是传播任何信息在言行上都吸引了他们,他们在那个使命中找到了他们的使命增长的动力。他们是否正式拥有像“领导者”或“老师”,具有这种人格类型的人最能体验和促进他们的成长当他们想方设法与世界分享他们的智慧时。

他们罕见地结合了直觉、持续专注和社交技能,这意味着主角可能会在他们选择的职业中达到令人印象深刻的高度。巴拉克奥巴马,美国第 44 任总统,展现主角特质:许多比较他解释国家问题的风格就像教授给学生讲课关于需要考虑的细微差别、复杂性和共同价值观。演讲结束时呼吁采取一种态度或采取行动。

主角是教授或校长,但他们经常发现自己是导师  
其他人一生。

尽管这些类型的人大多性格外向,喜欢在团队前面领导  
房间,他们也可以在分享价值观时发挥更微妙的作用。  
可能是一位深情、有魅力的朋友,他对个人事务的见解吸引了  
寻求建议的人。另一个人可能会管理施粥所并提供休闲但  
鼓舞人心的咨询,同时将炖牛肉盛入饥饿的客户碗中。  
从事商业工作的主角企业中层管理人员可以建立一个  
通过理解良好的客户服务是一种道德行为来赢得声誉。

这种性格类型的人可以走无数条路,仍然表达他们的基本  
气质。但无论他们选择如何度过一生,他们的感觉  
成长取决于积极地将自己的价值观和理想传授给他人。

## 动机与发展

以下品质描述了主角成长所必需的要素。

前三个是激励、反思的品质,实现它们会激发他们的努力  
通过回答“为什么”的问题来寻找更令人满意的生活。  
更具战术性,更积极主动,更专注于“如何做”。

### 反思品质

这些品质包括主人公必须具备的自我激励意识  
继续培养以快乐、多产和充实:

- 自尊代表主角的价值感。

价值不仅体现在他们表达同情心的方式上,还体现在他们传播同情心的方式上  
并招募其他人来完成他们的人生使命。

- 自尊表明他们有多喜欢自己。

当他们为他人做好事时,他们自己才是最好的。

- 自信是推动主角前进的动力源泉

生活。对于这种类型,自信来自于知道他们的行为是  
他们真实自我的产品。

### 发展策略

这些品质说明了主角在个人成长中更积极的方面:

- 自我进化描述了这些类型的个人成长过程

以充分发挥他们的潜力。

自尊、自尊和自信的需要。

- 自我责任感是主人公对自己的决定和行为负责的能力。

不依赖他人或接受所有后果的后果

就像命运一样发生。当他们诚实地归因于他们的行为时,他们可以接受

以正直称责,他们知道自己能控制什么,知道什么

他们不能。

为了满足他们自尊、自尊和自信的需要,主角必须

对生活采取负责任的态度,发展他们的核心优势和兴趣。

当他们满足这些需求时,结果,顾名思义,就是有意义的幸福生活。

然而,如果他们不能满足这些需求,他们可能会面临巨大的困难,因为  
他们试图提高自尊。

当主角感到缺乏自信时,他们可以过度补偿模仿真实自信的肤浅行为,导致表现出虚张声势和咄咄逼人 与他们通常的平等主义做法相去甚远。这里讨论的品质是相互依存的,并且在许多地方重叠,这是一种破坏在一个领域很容易扰乱其他领域。

在接下来的部分中,我们将首先讨论主角的特征他们理想的、平衡的和充分发展的形式。以平衡的方式使用,它们可以帮助主角领导充实、富有成效和快乐的生活。

然后我们将描述如果这些方面成为不平衡。这些代表偏离了健康、富有成效的动机策略,当主角与他们的断开连接时会导致不利影响真实的自己。

最后,我们将讨论可以做些什么来改善每个方面的平衡动机方面和解决潜在平衡障碍的方法。和技巧将被包括以提供支持,以及重新平衡的具体行动他们的个人成长和发展。

## 自尊

自尊是一种自我价值感,主人公通过以下方式创造他们的价值感行使同情心。当主角培养他们的自尊时,他们会处理在比单纯的社会关系更深层次的人际关系中有些人甚至会说他们与他人建立了精神联系。

老师或领导者角色,最好的主角通过鼓舞人心来分享他们的同情心  
人们拥抱自己的成长,过上更好的生活。

### 平衡的自尊

#### 建立联系并寻求目的

主人公需要运用同理心才能感觉到他们正在实现自己的目的。

外向者专注于影响群体而不是个人的大局事业,

但在必要时,他们也擅长一对一的联系。

在帮助或教学行业工作,他们可以很容易地表达自己的想法

同情并享受社区意识。

他们的创造力和同理心帮助这些类型的人对事物进行独特的、个人化的诠释

他们与他人分享。

直截了当的事实和想法,他们也很可能使用令人信服的叙述来

启发他们的听众。

对于主角来说,同情不仅仅是“完成工作”。

为某人的问题提供解决方案,他们可能会提供非正统的建议

深深影响他们所帮助的人。

彻底改变他们生活的高度。

开创性的事业,而不是“只是帮助”,主角觉得

邀请。

### 指导作为同情

主角可以在没有官方领导标签的情况下满足自己,但他们的

想象力、富有同情心的社交能力和经常组织能力的结合

表现为一种“负责”的态度。

尽管他们更有可能将其表达为一种微妙的影响而不是咆哮  
订单,效果同样引人注目。

具有这种人格类型的人非常重视指导 工作  
密切地教导个人给予这些类型仅次于他们的价值感  
创造性的同情心方法,它们与  
领导层认为他们不太可能将它们区别开来。

任何类型的人都可能陷入权力的诱惑之下。

比大多数类型的人更平等,他们也会感到不舒服  
在任何层次结构中都处于突出位置。

当他们觉得自己在那里可以帮助其他人达到他们的水平时。

要求与其他团体成员建立专制关系,主角是

可能会放弃这个角色 或者改变它。如果他们做不到,权力对他们来说毫无意义  
与其他人分享它的好处。

### 不平衡的自尊

### 戏剧同理心

为了弥补自尊心的衰退,主角可以扼杀其他人

通过过于密切地认同他们的情绪和问题 并且过于  
积极提供解决方案。

拥有自己的生活,并以自己独特的方式成长。

他们可能认为风险很大,因此施加压力而不是提供温和的  
指导,希望证明自己。

接管。

那些发现自己走上这条任性道路的人可能会成为各种利他剧的舞台。

方法是摆脱共同困境的唯一出路。

只有聪明才智。有一段时间,他们可能没有意识到他们的热情是为他们自己服务的比满足他人的需要更重要。

这个想法最终会赶上他们 而且很可能会 他们可能会觉得自己像个骗子,因而经历了自信心危机。

### 牺牲的领袖

主角的理想也会使他们在另一个方向上失去平衡。

拥抱他们作为仆人的角色,就像理想主义的领导者经常做的那样,他们可以接受屈从太远。当他们的价值和目的需要支持时

原因,他们可以放大他们的牺牲心态而忘记用自己来补偿

关心。

作为领导者的健康牺牲并不意味着变得虚弱和疲惫。

这些类型承担了太多,耗尽了他们的身体、情感和精神储备,他们作为领导者的声誉可能会下降。

牺牲会削弱他们的领导能力,他们可能会发现正是这种行为旨在增强他们的自尊心反而伤害了它。

### 重新平衡自尊

#### 着眼于奖品

当自尊变得不平衡时,主角可能会试图掩盖实质内容  
有风格,使他们成为他们不喜欢的东西:不真实。

自尊,他们需要回归到发自内心的贡献,而不是投入  
在节目中证明他们的同情心。

重新平衡的第一步可以是重新关注给主角带来  
价值感。虽然他们的超凡魅力可能是他们最耀眼的资产,但他们  
热情、领导力和聪明才智并不能定义这种性格类型的价值  
他们通过如何使用这些资产来改变世界来建立自尊。  
将自己锚定在他们的目标上,而不是他们的才能,可以帮助他们恢复  
了解它们的意义。

这可能需要一些时间来反思,他们可能想远离聚光灯  
一阵子。

一种方法可能涉及计划私人撤退以创建任务  
陈述:

- 抽出时间和地点独处。  
在某些情况下,可能需要数小时或数天。
- 以书面形式描述您的目的。  
它几乎不需要解释 即使是价值观、想法或  
生活的重要部分会做。
- 花时间做一些体力活 画画、做瑜伽、远足、去  
划独木舟、演奏乐器、投篮、砍柴 任何事情  
需要运动而不需要很多复杂的思考或决定  
当主角不尝试时,会发生很多内省。
- 花最多 15 分钟写一个简短的任务来完成撤退  
陈述。理想的使命陈述是简单而连贯的;  
可以随便读一下就明白了。

因为主角不断体验同理心并寻找帮助的方法  
其他人,他们可能认为没有理由将他们的“使命”编成法典。  
写下来并可用的声明可能正是生活中所需要的  
暴风雨来袭。就像灯塔的光束穿过迷雾,一个指导性的声明  
可以为主角指明正确的路线。

即使是领导者也会睡觉

觉得有责任为他人服务的主角可以学会给予和索取  
在不减少任何一项活动的情况下。  
牺牲就是自我照顾:这意味着将自己的需求放在首位,至少暂时如此。  
抽出时间来滋养身体、思想和灵魂对每个人来说都是必不可少的,尤其是  
那些付出和主角一样多的人。

抽出时间帮助他人可能会感到自私或冷酷无情  
世界上有很多需求,时间却很少,但偶尔的休息并不自私。  
事实上,自我培养和恢复期对他们未来的努力至关重要。  
这样可以提高主角的效率以造福他人,这在  
反过来,对主人公的自尊有很大的影响。

自我保健意味着充足的睡眠、良好的饮食、培养人际关系、  
锻炼身体,享受乐趣。

主角重新平衡他们的自我保健方法:

- 深吸一口气。呼吸始终是开始自我保健的好方法。
- 想一想您最近不喜欢的过去有趣的活动。  
您放弃或失去兴趣的旧爱好;  
通常不会抽出时间,也许是你从未尝试过的有趣的事情

之前。您可以考虑打保龄球、尝试唱卡拉 OK、滑水,或者去电影。

- 设定参加有趣活动的时间和日期。尽可能做好计划  
你的美好时光版本:给自己时间和空间去做事情  
如果你愿意,可以邀请某人一起 记住,这是给你的!
- 让有趣的体验为之后的一段时间定下基调。  
当事情变得沉重时,它会减轻。

不过,玩得开心只是一个开始。

他们自己,即使这意味着在他们的日历上指定它。

生活和享受乐趣有助于形成健康的生活方式,并最终提高生产力。

## 自尊

有自尊心的主角就是喜欢自己的人。

自尊是健康的,他们不害怕照镜子,因为

他们喜欢他们所看到的。喜欢自己的人更快乐、更满足

与他们的生活。他们也可能更好地照顾自己并变得更聪明

生活选择。人们为他们喜欢的人做更多的事情,并倾向于更好地对待他们;

同样的道理也适用于喜欢自己。

## 平衡的自尊

### 站好

当主角为他人做好事时,他们最喜欢自己,但这很多

不仅仅是做简单的善事。

反映他们使世界变得更美好的需要的愿景。

任务建立在意识形态基础上,仅取决于二次时尚。他们的原则统治。当一切都在一起时,他们根据这些内在原则帮助他人,主角提升他们积极的自我看待。

具有这种人格类型的人希望成为他们世界中充满关怀、有影响力的力量,当他们找到方法时,他们的心理镜子会反映出积极的一面。

尽管如此,将主角描述为一维是错误的 并非所有他们中的一些人愿意为一项事业牺牲一切。

带他们的孩子去少年棒球联盟,和朋友出去吃饭,享受其他人的乐趣和体验。

改变世界的冲动,有些人用它们来改变社区。

平衡生活的主角明白他们的存在不仅仅是他们的工作。他们还有其他让自己喜欢的特征 这些特征补充他们的无私行为,但超越他们。

生活得好。利他主义是有价值的,但生活的意义来自许多人 places 践行这一真理的主角为人们树立了良好的榜样谁尊重他们。

人际关系,找时间休息和恢复,并花时间与他们独处偶尔思考。这种平衡使主角毫不费力地讨人喜欢。

### 与魅力站在一起

当实现他们的人生目标是他们自尊的基础时,主角的外向的性格和魅力发挥了很大的作用。主角可以为自己感到自豪他们打动和说服他人的巧妙能力。

其他人跟随他们实现理想主义目标。

令人着迷,他们毫无疑问地吸引其他人加入他们的事业。

拯救世界 或者至少是他们的小角落 不是一个人的努力,而且

主角更多的是在家里聚会而不是激励

个人(尽管他们都做了很多)。

领导者需要有说服力的人才,主角很可能看到他们的效能

将影响他人作为享受自尊的主要方式。

## 失衡的自尊

### 身份和期望

一些主角可以将信仰、事业、问题或项目的所有权交给

他们的身份感觉依赖于他们的地方。

可能更少地关注他们的内在品质,更多地关注他们的追求

坚定且意志坚强,他们投入大量精力

并将他们的激情视为值得投入大量时间和精力职业。

认同他们的事业,他们的自我评估可能取决于以下事项

他们几乎无法控制。在这种情况下,如果外部力量阻碍或挑战他们的

追求,这会严重影响他们的自尊,尤其是当这种破坏感觉像

失败。

很少有人能够满足主角的高期望,有时包括他们自己。

努力接受自己和他人的弱点。

关于帮助那些贫穷和受压迫但期望得到很多的边缘化群体

过程中的每个人。

主角,但他们往往期望一夜之间发生革命。

他们自己对变革的渴望来自长期的考虑,而

他们所鼓舞的人正在经历一种新的可能性。  
当成功需要时间时,主角会感到失败,导致自我受伤  
尊重。

### 不需要的帮助

当他们自我感觉良好时,他们的好作品就会自然而然地流淌  
通过他们的生活前进。  
自尊的燃料可以通过推动他人接受他们的帮助来违背他们的本性。  
但是在干预措施有用之前,其他人必须需要帮助;  
主角,尤其是那些心理自我形象不那么积极的人,可能会尝试  
通过强迫他人帮助来增强他们的自尊心。

强迫这种不需要的帮助的不幸后果是主角做  
与他们的意图相反。  
成长、幸福或健康,他们将他们推上了可能错误的道路。  
虽然一开始他们需要自我感觉良好可能会蒙蔽双眼,  
主人公独特的洞察力最终会广为人知。  
他们忽视了一些重要的个人标准,然后承认,在某种程度上,  
他们更关注自己的需求,而不是他人的需求。

### 重新平衡自尊

#### 将期望与现实相匹配

主角过高的期望会导致不断的失望。  
这些理想主义类型的人通常会“变得现实”或“降低他们的期望”  
无法引起共鸣。将利他主义的抱负放在更实际的背景下可能是  
对于对自己期望很高的类型来说具有挑战性,但通常有必要

重新平衡他们的自尊。如果每一项事业都让人觉得失败,就很难感谢努力。主角需要认识到,有时他们的崇高异象将它们设置为待处理。

由于缺乏进展而气馁,以及来自其他人的反对,可以让主角的问题更加复杂。

创造一种控制无法控制的需要:而不是面对更多的痛苦

令人失望的是,这些类型可能会尝试强制成功。

然后放下其余的,可以帮助他们打破有害地责备自己的循环当任务停滞或根本无法实现时。

以下是主角可以采取的一些步骤来练习放下那些不是有帮助的或启发性的:

- 找到三件要扔掉的物质物品。  
过去一年。也许它们不再有用或不再有趣。
- 永久摆脱这三样东西:把它们送给朋友  
或邻居,捐赠它们,或将它们丢弃在垃圾桶中。
- 摆脱掉这些东西后,想一想不再拥有它们意味着什么。

同样的概念适用于不那么物质的东西,例如想法、记忆或情绪,在达到目的后可能会持续很长时间。

事情会帮助他们 或者不会 帮助主角知道他们什么时候可以继续前进而没有他们。学会放手可以成为一种净化体验,帮助主角身体、心理和精神层面。

## 获得清晰的视野

将自己的帮助强加给其他人的主角冒着违反界限的风险，  
令人不安的关系，所以对这些人来说，坚持一个清晰的愿景是很重要的  
他们的方向并诚实地遵循它。

帮助其他人在他们自己的成长道路上。

尊重主角，但前提是支持人民的自治

他们帮助。

幸运的是，主角只有在输了的时候才会把期望寄托在别人身上  
看到对他们来说重要的东西。重新平衡他们的自尊心的一部分可能意味着  
找出他们的需求和其他人的需求之间的差异，然后  
关注他人。确定他们的基本意图可以帮助主角  
在这方面取得清晰度。

保持清晰的愿景首先要定义核心价值观。

创造；人们通过审视他们认为生活中重要的事物来发现它们。

以下练习是主角可以定义其核心价值观的一种方式：

- 为以下五个提示中的每一个写一个回复。

对于每一个。尽可能具体。

- 我最开心的时候 .....
- 我最满意的时候 .....
- 我最自豪的时候 .....
- 我最生气的时候 .....
- 如果我能做任何事情让世界变得更美好，我会 .....

- 根据您的回答,用两句话写出关于什么是重要,并作为您以影响世界的方式行事的动力。在声明中,描述您如何过上最美好的生活。

清楚地了解他们的目的和使命可以帮助主角保持他们的自尊,为他们提供维持理想和目标的道路。价值声明可作为指南,帮助他们与基本意图保持一致。

## 自信心

自信是给人以情感能量的内在动力  
需要前进。当主角感到自信时,那是因为  
与生俱来的确定性向他们保证,他们站在真实和正确的一边  
按照他们的标准是真的。

### 平衡的自信

#### 故意真实

对于具有这种性格类型的人来说,平衡的自信感来自  
从感觉与他们真实的自我联系起来。  
虚伪,总是力求真实。面具、谎言和虚伪冒犯了主角  
甚至他们最亲密的朋友也会感到惊讶。  
在他们身上发现的信念,以及对不诚实的拒绝,提供了  
他们自信行事所需的动力。

要感到自信,具有这种性格类型的人必须忠于自己。  
要对自己的人际关系充满信心,他们必须感到其他人也同样诚实。  
对真实的需求不仅仅是一直说真话 主角

必须活出他们的真理。对真理的深刻承诺隐藏在他们的自我之下  
依赖和他们的生活追求。  
相信他们是真诚的或自命不凡的。

## 认识自己

主角们自信的来源在于他们的自知之明。  
他们知道自己的真实自我,他们能否忠实地对待自己。  
外向型的人更喜欢与他人分享他们的愿景和信仰,  
但自信也需要以反省为出发点。  
当他们充分关注他们所想和所想的事情时,他们最有信心  
他们所做事情。

主角可能需要更刻意地遵循古希腊格言  
“认识你自己。”这需要对道德和信仰进行一些反省。  
这项任务的设置可能是要注意他们自己的行为。  
他们的行动基于根深蒂固的原则,他们还必须决定是否  
他们符合这些标准。  
原则,它们构成了真诚的含义。  
以一种反映他们真实本性的方式。  
外在意义产生信心,激发他们的意图进入  
成就。

## 不平衡的自信

## 寻找不断变化的自己

真诚是自信的健康源泉。但如果自我意识不是  
被视为一个活生生的、不断变化的实体,它可能是不稳定的。主角设定了他们的目标

围绕成长,并可能在他们的一生中经历个人变化。

对他们来说,“自我”不是固定在时间和空间上的 它不是静止的。

给他们自信的东西。

当不自信的主角体验到他们自己的自我意识和

目的,他们可能会以牺牲新人为代价来保住旧人的安全。

明显的缺陷是,随着增长,它们中的某些部分发生了变化。

过去给予他们信心的是,他们会发现他们不再拥护

完全相同的标准或信念。

欺诈,他们的自信心可能会崩溃。只有“我不再是那个”这句话

人”可以使他们更接近真相。

拒绝接受较少内省层面的变化也会产生影响。

主角可能会过度投资于他们的事业,使他们难以为继

一旦他们承诺就改变路线。

不可避免的变化,使事情变得更加复杂。

自信来自与真实自我的联系,感觉有义务

一个过时的“自我”,无论是因为内在的僵化还是外在的抗拒,都可以

让他们感到不确定和筋疲力尽。

### 无意中操纵

在天平的另一边,主角也会遭受过多的痛苦

信心,他们可能会利用这些信心来操纵他人。

其他人,他们通常不自觉地这样做:同情另一个人,

了解他们的顾虑,想出解决他们问题的办法,然后

说服他们这是正确的做法 但没有充分考虑

其他人需要或想要。在更黑暗、绝望的时刻,他们甚至可以诉诸

如果他们认为是合理的,就会更有意识、更有权谋的说服力 以及过分的自信似乎可以提供所有必要的理由。

当主角将自己的愿景投射到事实,并且因为他们通常善于交流他们的想法,他们的热情是可以传染的。

他们的说服力,然后努力明智地使用它们。

当主角无法平衡自我时,会产生无法预料的负面结果对他人最大利益的信心。

## 重新平衡自信

### 拥抱变化

主角对变化相当满意,因为增长是变化。但他们更喜欢变化是可管理和可预测的 一些那是他们目标的产物,并且仍然在他们的控制之下。太随意,或者如果他们遇到阻力,改变会使主角输信心。如果他们对自己的定义变得混乱,则尤其如此在此过程中,如果他们觉得自己失去了一些自我意识。

管理这个是为了鼓励面对变化时的灵活性和安全性,无论是小的还是大的。

对于主角来说,监控他们对变化的反应可能是一项终生的任务,而且它需要警惕,注意他们的反应可能最基本的技能

当谈到欣赏和拥抱进化时。众所周知,变化是其中之一宇宙中为数不多的常数,它的丰富性为

观察。因为日常生活中的变化是不可预测的,然而,在这里主角可以通过多种方式进行实验:

- 在衣橱后面找一件被拒绝的衣服。  
来自年长的亲戚或不时髦的朋友的礼物。  
天。
- 选择一些日常习惯,然后在一周内改变它。  
例如,如果您反复在同一三家餐厅吃午餐,请避免  
在其中任何一家餐厅用餐一周。寻找全新的餐厅。
- 一周内,使用新的和不同的路线下班回家。
- 如果您有足够的灵活性,可以完全改变当天的日程安排。接受任务  
你通常最后做,把它放在第一位,然后翻转其余的时间表  
同样的方式。
- 注意对这些人为调整的任何反应。  
与其他变化一样永久或深刻,它们很可能会指明方向  
您感受到变化并对其做出反应。  
处理变化。

面对变化找到一定程度的舒适感可以帮助主角保持  
控制感 平衡自信感的核心。

### 关于操纵

每个人都会时不时地用间接的方式去影响别人,而  
人类状况涉及扮演这两个角色。判断操纵的恶性程度  
包括判断激励因素、程度和频率。  
操纵的人很可能会无意识地这样做,并且出于他们认为良性的原因。  
然而,当频率和强度失控时,他们可以重新平衡它  
只有当他们承认他们有剥削的能力时。  
所有人类一直在间接影响他人,即使是具有价值观的主角也是如此。

一旦他们接受他们使用的某些方法具有操纵性,他们就可以开始检查它们并决定如何减少计算。

使用间接策略推动他人。

他们直接而简洁地想要什么成为一种习惯,这样其他人就很清楚他们的要求和足够的信息来决定他们是否想要收购。

并不是说主角的说服力永远不能成为有用的工具,而是一旦他们意识到自己的伤害能力,他们可能更愿意避免心理游戏。

以下练习可以帮助主角培养这方面的意识:

- 列出至少五件事要求其他人做。  
必要时,记住过去没有提出此类请求的情况  
并使用那些。  
他们可能更有用。
- 请信任的朋友、家人、顾问或同事扮演这个角色的记分员。
- 在列表中,分两步写下每个请求。
  - 第一步:用更少的简单、可操作的句子写下请求  
不超过 10 个字。(数一数。)
  - 第二步:写下为什么需要立即完成的解释  
比两个中等长度的句子。
- 请您的活动合作伙伴阅读请求并使用以下评分规模。
  - 如果请求和原因都不明确和直接,和/或  
都太长了,给它打一分。  
请求的任何部分都没有完全符合说明。)

- 如果请求或原因不明确或不直接,或者  
太长了,给两分吧。  
的过程不符合说明。)
  - 如果请求的两个部分都符合,则给请求三分  
与说明。
- 一起复习得分原因,然后重复练习  
直到列表中的所有请求都获得三分。

## 自我进化

“自我进化”一词描述了一种更有目的的努力来建立一个人的身份和方向。它涉及实现自尊所需的策略和策略,自信和自尊的需要。主人公,像大多数外交官一样,不仅享受自我进化的过程,也能在过程本身中找到意义;认为它与结果一样重要。

### 平衡的自我进化

### 不断的自我完善

自我进化不仅仅是自我完善。  
通过他们的观察,发展对自己的深刻个人理解  
价值观、目标和宗旨。

然而,在没有任何明确策略的情况下了解进一步增长相当于  
盯着肚脐看,这种性格类型的人不太可能发现很多  
这样的满意度。他们的大部分价值来自于他们如何与  
世界并为之做出贡献,而一项计划可确保他们满意地做到这一点。

进行这种努力的主角努力提高他们帮助他人成长的能力并帮助社会,或者至少是他们的角落,变得更美好。

### 自我发展是一项神圣的职责

主角可能不仅将成长和发展视为渴望的事情朝向,但神圣的职责。

基金会,他们通常对让他们兴奋的事情有传教士般的热情这些事情通常涉及将人们带到更好的地方。

对于主角来说,在没有任务的情况下执行任务是推卸责任正确的设备。

其他人需要什么以及领导和说服的能力。

对于这种性格类型来说,更深入的洞察力是严肃而持久的事业。

### 不平衡的自我进化

#### 极致成长

一些主角发现很难平衡他们生活的所有部分,因为他们几乎可以痴迷于他们的工作和业余项目。

自我形象、人际关系和娱乐在试图挽救世界。主角可能会变得如此专注于让他人的生活更美好,以至于他们忘记花点时间真正地过好自己。

通过与他人的互动发生,他们仍然需要体验成长源于体验生活。

一些主角在另一边摇摆得太远,变得如此专注于自我改善他们忽视生活的其他方面,例如社会关系或基本工作职责。

追求真正的自我或目标会使他们远离大多数人所说的“现实世界”。即使他们不太可能将自己与世隔绝隐居,主角可能过于专注于他们的潜力,以至于他们未能全身心投入此时此地。

### 遥不可及的满足

主角在自我进化过程中面临的障碍之一是他们发展的不平衡。

“真正的自己”,他们可能会陷入进化过程,看不到谁他们已经是了。

尽管自我进化是美妙的(也是必要的),但对成长的痴迷可以做到弊大于利。狭隘的视野会导致持续的不满,而由此产生的不满会导致主角筋疲力尽。

谦虚或自信的人需要偶尔的奖励,因为他们知道自己是获得牵引力。

成长的乐趣可能会令人沮丧和沮丧。从不一路上享受丰富、令人满意的时刻可能很难找到快乐或幸福在他们的发展中。

### 重新平衡自我进化

#### 负责任地拥抱增长

当涉及到个人问题时,坚定的主角可能会焦躁不安且要求苛刻成长。他们喜欢探索一切,包括人性的秘密,原则、原因,甚至是他们自己的内心深处。

这种对成长的关注是区分主角的基本品质之一

来自许多其他人格类型。成熟的主角明白自我

进化是一种进步,而不是目的本身。

发展,他们用整体方法平衡他们的进化路径。

然而,他们的重点不仅仅在于“成为” 他们偶尔允许自己

也只是“成为”。

更广泛、有条理的想法,确保与更平凡但

生活中不可或缺的部分。梦想和愿景不主宰他们的成长,而是

结合更实际的考虑。

艺术中的即兴创作是这种心态的隐喻。

即兴爵士乐,他们知道音乐是如何运作的,他们知道如何制作

它起作用了。一位爵士萨克斯管演奏者当场作曲,但只是因为她

了解规则并对歌曲的内容和发展方向有远见。

音乐的情节、主题和情绪。

一个不懂音乐的人,如果他们站起来并试图做同样的事情。

平衡自我进化的主角学会把自己的生活玩得顺风顺水,

即兴爵士乐 有一些技巧,一些梦想,一些原则,一些清晰

方向、一些自由和一些自我照顾,所有这些结合在一起。

以下是主角可以尝试重新平衡他们的自我发展的一些事情,

通过即兴创作的研究:

- 在下周,花一些时间体验一些即兴创作。
  - “即兴”或“即兴”到流媒体视频服务中以提供多种选择。
- 观看一些音乐、戏剧、视觉艺术和艺术中即兴创作的例子超过。

- 观察完成后,寻找有关即兴表演的指导材料。  
不管是哪种媒介。只要花点时间欣赏它的方方面面  
即兴创作。
- 写下您对即兴艺术的观察。  
你的发现接近自我进化?

自发地生活但坚持原则和策略创造了  
主人公有目的的生活中的崇高平衡。  
很可能是有效的,并找到通往最佳自我的道路。

### 享受高原

在登山中,高原是一个停下来、休息和欣赏风景的地方 去  
欣赏刚刚走过的地形。主人公发现自己被  
成长可以在他们的人生旅程中寻找高原。  
可能是因为他们强烈希望成长,却没有花时间注意到  
满足和幸福的理由比比皆是。  
可以建议主角需要停下来评估他们的生活和  
成就是快乐的时刻。

像大多数人一样,主角需要一路感受到一些成功感。  
除了内在的聚会欲望之外,人类庆祝是有原因的 庆祝  
是一个停下来欣赏进步的机会。  
时刻。Fêtes 陶醉于过去的成就,并让参与者进入新的阶段  
一个。没有体验到满足感的主角可能只需要找到  
庆祝的机会。

这种类型可以尝试通过一些方式来重新平衡他们的自我进化感:

- 聚集家人和朋友为过去30天的所有成就干杯。  
腾出空间来庆祝每个人,包括你自己。  
浮现在脑海中,向与会者寻求帮助以提出想法。)
- 写下三个要追求的新目标。  
完成。不必奢侈。只要停下来,认清成功。
- 寻找帮助他人庆祝的方法。找到一个理由来祝贺一个人  
这个月的另一个人。带一盒甜甜圈去上班,或者  
把鲜花或酒带回家。把家人和朋友带进圈子,养  
玻璃增长。只要确保手势与成就相关。

花时间承认成就和庆祝进步是很好的方式  
加强自我进化并激发对策略的更多关注  
发展里程碑是重要的激励因素。  
主角拒绝对自己的真实进步进行公正的评估。

## 自我责任

自我责任感是主人公对自己的决定负责的能力,  
不依赖他人或不相信所发生的一切的后果  
命运。通过诚实地归因于他们的行为,他们可以将功劳归咎于  
完整性,以及接受他们控制的和不控制的。

## 平衡的自我责任

### 自主选择

虽然他们天生就是合作者,但练习平衡自我的主角们  
责任独立思考。

兴趣,保持合理的独立性,同时保持健康

尊重他人的智慧和经验。

无罪地执行他们的个人界限 并让他们为他人提供  
同样的权利。他们进行自我照顾以避免倦怠和脆弱,因为他们知道  
妥善管理自己的健康和福利是负责任的一部分。

这在他们的个人生活以及领导和指导角色中发挥作用

他们经常占据。有个人责任感,做决定时带着

权威和负责是诚信领导者的标志。

美国总统杜鲁门在他的办公桌上有一个告示提醒他:“责任止于此。”

当主角保持这些特征平衡时,他们会很舒服

显眼地将该标志放在其他人的众目睽睽之下。

鼓励别人放弃自己的责任,也不强迫别人

依赖他们。帮助他人成长意味着帮助他们掌握自己的

自己的职责;当主角走在正确的道路上时,他们就是很好的例子

那意味着什么。

### 主动方法

练习平衡自我的主角型人格类型的人

责任是主动的。

他们的个人目标。然而,自我责任超越自我理解。

包括执行计划,对结果负责 无论好坏  
- 并认识到结果会影响他人。

大多数人都没有完美的生活,也没有完美地实现他们的目标。成长往往出现在试验和错误中,失败往往有助于学习和发展。主动行动的主角理解他们的当他们这样做时承担责任,接受结果,并从他们的经验中学习,他们的发展受益匪浅。对结果负责,才能实现成长。

## 不平衡的自我责任

### 完美主义者

主人公热情洋溢,在关心时表现出极大的决心某事。作为负责任的人,他们可能会拖延而不是做任何事情可能会失败,因为他们要对失败负责,并对受其决定影响的人。许多人在尝试时遇到后勤困难追随他们的热情和目标。积极主动,一些具有这种性格类型的人很难开始。主角的完美主义会阻碍进步实现目标或追逐激情的方法。前进的道路上,具有这种性格类型的人可能会在数周内犹豫不决,几个月,几年,甚至一生。

源于完美主义的拖延对这些人来说尤其困难外向的人。好像他们的优柔寡断还不够吓人,他们也可能在其他人的陪伴下应对它,使其成为更公开的事情。此外,他们倾向于担任领导职务,因此他们的决定不仅会影响

他们自己,还有他们领导的人。

徒劳地寻找完美的解决方案。不幸的是,生活并不经常把这些解决  
– 很少有完美的解决方案,只有更好的解决方案。

### 实际责任

道德和道德勇气是主人公生活的驱动力,而且它们倾向于  
很好地处理这些责任领域。但是,光有大创意并不能实现目标。  
这种人格类型的人不注意细节,他们高尚的意图  
将仍然只是概念,或者更糟;  
没有面包和水源的旅行是不负责的。

主角不喜欢处理与成就相关的世俗方面  
长期目标。如果他们不能确保他们的思想保持在正轨上,特别是  
在相对沉闷的阶段,他们会遇到两个问题。首先,平凡  
但必要的任务可能会被取消,留下必须稍后处理的未完成任务 (或  
其次,主人公对他人强烈的责任感  
意味着他们可能会因忽视重要细节而感到内疚。  
需要对生活的各个方面负责,而专注确保他们不会  
忽略日常细节。

以目标为导向和理想主义,具有这种性格类型的人通常会指挥他们的所有  
关注目标,忽略过程中的小而重要的细节。  
争辩说当这种情况发生时有人在负责任地行事。  
贵族项目可能会失败,因为有人忘记检查法律细节,处理  
管理任务,估计工作量,甚至解释关键的事实  
参与者并不认同这个愿景。

## 重新平衡自我责任

### 拥抱不完美

这种性格类型的最大挑战之一是学习如何考虑所有情况的各个方面,而不让理想主义的迷恋影响他们的判断。他们对判断的战术偏好促使主角更快地投入比后来,但学习如何控制他们的想法可以帮助保持这些类型从伸展自己太瘦。

没有人总是做出正确的决定或始终以完美的方式行事。

主角,尽管他们有所有的洞察力,但并非绝对可靠。

责任,他们也需要拥抱自己的不完美。

保证完美的结果很可能导致瘫痪而不是行动 而且

承担责任往往意味着行动。

在做出影响他人或自己的决定时草率行事。

对于那些让自己接受自己生活的不完美的人,

拖延不太可能成为主要的绊脚石。

没有任何决定或行动是完美的,然后给自己

允许有责任的缺陷,他们可以将他们的期望降低到

合理的水平。尽最大努力并接受他们在结果中的作用涵盖任何

他们在大多数情况下的职责。

下面的练习可以帮助主角迈出第一步

验收:

- 选择一项具有挑战性但又不会让人不知所措的活动。

参加一项运动、尝试一项艺术活动或进行小型家庭维修

- 任何被适度视为挑战的事物。

所有安全问题,请记住,好的挑战是困难的  
但并非不可能。)

- 参与活动时知道“足够好”有时就足够了。
- 完成后,评估活动。它完美吗?即使不完美,它是否是一个值得付出努力吗?用愉快的笑声来庆祝这些缺陷。
- 然后,思考:关于完美,这个练习揭示了什么?

从表面上看,完美可能听起来是最负责任的方式。

实际上,它会导致瘫痪和优柔寡断,所以它可能是最不重要的  
主角可以做的负责任的事情。

### 提高专注力

理想有多崇高并不重要 如果螺母和螺栓不紧  
够了,整个机器可能会崩溃,这不是一个负责任的做法。  
学习保持专注和应付细节,尤其是长期的  
目标和项目,体现了一种负责任的态度。

对于主角来说,奇怪的是,保持专注的诀窍是留出充足的时间  
每天让他们的思绪漫游。设置休息时间散步或冥想,因为  
例如,更容易实现更长时间的专注。

此时此地可以提高他们对细节的关注并帮助规范他们  
痴迷于他们更高的激情。

专注是负责任的主角行为不可或缺的一部分。

接受这种性格类型的制定战略和制定计划的自然倾向可以  
是有用的。但是暂时放松他们对“大局”考虑的注意力可以  
让较小的细节从背景中浮现出来,并采取更突出的方式

排在最前面。下面的练习可以帮助主角在大局和细节,同时对两者给予足够的关注:

- 找到附近最漂亮的物品。
- 拿一张普通纸和一支铅笔 普通铅笔就可以,但是彩色铅笔铅笔可能会使练习更有趣。
- 着眼于尽可能接近照片的准确性,画出对象。这与天赋无关。尽管如此,在这方面尽可能做到最好锻炼意味着尽可能准确。
- 如果思想偏向于更象征性或抽象的考虑,返回到线条、阴影和颜色的想法。做一个相机而不是一个艺术家。较小的细节出现。
- 将照片张贴在公共或私人的地方,以提醒您查看小照片缩放细节,而不是仅以大规模方式关注对象。

拥有旨在解决崇高问题的崇高目标是很好的。

考虑到细节,它可能会全部落空。

“只见森林,不见树木。”责任感要求有这种心态的人格类型平衡了对个体树木以及它们所处森林的关注形式。

## 结论

成长所以其他人可能会成长

世界需要主角成长,这样他们才能运用自己的洞察力和培养领导力以鼓励他人成长。

允许他们填补各种指导利基,没有社会会更贫穷

他们的贡献。但他们自己的个人成长对他们的有效性至关重要。

幸运的是,这也是他们对自己非常渴望的东西。

在扩大舒适区的同时利用自己的优势的主角发现

通过平衡自身的完整性和适应世界来实现增长

了解他们是谁,并以尊重他们价值观的方式行事

为具有这种人格类型的人创造成就感和有目的的生活。

所有主角都有自己的生活,适应了他们独特的生活

很多方面的情况。有些人巧妙地驾驭个人成长的过程

大多数时候;其他人,有时;还有一些人可能会挣扎。

人们,他们在充满美好成长的日子和其他充满美好成长的日子之间摇摆不定

缺乏,甚至似乎消除了这种成长。没有人能以完美的方式度过一生。

尽管如此,成长和学习总是有心人的选择。

希望这部分能给主角们一些指导和启发

以增强这种意愿。

## 友谊



### 深沉而坚强

具有主角人格类型的人会为他们的生活带来鼓舞人心的能量

友谊,就像他们生活中的所有其他追求一样。

具有传染性,这些外向的人会把他们的朋友带入令人兴奋的乐趣中

给了一半的机会。当主角找到其他喜欢同类的人时

在活动中,他们结下了温暖而关怀的友谊。

非同寻常的亲属关系如此诚实和深刻,以至于感觉就像家庭纽带一样牢固。

除了他们最亲密的朋友,这种类型的人也乐于与广泛的人交往

人。外向和大胆,主角很快就建立了随意的友谊,

很容易。然而,妥协不是这些理想主义者轻易做的事情,所以他们除草

那些不认同他们的理想主义深度的人,或者至少依靠他们来

“熟人”的状态。

主角拥有一种深思熟虑的支持光环,自然会产生影响力

并吸引其他人。

社会群体,陶醉于朋友对他们的信任和钦佩。

作为回报,主角会为他们的朋友提供无尽的支持和发自内心的关怀。这不仅仅是高尚的诚意;主角们精力充沛,而且很简单,很多的乐趣。那些有幸与他们成为好朋友的人会感到非常快乐和在他们的公司冒险。

### 特殊的期望

虽然合群,但具有这种性格类型的人也可能是苛刻的,痴迷的带着他们的想法、未来和对世界的思考 以及他们自己 – 可能会变成。过度地,这种驱动可以采取以下形式严格的期望对某些人造成了巨大的社会障碍。有人偏离主角的理想太远,他们可能会试图把人拉回来而且这种努力并不总是受欢迎的。许多其他类型,这可能会与他们朋友对自己的看法发生冲突。

当主角期待不切实际的完美友谊时,他们冒着感到失望。但当他们试图强迫他人顺从时,他们也冒着风险把他们的朋友推开 没有人喜欢被评判。如果不是因为他们的极端期望,友谊会发展成相互满意的关系。成长的愿望为主角提供了一个机会,让他们看到他们的行为何时会受到干扰与积极的联系。

### 进一步扩大慈悲

同情心往往是妥协的关键,而主角有一种精力充沛、对待他人差异的理想主义态度。不惜一切代价帮助他们的朋友,如果他们意识到自己的自己的错误,不改正就不会罢手。

慷慨是主角拥有的最伟大的工具之一,可以形成一个现实的友谊的图片,因为它可以弥合任何差异。

其他性格类型对主角来说可能具有挑战性,但扩展同情心和接受他人甚至可以与大多数人建立联系看似格格不入的类型。成熟、智慧和相互尊重可以创造奖励与任何个性组合的友谊。

情感联系的能力和他们对此类知识的渴望,非常适合通过有意识的欣赏行为找到与他人的共同点。

## 按角色划分的主角友谊

让我们来看看主角面临的挑战和他们体验的乐趣与属于每个角色的人的友谊:分析师,外交官,哨兵,和探险家。对于这种友好、充满爱心的类型来说,任何配对都可能是一次激动人心的冒险。知道潜在的友谊可能偶尔会出现故障不应该有时,意识可以帮助他们找到前进的方向通往有意义的友谊的艰难道路。

## 主角-分析师友谊



主角和分析师都有一种奇妙的能力,不仅可以想象很多的可能性,但也深入研究一个主题,看到它的许多方面。他们从中瞥见这些方面可以从他们的潜在信息中得到大量信息差异,造就令人兴奋和智力刺激的友谊。这些朋友保持开放的心态,他们会发现彼此是他们最喜欢的人尊敬的朋友,双方都对彼此的诚意和深度印象深刻想法。

### 平衡的主角-分析师友谊

#### 互补的想象

对于主角来说,拥有分析师朋友感觉就像是他们自己思想的延伸,但有一个扩展的视角。分析师喜欢用他们的理性来发挥朋友的创意顾问角色 他们以自己的逻辑和公正。分析师坦率地诚实,尤其是对他们最亲密的朋友,并且主角可能将此视为祝福和诅咒。

分析师朋友批评他们的一项事业或价值观,但他们也知道根据诚实的标准检查想法是有价值的。

可能因为他们并不总是意见一致,主角和分析师的朋友们很团队一起创造有趣的想法时,他们喜欢这样做。

有广阔的想象力,但不一定使用他们的想象力现实的目的:分析师喜欢发明复杂的系统,并对纯粹的思想实验。主人公想象宏大的结果时并不关心他们将如何实现这些目标,并且他们随时准备采取行动。

对这些朋友来说幸运的是,他们不同的特征往往会相互平衡。主角和分析师的朋友为彼此提供了比任何一方都更多样化的世界观独自一人。当他们愿意充分利用每种世界观并将它们结合起来时合作,他们的想象力的合力可以创造出惊人的乐趣一起。

### 平衡彼此的观点

这些朋友也可以在个人层面上互相帮助。

情绪总是最重要的,主角擅长看到复杂的人类斗争以相关的方式。分析师对事物有更深思熟虑的看法,因此他们可以提供帮助主角在充满激情的理想主义与一些严酷的逻辑之间取得平衡 反之亦然。希望和现实之间有很大的不同,但每个角度都可以当这些朋友帮助彼此理解时,可以有效地影响对方。

主角很欣赏用头撞墙的区别并打好仗,分析师的公正理性帮助他们保持将精力集中在可以发挥作用的地方。

分析师有时会忽视生活中的巨大可能性。他们很幸运，当他们有主角作为榜样时，信仰和激情如何能够克服看似无法克服的困难。

主角帮助分析师扩大自己对可能性的看法，开放获得乐趣和宝贵的个人成长机会。

分析师朋友躲在事实或逻辑背后，经常迫使他们纳入将不那么有形的价值融入他们的现实图景中。

互相学习的心态，双方都因此而变得更好。

## 不平衡的主角-分析师友谊

### 源头唯心主义

这些朋友用来做决定的不同过滤器可能会引起紧张：

主角的人道主义与分析家的理性主义。

解决人类需求的解决方案，但他们经常低估非常真实的限制和后勤挑战，这让分析师感到沮丧。

一个近乎机械的系统，较少关注个别作品的福利，而不是整体的高效功能。主角觉得这种心态太冷漠了。对于主角来说，那些“棋子”就是有价值的人。

主角不喜欢对他们神圣价值观的挑战，但分析家戳并以探索想法的名义本能地刺激。争论的秘诀。

临床理性对抗发自内心的热情，感觉就像一场道德之战，特别是当关于社会的意见和想法是主题时。

当他们埋头苦干时，类型可以展现出最好的一面。

考虑他们同样有效的观点并与他们一起前进。改进的想法，有时这些类型会退缩到怨恨中。

## 令人不安的情绪差异

这些类型的人之间的友谊也会经历同理心的差距，  
尽管他们出于好意并且彼此欣赏。

调谐到情绪理解，总是努力解决不安的情绪，但是  
分析师很少愿意从一开始就表现出情绪。

理解和表达感情，这常常使他们显得缓慢、笨拙，  
并在情绪化的情况下有所保留。

由主角，分析师经常挣扎，让两个朋友想知道什么是  
彼此错了。

当分析师试图用理性来“修复”一个问题时，主角甚至可能会开始反感  
情况而忽略情感，甚至将它们视为无情。

从他们作为朋友的联系中退出，或者更糟的是，将更多的情绪推给分析师，  
害得他们狼狈后退。

与相互理解平衡，它可以扼杀任何深度诚实和  
在这种友谊中相互依赖。两个朋友都想互相关心，但鉴于  
他们的差异，他们可能不明白如何最好地做到这一点。

## 重新平衡主角与分析家的友谊

### 保持开放的心态

当他们的风格发生冲突时，这些朋友必须齐心协力  
重新获得他们相互激励和尊重的方式。

在这里有一个很大的优势：他们广阔的想象力帮助他们理解  
不同的观点。分享他们的观点对这些类型来说很自然；

这样的谈话最初拉近了他们的距离，并讨论了他们的不同

当刷新时，观点仍然是乐趣和灵感的源泉

真正的尊重。但谈话不一定是结束；

向对方展示他们的不同观点如何在日常生活中发挥作用。

主角和分析师朋友也可以在某些事情上“同意不同意”，

接受某些话题在一起谈论可能永远不会有趣。

意味着他们必须始终避免友好的争论，但是当它们反复打

不可动摇的争论点，智慧要求他们放手。

接受不同的生活方式可能对他们每个人都更好，因为

个人。

两种类型都应该明白正确并不像尊重每个人那么重要

其他，所以他们可以放弃顽固的自我，转而支持友谊本身。

他们可以分享比赢得争论更有成就感。

真正地对彼此敞开心扉，这些朋友可以在学习期间练习以下技巧

分歧：

- 当您的朋友表达观点时，先停下来客观地倾听  
响应。
- 当你的朋友说话时，考虑他们是在介绍理论还是他们的  
实际的生活方式选择。  
无异于对个人的控诉 温和地进行。
- 如果某事看起来令人不快，请询问更多信息 也许是  
他们如何让它在自己的生活中发挥作用的例子。
- 在否定彼此的观点和生活方式之前，尝试一下；询问  
如何指导。
- 如果在公平考虑和适当考虑之后，您不同意  
某事，恭敬地说，强调这只是个人选择，而不是  
判断。

- 意见不一致后,立即投入到一个问题中来重申友谊  
共同领域,例如最喜欢的餐厅、游戏或消遣。

对于主角或分析师来说,宽容可能并不容易,但愿意至少简单地尝试一下对方的意见是最高形式的尊重。

### 同样有价值的的能力

如果主角需要分析师的情感支持,他们可以直接说出来。

小心不要批评分析师有缺陷,寻求帮助没有错

分析师非常重视他们真正的朋友,他们喜欢

扩展他们的能力,所以主角可以帮助他们了解如何

朋友通过他们的行为让彼此感受到。

主角往往会直言不讳地表达他们的需求,但他们也需要

字面意思;这就是分析师的方式,它对他们说话。

在他们的陈述中不那么苛刻,更开放地表达他们的感受,或者同情

需要的时候,主角通常会对这些类型的学习速度如此之快印象深刻

当受到友谊的激励时。分析师非常有能力进行情绪演变,

特别是主角是很好的例子。

但是保持平衡的责任不能完全落在分析师身上;

从他们的朋友那里学到了很多关于在某些方面超然方法的价值

情境。有时,充分研究情绪反应相当于

往火上浇煤气;在某些时候,矜持的态度同样有益

就像其他人在情感上的开放一样,这些朋友可以互相学习

例子。

当然,当任何一个朋友试图理解对方时,积极的反馈是总是合适的:例如,“我真的很感激你试图看到我的方式看法。”

以下提示可以帮助主角解决他们与  
分析师:

- 找个时间谈谈,选一个双方都觉得舒服的地方。
- 表达问题,无论是个人问题还是友谊问题。
- 练习情绪控制;冷静、从容地说话,不要打断。
- 使用“我”和“我”的陈述,关注你需要什么而不是任何您可能在朋友身上察觉到的缺陷。
- 具体说明您需要的支持(例如,有创意的想法、有同情心的倾听,保证)。
- 当您的朋友提供您所寻求的支持时,请提供积极的支持反馈并表示赞赏。

分析师完全有权提出相反的要求:他们可能需要休息一下情感联系。主角应该愿意降低自己的认真并分享一些幽默、轻松的乐趣。

## 主角-外交友谊



亲密的外交官朋友经常互相模仿,因为外交官可以像热情、热情、友善和富有想象力和其他类型。主角喜欢聚在一起享受积极的乐趣,并且这些朋友之间的对话会令人上瘾。外交官在性格类型的星座中很少见,这些朋友试试无论遇到什么困难,都很难保持如此宝贵的友谊脸。

## 平衡的主角 外交友谊

心中的朋友

与其他外交官建立真正友谊的主角体验奇迹获得自己的智力和情感延伸。相互体验,相互受益和智慧别人的胜利和考验。“我有一个最惊人的想法.....”之间经常听到这些朋友。外交官可以在生活中互相激励和支持

他们善良的能量。

一次过两种生活的机会,因为他们一起分享乐趣。

主角和外交官的朋友也很适合及时互相照顾

无忧无虑,相互依偎,畅所欲言。

了解他们朋友的独特性,再加上他们的关怀天性,  
他们为彼此提供了美妙的情感资源。

需要和他们需要的时候。有时他们提供安慰和同情,  
有时是鼓励(主角甚至可能会向后方提供爱踢),  
但好外交官朋友总是支持的源泉。

### 创造力和兴奋

这些朋友之间的联系超越了情感,涵盖了各个领域  
以及令人兴奋和创造性的想象力。

拥有共同的兴趣,他们会互相激励,深入其中。这种能量的很大一部分  
源于共同的核心品质,这些品质驱使两个朋友朝着相似的方向前进。

不一定意味着相同的方向 毕竟,他们是独一无二的个体。

但是通过将和谐但不完全相同的道路编织在一起,这些朋友可以  
从不同的角度看事物,这对双方来说都是一份真正的礼物。

想法只是这对冒险的开始。

追求,主角可能会带头冲锋,但他们发现其他外交官

乐于助人的伙伴。当这些类型建立信任的友谊时,平衡就不会出现  
只是来自于交流心得和梦想,也来自于分享快乐的经历。

即使是内向的外交官也会发现自己被冒险和兴奋所吸引  
由主角提供的关怀能量可以激励他人投入生活。

## 不平衡的主角 外交友谊

### 彼此绝缘

主角和他们的外交官朋友面临的一项挑战来自同一个促进他们友谊的源泉 他们的相似性。

基于他们共同的观点,其他太多的保证和灵感,它可以创造一个泡沫,将他们与不同的观点和世界观隔离开来。

主角的判断力有时会阻止他们思想开放,

他们可能会在共同的方法和意见中找到安慰。

协议使他们免受世界截然不同的影响,他们也可能被拒之门外新观点的好处。

这对和谐关系的另一个缺点是决心不匹配。

主角喜欢积极的改变,但他们对必须做的事情的坚定看法可能错过了目标。他们可能只是过于强烈地强调自己的观点,以至于其他类型的人无法接受吸收,尤其是当那些朋友为自己看到一条不同的道路时。

也有可能;外交官朋友可能不愿意 或不够任性 推动

主角超越他们的习惯和观点,更愿意帮助他们感到快乐而不是挑战他们的稳定性。

有益的变化。

### 情感转移

相似性也可能导致主角和他们的外交官朋友不自觉地互相操纵。

但他们的情感纽带和个人理想会导致内部偏见。

为了朋友的最大利益而混淆自己的意见,以及两种类型的项目他们的感受很容易。主角可能特别爱出风头,即使他们不是故意的

成为。当这种情况发生时,批评或建议可能会更多地针对他们想要的不仅仅是对那些接受它的人来说什么是正确的。这些朋友之间的联系让人很难区分。

此外,主角和外交官天生对情绪敏感他们朋友的状态,所以他们比大多数人更容易接受那种影响力。如果一个朋友不高兴,它是会传染的。主角与外交官友谊中最美丽、最健康的部分,但情绪化独立性也是一项值得培养的 necessary 技能。在痛苦、愤怒或压力的时候,对两个朋友都有好处。

## 重新平衡主角-外交友谊

### 一起开阔视野

主角和他们的外交官朋友可以打破任何意识形态的回声通过使用他们在更广阔的世界中问“如果.....会怎样?”的天赋来培养房间。意味着加入具有更多不同想法的更大的团体,从读书俱乐部到社区大学,或者他们可以找到其他方法来摆脱他们可能不经意间一起创造,主角的社会性很快就铺平了道路两个朋友,在他们寻求重新平衡彼此特殊友谊的过程中,这些朋友会发现,包括其他人在内是非常宝贵和令人兴奋的。

所有外交官都渴望真实,所以如果主角瞥见有价值的品质在他们熟悉和接受的直接领域之外,他们将探索和最终拥抱那些人。

他们最初并不觉得共性的人可能会提供一些有价值的东西毕竟是通过友谊,所以他们应该保持开放的心态,寻求平衡通过扩大他们的范围一起。

- 一致同意拓宽您的视野并探索未知。
- 留意不同的、有趣的人。
- 结识他们并让他们参与社交活动。
- 一起讨论从他人不熟悉的角度学到的任何东西。
- 保持你自己的友谊,但也尽量让其他人也参与其中。

当两个朋友一起努力吸引可能挑战的不寻常的人时  
他们,他们可以让彼此放心 不是为了确认他们的极限,而是为了支持彼此  
其他在扩大他们。谁知道不同类型的会带来什么乐趣  
朋友们?

### 独立思考

主角和外交官朋友可以通过分享来重新平衡微妙的操作  
有意识地表达自己的感受和意见。

彼此因为他们关系中固有的信任,但是有区别  
在压力和沟通之间。

倾向于强硬,想要微调,尤其是在外交官朋友中,在哪里  
情感比比皆是,和谐是珍贵的。

无意识的形式会让他们在事情发生时有一些意识。

幸运的是,压力是对信任的背叛,让这些敏感的朋友感到厌恶,  
这是重新平衡的关键。因为这些朋友如此真诚地关心每个人  
别人的幸福,色变的外表,任何不公平的压力都会袭来  
回家,可能会停下来。当其中一位朋友花时间轻轻地表达  
他们的担忧,其他人可以重新审视自己的行为并做任何事情  
需要恢复平衡。这些朋友记住这些想法很有帮助:

- 将批评表达为建设性的关注,公开且不带感情色彩  
压力。
- 不要害怕尊重地考虑但拒绝对方的建议  
坚定地走个人道路。
- 尽量不要太在意对方的情绪。  
实现更好的客观性,并最终更好地照顾彼此。

对这些朋友来说,支持而不是控制很重要。

知道他们的意见并互相提供帮助就足够了 他们不需要  
觉得对彼此的决定负责,也不把彼此的独立性当作  
拒绝。

## 主角 哨兵友谊



哨兵是最可靠和最一致的类型,主角深深地

欣赏他们朋友的那些品质。

由 Sentinels 一丝不苟的稳定性反映出来,这提供了一个基础

为了令人满意的长期友谊。当这两个找到共同点时,很有趣

比比皆是。这对搭档也可能会一起发现发自内心的灵感,作为主角的

动态能量就像哨兵的一致性一样能够移动山脉和  
奉献精神。

## 平衡的主角 哨兵友谊

### 共同参与生活

主角探索可能性的界限作为一种消遣,他们的大部分  
注意力转向可能难以实现的充满希望的理想和宏伟计划  
脚踏实地的哨兵采用更传统的方法来尊重  
程序的价值。

主角的想象力。他们通过给主角带来巨大的乐趣  
时刻成为焦点。

平衡是双向的:虽然主角富有想象力,但他们的哨兵朋友  
可能对事情的现状更舒服。

对主角来说是可靠的,但他们可能更不愿意参与令人兴奋的活动  
机会。主角帮助他们的哨兵朋友看到的好处  
偶尔放开限制,一起探索有趣的可能性。

欣赏一种结构化的方法,所以即使一个人可能严重依赖  
想象力和传统,他们可以用一种方式来计划事情

他们都很开心,主角自然会带头建议冒险,

但他们扎实的秩序感可以带来哨兵通常无法体验的体验  
例程似乎更舒服。

### 安慰与支持

这对搭档也非常适合在黑暗时刻相互支持。

主角的想象力在消极时可能是无底洞的烦恼

情绪接管了他们,他们经常用无休止的情绪使自己疲惫不堪  
 驾驶。哨兵随时准备提供明智的建议;  
 帮助克服现实或想象中的问题。

是时候让主角从压力和疲惫中恢复到放松和乐趣中了。

作为回报,主角不仅会在他们的哨兵朋友有想法时提供想法  
 问题,他们也提供发自内心的情感支持。

体谅朋友的感受,同情他们的苦难,并以关怀回应  
 抚平他们的伤痛,并预示着未来会有更美好的日子。当然,一旦他们  
 鼓舞他们的朋友的精神,这种类型的充沛能量有助于使事情变得更好。  
 哨兵可以利用主角的直率精神重新站稳脚跟  
 恢复幸福。

## 不平衡的主角 哨兵友谊

### 被打乱的仪式

共同的价值观和利益最初可能将这两者联合起来,但它们可能会在  
 不同的方向。当主角试图将新元素注入

友谊(一种常见的可能性),他们可能会发现哨兵有抵抗力,  
 更愿意一起维持他们既定的追求。

主角会感到无聊,哨兵会被激怒。

可能会给这些朋友一些关于他们如何参与体验的兼容性,  
 但它可能不会纠正他们的直觉和观察特征之间的差异。

主角对可能性感到兴奋,总是想出去抢  
 激发他们想象力的经历;他们在每个角落寻找潜力。

另一方面,即使是最有活力的哨兵也会在幸福中找到极大的满足感  
 他们创造的例程;他们不是在每个角落都寻找刺激

因为他们在当下找到了满足感。

由于他们寻找乐趣的方式不同,他们在一起的时间可能会逐渐减少。

### 革命

同样,这两个人可能并不总是同意在生活中争取什么是正确的。

主人公往往坚定不移地为自己的理想而战,克服一切困难,

即使这些理想非常抽象。

有原则但很少看到产生无形结果的价值 他们想

投资于与他们的日常生活直接相关的基金会。

很难将哨兵朋友们吸引到他们更具革命性的想法中,因为人们

这种性格类型不太可能对抽象概念或紧张的事物感兴趣

作为朋友,这两个人可能根本就意见不一致,而当他们

差异与他们共同的判断特征相结合,一些真正顽固的判断

可能浮出水面。

这不仅仅是关于他们如何选择自己的生活;

在一起可能会受到负面影响。

类似地,他们可能会在理想主义与实用主义的日常问题上发生冲突,

主角热切地要求他们认为正确的东西而哨兵坚持

他们认为现实的东西。哨兵对他们认为浪费的东西没有耐心

努力,而主角对极限感到愤怒 所以这些朋友很容易挫败

彼此。

## 重新平衡主角 - 哨兵友谊

### 一起玩乐

迈向缩小主角的概念重点和

Sentinels 固定的、实用的观点是用一种感觉来处理这种差异。

接受和相互尊重。哨兵和主角重视

其他人,尤其是亲密的朋友。

他们的友谊。哨兵可以让他们的主角朋友深呼吸

当他们对新想法或热情充满热情时,主角可以邀请他们

哨兵朋友进入新体验,而不用太用力。

了解只是第一步,双方朋友还可以努力夺回和

一开始有些东西把这两个人吸引到了一起,然后

专注于寻找相似的事情一起做将重申友谊。

他们的想象力和大胆的能量,主角应该没有思考问题

想出新的方法来处理最喜欢的共享主题。

两个朋友也可以互相给点余地。

一直固执己见,真正的朋友是看得见的幸福

彼此的快乐。为了帮助他们解决不同的想法,让他们一起度过美好的时光,这些

朋友们可以:

- 确定一个共同点 (例如,你们在美术课上认识,并且都热爱艺术)。
- 讨论一起分享主题的新方法;列出想法。
- 根据偏好审查想法,并找出最受关注的想法  
(也许一个朋友想飞到纽约去参观艺术画廊,另一个宁愿呆在家里尝试新的

雕塑技术在一起,但双方都同意进行一次有趣的公路旅行  
(国家美术馆和雕塑花园。)

- 首先参与最互惠的活动,然后再进行更重要的活动  
妥协。双方都不应该感到有压力或有义务,但双方都可以  
考虑为朋友走出他们的舒适区。
- 定期一起尝试其中一项有趣的活动。  
每月一次 没关系,如果这个计划对朋友和他们都有效  
承诺一起玩得开心。

虽然他们可能很固执,但两种类型都坚信要有爱心。  
有时在自己的欲望上妥协是表明这一原则的好方法  
在行动中。

### 利用差异的好处

即使对他们最亲近的人来说,主角的幻想思维可能也没有多大意义  
哨兵朋友,他们根本不喜欢他们。  
动态,可以在两者之间建立健康的平衡。  
在很大程度上妥协了他们截然不同的方法 未来与现在,  
想象力与实用性 而是提供他们独特而有价值的东西  
为彼此的目标服务的观点。

当主角看到他们的哨兵朋友正在努力完成  
一些事情,无论是轻松的还是严肃的,他们都可以提供他们的想象力和  
帮助实现该目标的无畏能量。  
以非常规的方法来适应传统的目的 反之亦然 是一个很好的方法  
让这些朋友互相欣赏。哨兵可以反过来提供他们的

扎实、稳定的努力,帮助主角朝着他们的目标努力,无论他们看起来多么理想化甚至不切实际。

即使这样的梦想遥不可及,主角们也不会忘记他们的哨兵朋友们站在他们身边;这种支持肯定了他们之间的联系,对他们来说意义深远。主角。哨兵可能会对梦想的实现程度感到惊讶,在好朋友之间分享足够的希望和努力。

下列:

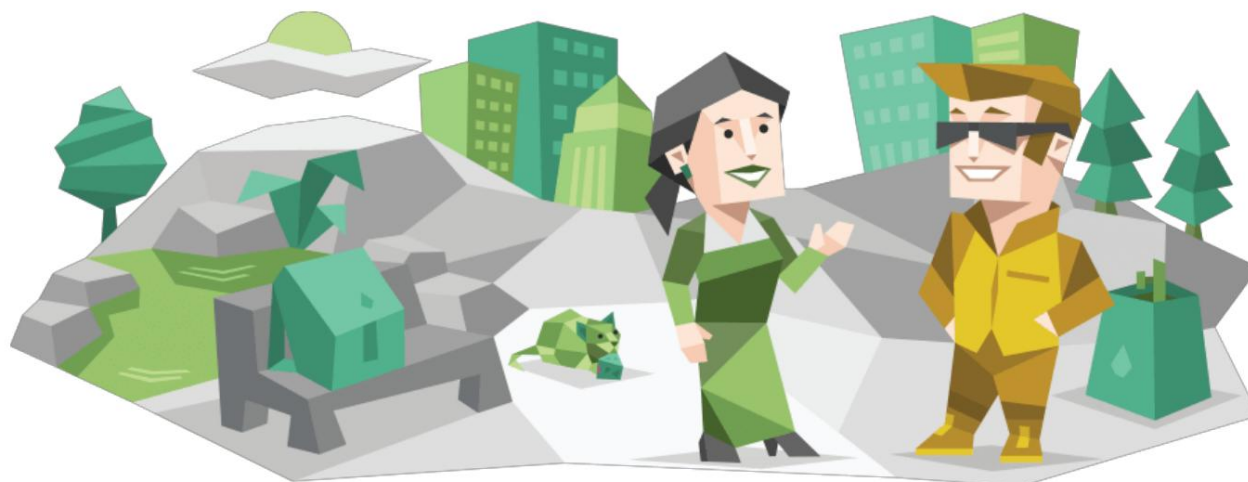
- 邀请对方实现个人目标,无论是娱乐性的还是非娱乐性的。  
(例如,主角朋友可能正在尝试创建本地飞盘高尔夫联盟,哨兵可能想要建造一个有机花园。)
- 每周花一点时间互相帮助提出任何想法,讨论,直接帮助感觉舒服。
- 记住 Sentinels 的勤奋态度和 Proagonists 的外向社会性质可以提供平衡。  
主角撕破了制作和分发传单的单调乏味,在社交媒体上发帖,主角可能会提供一个充满活力的公司在参观该地区的有机农业设施期间。
- 尽量对彼此的想法持开放态度,并至少尝试一下。
- 自由贡献独特的想法和方法,但尊重朋友的选择他们自己的目标,并让他们领导。  
额外的手牌是唯一的贡献,那仍然是一场胜利。

在整个过程中,了解对方的独特优势

方法和方法。这是一个学习的机会,同时与朋友。

尽管主角和哨兵有时可能会被他们以不同的方式对待世界,互相帮助,即使是随意的目标可以大大有助于创造共同的理解和快乐。

## 主角-探索者友谊



可能是朋友、主角和最有趣的组合之一  
探索者可以一起发现奇妙的冒险,甚至可以互相启迪其他。探索者比理想主义者更具适应性;高度务实,他们很少与主角典型的哲学目标有关。主角拥抱很长一段时间术语奉献就像荣誉徽章,而探索者则灵活地适应情况下,对自发性感到自在并且经常沉浸在排除一切。即使这是一对看似奇怪的配对,任何相互激情可以迅速点燃充满活力和灵感的友谊。

## 平衡的主角-探索者友谊

### 相互学习

主角与探索者之间的友谊为双方提供了绝佳的成长机会。

主角可以通过以下方式充当他们的探险家朋友的人文指南针

提醒他们生活中相互关联的方面,提供令人鼓舞的例子

如何在考虑更大利益的同时专注于个人目标。

寻找探索者,探索利他刺激激发他们的冒险意识,这

如果它涉及到一个有形的项目并能快速获得回报,那将特别有趣。

当主角过于专注于某件事时,他们会激发探索者更广泛的思考

他们自己,而探险家们将与自己失去联系的主角放在

他们对理想主义目标的狂热追求。主角喜欢找乐子,但他们可以

也很认真,也许过分了。

尽管值得称赞,但他们的决心会带来压力,尤其是当

让他们与其他人对抗。

探索者非常适合将主角带出他们的头脑并进入

时刻。探险家观点的即时性和经常自我满足的倾向可以提供

对于陷入紧张思绪的主角来说,这是一个必要的休息时间。

愉快地鼓励他们放松和玩得开心,停下来闻一闻玫瑰花

冲上命运之路。

### 一起探索未知

在某种程度上,主角和探索者都喜欢非常规的生活方式:

主角是骨子里的勇士,根据他们的信念推动变革,

随时准备挑战限制性权威。

新颖性和自主性高于一切,无视规则和惯例  
他们自己的激情,迅速反抗(或忽视)任何试图限制他们的人。  
在某种程度上,他们都是革命者。  
他们突破界限,通过他们的方式获得令人兴奋的不同的东西  
友谊。

探索者喜欢通过参与来接受新事物,尽管主角  
遇到意想不到的变化可能会比较拘谨,他们会跳进去  
抓住他们兴趣的体验。这是美好时光和发现的秘诀  
在一起:节日、冲浪、品酒、露营、陶艺课 他们会很开心  
分享任何丰富的活动。  
主角任性的想象,这些小伙伴们可以分享无尽的冒险。

## 不平衡的主角-探索者友谊

### 松散的自发性与坚定的奉献精神发生冲突

不幸的是,这些类型的人通过令人兴奋的追求建立联系的能力并没有  
总是延伸到他们参与生活的基本方式。主角是计划者  
他们以活泼的能量完成他们的目标。另一方面,探索者,  
将自己限制在先入为主的轨道上几乎没有用;他们不断调整  
不仅是他们的方法,还有他们的方向。  
承诺,这不是因为他们不会跟进或不关心朋友,  
而是因为将事物形式化可以将快乐变成义务。  
在友谊中,这种微妙但强大的差异经常会出现,  
无论他们是出去喝咖啡、计划旅行,还是互相帮助  
projects. 当主角寄希望于随心所欲的一致性时  
探索者,他们最终会失望。

主角试图“让他们走上正轨”，经历这样的干预限制。如果没有一些宽容和理解，这些朋友可能会激怒每个人其他甚至在尝试一起进行有趣的活动时。

### 不要评判我！

核心差异也会影响这些朋友如何衡量行动、个人兴趣和价值观。主人公有时会超出他们的原则性意图，将他们的观点强加给其他人。相比之下，探险家保持“生活和让生活”态度，更能容忍其他人的不同观点。他们宁愿不参与他们认为不会影响他们的事情。

虽然参与其中，但很少容忍任何他们不同意的事情。批评这种干预是不必要的、愚蠢的，甚至是多管闲事的，尤其是当他们针对他们时。

探索者通常会根据欲望迅速采取行动，而不会过多考虑未来结果。在兴奋的控制下，他们往往会憎恨任何试图让他们三思而后行。

代表朋友行事，主角可能会把他们真正的关心放在心上，所以它给人的印象是道貌岸然的判断。

无论其背后的意图如何。

控制他们，但主角很难允许他们的想法错了，尤其是当他们觉得朋友可能处于危险之中时。

## 重新平衡主角与探索者的友谊

### 致力于乐趣

两种类型都可以通过关注他们对事物的欣赏来调和不同的偏好彼此。主角可以利用自己对未来的明亮热情并在探索者将他们从日常活动中拉出来时拥抱乐趣他们在当下,想象力和积极参与 品质主角拥有丰富的资源 可以自由统治。变化,主角可以专注于与他们在一起的朋友,因为他们高兴地知道参与意想不到的事情会带来亲情和乐趣的回报。

除了练习一些灵活性,主角还应该清楚如何他们的承诺和价值观对他们来说意义重大。惊心动魄,主角可以应对变化,突然的转变有时会让它们失望感到失望和压力。探索者关心他们的朋友,所以主角应该分享这种感受,以确保平衡的友谊。

帮助:

- 商定在一起的时间是自由的还是结构化的。愉快的购物日是自发性的机会,但音乐会适合的时间朋友坚持一个计划。
- 如果难以做出承诺,请提前说明。恭敬地保持开放的选择。
- 不要在事先通知和充分理由的情况下取消彼此的计划。
- 一起享受无组织的时光时:
  - 一起选择一个起点,然后让事情随心所欲地发展。
  - 顺其自然,愉快地接受彼此的自发想法。

- 像活动一样关注彼此。可以创造乐趣  
好朋友之间,不管他们在做什么。
- 请记住,任何“出去玩”的计划仍然是对朋友的承诺。
- 一起享受计划的活动时:
  - 一起决定一项活动或郊游。
  - 约定时间,然后按时出现。
  - 按计划彼此坚持。

如果以“他们的方式”做某事意味着另一个朋友没有任何乐趣  
一个人可以考虑为了朋友而放宽自己的喜好。

### 尊重彼此的重点

主角可能不想听到他们的引擎的最新升级

探索者的朋友们赞不绝口。探索者可能想对谈话不屑一顾

关于生产他们正在吃的汉堡包如何使用相同数量的水

作为一个三小时的淋浴。

互相欣赏。主人公似乎在喋喋不休地谈论对方的状态

世界,探索者只是想得到那个引擎,但如果探索者

询问有关水危机的问题,主角要求解释

引擎升级,两个朋友可能会惊讶如何满足共同的热情

可。

主角和探索者也可以选择偶尔一起兜风,

暂时抛开自己的喜好,友谊是一项参与性的运动:

如果朋友们对彼此兴奋的事物死板且不感兴趣,他们的友谊就会

立足于不稳定的基础。

共同分享美好时光的舒适区。当一个朋友这样做时,另一个朋友可以

确保他们对这种恭敬的姿态表示赞赏,这重申并维持友谊本身。

- 要求受邀参加您朋友珍视的活动;  
谈话或解释相关经历。
- 让您的朋友设置分享他们兴趣的格式。
- 询问你的朋友从中得到了什么;  
热情。
- 表现得像个有礼貌的客人,不要在尝试时批评他们的兴趣。
- 对任何看似鼓舞人心或令人鼓舞的小方面表示赞赏  
大声 夸大积极的一面。
- 讨论事后喝咖啡或吃饭的经历。
- 下次考虑邀请您的朋友参与您的个人兴趣之一。

这些朋友可以享受发现是什么让彼此打勾而无需前往同一个鼓的节拍。他们可能会发现一起玩乐的新方法,如好朋友之间的热情是可以传染的。

## 结论

### 在他人身上发现意想不到的力量

主角可以通过提供他们惊人的品质来传播和分享巨大的快乐通过友谊的任何类型。每个主角剩下的决定是是否他们可以同样乐于在与不同类型的人。主角擅长促进积极的变化,当他们还掌握了尊重和欣赏他人的能力,因为他们只是做自己

是,即使它代表的东西与他们自己的生活方式背道而驰,他们也会打开通往意想不到的友谊的大门,可以让他们变得更好。

对于某些类型的人来说,乐趣和欢笑足以维持持久的友谊。

主角,朋友是他们可以放在心上的人,他不仅为他们提供欢乐和陪伴,但也敢于激励他们超越他们自己的极限。对于这种类型的人来说,友谊是关于思想的相遇和坚实的,可靠的纽带。作为意志坚强、天生的社会领袖,主角受益于有同样强烈自我意识的朋友,谁能经得起他们的假设并给予指导。

在快乐的时光和有趣的冒险中,以及当他们意识到他们需要依靠可以信任的人。

# 浪漫关系



## 深度和奉献

温暖、关怀、能够无条件地爱,主角可以达到

大多数人梦寐以求的关系深度。

类型认真对待浪漫,以真正的奉献和热情接近它。

在约会初期,主角愿意投入认真的时间和精力来培养他们的

他们竭尽全力鼓励合作伙伴的成长

和成功,他们的梦想是爱上一个支持自己的人

成长换来的。虽然他们可以挑剔,但主角渴望浪漫

联系,当他们找到他们真正尊重的人时,他们并不害怕

犯罪。

主角的关系建立在慷慨、奉献和情感的基础上

诚实。好奇心强,洞察力强,主角经常能察觉到细微的变化

他们的伙伴,在某种程度上,他们似乎可以读心术。

这种类型的人不怕直截了当地询问他们的伴侣对

关系。如果状态检查不会变得过于频繁或专横,他们可以

帮助主角及其合作伙伴识别和解决潜在问题,而不是让他们溃烂。

由于这种非凡的情感投资,分手可能会引发主角的巨大内疚感和背叛感 即使是在相对较短的时间之后关系。当这种情况发生时,通常是因为主角已经成为除了现实之外,还投入了关系的想法。看到他们面前的人,而不是专注于他们如何看待他们和合作伙伴可以共同发展。必须学会区分他们浪漫未来的理想化和真爱的避难所。

### 深入

无论是在约会过程的早期还是在恋爱关系的后期,主角都不是满足于闲聊。他们感兴趣的是想法和信念、目标和梦想。当浪漫的伴侣不会在那个层次上交流时,有这个的人性格类型很快失去兴趣。

像许多具有直觉特质的人一样,主角不相信“离开并一个人就够了。”相反,他们希望他们的关系,以及其中的人,成长。他们寻找方法来改善他们的联系并加深他们的爱,并且他们希望他们的合作伙伴也这样做,而不是安于现状。虽然这种不懈的成长欲望有时会令人恼火,但它会激发主角将他们最好的自己 真诚、认真和关怀 带到他们的身边关系。

### 在基座上

最终,主角想要找到一个灵魂伴侣。

刺激,探索者求乐,哨兵珍惜安定,人与此

人格类型正在寻找其他东西:最深层次的联系。

当他们感受到那种程度的联系时,主角的奉献精神和热情就会没什么了不起的。然而,如果任其发展,他们的浪漫理想主义可以进入超速状态,引导他们重视合作伙伴的潜力 成长为更友善的人,一个更深刻、更自我实现的人 而不是他们身边的实际人。

las,这很少是建立公平关系的秘诀。

他们的合作伙伴改变,当他们的合作伙伴不工作时变得沮丧 (或似乎工作)来提升自己。

让他们的伴侣感到被评判、被左右或怨恨。

尊重他们的合作伙伴改变的意愿 - 或者缺乏改变的意愿,他们冒着推动夹在他们自己和他们所爱的人之间。

## 按角色划分的潜在配对

培养令人满意的关系并不总是那么容易,尤其是对于这样的类型

关注深度和真实性。无论是在浪漫的伙伴关系中还是其他方面

他们生活的方方面面,主角不会安于现状而牺牲

成长和发现。因此,他们不满足于以下伙伴关系:

无论多么舒适或方便 不要在深层次上移动它们。

幸运的是,每种性格类型都有自己的贡献,作为主角

约会并追求长期关系,他们会找到很多机会

本节解释关系中的常见模式

在主角和每个不同的角色组之间 分析师、其他外交官、哨兵和探险家。

这种人格类型可以通过意识、洞察力和同情心,最大限度地增加他们找到并维持有意义的、充满爱心的机会伙伴关系。

## 主角-分析师关系



对想法和抽象感到自在,主角和分析师共享一个有远见,开放的世界观。

和灵感,它们并不相同 在这种关系中,每个合作伙伴都提供对方不具备的优势和能力。

主角具有深刻的人性洞察力,分析师擅长改进系统和客观地评估情况。

使主角和分析师能够平衡彼此的弱点并发挥作用互相取长补短,建立相互尊重和信任的重要纽带。

## 平衡的主角-分析师关系

### 深思者

与主角一样,分析师喜欢大胆、独到的想法。

闲聊 他们想深入。

餐桌上的宗教或政治”,但这些直觉类型可能都会回应,

“那有什么好聊的?”主角深入人性的一面,

和分析师推动透彻、合乎逻辑的理解。

不同的观点是互补的而不是不相容的,结果是生动的,

有意义的谈话。

鉴于他们富有创造力和想象力的头脑,这些类型的人可以找到无穷无尽的话题来讨论。

结合技术和人类进步的主题 例如,使用社交

媒体向专制政权或腐败机构施加压力 可以保持

这些类型的谈话持续数月,以及更多关于目标和目标的个人讨论

梦想。远非转瞬即逝的闲聊,这些谈话重新点燃了彼此之间的火花

主角和分析师,培养尊重、感情和相互好奇心,即使

关系进展。

### 感性与理性

主角为他们的关系带来温暖和情感 这些品质

分析师经常难以证明。

合作伙伴不仅更了解敏感和浪漫,而且更了解

更深层次的人际关系。

超越纯逻辑局限的情感协调的回报。

反过来,主角常常惊讶于他们的分析师合作伙伴争吵的能力以理性的方式拥有伟大的想法。在健康的关系中,分析师提供有理由的,对困难、复杂的决定的深思熟虑的立场,从买哪所房子到是否在世界各地移动。然而,与某些其他类型不同,分析师可以提供合乎逻辑的观点,而不会削弱共同的进步感和可能性。结果与主角的理想主义形成了美丽的对比 有时不切实际 狂热。

## 不平衡的主角-分析师关系

### 套路轮盘赌

尽管他们有宏伟的愿景和伟大的想法,主角-分析师夫妇面对日常事务可能会犹豫不决。愿望,这是美丽的 除非它阻止他们管理他们共享的责任。这些问题在一段关系的早期可能并不明显,当这些两种新奇和可能性的狂欢。分析师可能会对创建家务图表或将他们的精力投入其中的夫妇翻白眼周末跑腿。

然而,如果这两者一起移动,日常生活的需求可能会引发令人惊讶的压力。简单的任务,例如倒垃圾,付账单,如果没有人例行处理,给冰箱放东西会造成紧张和分歧除非这些合作伙伴愿意调整他们的大局观照顾必需品,由此产生的被忽视的杂务积累可以不仅要损害他们的宏伟计划,还要损害他们的平静。

## 头脑和心脏

主角发自内心,他们欣赏浪漫的姿态 无论是以情人节鲜花的形式或长长的、感伤的问候语卡。唉,许多分析师认为这样的手势毫无意义。一束鲜花会在几天内枯萎?

在约会阶段,分析师合作伙伴可能会成功地“伪造”一些求爱的感伤仪式。很快,然而,主角可能会发现当一个手势不是发自内心时,他们可能会感到失望,很多令分析师懊恼的是,当分析师摆出浪漫的姿态时,完全是为了让快乐的伙伴:如果他们完成了买花的动作,他们期望他们的伴侣感到高兴,而不是失望。障碍,但情感支持和联系的表现意味着一个伟大的与主角打交道 分析师可能很难理解这一点。

这种动态可以体现在生活的许多领域。

主人公希望他们的伴侣倾听,证实他们的感受,并同情他们他们,而分析师可能会急于提出合乎逻辑的解决方案。大量的建议,主角可能会觉得自己好像被无效了,甚至因没有寻求对他们的分析师合作伙伴来说显而易见的解决方案而受到批评。尽管分析师试图提供帮助,但他们的默认做法是用头脑解决问题而不是他们的心,敏感的主角可能会因此感到受伤。

## 重新平衡主角与分析师的关系

### 可怕的家务图表

在实际方面,主角-分析师夫妇应该解决家务和责任正面。如果他们忽视他们的待办事项清单太久 - 或者推迟制作完全列出待办事项 他们会发现自己陷入不必要的压力之中,这不可避免地会对这种关系造成影响。

为晚餐做饭可能会在漫长的一天结束时引发争吵。

幸运的是,这对夫妇不必将所有空闲时间都花在家务上,也不必相反,他们可以为重复性任务创建日历提醒,例如取杂货;建立自动账单支付;或外包某些任务,例如草坪维护或家庭清洁,如果资源允许的话。

这对夫妇可能还想避免承担太多的项目或产品需要日常维护,从“修缮”房屋到额外的汽车。生活简单是游戏的名称。通过尽量减少他们的索赔数量时间和注意力,他们腾出时间一起学习和成长。

这样做:

- 留出时间讨论家庭责任 一个小时就足够了。  
(这个过程有零食更愉快。)
- 讨论每个伴侣对经营良好、维护良好的生活的愿景。  
房子或公寓必须是吗?
- 列出每一项经常性的琐事,将它们分类为以下类别:财务、清洁和洗衣、家庭维护、购物和差事,以及杂项。如果相关,请添加儿童保育、院子维护、汽车维护、以及您共同的生活方式所特有的任何责任。

- 圈出每个可以自动化的项目,例如支付账单或存钱  
从每份薪水中提取一定数额的退休金。  
合作伙伴将设置这些自动化并共同确定截止日期  
如果可能的话,立即处理任务,同时激发灵感  
这样做很新鲜。
- 划掉可以消除的“家务压力”来源,例如未充分利用  
工具、未穿的衣服或塞满橱柜的不受欢迎的杂物  
积累灰尘。计划如何适当地处理物品。
- 划分剩余的任务,共同商定谁负责什么  
以及频率。留出一些家务一起做,并想方设法  
让他们相对愉快 比如播放音乐或配对旅行  
五金店参观比萨店。
- 每周重新审视清单并决定哪些任务将被优先处理  
提前几天。安排时间照顾他们。

分担家务时,合作伙伴可以自愿承担更多的责任  
适合他们的。主角可能会被教师会议吸引,而  
分析师可能喜欢处理更多技术领域,例如汽车或自行车  
维护。

### 获得支持

分析师真诚地希望支持他们的主角合作伙伴。  
建议和解决方案,而不是同理心和浪漫的姿态。  
分析师讨厌看到他们所爱的人遭受痛苦,这种感觉迫使他们  
当他们的伴侣度过了糟糕的一天时,跳出想法。  
可能无法察觉分析师“你为什么不只是  
……” 尤其是当他们已经感到受伤或脆弱并正在寻找

同情。结果是伤害了双方的感情,即使分析师可能不会当他们善意的建议被搁置时,让他们感到困扰。

为了弥合这一鸿沟,主角可能需要有意识地提醒自己他们的伴侣只是希望他们快乐。

沟通风格是判断性的或漠不关心的,即使他们试图成为很有帮助,因为这些类型的人不善于表达温暖和富有同情心对主角来说如此自然的手势。

他们可能不得不具体说明他们的确切需求,而不是期望他们的分析师合作伙伴知道如何安抚他们。

- 请求聆听。阐明您的需求：“我刚刚与我的妹妹,我需要把它从我的胸口拿下来。”这澄清了谈话是一种改善的精神或情绪状态,而不是解决方案或行动计划。
- 如果你的分析师伙伴打断你的建议,回应说,“我很感谢你愿意帮忙。如果这次谈话变成了 to,我只会感觉更糟做清单。我们可以把解决问题留到下次再做吗?”或者“现在我只是想谈一谈。弄清楚该怎么做可以稍后再说。”分析师尊重这种独立性。
- 对您的分析师合作伙伴的时间和关怀表示感谢和赞赏。分析师不是情绪化的读心者,所以请解释他们的存在和支持 和限制 是有帮助和有意义的。

通过改变他们的沟通方式,主角可以创造条件让他们的分析师合作伙伴提供真诚的关怀。建议而不是同理心,主角可以识别和欣赏他们表达关心的方式。通过认识到激励分析师的爱的能量

行为,主角甚至可以在他们的伴侣最实际贡献。

## 主角-外交关系



主角和他们的外交官伙伴激发了彼此的想象力。由于共同的价值观,包括同情心,两人自然而然地找到了共同点和自我发展。其他人的创造性追求、激情和梦想。主角和外交官可以与每个合作伙伴建立良好的支持关系验证他人人格的某些方面,而世界上大部分人都会将其视为过于理想化或不切实际。

## 平衡的主角-外交关系

### 他们梦想的美丽

外交官对他人的想法和情绪格外敏感,这可以一种祝福,但这也意味着他们对轻视非常敏感 甚至察觉到的轻视 来自其他人。

对那些似乎重视效率、安全或肾上腺素的人的内心渴望  
冲过艺术的魔力或真正的人际关系的快感。

因此,在主角和另一个人之间关系的早期阶段  
外交官,两人很可能欣喜若狂,终于找到了一个似乎  
了解他们的人生哲学。

他们知道如何鼓励而不是扼杀彼此的梦想种子  
无论是写小说、创办非营利组织,还是在海外生活。  
彼此之间的欲望可以是一种宣泄,深刻验证的体验,一种  
将吸引力和感情的纽带转变为更持久的东西。

随着关系的成熟,主角和外交官可以温柔地鼓励每一个人  
其他人去实现他们的渴望而不是怀疑他们或让他们萎靡不振  
在想法阶段。

在相信他们的人面前绽放。  
主角和外交官可以互相鼓励对方的愿望  
又是她们梦寐以求的美丽。  
成长,但也作为一对夫妻变得更加亲密。

### 同情与沟通

主角与外交官之间的团结感会迅速增强。  
团结发展成外人可能看不到的微妙的强度和忠诚  
而是伙伴之间感受很深。  
非凡的同情心,促使他们理解和适应  
彼此在深层次上。

在一段关系的早期,这种理解可能比任何一方都浅  
意识到。然而,这对夫妇的非凡之处在于,当他们开始了解

彼此更好,他们的欣赏往往会增加。

接受他们的伴侣作为有细微差别的人 尽管他们很漂亮,但工作正在进行中。通过创造一个让每个合作伙伴都感到被看到、听到、并被接受,这两个人可以享受建立在对在这种关系中,每个人都可以自由地居住在他们的真实的自我 对外交官来说尤其重要。

### 梦想它,做它

在外交官中,主角是相对行动导向的。

几个小时 (或几周)梦想着更美好的未来,但他们也关心采取措施将他们的梦想变为现实。

为外交官与外交官之间的关系做出贡献,因为其他外交官可能难以做到按照他们的宏伟想法采取行动。主角-外交官夫妇可以一起看得更远现状以及其他人看不到的认可潜力和可能性。

由于主角的影响,他们可以弥合梦想与现实之间的差距采取行动。

反过来,其他类型的外交官可以帮助主角放慢速度并休息一下。

主角如果不被驱使就什么都不是,尽管这种特质使他们有效,它还会导致精疲力竭、倦怠和精力浪费。

美丽的对位,温和地鼓励主角休息一天时不时地执行任务和订婚。停工时间可以更新夫妻的联系感,让他们留出时间和精力来加深他们的智力、情感和身体上的亲密关系。

## 不平衡的主角-外交关系

太多了

如果主角不平衡他们的个人需求和关系的需求，  
压倒性的纠缠感可以包含深厚的联系。

与 Diplomat 合作伙伴的太多相处会让人感到僵硬,尤其是如果它阻止  
主角从追求个人利益和发展自己的观点  
和意见。当他们追求自我发展的个人目标时,主角  
需要空间和自由度来抛开他人的期望,做真正的自己。

同样,他们希望他们的合作伙伴制定自己的自我发展课程。  
当合作伙伴不这样做时 或者更确切地说,当他们不符合主角的要求时  
追求自我发展意味着什么的愿景 主角可能成为  
焦躁不安和不耐烦。逐渐地,他们会失去尊重,想知道为什么他们的  
合作伙伴不能更独立、自主或沉着。  
外交官几乎肯定会接受这样的判断,减少信任和  
关系中的亲密关系。这可能会成为一个恶性循环,敏感的外交官  
让合作伙伴以一种果断的方式参与粘人、有需要或相互依赖的行为  
重新获得主角认可的徒劳努力。

白骑士

主角-外交官夫妇可能会为他们的理想主义期望而苦苦挣扎  
关系。在约会阶段,他们可能会解释共同的兴趣和  
出人意料的坦诚对话 关于他们的生活、希望和艰辛  
他们已经面对 – 作为兼容性和连接的替身。  
把彼此放在基座上,在他们的关系发生之前将他们的关系浪漫化和理想化  
真正开始。唉,就像没有人是完美的一样,没有关系也是如此。

经历冲突,持久的联系需要意识、努力和每天  
最重要的是,真正的幸福无法在另一个人身上找到。

这种现实可能会让任何期待

另一个人来“完成他们”或期望一段关系来挽救他们的人

情感创伤。在一段关系的初期,事情可能确实看起来

完美。但随着时间的推移,问题不可避免地会出现 而且不仅仅是以  
分歧(尽管这些也是不可避免的)。

或在工作中遇到重大挫折,并沮丧地发现另一个人

伴侣的爱和同情无法治愈他们的悲伤或减轻他们的压力。

如果主角认为他们的伙伴没有接受,他们可能会感到特别失望

提供支持的明确行动。

情感或存在的痛苦,他们可能会质疑这种关系本身作为  
结果。

### 未完成的事

在更实际的层面上,生活组织可能会给主角带来问题

外交官伙伴,即使他们共同生活的其他方面看起来很理想。

他们的直觉和感觉特征,这些夫妇会被伟大的想法和梦想所吸引

关于未来。支付电费、维持预算或完成期末

家居装修的各个阶段可能会从他们的视线中溜走。

因此,当他们主要担心培养时,这两个人可能会顺利航行

他们的新关系,但是当他们同居时,将他们的财务状况结合起来,并且  
分担家庭责任,压力会越来越大。

取出回收?信用卡上累积了多少债务?

汽车应该再次换油吗?

这对夫妇可能会感到不知所措,陷入更深的拖延之中。这从长远来看,只会引发更多的焦虑和紧张。

## 重新平衡主角与外交官的关系

### 时空

主角-外交官夫妇,他们不断关注彼此的感受,有时会忘记他们不需要时时刻刻都在一起,他们也不需要。每当他们的伴侣感到沮丧时,他们必须介入并提供帮助。有时人们在允许处理和释放他们的感受时做得最好靠自己。这些伙伴,像所有的夫妻一样,偶尔需要互相提供空间和时间给自己。

如果两个人追求不同的爱好,在某些话题上存在分歧,或者处理一些他们自己的问题,并不意味着这段关系注定要失败。

独立时刻促进合作伙伴之间更可持续的联系,让他们享受有意义的联系而不被它所包含。

说,外交官可能(可以理解)如果他们的伙伴建议花更多的时间分开。最好是随意而愉快地发起这样的改变,不在战斗或争论的背景下。

- 以愉快、和蔼的方式宣布变化,注意不要说任何可以被解释为关键的东西。
- 如果可能,建议下次联合活动:“我要去公园玩皮卡篮球比赛。”
- 将变革视为相互支持的机会。

可以让双方都受益:内向的伴侣得到独处时间的礼物

蜷缩在一本好书或思考这个世界,和外向的合作伙伴  
可以培养自己的友谊和人脉。

- 如果出现紧张或阻力,通过解释情绪和  
结识新朋友和加入团队的心理好处。  
篮球曾经让我感到如此坚强和自信,我真的很想  
在附近结交一些新朋友。”外交官想要提供帮助,如果  
他们明白给他们的伴侣更多空间的好处,他们会  
有动力去做。

主角和他们的外交官伙伴都可以找到机会  
传达他们需要自己的空间,而不会感觉像是被拒绝。  
主角也可以通过欣赏来缓和他们的期望,认识到如何  
很难找到像外交官一样愿意帮助他们的合作伙伴。

### 没有喷枪

人际关系似乎是一切的答案。华丽,勇敢,和  
聪明,我们的合作伙伴让我们神魂颠倒,看到别人错过的内在美,  
让我们的心再次完整。他们在我们悲伤时安慰我们,供应我们  
当我们一文不名时,让每一天都成为一场清醒的冒险。就像来自  
杰里马奎尔: “你让我完整。”

是的,我们可以对这些过分的理想化视而不见,但多亏了  
广告、社交媒体,甚至我们生活中的人们,这些梦想  
徘徊在我们无意识的头脑中。结果是黑白动态  
要么我们找到了我们的绝配,要么我们还没有。  
外交官在心理上尤其容易受到这种思维方式的影响  
“喷枪”他们的合作伙伴并沉迷于不切实际的期望。

他们的伴侣 - 不可避免地 - 让他们失望,这些类型可能会称为整个关系成问题。

为了对抗这种现象,主角可以从承认自己开始以健康、平衡的方式解决失误、弱点和个人困难。在关系中培养安全感和开放感,让合作伙伴能够培养真正的同理心和相互尊重。

- 在适当的时候,承认错误和个人的挣扎 不是为了验证而钓鱼或过火。
- 不要期待回报 (换句话说,你的文凭合作伙伴立即承认自己的弱点)。  
增加关系的诚实、深度和真实性的机会  
双方都需要释放 (或看起来)完美的时间。
- 注意你的外交官伙伴如何表达支持、鼓励和验收。
- 及时,当你的外交官伙伴表达了他们自己的弱点时,反映他们过去为您提供的支持。
- 请记住,这些增长领域是人类状况的一部分;因此,它们让我们对彼此产生真正的同理心。

脆弱的表达为合作伙伴双方打开了一个诚实和真实的空间而不是防御性或判断性。没有人是完美的,并且通过承认这一点一种平衡的、不带偏见的方式,我们建立关系,让同理心和真实性可以茁壮成长。

## 拖延走开

当这对夫妇感觉到彼此缺乏联系时,问题可能出在令人惊讶的有形根源。即使对于这些大局思想家来说,成堆的未开封邮件、未完成的家居装修项目和溢出的垃圾桶创造压力。增加一些关于谁应该做什么的紧张情绪,并且有一个秘诀疲惫不堪,脱节的情侣。

主角可以积极鼓励他们的外交官伙伴 以及他们自己关注实际问题。深入、有意义的对话可以极大地有回报,但有时有必要坐下来付账。

可能比洗衣服更专注于更高的个人目标,但通过形成一个理解并坚持到底,他们可以支持彼此关注世俗的责任。

- 预留一两个小时。  
和笔。
- 让每个合作伙伴设想并分享他们的感受和他们的感受  
没有未完成的事情的重压就可以做到。  
记下笔记。
  - 他们会更有灵感去创作吗?
  - 他们是否更容易获得手工艺品?
- 致力于作为一个团队处理未完成的业务。  
名字,如果它是激励的话。
- 创建一个非正式的问责协议,合作伙伴之间的承诺  
帮助做家务和处理旧的待办事项,这样双方都能享受更快乐、更充实的生活  
一起放松的生活。让每个伙伴都说出一个承诺。

- 列出每项未完成的事情,从水槽里的脏盘子开始  
打电话给屋顶工人进行估价。
- 决定谁将负责每件物品以及他们何时负责
  - it. 将基本任务 (支付账单)优先于可选任务  
(给花园除草)。
    - o 不要过度承诺。
    - o 尽可能自动化重复出现的项目。
    - o 承诺每周在同一时间重新访问此列表并进行调整  
它是必要的 - 通过练习,这个过程会变得更快速和更轻松。
- 坚持规划。
  - o 感谢彼此的贡献。
  - o 定期回顾第二步的笔记。
  - o 重拾这种共同努力创造更美好未来的精神。
- 如果可能,以团队的形式处理家务。  
将乏味的琐事变成碰碰肩膀和大笑的机会。

清理一长串旧杂务会让人耳目一新,这对夫妇可能  
发现厨房打扫干净,账单结清后,他们突然觉得更自由了  
过他们想要的生活,无论是播下新事业的种子,还是通过享受  
他们辛勤工作的成果。

## 主角-哨兵关系



主角和哨兵在帮助他人的动力上找到了共同点。

哨兵通过创造和保持稳定来做到这一点,确保地面稳固

在亲人的脚下。主角培养价值观并提供情感

支持,旨在让世界变得美丽,只为他们所爱的人。

这对夫妇可以享受来自相互支持和支持的难以置信的满足感

全心全意的生活。

## 平衡的主角-哨兵关系

### 敬业精神

尽管主角可能并不总是想脚踏实地,但他们

可能会开始欣赏 Sentinels 带来的秩序和结构

关系。在他们浪漫的渴望之下,主角渴望某人

可靠而坚定,可以在他们身边度过风暴的人。

可以很好地满足这个要求;他们认为忠诚度对于平衡关系至关重要

并在找到合适的人后全力投入。

通过互相取长补短,这对夫妻可以平衡坚持必要变革的挑战(和喜悦)。

现状,哨兵几乎没有打算阻止他们的伙伴。事实上,它们可以作为很好的共鸣板,帮助主角区分灵感来自幻想。主角是否渴望穿越美国的公路旅行或者建立一个动物收容所,他们可以依靠 Sentinels 的良好判断力和实用性清晰度。这对夫妻在努力欣赏彼此的梦想时表现最佳和目标。他们可以通过寻找共同点来实现这一点,而不是不同之处在于对美好生活的憧憬。

### 灵感与执行

主角可能会惊喜地发现他们的想象力和理想主义对务实的哨兵很有吸引力。

他们的舒适区并发现新的乐趣,主角喜欢介入并分享对他们来说重要的事情,从音乐到山景。这些手势从外面看起来可能很小,但它们可以成为夫妻的共同身份,加强他们对彼此的欣赏和更新他们对彼此的意见、想法和观点的好奇心。

当主角用爱和爱来平衡他们毫不掩饰的革命声音时尊重,哨兵欢迎扩展他们的思维并考虑新的视角。主角给一些人的沉稳心态带来了一股清新的空气哨兵,为他们的互动注入希望、鼓励和能量。

主角伙伴,哨兵比他们自己想的要大,而引入必要的扎根注意力,看看细节是否真的可以排队。这对夫妇可以一起享受生活的所有阶段,主角乐于与他们的伙伴和哨兵分享新事物

对有机会在需要时提供稳定性和连续性感到满意最多。

## 不平衡的主角-哨兵关系

### 误会什么是实用的

一旦灵感的新鲜感消退,主角可能会找到他们的哨兵合作伙伴质疑他们想法的实用性。关于如何改善未来或重新安排世界的另一个概念,他们的哨兵合作伙伴可能会呻吟,“已经够了。”哨兵可能会误会主角的众多的兴趣和参与表现为肤浅或混乱。破坏主角对自己能力和效率的看法。

实用与不实用之间的区别通常是见仁见智。哨兵遵循固定的规则和传统,他们组织周围的世界以常识、日常的方式。主角的创造力和崇高的想象力对他们来说可能看起来不成熟或不切实际,尤其是当主角挑战时哨兵认为必要的规则或目标。他们的意见分歧会引发严重的不平衡,削弱尊重以及构成支持关系基石的善意。

### 你想要什么?

鉴于哨兵对细节和传统的关注,主角可能会因似乎缺乏远见。他们的伴侣怎么会如此迷失在细节中日常生活和现状的坚韧不拔?主角开始厌倦谈话都是关于谁做了什么,什么时候到期,以及你看到她在婚礼上穿什么了吗?

主角可能会开始认为他们的浪漫伴侣缺乏想象力或不知何故目瞪口呆。

尽管这种不匹配在合作伙伴关系的最初几天可能并不明显，哨兵和主角的不同优先事项可能会导致关系紧张成熟。正如主角寻求更深入和更有意义的互动，哨兵变得足够舒适，可以放松到稳定的日常生活中 并期待他们的伙伴相应地安定下来。

哨兵通常有一个时间表，说明他们希望什么时候一起搬进来，得到结婚，一起买房，生孩子等等。

关于改变关系或反省 他们自己的例行公事

哨兵可能会误认为对关系不忠和违反

事情 “应该”如何发展。这种动态对双方都造成伤害，抢了这个随着时间的推移，他们一起成长的感觉。

## 重新平衡主角与哨兵的关系

### 把它备份

尽管他们一开始可能会反感或不理会 Sentinels 的务实心态，

主角可以来欣赏它。哨兵伙伴提供了务实的

可以支持主角向最崇高的高度成长的对位 - 和

更好的是，它可以使他们共同成长。

但是，主角可能不会兑现他们的想法。

一方面，它困扰着尽职尽责的哨兵，另一方面，它玷污了

主角的自尊。

为了弥合这种鸿沟,主角可能想让他们的伙伴带头,在至少在一些小方面:例如,每周的膳食计划或早上的清单例行公事。随着哨兵创造稳定和秩序,主角可能会感觉更清晰有头脑,更放松,更有能力贯彻他们的想法

require – 碰巧的是,这也是他们的 Sentinel 的后续行动

合作伙伴期望。当主角实现他们的梦想时,他们的自我形象提高他们对合作伙伴的感激之情。

欣赏,他们会增强哨兵的精神,从而加强关系。

对希望合并这两种方法的主角建议:

- 当表达一个牵强的、暂时的想法时,澄清这只是一个想法实验。虽然 Sentinels 可能不喜欢那种对话,但他们感谢知道一个想法是否会成为一个计划。
- 如果这个想法是认真的,征求反馈意见:“我想创业,我认为我可以在一周内在县里注册我的商号。这合理吗?”
- 制定时间表,并准确解释何种责任或支持会有帮助。  
落后了,你能帮我制定一个新的时间表吗?”
- 当出现问题时,诚实并寻求帮助:“我知道我落后了很多,而且我很确定我已经丢失了至少一半的文书工作。推荐?”哨兵在这种情况下大放异彩。
- 表达对支持和帮助的感激和喜爱。

主角喜欢敞开心扉,哨兵可以帮助他们成为与周围的世界兼容。

一致性,这些夫妻可以通过各种努力相互支持,  
大的和小的。

#### 温柔的保证

当 Sentinels 抵制 Protagonists 对改造和改进的渴望时,  
不仅仅是因为他们喜欢现状 还因为他们害怕自己的  
合作伙伴将把他们抛在后面。  
搬到新城市或培养新爱好会引发一系列事件  
以他们的主角伙伴失恋、结识新朋友或  
否则放弃他们一起制定的计划。  
当他们的伴侣在没有他们的情况下做新事情时,他们可能会感到“被遗忘”。  
哨兵渴望安全感,这是他们创建心理时间表的原因之一  
关系“应该”取得进展。如果他们达到了每个里程碑,他们的理由是,这意味着  
他们的生活和他们的关系是成功的。当这些类型感到脆弱时 因为  
例如,当主角伙伴建议改变关系时 他们  
更加严格地坚持自己的计划和期望。

一旦主角意识到他们的伙伴不仅仅是顽固,他们就可以  
使用他们的情绪协调来安抚他们的哨兵伙伴并包括在内  
每当他们提出更改建议时。  
像哨兵一样移动、担任新职位,甚至去新地方  
假设主角打算贯彻他们的想法。  
谈话对主角来说是令人兴奋的,他们会引发恐惧、焦虑和  
不安全哨兵之间的不确定性。

当主角为哨兵的家门口带来变化时,他们可以安抚他们的  
伙伴,并通过使用温和的、

理解方式,更不用说合理详细的解释了  
改变的实际后果。同样重要的是,主角可以参与他们的  
决策过程中的合作伙伴。通过征求反馈意见和建议,  
实施一个想法,主角可以利用他们的哨兵伙伴的不可思议的  
优势 包括务实的心态和对细节的关注。  
同时,这种方法可以让主角让他们所爱的人放心  
他们不会被抛在后面。

考虑以下:

- 在提出改变建议或开始反省对话之前,  
考虑它是否可能被解释为批评或无效  
您的 Sentinel 合作伙伴的愿望、计划和偏好。  
以表明承诺和支持的方式进行对话  
关系。例如,搬家可以被视为一个机会  
一起建立一个家。
- 如果可能,仅在环境和心情不佳时才提出更改建议  
有利于交谈。交通拥堵,人多的地方,人少  
赶去上班之前的几分钟并不能提供最好的环境。
- 首先解释变革的切实好处:“我一直在想  
关于重返学校,因为我认为它可以开辟一些新领域  
的职业发展,并帮助我在职业生涯中取得进步。”
- 提供一个计划,描述变革所需的时间和资源  
需求 换句话说,预算和时间表。  
合作伙伴高估变革的影响。
- 询问您的 Sentinel 合作伙伴:“您对此有何看法?”

- 征求对想法的反馈并认真倾听。  
沟通和信任,不是为了自己是对的(或者证明对方是错的)。
- 寻求帮助实施或(如果合适)进一步研究变革。  
强调作为夫妻共同前进和发展的愿望,而不是  
而不是分开。
- 请记住,哨兵在面对变化时可能会感到焦虑,  
所以要注意他们的情绪状态。  
压力大,建议改天再说。
- 以表达感激和感情结束谈话。

当主角让他们的哨兵伙伴放心时,他们就会启动良性循环。

哨兵合作伙伴开始了解这种关系提供了深度安全和支持,他们在其他领域的生活方式变得不那么僵化,从而防止将来的紧张和不安。

## 主角-探索者关系



当主角和探索者约会时,他们发现微妙而

他们之间不那么微妙的差异。

一切,但当主角谈论抽象时,他们变得不耐烦,

数小时（或数天）的价值观和理念。

这对夫妇可以在发现、兴奋和快乐中茁壮成长,享受最好的生活所提供的。

## 平衡的主角-探索者关系

### 炽热

在这段关系的早期,火花四溅。被探索者的自由精神所吸引和他们热情的真实性,主角发现 或者可能投射 一种光环围绕这些冒险伙伴的浪漫。

主角沉浸在他们的能量和注意力中,完全沉浸在关系。这两个人可能会觉得每天都被对方吸引,随着随着约会时间的临近,人们既兴奋又期待。

随着时间的推移,这种最初的吸引力可以加深成为真正的激情。

始终如一的支持可以帮助治愈探索者自尊或自我形象中的任何伤口

- 双方都感到满意的动力。

被探索者与他们分享世界所感动的方式所感动,作为探索者

不断寻找新的餐厅、假期、地点和体验

情侣可以一起享受。当最初的火花消退时,这种组合

始终如一的支持和共同的新鲜感可以通过以下方式重振这种关系人生的每一个阶段。

### 一个全新的世界

有了探索者伙伴,主角可能会开始感受到他们人生的选择。

探险家的自发性 例如,落日在海洋中倾斜或突发奇想

野营旅行的时刻 可以重振主角的生活乐趣,帮助他们释放

抛开世界的忧虑,享受当下。当然,主角不在失去良心的危险,但一点乐趣可以是一个受欢迎的喘息机会通常驱使他们的责任感。

这听起来可能非常肤浅,但这些合作伙伴可以互相教导真正享受生活 而不是因为探索者带着主角去时髦的新餐厅。通过教导主角活在当下,他们的探索伙伴会提醒他们生命转瞬即逝的本质,以及欣赏世界本来面目的必要性,甚至因为他们努力改进它。

在探索者的支持下,主角可以走下“我做得还不够”,这让他们很难休息和充电。主角可以打开探索者的眼睛,享受服务和贡献的乐趣。任何定期做志愿者的人都可以证明,帮助他人是其中之一这个星球上最大的幸福助推器。通过扩大彼此的视野通过这种方式,这对夫妇可以享受快乐和目的,快乐和意义。

## 不平衡的主角探索者关系

### 固执随之而来

随着时间的推移,任何一对夫妇都会发生这样的情况,主角-探索者夫妇有可能倒退他们的核心偏好,而无视他人的需求。

固执地坚持自己的观点,如果他们无法学会尊重彼此的生活方式。

他们自己推动不情愿的探索者合作伙伴检查自己并发现深刻而有意义的改变。

以体验为导向的 Explorer 合作伙伴感到脱节或被评判。

主角有时会在整个过程中关注其他人的福利和潜力太严肃了,好像他们已经同意了一些严峻的任务。周末和朋友在一起,他们最不想讨论的就是大法官由某些公司或政府实施。摆脱这种严肃的心态,在他们“应该”的时候玩得开心,可以快速测试他们的 Explorer 合作伙伴的耐心。他们自己想知道什么样的人似乎可以关闭当世界上有比切割更重要的事情时,他们会关心松动的。

#### 我对我们

主角在团队努力中茁壮成长,他们将自己和他们的伙伴视为充满活力的二人组。他们喜欢合作、集思广益、解决问题,以及通常与伴侣一起面对世界。

手 尤其是内向的探索者 都是为了能够做自己的事 尽管他们欣赏他们的伴侣,但他们会做出自己的决定 独立并且不喜欢除了他们自己之外不回答任何人。

一些探索者甚至可能带着一辆他们没有咨询过他们的车回家继续合作,但这种动态也可以以不太戏剧化的方式表现出来。主角可能会感到受伤,例如,如果他们的伴侣在工作中遇到重大障碍并且不寻求他们的支持 甚至不向他们提及。帮助,当他们的 Explorer 合作伙伴不需要帮助时,感觉就像个人侮辱。如果主角主动提供帮助也无济于事,因为探索者可能会感到窒息、事后猜测或受到谴责。

## 重新平衡主角与探索者的关系

### 好抱怨

当主角判断他们的探索者伙伴浅薄或自私时,他们调用由关系确定的“天启四骑士”之一研究员 John Gottman。具体来说,他们批评,这是毒性最强的浪漫关系中的沟通方式。自相矛盾的是,如果探索者抗拒或忽视这样的判断,主角可能更倾向于批评他们合作伙伴的频率或力量更大 以及更具破坏性的影响。探索者采取防御性反应并发起反击的方式,这可以严重打击敏感的主角。

幸运的是,这并不意味着这段关系注定要失败。

批评的解毒剂是毫无责备地抱怨。

谈论任何深刻或有意义的事情,“可能会变成,“我喜欢分享我的想法和你在一起,因为你对我来说意义重大。愿意讨论一个伟大的想法吗?

方式,合作伙伴仍然可以表达他们的感受和他们的挫败感互相伤害。

动手修复的大门,探索者很乐意识别并实施。

实现这一目标的步骤:

- 考虑投诉是否必要。  
要说的。当有疑问时,等一分钟再说话。  
不同于镇压。  
随着时间的推移,它可能需要表达。)

- 如有疑问,请使用轻松、幽默的语气:“等一下,我们没有同意就在那上面!” 探险者更可能因为被叫出来而被逗乐,而不是被冒犯了,如果它是以友好的语气完成的。
- 提出积极的要求;换句话说,以积极的态度要求一些具体的事情条款。“我们可以停止谈论派对吗?”  
“几分钟内我在想什么?”
- 请记住,探索者渴望做,而不是说话。  
远足或风景优美的驾车可以为有意义的活动提供更好的背景  
交谈胜过在家里闲逛。

随着积极的对话开始超过批评,主角可以重新认识他们自己与探险家合作伙伴的优势和天赋。  
挑战,主角-探索者关系的即时性和有形性  
为这些可以克服挑战的夫妻创造感人至深的时刻  
所有尺度。

### 在一起和分开

主角想要提供帮助,但如果做得太过分,这可能会变成一种被帮助的愿望  
涉及伴侣生活的方方面面。  
只要有可能,甚至会跟着跑腿。  
提供建议和支持的机会 无论是否需要。  
转向过度参与,探索者可能会通过发挥他们的独立性来做出反应,  
将他们的主角伙伴排除在他们的重大决定和方面之外  
生活。

不可能控制或改变任何人。  
如果他们的伴侣不讨论重大决定、变更或

购买,他们不能强迫探索者放弃他们的个人主义倾向。

主角可以诚实地评估自己的行为,寻找他们可能有的方式

过度参与或专横。

在真正重要的事情和他们可以放弃的事情之间。

当他们想要在他们自己和他们的合作伙伴之间创造更多的参与时,

主角可以使用以下策略:

- 以与您喜欢的方式大致相同的方式参与您伴侣的兴趣
  - 合作伙伴参与你的。机会是这将需要提出问题,
  - 表达好奇心,或(如果适用)要求在他们工作时观看。
  - 是它不会需要主动提供的建议或帮助。
    - o 你不能强迫探索者表达对你的真正兴趣
      - 激情,但你可以模拟你想要的参与类型
      - 收到。
- 寻找机会让您的 Explorer 合作伙伴参与实践活动
  - 而不是被动的。陶艺课或攀岩馆可能是更好的选择
  - 目的地比诗歌朗读。
- 即使您的 Explorer 合作伙伴最初表示不愿意参与
  - 一项活动,一旦他们参与其中,他们可能仍然会玩得很开心。
  - Intuitive and Feeling traits,你可以学会区分轻度
  - 不情愿和真正的厌恶。
  - 稍后,认识到是时候退缩了。

如果我们能把我们的伴侣变成我们希望他们成为的任何人,爱就会

失去意义。有时,探索者的个人主义可能会与主角的个人主义发生冲突

渴望作为一个团队行动。通过注意自己的行为并知道何时退缩

(以及何时向前迈进),主角可以避免专横或咄咄逼人

他们邀请他们的探索伙伴花更多的时间 和情感能量  
一起。

## 结论

### 爱井

贯穿主角一生的一个始终如一的主题是培养深思熟虑的意图  
联系和进步 在他们自己身上,在世界上,尤其是在他们自己身上  
与他人的关系。当谈到浪漫的爱情时,这些类型的人是明智的  
保持他们的热情和忠诚,但他们也应该超越他们的苛刻  
拥抱等待着各种宏伟可能性的观点。

宽容,爱情可以在主角和任何人之间建立和维持  
其他类型。类型之间没有完美的匹配,只有精彩的满足  
相互吸引并愿意原谅的人之间的匹配  
错误,学习,共同成长。

本章中的信息可以帮助主角在他们的旅程中  
了解他们自己和他们的关系。  
准确了解其他人的想法和感受有何不同,即使是  
像主角一样情绪敏锐。  
主角增加了自己见解的客观性,使更深入  
与那些在他们心中占据特殊位置的人建立联系。

### 携手前行

对于主角来说,最好的浪漫关系并不是被动的。  
快乐只是充实关系的一部分,尤其是从长远来看。  
主角希望与他们的伙伴有意识地、进步地行动。

当恋人快乐地占据彼此生活的大部分时间时,魅力就会减弱  
他们生活中愉快的方面也交织在一起。

行李,并期望彼此单独或在看不见的地方处理这些事情并不  
创造主角渴望的那种相互关联的关系。

就是用耐心、爱和宽恕来面对彼此的问题,以及  
在现实世界中共同采取深思熟虑的步骤来解决问题。

主人公喜欢在头脑中思考、梦想和理解事物,但思想  
只是进步的第一阶段 生活和爱情。

与浪漫伴侣的合作和妥协是前进的关键

这同样适用于实现希望和梦想并保持

个人自由和个性。

上面的重新平衡部分只是提供了一些关于主角和他们的  
伙伴可以互相尊重,同时得到他们需要的快乐。

相信任何关系都会阳光明媚是不现实的,完全有可能  
一起度过难关,微笑着走出彼岸,手牵手。

主角可以和自己爱的人一起为自己创造这条幸福之路。

## 为人父母



### 道德和鼓舞人心的

主人公父母努力让他们的孩子记住道德规范的重要性  
解决世界问题的方法,但他们对生活的看法充满希望  
这些教训确保通常比责备更令人振奋。

故事被用于其预期目的 为他们的孩子提供关于如何  
为正义而战,勇敢面对不公正。

他们的孩子不是完美的,而是始终在成为某种东西的旅程中  
更好,为自己和所有人。

在他们最好的时候,主人公的父母是热情、慈爱、坚定和坚定不移的,  
为孩子提供追求自由和支持的特质组合

这些特征也引导他们尽可能远离更多

青少年的危险陷阱。主人公父母在孩子的成长过程中扮演着积极的角色

生活,用爱和支持引导他们,但也坚决拒绝让任何人

他们认为在道德上被误导或自我毁灭的行为。

## 虔诚豁达

尽管主角可以通过挑战世界上所有的一次解决问题,他们的注意力很少分散到不能浪费时间慷慨地分配给最亲近的人。

原因,牧养他们的后代可能是他们最重要的努力。

记住孩子的主角父母需要空间,也需要亲密感,多年来与他们的后代保持牢固的联系并不困难。

这种性格的父母虽然觉得应该不遗余力地确保孩子的健康和福祉,他们会毫不犹豫地表达自己的意见以尊重的、适合年龄的方式表达关切。

富有同情心,为他人着想,同时也让他们对自己负责他们的选择和行为。

他们会毫不犹豫地公开;但是,他们欢迎与他们的孩子们在道德上的分歧。

信仰,主人公父母可以在他们的孩子一生中支持他们,因为他们发展自己的身份和信仰。

## 不切实际的期望

尽管他们的初衷是好的,但所有父母都在育儿的各个方面苦苦挣扎。

父母在某些时候变得不知所措和压力是不可避免的。

他们的脾气是够熟悉的,但异常沮丧的主角父母可以

面临危机。如果他们的孩子在道德判断方面出乎意料地失误(就像一定会发生的),这些父母可能会放飞他们的想象力,

阅读简单错误中的彻底道德失败。

主角的高道德标准也意味着其他性格类型的事情可能会耸耸肩会深深地冒犯他们。他们持有的信念,没有什么比看到他们的孩子更能伤害主角了挑战甚至拒绝他们。主角父母可能会责怪自己向他们的孩子灌输错误的价值观,他们可能会尝试通过情绪操纵行为。

### 爱出风头的父母

尽管这些类型的人思想开放,但如果他们对特定信仰的热情消失了另一方面,他们可能会变得非常苛刻。意识形态并期望他们的孩子遵循,天平可以从鼓舞人心到教条主义。根据孩子的需要,不同的方法最有效:顽固的父母专注于一种教育意识形态可能弊大于利。

强迫一个不感兴趣的学龄前儿童上普通话课或坚持他们的被介绍的青少年不可避免地加入俱乐部或运动队以获得更多的社交互动滋生怨恨和怨恨。当主角父母无法分享他们的激情时,他们可能会生下孩子谁自动拒绝他们的想法和信仰。

### 练习宽恕

具有这种性格类型的父母可能很难调整他们的期望与现实,尤其是在涉及道德和伦理场景时。就好像他们违反了他们的道德准则,也许是通过对他们蹒跚学步的孩子大喊大叫或给他们的青少年不合理的惩罚,主角父母可以对自己格外严厉。因为未能坚持他们的高标准。

个人期望高没什么错,但无法原谅  
他们自己 或其他人 因为失败最终会导致父母痛苦、不快乐。  
为人父母是艰难的,所有的父母,无论多么高尚和道德,都会犯错误  
很多错误。快乐、平衡的养育方式的关键是找到原谅的方法  
相反,寻找成长和改进的迹象。  
他们做对了 比如想出有效的方法来平息蹒跚学步的孩子的脾气  
而不是他们的错误可以导致他们更加满足和满足  
与自己和孩子的关系。

### 鼓舞人心的独立

尽管他们可能认为他们通过帮助孩子来鼓励他们  
解决他们所有的问题,不允许孩子挣扎的主角父母  
从他们的错误中吸取教训对他们不利。幸运的是,他们可以  
很容易将他们鼓励孩子热情转变为  
热情促进他们的成长和发展。  
他们自己是个人发展的狂热爱好者,因为他们寻求并参与成长  
机会本身。  
鼓舞人心,可以帮助他们成为孩子的导师。

激发健康独立的关键是提供适当的平衡  
对儿童一生的挑战和支持。  
困惑,但父母不应该太快介入并解决他们的问题,  
要么。允许孩子经历失败与支持他们同样重要  
“忘记”学习历史考试的孩子必须  
接受他们行为的后果(即,不注意,被  
杂乱无章的),而不是猛扑过去“拯救”他们,主角父母应该  
帮助他们应对这些后果并从中吸取教训。

## 每个发展阶段的育儿

儿童成长的每个阶段都呈现出独特的挑战和令人兴奋的里程碑。学习如何驾驭这些阶段似乎令人生畏,但有机会建立健康的依恋关系并创造有意义的回忆值得奋斗。

著名心理学家埃里克·埃里克森提出心理社会发展理论确定了八个阶段,其中五个发生在出生到 18 岁之间年龄。重要的是要记住这些阶段不是一成不变的,而且年龄列出的每个阶段都是近似值。

每个里程碑都在他们自己的时间里,甚至经常跳过阶段,在一个意想不到的订单或尝试一个里程碑并退回到旧的 - 这是在学习走路时尤其常见。

与儿科医生建立关系以检查任何问题和担忧。

以下段落讨论了每个开发阶段的期望,以及主角人格类型的优点和缺点如何影响他们在每个阶段的育儿。

### 建立联系（从出生到大约 1½ 岁）

根据埃里克森的说法,婴儿期和儿童早期阶段从出生持续到大约三岁。

他们的父母满足他们的需要。

父母满足孩子的需要,发展信任关系,以及促进自治。

婴儿在依恋之旅中的首要任务是满足他们的基本需求  
遇见。从被喂养到接受爱,婴儿要么学会相信他们的  
主人公的父母供养他们,或者对他们的所有生活产生不信任感  
后续关系。

他们的孩子,他们的婴儿很难建立积极、信任的依恋  
跟他们。

另一方面,细心和深情的父母,尤其是那些参与的父母  
持续的身体接触 例如依偎或将他们的孩子抱在  
背着婴儿背带 鼓励他们建立信任、充满希望的关系  
婴儿,并且在建立舒适的依恋关系方面可能会遇到最小的困难。

## 平衡的婴儿关系

### 建立爱的纽带

生活中没有什么比带一个新婴儿和主角回家更令人兴奋的了  
他们渴望与他人联系,发现这个阶段特别令人满意。

在孩子出生时利用他们的同理心和敏感性的人没有  
难以给予婴儿建立爱的纽带所需的关注和关爱。

婴儿需要超越日常护理的关爱。

他们的父母通过拥抱、摇晃、轻声说话和

进行眼神交流。父母慈爱的微笑不仅仅能逗乐他们的婴儿;

他们建立了一种原始联系,激发了他们发展积极发展所需的信任  
关系。

作为父母,主角在感觉被需要和享受成为孩子的孩子中茁壮成长

这是至关重要的,因为它可以在非常时期激励他们

引流婴儿阶段。

阶段,从而造成情绪波动或其他不一致的行为,但主角的看似源源不断的能量和它们的可靠性使它们不仅能够幸免于难舞台,甚至津津乐道。

#### 积极的看护人

如前所述,爱的纽带很重要。

主人公真正擅长渴望改变自己的生活以满足婴儿的需要。

他们的孩子出生的那一刻,他们第一次微笑,当他们说

“妈妈”或“爸爸” 这些都是有意义的、激励人心的经历。

父母为这些简单的时刻而活,从拥抱他们困倦、满足

摇椅上的婴儿在换衣服时冲他们做鬼脸

尿布。很少有父母像他们一样关注并欣赏这些有意义的时刻

像主角一样与孩子建立爱的纽带。

主角最大的优势之一就是他们对他人的无私关怀。

因为婴儿完全依赖他人来满足他们的需要,这可能会耗尽父母的精力

其他人格类型。然而,主人公父母真正茁壮成长的是最

会考虑一个令人筋疲力尽的任务,他们需要把他们的个人

需要搁置以照顾一个完全依赖的孩子。

与孩子建立同理心和情感纽带是他们的第一要务

整个生命周期。对于这些父母来说,婴儿期是最重要的阶段之一

与孩子互动和建立联系的宝贵时间。

## 不平衡的婴儿结合

### 承担太多

许多新父母在维持婴儿前的状态方面承受着巨大的压力  
孩子出生后的生活方式。

专注于不辜负自己或不切实际的期望

其他人,他们可能会发现自己承担的工作超出了他们的承受能力。

这种人格类型通常甚至在他们还没有

孩子,以及新父母和退伍军人都有可能尝试扮演

“超级父母”,立即重新投入工作或着迷于跟上工作

社交日程繁忙。当主角坚持要回到他们的前任时

为人父母(或新生儿前)在他们准备好之前就开始磨合,他们最终会过度劳累  
在身体上、精神上、精神上和情感上。

更复杂的事情,主角们,凭借他们与生俱来的领导能力,  
经常觉得帮助他人是他们的职责。

对于那些自称为“帮助者”的人来说,这可能会非常困难。

蹒跚学步的岁月是父母面临的最具挑战性的时期,而

不愿意寻求或接受他人的帮助会大大增加

主角的父母可能会感到沮丧、疲惫,甚至

异常缺乏动力

### 与期望作斗争

除了为承担太多而苦苦挣扎之外,主角可能还有不切实际的想法  
期望他们可以在这个阶段教给孩子什么。

他们的婴儿应该能够比现在更快地达到某些里程碑

必要或担心他们的孩子没有“按时”达到里程碑。

主角家长可能更关心教孩子坐起来，  
在他们真正准备好之前翻身、自己进食或走路，而不是  
欣赏他们孩子目前的能力，并在他们的水平上与他们互动。

看到他们的宝宝第一次翻身或坐在他们的  
自己，但推动孩子实现这些里程碑会给双方带来挫败感  
涉及各方。仅仅因为他们聪明的婴儿并没有说出他们的第一句话  
与他们朋友的孩子同时出现并不意味着他们没有走上正轨  
发展方面。发展不是衡量父母能力的标准，两者都是  
主人公的父母和他们的孩子最终会更快乐、更放松  
他们可以按照自己的节奏成熟。

## 重新平衡婴儿关系

### 寻求支持

学会平衡他们的需要和孩子的需要是最重要的事情之一。

主角可以做的重要事情。

了解并接受自己的局限性。

要求孩子出生后的最长休假时间，或者让人们知道他们会  
只是参加今年的筹款活动而不是组织它。

父母比做“超级父母”更重要，也更现实  
以及。

尽管当主人公把他们放在

他们的需求先于他人的需求，他们会发现这样做使他们  
更快乐、更健康的父母。有很多方法可以度过美好时光，但不是  
每个人都有时间（或资源）进行周末静修，每周接受按摩，

甚至每天小睡 15 分钟。

让忙碌、精疲力尽的主角父母在几分钟内充电：

- 享受30 分钟的沐浴时光,而伴侣或朋友会安抚孩子入睡。
- 接受亲戚提供的保姆服务。
- 每周一次在家里或咖啡店与朋友见面喝咖啡。
- 进行五分钟的深呼吸运动或瑜伽伸展运动。
- 加入一个俱乐部或团体,例如读书俱乐部、运动队、家长支持小组、或任何其他允许时间与他人互动的“仅限成人”活动不会被孩子分心（即使只是一小段时间时间）。
- 定期与朋友或伴侣分享想法或感受。

### 优先附件

主角准备成为非凡的老师,但当涉及到在促进婴儿的发育方面,他们可能更爱出风头而不是乐于助人。为他们的孩子提供无条件的爱和支持,尤其是在这么小的时候年龄,远比培养天才重要。

他们的婴儿在成长和发育方面“取得进步”,即使是最健康的婴儿意思是主角父母可能会牺牲一些慈爱父母的美儿童债券。

在此阶段需要进行的最重要的开发是父母与孩子之间充满爱的依恋。为了孩子的其他发展。学习爬行很重要,但是无条件地爱护和支持他们的父母,无论他们的能力如何,都是

更重要的是。以下活动可以帮助主角父母建立联系  
现在和他们的婴儿在一起并欣赏他们：

- 大声朗读。儿童故事是理想的,但不是必需的,因为小婴儿光是听父母说话就收获很多。
- 练习婴儿穿着。父母可以做很多家务和活动(如扫地或购物),而婴儿则穿着可穿戴背带。促进亲子关系,甚至帮助最挑剔的婴儿入睡 额外奖励!
- 尽可能多地进行肌肤接触,尤其是与年轻人婴儿。
- 写下婴儿的里程碑(第一次微笑、第一颗牙等)以进行跟踪他们的进步。

## 测试边界 (从大约 1½ 到 3 年)

一旦他们可以移动,年幼的孩子就会对探索他们的世界非常感兴趣  
环境与他们的感官。

他们的嘴和口头交流只是蹒跚学步的孩子的几种方式  
了解他们周围的世界。

在这个阶段,主角父母必须为孩子提供一个安全的港湾  
同时仍然允许他们体验和探索周围的环境。

可以测试界限,但仍然得到父母的支持和鼓励  
自主感。被过度限制、批评或让孩子感觉

因测试边界而感到内疚最终会感到羞耻并可能遭受  
无能或自我价值低下的感觉。

生活,可能会危及他们实现目标和发展积极的能力  
性格特征,例如可靠性或信心。

## 平衡幼儿联结

### 富有同情心和敬业精神

极度支持,主角为他们的孩子打造了一个理想的“大本营”  
在这个阶段。

结合满足他们需求的真诚决心,确保他们

蹒跚学步的孩子永远不会感到被遗弃、被忽视或不被爱。

非常独立,他们仍然渴望(并且需要)值得信赖的照顾者,并且  
主角不会让人失望。

主人公的同情心在蹒跚学步的蹒跚学步的岁月里尤其有用。

阶段当然具有挑战性,但具有这种性格类型的自信父母

享受促进孩子的好奇心和独立性,同时仍然保持

安全的环境。他们乐于帮助孩子学习如何挑选

他们自己的衣服和打扮自己,同时也促进幼儿的自然

创造力和自我表达。帮助他们的孩子学会变得有创造力、自我  
可靠、能干是主人公父母最大的快乐。

### 培养创意联系

就亲子活动而言,这些家长优先考虑的是思想开放、

积极参与作为情感联系的一种方式。

喜欢能激发他们幻想精神的事物,他们很少遇到困难

提出深思熟虑的独特想法。

学习和体验新的和不同的事物对于

主角型父母,他们在为自己追求这样的机会中茁壮成长  
出色地。

蹒跚学步的阶段致力于各种探索,从尝试不同的食物  
去发现新的地方。

为他们的孩子提供体验周围世界的机会。

主人公热爱自然,相信尊重所有生物。

他们的幼儿也能体验和享受大自然,无论这是否意味着消磨时光  
去公园和保护区旅行或周末郊游,或停下来仔细观察  
花、鸟、虫。

教导他们的孩子同理心、善良和周围世界的重要性  
他们。

## 不平衡的幼儿结合

### 反抗困难

如果他们把幼儿的任性或挑衅行为看成是针对他们的,主角型父母  
会发现这个阶段特别具有挑战性。

当他们精心养育的孩子开始使用他们新学到的最喜欢的词时,

“不!”回答他们的问题。从每天晚上睡前发脾气到

拒绝吃任何形式的新鲜农产品(或任何健康食品),

蹒跚学步的孩子似乎常常无时无刻不在挑战他们的父母。

他们想培养孩子的独立性,相信“

父母总是知道什么是最好的”当他们的孩子忽视时无疑会挣扎

他们的智慧。

蹒跚学步的阶段是身份发展的开始,所以孩子们并不总是  
以适合父母模式的方式行事。

或对他们的父母大喊大叫 虽然不受欢迎,但在这个阶段很正常  
对于觉得自己孩子的道德水平低下的主人公来说尤其令人沮丧  
发展应该在这一点上更进一步。

专注于他们孩子的理想化版本,他们可能会错过机会  
支持幼儿的独特之处。

### 过度参与

主角型父母可能认为他们是支持性的、有吸引力的父母,但是  
提供太多结构化活动的错误倾向会阻碍他们的发展  
幼儿的发展。结构化或教育游戏似乎可以促进  
学习,在现实中,孩子们需要学习如何产生自己的想法和  
解决现实世界的问题。

同样,如果每次孩子与另一个人争吵时主角都介入,就会阻碍  
社会发展是通过阻止孩子自己学习来解决的  
冲突。在蹒跚学步的阶段不断进行干预可能会导致孩子期望  
每个问题都会为他们解决,这可能会导致无法接受  
对自己的行为负责。

主角冒着限制幼儿应对挑战的能力的风险  
他们随着年龄的增长而面对。

### 重新平衡幼儿关系

#### 树立尊重行为的榜样

尽管主角喜欢促进孩子的成长,但它可以是  
令人沮丧地看着他们以前可爱和相对温顺的婴儿转变  
变成挑衅的,肆虐的“不”机器。

他们可爱的宝宝,主角父母可以振作起来:蹒跚学步的阶段就是这样,一个舞台。狂野的情绪波动和有利的独立姿态 比如尖叫  
当他们没有得到他们想要的麦片时穿过杂货店 -  
一旦他们上学就应该平衡。

对于主角父母来说,了解他们的孩子是特别重要的  
建立他们的自主权。

父母:就像大学生在他们应该学习的时候聚会,  
作为寻找自己的方式的一部分,蹒跚学步的孩子正在突破界限。  
孩子越来越独立,但不代表父母  
应该允许他们的苛刻行为逍遥法外。主角的父母仍然  
需要引导他们的孩子并为他们的行为树立适当的榜样。  
这样做的方法:

- 教幼儿在以下情况下举手或将手放在父母的手臂上  
他们需要说话而不是打断他们 他们的父母会知道他们有  
有话要说,但仍然要说完他们的句子。
- 使用诸如大笑或大声鼓掌等技巧,而不是大喊“不!”  
当孩子有不良行为时。
- 练习使用图片标记情绪(笑脸、悲伤脸、生气脸)  
让幼儿指出与他们的情绪相符的面孔。  
最终帮助他们感到被理解,而不是觉得他们必须  
根据他们的情绪行事。
- 阅读通过良好行为和情绪解决问题的故事  
控制,如小蓝卡车、野生动物出没和逃亡  
兔子。

## 注重适度增长

为他们的孩子做太多和不遵守纪律一样有害，但随着他们自己的一些个人纪律和发展，主角父母可以防止或消除他们持续不断的任何消极后果干预措施。

鼓励他们的孩子和他们说服他人的能力。

主角父母可以通过定期观察来鼓励幼儿的发展

促进成长、解决问题的能力 and 自主性的机会。

重点应放在促进适合年龄的发展和鼓励孩子们

练习某些技能,包括粗大运动技能 (例如行走、跳跃和

跑步)和精细运动技能 (例如堆砌积木和将简单的东西放在一起

拼图)。

也激发独立性:

- 给蹒跚学步的孩子几件衣服 (两件或三件),让他们在穿上时挑选穿好衣服,让他们尝试倒自己的麦片,并鼓励他们清洗饭后自己的手和脸。
- 腾出时间玩耍,让孩子们带头参与富有想象力的游戏。
- 鼓励他们通过分享和使用客气话来解决冲突并抵制为他们解决问题的诱惑。

## 求知欲（从大约 3 到 5 年）

学龄前,大约三到五岁,是黄金时期  
为了大脑发育,这个阶段的孩子积累知识  
非凡的速度。学龄前儿童不断地吸收信息,通过不安  
活动和似乎没完没了的问题。这个阶段的学习需要  
通过游戏放置,尤其是非结构化和想象的类型,并通过  
与家人和同龄人的社交互动。  
相信游戏和故事。

如果孩子没有机会偶尔设定议程,或者他们的  
不断的问题或幼稚的虚构游戏令人厌烦,  
孩子们可能会感到内疚、沮丧和无能。  
他们可能缺乏自制力或缺乏主动性。希望  
成功渡过这个阶段必须给他们的孩子机会  
他们自己的一些决定、发起活动、提出问题、得到答案,以及  
带领其他人进行探索性游戏。

### 平衡学龄前关系

优秀教师

作为终身学习的支持者,主角父母真诚地希望启发  
他们的孩子喜欢学习。具有这种性格类型的人很乐意回答他们的问题  
学龄前儿童的问题流,并乐于创造性地  
让他们参与学习机会。

步行去公园的时候上自然“课”,主角们抓住一切机会吸引和教育他们的学龄前儿童。

寻找教育机会并不是这些人唯一的教學形式

父母参与 从小就为孩子树立道德和价值观的榜样对他们来说与其他形式的学习一样重要。

学龄前儿童尊重他人并欣赏他们的差异。

正直:如果他们的孩子挖了邻居的花,这些父母会鼓励他们的孩子向邻居道歉,然后帮助他们理解为什么要挖那些花是错的。主人公觉得灌输这些花是他们的道德义务通过榜样和持续的鼓励培养重要的价值观。

### 情商高

情感参与是重中之重 无论是在建立牢固的联系方面与他们的孩子一起教他们如何发展他们的情商。

这个阶段的孩子正在学习自我控制、同理心和人际关系(尤其是与同龄人的关系)并需要适当的指导发展这些技能。

孩子们最好通过建模来学习情商,这就是

主角父母真能大放异彩。

控制并能够以真诚、深思熟虑的方式进行 能够亲切地传达这些对孩子的概念。想像游戏是一种特别有用的练习方式

与孩子玩“过家家”游戏这样简单的事情就可以

对于这些父母来说,这是一个建立健康关系的绝好机会,

充满爱心地纠正不当行为。参与此类游戏的父母

他们的学龄前儿童传递智慧,也增进他们的情感纽带。

## 不平衡的学龄前关系

### 雄心勃勃

主角很少努力保持跟上他们的节奏所必需的能量  
然而,他们往往高估了他们自己和他们的  
学龄前儿童可以在一天内完成。忙碌可能会让这些父母充满活力,  
但他们年幼的孩子可能无法从紧凑的游戏时间安排中受益,艺术  
上课和差事,几乎没有时间休息或自由玩耍。  
行使自由意志的机会有限,埋下了未来怨恨的种子  
和叛乱。

落入“优生”陷阱的主角父母也有危险  
在此阶段可能会变得过度劳累和不知所措。  
家务、事业和整个家庭的无数需求都可能耗尽  
任何人。这个阶段的生活变得更具挑战性,因为父母现在必须  
还让他们的孩子从学前班到游乐场再到游泳课和空手道  
当今数字社会中的父母也会因需要  
每个值得在社交媒体上发布的生日聚会和家庭假期。  
试图达到“完美父母”的状态会很快对主角造成伤害,  
谁更愿意关注生活中更有意义的方面。

### 高估能力

在学龄前阶段,孩子们正在从完全依赖过渡  
从婴儿到越来越独立的个体。  
这些父母能干且善于交际,但他们可能高估了学龄前儿童的能力  
能力。他们希望有一天能平等地看待自己的孩子,这可能会导致早  
不切实际的期望使父母和孩子都感到沮丧。

作为注重道德的个体,主角可能会认为他们的学龄前儿童可以轻松掌握任何想法或道德建构。

他们提供的信息是假设性的。说,“你不应该打人。如果有人打你,你会有感觉吗?”这似乎是一个非常合理的问题。然而,这个阶段的孩子还不能设身处地为别人着想。

鞋子。他们可能会回答,“我会感觉不好,”但他们真正想的是,“如果有人打我会很难过,但我现在真正感到难过的是有麻烦了。”同理心和道德推理在这个阶段还没有发展起来,而且期待孩子精通这些技能的主角父母苦苦挣扎与学龄前儿童进行有效(适当)的沟通。

## 重新平衡学龄前儿童的关系

### 调整预期

而不是让他们的野心驱使他们自己和他们的孩子去濒临倦怠,主角的父母必须学会对没完没了的玩伴说“不”和自然课,并在必要时对急需的休息说“是”。

比起每节课,从休息和自由中获益更多,体育和课外活动可能。

学龄前儿童有创造性的发泄方式并鼓励他们主动行动 两者都是必需的成功度过这个阶段。

虽然主角的父母最初可能会因为没有接触社会而感到内疚期望 或他们自己过于雄心勃勃的期望 他们最终会感到解放从不必要的义务。

价值观,而不是社会命令,他们必须找到回到这些价值观的方式,因为他们抚养他们的孩子。对于具有这种性格类型的人来说,找到

在养育学龄前儿童时照顾自己的方法。

可以帮助平衡这个繁忙阶段的想法：

- 将玩耍、运动、艺术课等活动限制在几次每周几次而不是每隔一天一次。
- 抵制诱惑,确保每个事件或活动都是社交媒体值得。
- 安排规律的休息时间,例如父母约会之夜、与朋友小酌或独处  
在大自然中漫步 任何能恢复活力和提神的事物。
- 与没有议程或期望的学龄前儿童共度美好时光。

主角型父母将提供一个主要是和平、轻松的环境  
体验与孩子更快乐、更健康的关系。

### 接受适合年龄的能力

学龄前阶段是最令人愉快的阶段之一,因为这个年龄段的孩子可以  
比他们更有效地与父母沟通和理解他们的父母  
在早些年。能够关注孩子取得的进步的父母是  
他们的互动比那些沉迷于自己未开发的人更成功  
技能。

从愚蠢的笑话到深刻的问题,学龄前儿童往往表现出一种天才  
这真的很鼓舞人心。此外,他们的真实性在这个阶段是无与伦比的,  
使他们能够与他人进行真诚、富有同情心的互动。  
他们不发达的道德推理和同理心,学龄前儿童有能力  
感情和善良,即使是最沮丧或最沮丧的人也喜欢他们的特质  
目瞪口呆的父母 认识到学龄前儿童长处的主角  
当他们面对自己的缺点时,更容易保持乐观。

下面这个简单的练习可以帮助主角父母正确地欣赏他们的孩子像他们那样：

- 与学龄前儿童、一盒蜡笔和几张空白纸坐在一张桌子旁几张纸。
- 让孩子讲故事并通过画图来说明（由将故事画下来并写下来）。
- 收集图纸并用订书钉装订成书或字符串。
- 坐下来欣赏您学龄前儿童的天才和创造力的。

## 创造能力（从大约 5 到 12 年）

学龄前阶段是青少年技能发展的重要时期孩子们。他们还在不断地吸收新的信息，他们也在日益复杂的领域发展熟练程度，从人际关系到从数学到体育。在这些领域受到挑战和支持的儿童在他们的能力和自信中蓬勃发展。

如果他们得不到持续的支持，这个阶段的孩子会开始感到自卑他们的同龄人，他们将不太可能发展或努力实现长期目标。

另一方面，如果他们没有得到足够的挑战，他们可能会开始感到过度对自己和自己的能力充满信心，他们可能会变得缺乏谦虚和对别人。

## 平衡的学龄关系

### 充满激情和鼓励

主角不成比例地被吸引到教育工作,他们是终身学习的热心支持者。

记住乘法表对主角来说并不像拥有

富有创造力并对成功充满同情心的孩子。

没有接受真正的全面教育,主角父母可以探索替代方案补习、特许学校,甚至在家上学等选择来填补空白。

曾经是富有同情心的父母,这些类型提供支持和鼓励正在奋斗的孩子。

高期望并不妨碍他们理解和善解人意。

孩子们应该努力获取知识和发展他们的技能,但主角的父母会毫不犹豫地帮助那些与某个班级或学校的恶霸作斗争。

他们的孩子努力自己寻找问题的解决方案,这有助于孩子们获得了在这个阶段所必需的平衡能力感发展。

### 优秀导师

学年是紧张学习的时期,主角是天生的导师

谁可以模拟学术成功所需的技能。

教导孩子努力工作的价值,并强调以下特质的重要性:

很少有人了解这些特质的必要性

主角做的方式。

在人生的某个阶段,孩子们不断被告知该做什么并遵守严格的时间表、创新和创造力常常被忽视或被视为不必要。富有想象力的主角父母明白这些的重要性不断变化的世界中的特质,并鼓励他们的孩子融入他们的独特的想法和观点融入他们的学术和个人生活。还鼓励他们的孩子探索艺术 视觉、表演或文学 无论是一起参加胡桃夹子的表演还是报名参加在舞蹈课上当芭蕾舞演员。对于主角的父母来说,创意表达很重要比财务上的成功或职业或头衔的地位更重要。

## 不平衡的学龄关系

### 热情地脱节

如果主人公对某项事业的热情在这个阶段会给他们的孩子带来问题没有与孩子的需求和能力取得适当的平衡。肯定会从志愿服务和坚持自己的信仰中受益。还需要父母帮助他们解决日常生活中面临的问题。从一个没有回报的学校迷恋到最后被选中的创伤踢球队,这个年龄段的孩子需要父母帮助他们应对深深影响他们的个人问题。

始终专注于拯救世界,主角父母可能无法验证他们的孩子们对这些“小问题”的感受,也许发现他们的孩子不太将来可能会寻求他们的帮助或支持。当然,如果他们的儿子或女儿没有进入篮球队,但这会让人觉得是灾难性的。对于这个年龄段的孩子来说,发生在他们身上的每一件事都是一件大事。

不帮助孩子平衡有效地处理问题的父母  
方式往往难以维持密切的关系。

### 自命不凡的理想主义

尽管他们可能不关心典型的成就和奖项，  
在衡量是否达到标准时，主角可能是相当苛刻的父母  
他们的理想。当他们的期望比现实更理想化时，他们可能  
变得偏执，认为他们的孩子不会遵守他们的价值观和原则  
让他们的孩子变得愤世嫉俗、不负责任或冷漠是  
主角父母最大的恐惧之一。

这些父母提出的最大要求之一源于对某事的恐惧  
然而，不那么险恶 平凡。

以崇高的道德目标的名义，通过大大小小的行动来对抗邪恶。  
他们或许永远无法宣告胜利，但他们心里清楚，他们  
打那美好的仗。

的意志和梦想，他们的孩子可以改变世界！

但他们的孩子可能想要简单、稳定的生活。

世界上不公平，他们可能只是希望幸福的生活适度受欢迎并且  
保持体面的成绩。过于理想化的主角可能难以理解  
这与任何其他路径一样有效和可取，因为这是他们的孩子  
感觉适合他们。

## 重新平衡学龄关系

在他们所在的地方与他们会面

好心的主人公对孩子寄予厚望,希望  
鼓励他们改变世界。

一直在期望什么 尤其是当期望是  
非同寻常 这些父母很容易错过孩子真正需要的东西。  
孩子最需要父母无条件的爱和接纳,  
结合共同的目标和合理的界限,以及主角父母  
有能力提供它们。

那些倾向于关注“大局”的人可以从专注于  
他们的孩子现在正在处理什么 这对他们来说是大局。  
trying to hammer a square peg (主角父母对什么是重要的想法)  
一个圆孔(他们的孩子认为很重要),这些父母应该做一个  
点在“此时此地”与他们的孩子互动。

- 开始感恩练习,父母和孩子都说三件事  
他们为那天和困扰他们的一件事而感激。
- 将正念练习融入您的日常生活中,也许与  
感恩练习,父母和孩子花五分钟专注于  
深而专注的呼吸。
- 每周留出时间让父母和孩子参与活动  
在一起,例如玩街机、远足或检查  
博物馆。

孩子们在度过这个阶段时面临着巨大的挑战,来自他们的父母对于他们不仅要获得能力而且要学习是必要的如何以富有同情心和理解力的方式与他人互动。

### 拥抱个人观点

尽管主角父母可能希望他们的孩子专注于征服一切世界的邪恶,更重要的是他们专注于提升他们的整体幸福。他们非常重视自己的价值观,尤其是可靠性、正直和社会正义,以及他们的孩子。

包含个人观点的个人成功定义  
孩子拥有。

主人公要鼓励孩子发展自己的价值观和追求他们自己对成功生活的定义,这无疑可以经历多重随着他们的成长、学习和进化而迭代。在他们的生活中发挥重要作用的机构,例如他们的信仰,他们的他们参与的家庭或俱乐部。贵族,他们的孩子的自信和认同感取决于他们的能力不加判断地确定自己的价值观,即使他们认为有意义的生活不符合他们的父母。

父母练习接受和鼓励孩子的梦想和想法,同时克制他们评判他们的倾向:

- 写下一个重要的价值。包括至少两个原因重要的。
- 想象一位朋友或爱人批评该价值观,并写下会触发的感觉。

- 使用此信息来考虑如何对他人的价值观,尤其是孩子,可以让他们感受到。

## 找到自己 (大约 12 至 18 岁)

青春期是从童年到成年的过渡期,此时儿童的注意力集中在发展自己独特的身份。

对他们在与自己、他人的关系中的角色的个人感觉,和整个社会。

确定他们的个人价值观和信仰的最重要的过程。

教育和未来的职业目标,并根据他们如何发展关系

与他们的价值观和信仰保持一致,使之成为

他们的余生。

## 平衡的青少年关系

### 促进积极的价值观

在这个身份发展阶段,大一点的孩子需要支持和

比以往任何时候都更理解他们的父母。主角父母鼓励他们

通过促进积极的价值观,如尊重、同情和

诚信,同时也为他们提供了探索其他激发灵感的价值观的自由

他们。成熟的主角明白让他们的青少年离开的重要性

通过适当的个人发展的艰难但必要的过程

支持和后退的平衡。

无论主角在这个动荡时期可能面临怎样的斗争,他们

坚定不移地投入到他们的孩子。

孩子们和促进积极的价值观,提供了一个坚实的基础,允许

寻求身份的孩子进一步冒险进入自我发现,同时仍然感到支持和爱的感觉。

#### 无条件的爱和承诺

人们经常通过反复试验来发现个人身份,这通常转化为错误。主角父母无条件的爱和支持是不可或缺,因为他们帮助青少年应对他们面临的许多挑战。逃课的青少年需要知道他们的后果行为,而且他们的父母仍然爱他们,不管他们犯了什么错误。这个阶段的孩子更愿意与父母沟通,如果他们相信他们不会被评判,也不会面临失去父母之爱的风险并撤销接受。

当他们处理真正严重的事情时尤其如此:怀孕,停学或开除,甚至是像粗暴分手这样痛苦的里程碑。在这些困境中保持对孩子的爱的主人公父母可以当他们的孩子将自己确立为同理心和智慧的真正来源尽管其中一些情况令人难以抗拒和恐惧,能够利用他们的同情心和前瞻性的主角可以从智慧而非恐慌的角度来面对这些情况。尊重他们的青少年,主角可以努力成为明智的,理解房间里的成年人。

## 不平衡的青少年关系

### 强加理想

就像他们在孩子上学时所面临的问题一样,主角们对青少年的身份发展斗争抱有不切实际的期望。随着他们不断扩大的独立性,这种性格类型的人非常接受对个人发展的追求,但他们可能有自己的想法。关于这个过程应该是什么样子,他们的孩子应该有什么样的价值观。具有热情的政治或宗教观点的主角可能会发现他们的孩子们探索看似“对立”的信念的愿望是侮辱性的,甚至值得仅根据原则撤消。

相信个人发展是可以完成的主角型父母仅在特定的、批准的参数范围内。无论这些边界在哪里落在任何规模 - 可能无意中阻止他们的青少年经历自我发现的过程。青少年不太可能对这种类型的父母控制,可能会以叛逆的方式表现出来或关闭并停止与他们的父母完全沟通。

### 过度敏感

由于他们的敏感和对道德的关注,主角们深受伤害。其他人格类型可能会不屑一顾的事情。而不是看到他们根深蒂固的道德和信仰被炫耀,尤其是被他们的孩子炫耀。当他们对自己的养育感到不安全时,他们可能会责怪自己无法向孩子灌输正确的价值观,他们可能会尝试修复。通过诉诸越来越强烈的道德和情感诉求来解决问题。

青少年经常通过积极探索新事物来反抗父母的权威通常是相反的想法。但是父母不应该立即假设他们的青少年是真诚地反对他们的信仰,或者他们的所有教义都被忽视了。无论这些假设是否基于事实,他们都会感到深深的伤害。如果他们随后专注于减轻损害并加强他们在令人厌烦或操纵的方式,主角可能会产生更强烈的阻力。他们让自己的敏感占了上风,他们会忘记他们也曾经十几岁时渴望自由和独立,尤其是当它来临时追求思想和理想。这应该有助于减少青春期的混乱。

## 重新平衡青少年关系

### 庆祝个人理想

发现对个人有意义的理想是最重要的事情之一主角身份发展的各个方面。如果他们的孩子的理想与他们自己成熟的父母不匹配,就会受到侮辱人格类型可以庆祝他们的青少年经历过这个事实同样的自我发现过程。完善的道德指南针,主角可以退后一步欣赏育儿工作做得很好。

父母鼓励青少年发展自我的最佳方式理想是鼓励他们私下专注于拥抱价值观对他们的个人旅程有意义。从这个过程中的家庭价值观来看,主角父母要避免施压或试图“让”他们的青少年同意他们自己的价值观

和信念。以下练习可以帮助主人公父母引导他们的青少年通过这个过程。主角可以让他们的青少年回答以下问题让他们开始：

- 想一想您一生中感到最幸福和最快乐的时刻成功了。他们有什么共同点？
- 牢记那些时刻,使用列表或思维导图并写下那些让你想起那个时代的词。一些让你感到成功的东西,写下价值观,“热爱学习”或“毅力”是合适的。
- 从列表或思维导图中选择 5 到 10 个值。
- 找出实现这些价值观的方法。时间。如果“热爱学习”是您的价值观之一,请考虑注册一个在线课程,或尝试学习一门新语言。

### 增进对自己和他人的了解

对抗过度敏感倾向的最好方法之一是让青少年提高他们对自己和他人的了解。

没有意识到自己的诱因会让他们感到不安全或被冒犯,这很容易他们会因任何明显的轻视而忘乎所以。

了解自己的孩子有自己独特的价值观和性格特征,他们可能会认为自己挑衅或难以相处。

这些父母已经十几岁了,尊重和支持都很重要

他们的差异。他们可能不会像他们的父母那样选择成为素食主义者,但那并不意味着他们不珍惜生命或不热爱环境。

为人父母为主角提供了向孩子学习的机会和成长为人。有时育儿可以带出最坏的 - 比如对一个没能再次打扫房间的少年大喊大叫 但这也带来了发掘出他们性格中最好和最真实的部分。尤其是无私的父母,他们的自我牺牲和同情心不会消失不被注意,即使青少年可能会在一段时间内认为这是理所当然的。反思特别困难的为人父母的领域,比如处理叛逆的少年,能让这种性格类型的人看到哪些方面他们自己需要改进或平衡。

下面的简短练习可以帮助主角父母采取消极互动与他们的青少年一起并将他们转化为学习经验:

- 想一想最近与您的青少年发生的争吵或误解。
- 想象青少年的感受,然后写下他们在此期间的感受分歧(沮丧、愤怒、误解、伤害)。
- 写下任何可能不合理的反应(或期望)。
- 考虑这些不合理的反应或期望可能会如何在这种分歧中加剧了挫败感。
- 最后,花点时间考虑一下什么样的回应会恭敬理解要点,同时保持对青少年的理解意见。

## 结论

育儿是任何人都可能面临的最具挑战性的经历之一,无论他们的性格类型如何。例如灵感、利他主义、领导力和正直,他们也可以利用这些

作为弱点,他们可以尝试理解和克服以建立积极主动的  
与子女的关系。

发展,主角可以更深入地了解  
他们自己和其他人,如果他们利用这个机会这样做的话。

每个孩子都是不同的,父母是判断孩子需要什么的最佳人选。

以上提供的建议是基于儿童的一般成长阶段和基本  
许多主角共有的优点和缺点。

然而它最有效,如果任何建议或指导增加了额外的压力,  
沮丧或负担,把它放在一边。

医疗问题,最好咨询专业的儿科医生或儿科  
心理学家想出一个最适合所有相关人员的计划。

## 学术路径



### 更好的自己,更好的世界

不像一些理想主义者只是梦想一个更美好、更公正的世界，  
主角不知疲倦地传播他们的信息。战争、贫困、种族主义：这些是  
我们作为一个物种面临的一些最基本的问题。  
不幸的是，但最终世界的方式，因此试图改变他们  
将是徒劳的。然而，主角们对这种冷漠犹豫不决，而是将他们的  
通过行动和社区来消除一种或多种社会弊病  
参与。

一旦主角有了目标，他们的动力几乎是无与伦比的  
类型。他们学习和提高自己的冲动并非来自渴望  
只是变得更好，而是为周围的人变得更好。

引用作家约瑟夫·坎贝尔的话：“我们不是在拯救世界，  
but to save ourselves. But in doing that, 你拯救了世界。  
人充满活力。”

主角承担道德义务,为了他人而改善自己  
并将其应用到他们的学习中。他们不只是为了学习而学习,他们是有目的的学习。  
他们读的每一本书,写的每一篇文章,参与的每一次辩论都为一个人  
全面的教育将在未来帮助他们和其他人。

### 磨练愿景

主角们在学习方面非常勤奋。  
因其对世界的非凡影响而闻名于世:考虑一下  
巴拉克奥巴马和奥普拉温弗瑞之类的人。  
通过学习,然后通过奉献精神 and 磨练的眼光看透。  
具有同时关注广度和深度的罕见能力。  
改变事物的能力,但它们足够普遍,可以广泛应用。  
无论他们的任务是什么,他们都会通过对学科和知识的研究来发现它  
人们,然后应用他们所有的注意力。  
创作一部代表弱势群体的漫画。  
主角,可能性是无限的。

从他们年轻的时候起,主角就与周围的人有着敏锐的情感联系  
他们的动力来自于想要为人们创造一个更美好的世界,并且  
他们制定计划,在计划中他们是发动革命的催化剂。  
主人公,当他们的老师问他们长大后想做什么时,他们  
通常头脑中有一个清晰的想法,以及跟随他们进入的持续意图  
他们的成年生活。

这可能表现为在高中加入报社工作人员,然后主修  
在大学新闻学,最终目标是赢得皮博迪奖  
调查性新闻调查一个遥远的、被忽视的、

贫穷的国家。他们从情感开始,然后发展愿景,然后开始绘制从 A 点到 B 点的步骤。

## 主角如何学习

没有正确的学习方法,每一种类型都有自己独特的风格处理信息。主角的学习方式深受那些影响在他们周围,通常,它是为机器提供燃料的强大工具。并平衡他们的自然风格,主角可以优化和享受学习。

### 平衡的学习习惯

#### 考虑影响

除了是细心的倾听者和细心的思考者之外,主角还拥有永不满足的好奇心,特别针对人文企业,无论是直接或间接地,例如工程。人类最好的本质。他们可能会同意以下来自电影《死亡诗社》:

“我们不读书写诗,因为它很可爱。  
写诗是因为我们是人类的一员。  
人类充满激情。  
商业、工程 这些都是崇高的追求,也是必要的  
维持生命。但是诗歌、美丽、浪漫、爱情 这些都是  
我们活着是为了什么。”

主角不仅仅受到创造性和艺术努力的激励 它是  
往往是他们热爱生活的原因之一。

知识渊博的许多领域,从物理科学到数学,经济学,  
业务和其他方面,他们总是感到最自在的是为心服务  
和人类表达的灵魂,为此目的使用许多主题。

这就是为什么当谈到学校时,主角经常关心他们的什么  
作品描绘。这不仅仅是为了取悦公众;  
他们试图帮助的人的需要。

目标,如果主角看到某个方向更有利于他们,他们可能会转向  
他们的目标受众。与“我对此有何感想?”无关。

“这如何能最好地帮助别人?”

### 尝试世俗

尽管主角更喜欢并专注于对他们有重大意义的主题

他们,他们也明白学习“世俗”技能的必要性。

示例包括报税、填写支票和更换轮胎。

上下文,这可能意味着花时间养成课堂的长期学习习惯

他们不喜欢。

梦幻和鼓舞人心,是管理日常生活和提升他们的必要条件  
灵感。

Protagonists 不会对他们本来就不感兴趣的事情不屑一顾

埋头苦干并承诺至少尝试掌握面前的材料

他们被穿过沼泽的感觉所推动

世俗只是暂时的,他们正在学习的技能很快就会支持

他们认为有意义的工作。

## 不平衡的学习习惯

### 绑在别人身上

主角与他们奔跑的其他人的情感和需求交织在一起

被他们阻止的风险。

自己的学习速度以匹配他们自己指定的包。

在自己崛起的过程中难以提升他人。

直到最后一名成员都可以通过终点线所需的时间。无论如何

看似高尚,主角最终却饿死了自己的学术抱负

去满足别人。

在团队合作中,主角经常忙于帮助每个人取得成功。

容易陷入情绪:他们想“表达意见”

其他人,但他们最终可能会损害自己的信心和成绩。

### 痴迷于影响

解决无法解决的问题甚至会对最困难的人造成影响,并且

主角可以夸大这种趋势。

并有被重压压碎的危险。

在他们帮助每个人之前保持平静,主角可能会沉迷于他们的学习行为,在他们的日程安排中几乎没有时间放松和自我照顾。

在极端情况下,主角甚至会在学习时不吃饭或失眠

通过他们的午休时间或阅读到深夜。

这些工作狂倾向虽然强烈,但其范围有限。

独自思考太久,主角可能会发展出“隧道视觉”,

不懈地追求似乎最相关的研究领域。

暂时消除一切形式的享受和放松以达到他们的目标  
更快速。

巨大的压力,以及降低他们的工作质量。

## 重新平衡学习习惯

### 让自己平等

主角竭尽全力满足周围人的需求而忽略

他们在这个过程中的欲望（在极端情况下,他们可能完全没有意识到）

他们自己的需要和愿望）,这导致了一种不平衡的学习方法。

为了重新平衡这一点,他们应该培养一项宝贵的技能:确定个人的优先事项

他们对他人的需求给予同样的重视。

这样做可能会让这些尽职尽责的人觉得自私,但学习这项技能会带来更多

充实的生活。主角可以首先承认他们的愿望,即使

考虑另一个人的观点。

- 倾听对方的观点。
- 写下该观点的利弊。
- 写下你自己方法的优缺点。
- 从两者中吸取教训以创建最先进的方法。

主角可以在倾听他人意见的同时,也对自己的想法给予同等重视,

让双方都有一个愉快和启发性的学习体验。

### 结合休息和影响

食物、睡眠甚至休闲时间都是必需品,而不是奢侈品 这是一个事实

主角提醒别人比接受自己要快得多。

具有这种人格类型的人把个人牺牲当成家常便饭,他们很快就会发现他们没有什么可以给予的。

必需品是优先事项,而不是事后的想法。

主角可能需要有目的地安排用餐、休息和放松的时间。

使用闹钟可以很好地提醒您休息一下。质量也同样重要

作为数量。全天穿插的一系列两到三个小时的小睡

不等于八小时的不间断休息,尽管除了

每晚休息有很大的不同。

通勤期间可能会提供所需的卡路里,但无法与均衡的卡路里相比

早餐。主角可以使用以下注意事项来确定他们的

需要然后满足他们:

- 考虑一下您目前是如何度过时间的。  
被满足?在回答之前,考虑一下你期望什么就足够了  
对于你所爱的人。你会惩罚一个小睡的朋友吗?  
在繁重的学习之后还是鼓励自我照顾?
- 如果您的主要需求没有得到满足,问问自己:您如何才能满足您的需求?  
需要短期增量?小睡 10 分钟?  
与另一半拥抱 30 分钟?
- 在您的日历中安排每天同一时间完成一项任务  
这样的时刻,无论多小,对重新启动都很重要  
大脑和身体。20 分钟的小睡可以帮助人们集中注意力,健康的膳食可以补充精力  
身体,以及与所爱之人在一起的时光提供了灵感。

## 高中时代的主角

在高中,主角可能会确立自己的愿景,然后努力实现做需要做的事情来实现它(例如,课外活动,并发工作、志愿服务、面向社区的决策)。  
支持他们对高等教育的任何目标。

这种行为可以是一种平衡的方法,他们努力得到他们能得到的东西来自高中的机会。

如果他们因为承担太多而感到沮丧,或者他们对自己的范围感到气馁想象。

### 选择性地辉煌

在讨论个别主角高中生时,不同的老师受试者可能会觉得他们在谈论完全不同的人。  
老师可能会认为主角学生聪明、专注、有进取心,但其他人可能想知道为什么当学生处于他们的状态时他们不能始终看到这些特征  
例如,一个项目可能受到启发,而另一个项目显然是一个通用的“得到成绩并继续前进”的工作。

当主角与一个主题联系起来时,他们可能看起来很聪明并且他们写的文章具有前瞻性,无论是为了回应深刻的道德陀思妥耶夫斯基《罪与罚》的主题或激动人心的美国历史民权运动。

但在毕业的道路上必须克服的障碍,主角可能体验他们成年生活中点燃的激情。

## 学习真实性

人文和社会科学在年轻的主角中引起了自然的共鸣心,但当他们接触到不那么深情的事物时,他们常常会感到不和谐研究。没有话题超出主角的掌握,但没有一些手段将事实、数字和看似武断的计算轮换成更广泛的人类在这种情况下,主角可能表现不佳,或者仅仅足以继续前进。他们对此类课程缺乏兴趣可能会让老师和家长都感到沮丧,无论是其中的人可能难以理解如何分配学术热情如此不平衡。

主角的古怪行为是他们内心稳定的结果,赋予他们温暖而凶猛的正直,使他们超越自己的成熟度年。在同龄人的身份像粘土一样可塑的时代,主角们顽固的大理石。其他人的认可对主角很重要,但保持同步他们的理想总是更重要。标准,如果这意味着违背他们的理想,他们就不需要适应。

## 平衡的高中学习

### 保持开放的可能性

少数幸运的主角可能会遇到提供灵感的老师每个杂散事实或定理的上下文,谁比讨论主题更深入将在测试中的事实,谁探索为什么所教授的信息很重要。然而,有时,主角需要提高他们的情境化技能他们自己在对他们来说不容易的科目上表现出色。平衡的观点,即使是那些他们不自然的主题他们可以将每个主题视为其更广泛目标的必要组成部分

并认识到每一个愿景有时都会伴随着不愉快的任务方式。例如,勾画碳氢化合物的化学结构可能看起来像忙碌的工作 直到主角开始思考化学的可能性解决世界饥饿或治愈毁灭性疾病。主角的热情不可低估。

平衡高中学习的主角们敞开心扉最多选择。他们可能会从苏格拉底悖论中寻找灵感:“我知道一件事情:我什么都不知道。”这样的主角很难认识到这一点,有时需要艰苦的工作才能使他们的愿景成为现实,而且他们始终需要扩大他们的知识库。实现更美好世界的有意义的步骤。

#### 现实的标准

主角信奉与他们的热情直接相关的职业道德,并且当他们的激情被点燃时,他们往往会不间断地继续工作。不喜欢让他们的承诺和道德义务得不到履行的想法。说,以平衡的心态对待学习的主角并不热衷于他们不会牺牲自己的健康来实现目标,也不会过分追求完美。他们可以做些什么来完成高质量的工作,但避免在细节上苦恼收获不大。他们安排时间投入成功所需的努力,但是他们设定了切合实际的期望。

主角也不完全反对在任何场合都放松。他们非常重视自己的利益,是的,但他们并不完全反对和学校之夜的朋友 花时间记住他们只是十几岁的孩子。不要指望把所有事情都弄清楚;他们的大部分快乐都在于发现。

## 高中学习不平衡

### 忽略细节

上数学课的主角正在为更有趣的课程或更多课程工作  
紧迫的项目并没有表现出传统的青少年叛逆,而是他们的成绩  
可以像他们花时间射击 spitballs 或发送秘密一样确定地直线下降  
从更大的意义上说,追求狭隘的学术迷恋的主角  
不关心更广泛的课程可能会发现他们的知识差距  
以不可预见的方式限制他们。  
气候科学的基础将发现他们的信念只会说服  
已经转换的。

只沉迷于自己兴趣的主角可能会养成麻烦的习惯  
忽略更精细的细节,即使在他们感兴趣的课程中也会阻碍他们的进步。  
对历史充满热情的年轻主人公直觉地理解历史的重要性  
个人事件而不需要记住测试的实际日期,但是  
这会影响他们的成绩。  
由于未能正确引用他们的文章,即使是最清晰的文章也会被扣除  
资料来源。主角拒绝满足严格课程的要求可以  
他们回来,短期和长期。  
偏离以前感觉像是命运的学术道路,他们在其中  
可以做很多好事。

### 不可能的标准

主角在高中时要克服的其他障碍是他们的不懈努力和  
不妥协的愿景和雄心,这往往表现为工作  
迟交或根本不交。不平衡的主角往往比他们咬得更多

可以咀嚼,有时拒绝通过走路径来同情自己  
没有那么紧张。主角可能会发现他们不可能完成什么  
他们着手在分配的时间内完成,导致压力和匆忙的工作。  
甚至可能认为“安定下来”是不值得的,决定不在  
如果它不是绝对最好的工作可能。

高中生面临着频繁的、没有商量余地的最后期限。  
具有判断力特征的主角可能会连续工作 48 小时以尝试  
击中目标,往往导致倦怠和工作不完整。  
努力,他们会因为他们认为的失败而对自己格外严厉,判断  
他们自己不是一个足够好的学生来正确地做事。

## 重新平衡高中学习

### 形成连接

了解细节,无论多么平凡,都是生活的重要组成部分。  
高中毕业的学生 - 只是想知道如何申请财务  
大学资助,如何正确面试工作,或如何跟踪未来  
截止日期。主角尽量不要忽视他们的工作,但他们可能不愿意  
对日常细节充满热情,就像他们对愿景充满热情一样。  
他们必须选择相信日常的、技术性的、日常的信息会  
证明它的价值。

当主角在课程中遇到困难时,这里有一些建议:

- 提醒自己只要出现就很重要。
- 接近教练并寻求指导。

- 与教师（或教师助理）建立导师关系或在课程中表现出色的同学）。
- 关注那个人的观点,通过他们的观点过滤课程视角 不再只是地质学,而是“史密斯女士对地球的热情”通过教学表达,一个童年的梦想,找到了通往现实的世界。
- 获取任何获得的信息并以新的见解将其应用到课程中。

当课程变得更加个性化时,主角可以查看一些细节 引用的来源,记住的日期 作为对老师的帮助,他们是天生的。他们必须发试卷不是老师的错,所以用表现不佳。

如果主角找到方法,他们完全有能力处理平凡的任务使它们与个人相关。参与一项任务,主题及其细节变得更加相关,促进主角的动机和注意力。

### 缓和不切实际的期望

高中可能很困难。随着未来压力的增加,父母、同龄人、和课外活动,它可能会让人筋疲力尽,也许是彻头彻尾的腰酸背痛对充满期待的主角。

最好的;如果必须付出某些东西,他们通常会牺牲自己来维持他人义务。

学会以更友善、更谨慎的方式看待自己的主人公可能会发现他们的成就和努力,即使达不到理想化的愿景,仍然

值得骄傲 在理想化的重压下牺牲自己

期望不是要走的路。在学术背景下,年轻的主角可以通过制定时间表来培养健康的学校生活平衡。

他们的生产力,但也让他们有时间和朋友出去玩,独处和放松,享受他们作为青少年的生活,而不是为了满足而筋疲力尽不切实际的期望。

- 制定一个固定的时间表。该工作的时候工作,该工作的时候休息。

  - 需要休息。花时间学习,然后在时间结束时停下来。

  - 时间表允许主角有一个他们通常拒绝的“关闭”按钮

  - 他们自己,使之成为一种个人的善举,同时也是一种理智的保护者。

  - 示例:在上课期间一小时的专门学习时间(自习室,也许)和放学后两个小时。

- 到了学习时间,专注于最重要或时间敏感的任务

  - 首先 一篇明天交的论文,然后是 50 个数学方程式,最后交一周,然后阅读 30 分钟以完成指定的小说月底。

- 将注意力集中在相关的事情上。关闭手机,退出登录

  - 社交媒体,并让自己远离可能让你无法自拔的社交场合从做你的工作。

- 时间到了后放松。

  - 放松和有益的东西,也许终于坐下来完成电视证明你已经失踪两个月了。

通过缓和不切实际的期望,主角会发现自己处于一个更平衡的心态。

并享受他们的青少年时光。

# 决定是否以及何时参加 大学

尽管从许多方面来看,主角都是一种不常见的人格类型,但他们高中毕业时面临一个共同的困境:他们是否应该立即进入工作的世界,还是他们应该继续他们的学业?

## 选择大学

对于一些主角来说,选择是没有实际意义的:许多地方都需要学历认证他们可能会被吸引到的领域,包括教育、心理治疗、医疗保健和法律。如果没有受过大学教育,他们会发现那些门仍然是锁着的。主角在他们成为谁的旅程中有一个不可商量的中途停留地他们希望成为。

对于那些选择上大学的人来说,体验不一定是一件苦差事。主人公发现他们为改善人类而进行的十字军东征是课程,也是他们课外活动的重要组成部分。这么多志同道合的人之间的简单友情 终于! 他们的花朵叛逆有绽放的空间。

## 选择工作

一些主角选择工作而不是大学,他们是否无法承担费用大学(个人,财务,实践或原则)或他们对变革的热情是如此强大到不能再推迟了。不再受教育指导系统和越来越少的父母监督,这样的主角需要时间来定义他们自己和他们的目标。在初级职位工作是合理的,例如侍应生或做体力劳动,同时继续自我的道路

发现。努力探索兴趣,并可能为未来的教育存钱  
是为了工作而推迟上学的一个平衡的理由。

其他人非常清楚自己想要什么,并找到了有价值的职业或为之工作  
他们自己。他们也可能采取介于两者之间的路径,例如,使用  
认可他们的社区服务以确保在非营利组织中发挥作用  
组织,或者利用他们对写作的热情来销售自由撰稿人的文章  
处理支付账单的现实。

对于主角来说,重要的是要意识到许多道路都是有益的。  
真正希望建设一个更美好的世界,他们会找到办法做到这一点,即使他们的角色是  
与他们或其他人最初预期的不同。

## 平衡决策

### 拥抱诚实

重要的是主角要坚定不移地考虑他们的选择  
老实说,这个任务的难度不容小觑,主角们都知道  
也许比任何人都更擅长欺骗自己,但即使  
尽管他们在别人身上看到了这一点,但他们自己也不能幸免。主角  
认识到这种非常人性化的倾向,问自己问题,咨询  
朋友和导师,并进行其他现实检查,帮助他们收集一系列  
帮助定位和澄清他们的世界观的意见和信息。

任何选择都可以是主角改变愿景所需的挑战  
转发或逃避责任重压的一种方式。  
说服自己,一个是另一个。主角,当诚实和耐心

与他们自己,区分障碍和借口,然后  
进步。

### 贯彻到底

倾向于上大学的主角明白这是一个长期的承诺,尽管如此  
坚持信念对有这种信念的人来说几乎不是挑战  
人格类型。他们认识到花在自我完善上的时间不是  
锻炼自恋,特别是如果它为他们提供必要的证书  
进入一个为人类带来好处的帮助行业,或者一个复杂的  
处理个人或全球问题的智力和道德框架  
长解决。

当采取平衡的方法时,主角接受大学不是的想法  
放弃责任但接受它 如果有时间的话  
反观主角不上大学也能找到  
推进他们目标的方法。即使是服务行业的一份不起眼的工作也可以  
如果他们在同事和客户的社区中找到满足感,那么这就是有意义的。  
也可以在经济上支持他们,同时他们志愿参加社会事业作为他们的  
“真正的”职业,特别是如果他们在志愿工作中培养的技能使他们  
非营利部门职位的更可行的候选人。

有了这种接受,主角们致力于挑战但必要的  
课程作业,同时让自己保持急需的放松。  
在从强大的人那里获得的自尊心之间平衡他们的时间和精力  
使命以及让他们此刻开心的必要条件。

## 不平衡的决策

### 永恒的等待

主角可能会养成一辈子都在等待的不良习惯

为到达的绝好机会。

特殊的个人后果,年轻的主角可以允许

决定的重要性变得不平衡,在他们的脑海中夸大它,并且

陷入无所作为。他们可能会想,拐角处会有更好的东西,

同时让一个又一个机会从他们身边溜走。

强大的工具,可以在他们想象一个完美形成的解决方案时对他们不利

落在他们的膝上。

这种想象力和沉思的结合体现在主人公的

无所作为。他们可能会等待未知的迹象来决定他们的下一步行动

行动 - 感觉就像宇宙特别告诉他们成为

作家或去 XYZ 大学。

是否感觉某件事是对的,而不是采取必要的行动让它感觉正确

是的。主角们花费数年时间苦苦思索学习课程或通往成功的道路

就业终究是深思熟虑收效甚微,

也许失去了很多。

### 闹鬼的沉思

后来被视为“错误”的选择有一种困扰人们的方式

性格类型。生活在选择中与在开始时做出选择一样必要

地方,但当主角不仅过度分析未来的决定,而且过度分析决策时

他们已经做到了,这种不平衡的观点让他们几乎没有机会发展

自信或自我宽恕来度过难关。

他们可能没有意识到,深思熟虑也是一种决定。  
而不是进步,这可能比学校或更故意的花费更多的时间  
进入专业领域。主角可能非常害怕犯错  
他们没有选择的选择,而是落入了不符合的道路  
他们的个人价值观。十年后,他们的遗憾很可能是他们不  
更接近他们的目标,因为他们从不采取行动。

## 重新平衡决策

### 调整航向

深思熟虑和拖延之间只有一线之隔,主角需要  
在区分两者方面比大多数人更加努力。  
尽管有越来越多的证据表明这是不对的,但可能会拒绝修改决定  
对他们来说,无论他们的期望是什么。  
源于主角一旦选择了行动方案就需要做出承诺。  
但当什么都无法挽回时,唯一的选择是经过深思熟虑的决定。  
然而,什么才算是“深思熟虑”可以延伸到无穷大。  
这种深思熟虑是出于明智的谨慎还是出于对未知事物的恐惧  
并且缺乏踏入深渊所需的自信。

主角应该试着理解很少有决定是永久性的。  
他们基于新信息的思想不仅是他们的特权,而且是  
成熟度。仓促做出决定对主角来说感觉不自然,但那些犯错的人  
有点鲁莽 至少与他们通常的决心相比 可能  
发现即使他们做出了错误的选择,后果也远不如  
正如他们所担心的那样不可逆转。

这里有一些调整他们的教育课程的技巧,因为它从来没有来不及行动:

- 请求参观当地大学。
- 访问组织或校园的网站以查看活动日历。
- 参加大学或当地学院的迎新活动。
- 要求在一家有趣的公司或非公司进行信息面试  
政府组织。

这些行动不需要承诺 这是一件好事。

没有压力去注册他们认为没有吸引力的任何东西。

他们将再次感受到灵感的涌动,开启人生的另一个篇章。

## 当主角选择大学

### 具有更高目标的高等教育

对高中咖喱感到恼火的年轻主角会很高兴

受到更加多样化和启发性的大学环境的影响。

高等教育的自由可以成为崭露头角的主角,大学可以拥有自己的

挑战。主角们被无尽的选修课和

漫无边际的苏格拉底式讨论可能会被远为高得多的期望和无礼地唤醒

大学努力中固有的工作量。

是虚幻的 主角很可能成长为富有创造力的思想领袖。

他们必须克服他们的期望。

然而,弥合这一差距会推动主角度过一生,而大学可以

一个适合未来战斗的集结地。

叛逆,虽然在更严格的高中环境中被误解,但可能有助于

他们在大学里很好,在那里他们很可能遇到教授和同学  
谁鼓励这种类型的反击。

## 平衡的大学方法

### 理解他人

主角可能难以调和大学的乌托邦理想与  
校园生活的现实。

是其他人对学习的普遍冷漠和他们对简单的强调  
获得一份好工作。

其他人通过沟通和开放的心态。

希望理解他人的主角必须记住,妥协是  
必不可少,即使有时感觉像政治。

然而,价值观。毕竟,他们所追求的改变通常是社会性的,而不是  
社会进化的运动完全依靠一个人,不  
寻求单方面行动的公平。

主角必须掌握的基本技能。幸运的是,他们是优秀的倾听者,而且  
如果他们学会将听到的内容融入他们所说的内容中,他们就可以获得支持  
为他们的想法。

### 超越课程学习

主角享受他们学科内的课程,但同样的通识教育  
在高中时让他们感到冷淡的课程在他们的大学里不再有吸引力  
化身,它们同样是一个要求。

在高中期间克服这些障碍的纪律可能没有那么麻烦  
现在他们至少可以在这件事上做出选择。

在整个学位课程中穿插不太理想的课程,将它们配对  
通过他们喜欢的课程来平衡他们的课程负担。

主角意识到必要的和理想的是相辅相成的。

他们关注基本的先决条件,例如介绍性作文,也许惊叹于  
他们的同龄人写作不佳或思维浅薄,但他们必须学习的不是  
由那些同龄人决定。主角认识到他们的时间的价值和  
致力于通过推动从基础和高级研究中学习他们能学到的东西  
自己并利用机会发挥创造力,而不是通过面对教学大纲  
他们知道,在每一门课程中,他们的教育都掌握在自己手中。

## 上大学的不平衡方法

### 世界的重量

主角,当采取不健康的方式时,与  
世界在他们心目中的重担,一种孤注一掷的态度,这种态度往往会加剧  
仅仅是学业成绩的压力。

主角要超越健康就意味着要成功。

除了漫长的大学生涯可能带来的经济负担之外

主角 他们的学业债务可能会迫使他们后来从事一种职业  
满足他们的财务需求,同时剥夺他们的精神 精神损失不应该  
也被低估了。

学生通常有其中之一或两者都有) ,大学里的主角燃烧得太亮有风险  
燃烧得太快了。

### 专注于别处

主角可能有多项任务和责任,他们很可能将他们的注意力集中在他们慷慨激昂的领域,即使它不涉及他们的课程(尤其是不太有趣的课程)。

性格类型可能反而会把注意力完全集中在他们参与的慈善活动上志愿服务或他们有朝一日打算领导的学生组织。

仍然关心他们的课程作业,它在他们的优先事项列表中排名靠后,有时,可能会被彻底抛弃。

这种过度专注导致他们没有时间完成任何事情他们的职责特别好。

信息、竞选活动、参加会议或社交活动,或从事一件事他们没有时间接受高等教育。

## 重新平衡他们上大学的方式

### 平衡负担

对于在纯学术环境中感到不安的主角,实习和志愿工作可以弥合差距,不仅让他们觉得自己是已经“成为他们希望在这个世界上看到的变化”,但也许还会缩短他们大学毕业后过渡到那个世界。

他们自己,虽然。一个完整的课程负荷通常足以应付它的自己的,虽然没有报酬的工作最终可能会带来更合适的职业,同时以兼职(或全职)养活自己的主角时间)工作可能没有时间将注意力集中在任何事情上他们盘子里已经有什么了。

虽然大学应该被认真对待,但主角不需要看到他们的一切  
做一个世界末日的问题。即使他们需要发泄,因为  
拒绝为精神和情感上不那么费力的追求腾出时间是一个秘诀  
倦怠。除了确保他们进入大自然或参加节日或集市  
有时,主角可能想确保他们的课程安排  
总是包括一个“有趣”的课程,无论它是否与他们选择的专业直接相关。  
以下是想要无罪释放的主角步骤:

- 问问自己,“我会建议我的朋友经常休息一下吗?”
- 每天留出一个小时专门用于自我保健。
  - 这个时间应该和个人发展无关 没有  
学习一门新语言,尝试计算机编程,或  
为某项事业志愿服务。这次应该专注于  
放松身心。
  - 这段时间不要做任何让您感到压力的事情。
  - 做一些你全心全意喜欢但感觉不像工作的事情(例如,  
看一场负罪感的电视剧,泡一个长长的豪华泡泡  
洗澡)。
- 围绕每天的自我保健时间安排剩余时间。  
剩下的时间在一周内平均分配你的工作,这样  
你的自我保健不会因第二天早上的考试而黯然失色。

## 终身学习

终身学习超越了学校的严格要求,尽管重返学术界是  
当然是一个选择。完全拥抱自己的老主角是

能够更好地从怀疑中获益于研究领域或思想流派  
在他们年轻的时候,这可能会让他们觉得无关紧要或更糟。

### 永远学习

在所有性格类型中,主角是最有感觉的人  
对终身学习的前景感到满意,认为教育不是  
一个人可能拥有的东西,也不是一个人必须从某个机构获得的东西,但是  
相反,这是一段永无止境的未知之旅。  
因为知识永远无法真正实现,就像他们对正义的渴望永远无法实现一样  
满足了,他们在那个追求中找到了快乐。

### 平衡的终身学习

#### 在学习中寻找乐趣

以笨拙的初步努力理解美 就像孩子的美  
当他们第一次知道红色和黄色可以变成橙色时兴奋不已 主角  
追求很多很多人只在童年尝试过的事情。  
因为他们允许自己在学习中找到乐趣 一种新的  
乐器、艺术媒介或舞蹈风格、不熟悉的运动或游戏、遥远的地方  
露营地,或在大自然中探索。

许多主角在满足时会终其一生继续学习,而不是  
向某人证明某事,尤其是向他们自己证明某事,但为了尝试的乐趣  
一些事情并变得更好。

它服务于一些更大的利他目的(尽管这绝不是禁区)。  
带着好奇心和轻松的心情与周围的世界互动,没有议程

与主角深深珍视的真实性产生共鸣,也许是  
是什么使这些人成为他们的人的最大体现。

### 享受学习而不是进步

自我提升固然重要,但在过程中享受自我更重要。

决定采取更平衡的终身学习方法的主角

尝试欣赏他们为自己开发的生活,以及赞美

自己学习的技能。

主角获得了一定的自我意识,从而减少了他们不存在的恐惧

根本无法学习任何东西,或者他们“陷入困境”。

能够将学习一项新技能与首先需要很好地执行该技能分开

周围的时间。

事实上,平衡的主角可能会将学习新技能与他们的自我形象分开

当他们在某件事上取得成功时,他们会感到很有成就感,但他们不会

将他们的自我价值建立在他们所学(或未能学到)的基础上。

主角接受自己本来的样子,但也尽可能地努力学习。

### 不平衡的终身学习

#### 固执的世界观

从很小的时候开始,主角就倾向于形成一套有凝聚力的观点

世界。那些拒绝在适当的时候调整想法的人发现自己

缺乏。他们专注于他们已经有亲和力的主题,而不是

多样化他们的学习,经常追求只支持他们的知识

基本观点。这限制了他们的成长,甚至可能巩固了他们的无知,

因为他们专注于一件事而没有真正开放的心态。

一些主角承认并补偿他们的确定性,知道不同的观点带来了关于世界的不同而平等的真理;不幸的是,其他人只是让他们的信念凝结成一种坚不可摧的意识形态群众。他们的世界观从根本上是正确的。他们,这些主角可能不愿意学习新技术,哲学或方法,总是认为自己比其他人更好。

### 使宏伟平凡

除了过于狭隘的关注点带来的收益递减之外,拒绝努力使他们的学习和自我探索多样化可能会厌倦曾经激怒他们的非常痴迷。剥夺了他们学习和发现的乐趣。

关注他们的使命,无论是解决世界的苦难还是行使他们的道德纯洁,休息一天学习轻松技能的纯粹乐趣变成了在他们眼中是乖张和自私的。

这种不屈不挠、顽固的本性可以像以前一样有力地阻止主角推动他们前进。曾经离改变世界只有一个强有力的论据,那些遭受严重倦怠的人可能同样肯定没有这样的争论存在 或者如果有人争论,那是其他人太固执和冷漠做到这一点。早期的愤世嫉俗有其缺点,但后期盛开的愤世嫉俗年长的主角的心可能特别具有破坏性。

取代他们以前的热情,他们很快就会变得沮丧,所以某些人他们认为,在他们年轻的时候,每一种替代方案都被排除在外。

## 重新平衡终身学习

### 扩大范围

主人公追求的目标往往宏伟到可以消耗他们的生命力

生命 许多人认为没有理由避免这种情况。

理想似乎是为他们能做的好事付出的小代价。

观点很容易变得夸张,而且往往是不健康的。

主角度过他们成长的岁月,成为他们所选择的理想的权威,

但随着他们的成熟,他们可能会发现至少有一部分时间可以更好地用于实现目标

更广泛的知识。一个看似无关的话题可能会产生新的见解

进入他们的主要关注领域。

“一成不变”本身并不是坏事。

改进现有的例程。主角可以从探索的优点开始

相反的意见,而不是坚持他们已经知道的。

他们可以遵循的步骤:

- 与其立即驳回争论,不如选择花时间来理解对方。
  - 你自己的立场在别人看来可能如何
  - 对方提议的一些好处
- 花几分钟“尝试”相反的意见;  
尝试与持有相反观点的人交换角色。
- 根据你学到的东西,调整你的意见或观点。

总是有新的经验和新的东西要学习。

具有破坏性或改变生活。

他们可能会选择更多地扩展他们的经验。

继续学习的好处远远大于任何风险。

### 连接平凡与壮丽

主角最大的危险是学习会变成一个没有乐趣的过程,因为他们倾向于被学习新事物的范围冲昏头脑。

例如,他们正在练习小提琴,他们可能会想,“我怎么可能与小提琴大师相比?还有很长的路要走。”学习不再有趣,看起来很累

然而,为了重新平衡,主角可以连接平凡的事物以使其成为现实

再次辉煌。与其成为他们反复思考的东西,不如学习

可以成为与朋友、家人和社区重新联系的机会。

重新连接是使人类美丽的原因,而纯粹积极的上升

情绪可以为最黑暗的斗争注入新的活力。简单的正念

练习是做到这一点的好方法:

- 找一个要专注的对象（一株植物、一个杯子、一滩水）。
- 花几分钟时间关注物体最简单的方面:它的颜色,质地、气味、物理特征。

这个简单的练习只需要五分钟左右,却可以把主角拉出来

当他们专注于眼前的事物时,头部空间不好并进入他们周围的现实此刻的他们。

## 结论

### 生活就是学习

教育对很多人来说意味着很多不同的东西。推进他们的人生目标以帮助保护和服务他人的方式。如果有机会的话会更多。主角的挑战不在于努力的学习。学习不会成为没有灵魂的苦差事或压倒性的负担,而是一种有益于生活的体验。对于主角来说,平衡涉及融合他们的决心和内心与务实和现实的期望 一种平衡这是完全可以实现的。

他们可以通过花时间满足自己的需要、设定合理的对自己的期望,专注于在平凡中寻找意义和价值,理解 A+ 并不等同于自我价值,并为自己留出空间失败和错误,在取得成就的同时庆祝失败学习机会。

人们永远不会仅仅平衡或不平衡。和下放。平衡更像是季节,因为它们来来去去,但总是重复。树变得更高,人们变得更聪明,我们所有人都在前进。当我们学会如何应对季节时,进步就来了,它是一种延伸的个人成长之旅。

## 专业发展



因为主角是这样一种有驱动力的人格类型,他们的主要角色之一挑战是在一个可能不符合他们理想的世界中找到一份符合他们理想的职业。经常分享,虽然很多职业都适合这个类型,分析一下任何工作的不同方面都可以帮助他们找到一个专业的角色。他们的个人价值观、优势和目标。

在本节中,我们将讨论了解他们的特征如何帮助主角在他们的职业发展方面表现出色。

挫败他们或造成不平衡,以及他们如何利用自己的优势重拾平衡,在事业上茁壮成长。

利用他们的能力打造充实感所需的理解力和视角职业路线。

## 工作和一般技能

### 职业选择

我们谈论的是专业发展,以帮助主角获得更深入的了解他们的性格类型在发现和超越他们的方面所起的作用选择的职业。职业和个人成长交织在一起,它们发生从早期教育到退休,人生各个阶段的收益都有所增加。自我理解 通过发现价值观、目标、优势和劣势 是一种对主角的重要考虑,并帮助他们决定职业道路以及遵循它的最佳方式。

当他们的工作结合时,具有这种性格类型的人会尽力而为创造力、同情心和接受挑战的机会。

心理学和社会工作是结合这些特征的一些职业例子,但主角可以在许多领域大放异彩。严格非个人角色或具有广泛规则的角色。

自由伴随责任,但主角不应该害怕探索他们所有的选择。这种类型的人不太可能难以应对有义务 主角对判断的战术偏好使他们保持在正轨上,他们的外向性帮助他们津津乐道地面对未知。

### 职业搜索

在接下来的部分中,我们将讨论主角如何利用他们的资产来找到合适的职业并在其中取得成功。擅长求职,如何理解和养成工作习惯,以及根据他们的情况与经理和同事进行有效沟通的技巧

人格类型。我们还将概述主角可能会从事的一些特定职业考虑一下。这绝不是一个全面的列表,但它提供了一些见解关于性格类型在选择理想职业中的作用。

### 适合主角的职业选择

让我们看看一些可能符合主角的理想和优势的领域。我们不会提供完整的职业列表,因为太多的选择会让我们覆盖范围既笨重又不充分,而且名单每天都在增加。相反,我们将提供与主角性格特征一致的样本,其中关于什么使它们适合的解释。

请记住,这并不是主角必须做什么才能找到的硬性规定成功或幸福。相反,我们希望它能在他们决定时提供一些见解对于已经雇用的主角,这可以作为解释为什么他们在他们所在的地方快乐或不快乐。对于许多类型来说是一个很好的起点 但对于试图打造自己的角色的主角来说未来,寻找职业时的重要问题包括,“你能给我什么意义、目的和快乐?”“我想成为什么样的人?”和“我想要什么问题?”解决?”

### 有意义的职业

主角喜欢通过与人的联系来寻找工作的意义,这种培养他人的需要成就了事业在医疗保健方面为他们带来回报。主观的,个人主角可能能够将他们的原则融合到几乎任何诚实的工作。虽然有些职业非常适合典型的主角特征列在以下部分中,这绝不是一个限制性列表。

主人公可以在帮助之外的许多方面满足他们的养育冲动和教育行业。

引导顾客购买健康、美味的食物,让他们的生活变得更美好。

对于主角来说,意义来自于勇敢地迎接挑战

理想主义,并以精力充沛、体贴的关怀与人交往。

他们希望的任何地方。

### 利用创造力和洞察力

主角不仅需要职业来提供意义,而且他们也渴望

创造性地表达自己。他们可能很难从事他们不擅长的工作

允许让他们的聪明才智绽放。他们可以利用自己的洞察力发挥作用的工作

他人生活的真正改变带给他们最大的满足感。对于主角来说,金钱

月度最佳员工奖无法与价值观和原则的生活相提并论

通过创造性和无所畏惧的行动将其变为现实。

因此,主角可能会发现很难满足他们在企业中的需求

迫使他们管理有利于利润的实际政策的环境

道德或人力成本。管理并不总是认可或奖励创造力

在文书工作和手册掩盖个人表达的地方。

具有主角人格类型的人通常通过发现来表达独立性

灵活的领导职位或自己创业。

### 结合个人和职业发展

利用他们推动个人成长的动力来推进他们的职业生涯 并且,

反过来,他们的职业生涯发展他们的个人成长 - 通常是最重要的

奖励主角职业生涯的一部分。

产生重大影响,他们不惧怕竞争、压力或

责任。许多其他类型的人追求物质主义或利己主义的职业目标,例如作为令人羡慕的薪水、令人印象深刻的头衔或特定数量的下属。对于主角来说,仅有目标是不够的。

对于这种性格类型的人来说,职业发展就是培养技能和理解 在他们自己和他们的团队中。他们自己认为他们应该以更典型的奖励为目标,在内心深处他们总是感觉他们可以做得更好。

- 这对每个人来说都是个好消息。具有这种性格类型的人有当他们将坚定的理想主义付诸实践时,他们有能力成就伟大的事情。

被公认为优雅的沟通者,主角通常以富有表现力的职业为目标在创意领域,如写博客、故事和剧本。设计和艺术也是合理的选择。

关于个人成长、道德和灵性的更深层次的主题。以新的方法和观点制作工艺,主角经常照亮社会的缺陷,把自己的缺陷暴露给所有人看。

#### 卫生保健

咨询、心理学和医学讲述了主角的两个主要动机:同情心和使命感。具有这种人格类型的人被吸引走向成长和自我发展,这是这些领域的标志。主角也乐于帮助他人洞察和掌控自己的生活,这些学科中的职位为这些外向类型提供了使用机会他们在与客户或患者一起工作时的社交技巧。

主角令人印象深刻的个人魅力和强烈的使命感常常使他们鼓舞人心的人物给那些需要精神、身体或精神治疗的人。

奉献精神和个人信念,他们非常适合担任以下职位

他们关心和引导他人,他们陶醉于这样的工作,将其视为神圣的责任。当主角能够带领他人过上更好的生活时,他们会感到被奖励和他们的价值得到了证实。

一些工作示例包括:

- 酒精和药物成瘾咨询师
- 婚姻顾问
- 精神科医生 (重点是心理治疗)
- 心理学家
- 社会工作者
- 医师
- 执业护士
- 医师助理
- 职业顾问
- 宗教工作者
- 医疗保健管理人员 (如果允许追求愿景)

## 教育

成长和学习是主角对待世界的核心,所以教学和学生一起工作很适合他们。

年轻的学生使用他们的能量和同理心。

一个理想主义的观点,并以热情和创造力展示他们的主题,特别是如果他们教授人文学科。

鼓舞人心,以尊重和智慧与学生联系。

无论教谁,主角都热衷于将学生视为

具有不同特征和需求的个体。

全天与学生和同事一起充满活力,享受社交

给予和接受以及他们正在改变生活变得更好的感觉。

主角的兴趣在于他们的学生作为人的独特性,尽管他们

可能会认为标准化测试和其他工具具有一定的潜力。

以及管理员或其他领导角色,带来他们的决心

对其机构总体结构的愿景。

作为有远见、有创造力的领导者比严格务实的领导者更好。

包括:

- 学前班、小学或高中教师
- 大学讲师（尤其是在宗教、哲学或文学方面）
- 成人教育教师
- 校长（但主要是有远见的人）
- 辅导员
- 学校心理学家
- 宗教教育家

#### 公共和社会工作

主角在基于价值观的事业和最纯粹的正义追求中茁壮成长

感觉。他们在追求更大的真理时处于最佳状态。

选择法律职业是为了迎接获胜的挑战、寻找解决方案的快感、

一场大论战,戏剧,权力,名誉和财富。

然而,仅靠这些诱惑并不能引诱主角。

欣赏令人兴奋的法律挑战,主角更有可能从事法律工作  
确保价值观得到维护,社会变得更加公平。

法律并不是帮助他们追求这些目标的唯一职业。

创造一个更美好、更公平的世界赋予主角职业意义。

主人公的理想是他们潜在的动机,但他们对如何

人们工作并适应更大的环境,更不用说他们坚定的决心,

使他们成为变革的有力推动者。将组织良好的思想与

广阔的视野常常会产生如此有力的论点,以至于除了最不合理的

反对者最终同意他们。

这种思维方式有助于从事一些非常适合具有这种性格的人的工作  
类型:

- 律师 (尤其是在非营利公司)
- 文凭或联络人
- 地方政治代表
- 调查记者
- 小说家或博主

## 充满挑战的职业道路

探索性格类型有助于引导人们朝着正确的职业方向发展,  
但这绝不是规定性的。

那些不符合模式但对工作感到满意的人 传统观点会

另有建议。这里的“具有挑战性”指的是通常不兼容,但是

当然,有些人可以在对他们的类型来说不寻常的工作中找到成就感。

人们希望从工作生活中得到他们想要的一切,而权衡取舍往往来了

发挥作用。以下描述了主角在工作中面临的典型挑战市场。

### 因例行公事和压力而心灰意冷

主角在关注非个人问题、平淡无奇或涉及无情的冲突。会计,审计,数据分析,类似的打磨,数据繁重的工作很容易让主角感到烦躁和没有成就感。血腥”的作品,充满了人性和人类的潜力。

主角面临的核心问题是支撑角色的知识激情需要时间来建立。很可能,他们的前几个职业角色将涉及公平大量平凡乏味的工作。想法、线索、意义和自我实现是对工作中的主角至高无上。繁重的工作充其量是困难的。通过建立鼓舞人心和有用的人际关系。

### 择业难

主角发现许多公司的职业道路并不是为他们设计的,但是而是那些受地位和经济利益驱使的人。和受到尊重在某种程度上是错误的,但这样的奖励通常是补偿缺乏更充实的工作。主角需要更多的东西而不是薪水和声望。

这并不意味着主角很难做出选择。可能会面临相反的问题 许多主角都在努力开始自己的职业生涯早期是因为他们看到了 10 条截然不同的前进道路,每条道路都有自己的

内在奖励。

因为每一个决定都意味着放弃很多其他的可能性。

### 冰冷、重复或数据驱动的工作

主角需要他们的位置有个人风格并且更喜欢专注于人（或人道）。工厂或数据输入工作不适合,因为工作围绕某事而不是某个人转,只会让主角无法实现。

他们需要有“灵魂”的工作。他们的工作必须有目的性和创造性,所以一般而言,重复性任务对主角没有吸引力,而且社会孤立最多让他们感到无聊。

然而,这里需要指出的是,有些领域 其中包括科学,技术、工程和数学 以冷酷理性而著称 过度数据驱动。

在这些领域也需要创造力和洞察力,他们的目标往往是做出世界更美好。

主角可以对一些全球性问题采取富有同情心的态度 这些领域地址。他们的直觉特征在形成时可以证明是有价值的想法和参与广泛的问题解决,他们的外向性可以使他们以令人信服和有效的方式分享团队的愿景。

### 松散的原则或不明确的价值观

主角奋斗在任何没有明确社会责任的行业,如果他们认为这项工作可能对他人造成伤害,则更是如此。围绕赌场等恶习展开,会让许多主角感到内疚。看似中立的工作,如投资或理财,可能会让你觉得不光彩

主角,如果他们感觉到业务以某种方式利用他人或参与其中一些更大的系统性问题。

即使在其他理想的角色中,如指导或慈善外展,主角如果他们工作的公司名声不好,他们会感到不舒服其行为,例如滥用资金。

管理层的价值观与他们自己的一致。

在他们安顿下来之前,他们所支持的服务的完整性和可靠性进入工作,无论职位如何。

#### 没有社交时间

重要的是,主角有很多机会与他人互动。

他们外向和感性的天性创造了与他人互动的强烈需求

在他们的个人生活和职业生活中感到满足。

其他人的主角让他们感到饥饿,尽管他们可能

如果符合他们的理想,无论如何都会继续这份工作。

尽管他们有纪律,可以在他们选择的任何地方出类拔萃,但主角的

最伟大的想法和成就往往发生在他们能摆出一张人脸的时候

让他们觉得自己的工作会产生积极影响的角色

影响他人可以帮助他们即使在工作时也能继续努力

尽管如此,当社交接触成为生活的一部分时,他们的精力会大得多工作。

## 职业选择

传统路径并不适合所有人。

许多主角经常误入意外的职业方向。

我们将探索传统就业市场的替代方案。

## 自主就业

人们不需要固定的工作就能过上舒适的生活。我们生活在一个充满可能性的时代，将自己的时间卖给公司并不是赚钱的唯一途径。

世界已经发生了翻天覆地的变化，在同一份工作上花费数十年是不更长的规范。除了一些专业领域，如医学和军事，有退休福利的长期雇佣合同是不典型的。

因此，对于一些主角来说，独立工作可能是更好的选择。

就业有很多好处，例如能够规划自己的时间，

一个人工作的有形结果，当然还有自我指导。主角看重

自主和创作自由；做自己的老板给了他们这样的

此外，自营职业解决了一个主要障碍，

主角在企业环境中很可能面临 被迫忠诚

有问题的做法和理想。

许多创意领域允许个体经营者谋生，例如

摄影、平面设计、室内设计、自由写作、信息

技术、网站设计和翻译服务。

转化为自雇机会。

## 专业义工

对于主角来说,一个大胆而鼓舞人心的替代职业选择是专业人士  
志愿者 使收入仅次于改变世界的更大目标。

虽然不太可能导致金融繁荣,但这条道路提供了无与伦比的  
个人满意度。如果有其他来源的收入支持(可能是兼职  
工作、家庭、伴侣或配偶),投身于事物的主角  
良心和人类发展可以移山。

他们可以过渡到晚年的选择,从以前的职业中获得技能  
进入非营利世界。

如果主角想提供这种帮助,最不发达国家急需  
慈悲、奉献、伸出援助之手,任何技能和知识都可以  
带有热情的求职信的能力简历可以让主角  
作为志愿者进入许多不同的组织。  
简陋的物质生活,给心灵的回报是无穷无尽的。

然而,对外援助工作和修道院生活方式并不是强制性的 很多  
在离家较近的地方可以获得志愿者机会。  
从任何理想主义组织的总部提升角色  
基层政治团体到宗教和世俗慈善机构。  
愿意投入的热情主角的意愿、心灵和声音。

## 走上职业阶梯

既然我们已经讨论了许多可能适合主角的职业道路,  
我们将研究具有这种性格类型的人如何进行求职。

在本节中,我们将涉及联系潜在雇主、制作简历  
脱颖而出,准备面试。

虽然申请和面试工作可能会有压力,但主角们的  
出色的沟通技巧和处理他们关心的主题的能力  
明确的奉献精神 and 热情往往使他们成为有吸引力的候选人。  
社交技能可能是一种资产。

### 建立联系

由于他们天生的与他人联系的能力和自然的影响,  
由此产生,主角通常很清楚如何接近潜在的  
雇主以正确的方式。他们的直觉是一个强大的工具。  
网络,制作介绍性电子邮件,并以积极的态度展示自己  
– 这些对主角来说是自然而然的,他们应该毫不犹豫地使用这样的  
优势。

主角有说服力,有战略思维和想象力  
有必要开发一种非常个性化的方法。  
合适的人往往比数百个随机的千篇一律的人更有影响力  
应用程序。当主角花时间研究他们正在研究的公司时  
申请,他们开始想象自己处于那些位置。  
起草他们的求职信,就好像他们已经属于了,而且它表明了。

当然,主角需要能够以正确的方式展现自己的技能  
将自己与其他候选人区分开来 这些类型在创意、  
协同工作。

在面试中强调这些能力的工作要求不可分割的一部分  
是必须的。主角在熙熙攘攘的群体中茁壮成长,这些群体试图让自己变得重要

事情发生了。能够诚实地表达这种技能,而不是使用流行语  
为了他们自己,在主角欣赏的组织中留下印象  
最多。

### 关联外部利益

不是所有的公司都想问,但组织很少想要没有生命的员工  
工作之外。主角可以花点时间思考自己的爱好是什么  
在某种程度上适用于未来的雇主,然后找到一种方法来改变这些  
将想法转化为现实生活中的项目。  
或志愿项目、建立在线形象(例如博客)或旅行。  
无论如何都对主角有吸引力,如果成为一个更有吸引力的候选人是一部分  
做一些令人兴奋和值得的事情的灵感,就这样吧。

这些项目不一定必须涉及与潜在工作相同的技能  
主角可以通过任何方式表明他们是有能力的创造者,他们可以  
在他们的简历中提及这些成功。  
更有吸引力和多才多艺的候选人,但它给了他们喘息的空间  
面试。回答某些面试问题,例如“描述一个情况  
你在哪里使用了解决问题的技能,”有了成功的列表就容易多了  
准备被引用的项目。

主角往往是雄辩的演说家和主持人,他们可以发展出  
在线个人资料,使找工作更容易。  
求职者或查看简历中包含的链接。  
如果他们的简历突出了一种爱好,例如写关于特定领域的博客,则会加分。

## 准备面试

主人公的热情和付出通常在他们出现时清晰可见

竞争他们热衷的工作。

关于将未来的工作作为一种强烈的个人兴趣进行讨论并强调

他们想在其中扮演的角色。具有这种性格的人变得更加

随着时间的推移,外交和魅力,所以他们没有任何困难移动

这样的对话。

尽管他们具有与生俱来的沟通技巧,但主角可能想花一些时间

准备他们的演示文稿的时间。即使是他们出色的天赋也可以

“调整。”在接受采访之前,他们可能会发现自己在做白日梦

一旦他们得到工作,他们将要做的的工作的影响,同时忘记准备

对于采访本身的具体细节。

特质可以落入。

主角需要了解最常见的采访技巧和

问题,这样他们就不会被诸如“你最大的

弱点?”用“完美主义”和“我工作太努力了”来回答可能是诚实的

反应,但它们也足够熟悉以至于成为陈词滥调。

寻找自我意识和内省,这些回应切断了任何

提供更深入答案的机会。

主角应该准备好回答许多模板化的问题,尤其是在

求职的早期阶段,热情接近。

招聘人员甚至对职位本身都不太了解,只是

正在检查清单。如果主角期待这一点,他们可以准备好

即使是最常规的问题,也可以进行独特而令人难忘的旋转。

## 职场主角



合同签订后,主角安顿好工作后

模范员工 然后呢?他们如何在职业生涯中取得进步,同时  
做真实的自己,他们可能会遇到什么困难?

在接下来的段落中,我们将讨论主角可能的前进道路。

### 平衡的职场习惯

#### 实践领导力

主角可以是出色的团队经理,可以将人们聚集在一起。

本能地知道如何促进目标和激励同事,化解冲突  
和建立团队凝聚力。具有这种人格类型的人关心  
工作场所的人的感受,他们试图了解每个人,寻求  
了解是什么驱动和激励他们的同事。

凭借主角外向的性格和把握大局的能力,他们可以  
在他们可能拥有的任何其他实用技能之上叠加灵感。  
领导,他们超越了简单的任务,而是更愿意执行任务

规模更大,他们通常不需要持有正式的领导头衔  
影响周围的人。他们友好的热情、远见和魅力  
无论职称如何,他们都在前面。

#### 真实的创作者

主角可能会找到创新的方式来真实地看待他们的作品  
在他们的工作中取得成功的创造性途径。

他人的和谐和福利是非常叛逆的,尽管如此,他们是  
总是想着把工作做得更好,他们愿意尝试更多非正统的东西  
意味着,他们认为这样做符合每个人的最佳利益。

打破规则,但他们有足够的创造力,他们可能会发现自己  
挑战现状或至少提出许多改进建议。

如果主角被要求遵循脚本或程序手册而不添加他们的  
自己的旋转,他们可能会感到不满足。

对他们来说,这意味着发展他们的创造性影响力并能够将其添加到  
任何努力。任何不那么重要的事情都感觉像是苦差事和对他们潜力的拒绝  
相信就在他们之内。幸运的是,创新思维很可能是一种有吸引力的  
现代就业市场的质量。

### 不平衡的职场习惯

#### 富有同情心的工人的问题

主角避免权力的诱惑,很少争取领导角色,但他们的  
个人魅力、组织能力和远见常常把他们放在那儿。  
在等级职位上感到自在,甚至可能拒绝正式头衔。  
反正通常领先。

而不是来自更高的、正式的。当他们领导时,他们的生活方式会导致他们在平衡有影响力的人需要的客观性和他们的能力时遇到的困难对同情心的欣赏。

主角很容易情绪化。

没有人情味和超然,以及同事或下属的情绪问题

深深地影响主角,没有对他们的情绪进行一些健康的保护。

原始形式的同理心是积极的;但同理心却不承认更大的问题

图片在工作场所可能很困难。

从更广泛的角度来看,主角关注更大的利益,但也难以容忍

一种“不择手段”的态度。

客观的、以结果为导向的方法。尽管如此,“结果”是一个商业现实,

所以他们可能总是难以平衡他们的意识形态和生产力。

造成主角可能需要直接解决的一系列紧张局势。

他们也不喜欢冲突,相信总有办法让各方都满意

通过理解、妥协和诚信。

和谐使平衡需求的任何努力进一步复杂化

领导力、生产力和主角心。

### 固执的创意

主角擅长于帮助他人成长和发展的角色,无论是

在他们的组织内外,同时仍然忠于他们的原则。

这种意识形态立场需要一定程度的独立和创造性思维,但

当主角失去洞察力时,他们可能会过分保护自己的想法。

他们对他人意见和标准的正常容忍度可能会受到影响

在这样的时候。

虽然主角几乎是本能地压抑负面情绪,但当他们没有安全感,他们会很快表现出不满,用非黑即白的方式他们的激情。如果他们工作的组织帮助他们管理这些特质,主角在他们的职业生涯中没有困难。然而,不太理想的使命宣言或纯粹的狗咬狗文化,主角努力使他们的理想与这种想法相一致,可能需要找到另一个位置。

## 重新平衡职场习惯

### 学习划分

为了防止关注错误的问题,主角可能想要微调他们的需求与他人打交道。经常与经理发生冲突,他们很可能会成为随着时间的推移更能抵抗这种冲突,可以在他们的职业生涯中取得进一步的进展困难。具有这种人格类型的人通常会牺牲他们的需要、愿望或工作场所的成就来帮助他人,但如果他们想要,适度是关键成功。主角让自己为他们关心的人做更多的好事如果他们只有在真正有必要时才能优先考虑业务。

学会在不同的时间和不同的情况下适应不同的工作角色是一种导致职业成功的技能。

当权者甚至可能认为它们以更普遍的方式受到限制并产生怀疑他们的用处。主角可能永远不会失去他们富有同情心的核心。

不用害怕成为他们不想成为的人,他们可以自信地尝试其他角色,实际上补充了他们的核心人格特质。

既是一个有爱心的人,又是一个没有内心冲突的结果导向的工作者。

下面的练习可以帮助主角更好地理解它意味着什么  
享受不同的角色,同时忠于自己的价值观和核心特征:

- 在索引卡或小纸片上,在顶部列出您担任的所有角色  
在平常的一天玩。例如:学生、家长、员工、经理、  
管家、家庭财务经理、司机、草坪维护人员。  
包括至少五个。
- 在每个角色下画一列。  
卡上的角色,在列中打勾。
- 在一天结束时,查看刻度线。  
玩了一天?在一天结束的时候,它让你变了一个人吗?

学习划分和改变他们的角色和对自己的看法会有所帮助  
主角更充分地认识到,有时同理心是有效性的关键,  
但其他时候需要更客观的风格。  
富有同情心的领导者。其他时候,它可能需要一个实用的资金经理。  
欣赏在不同角色之间移动所需的灵活性可以帮助  
主角可以更好地驾驭工作场所。

### 恢复开放

有安全感的人通常不会花太多时间保护自己和自己的财产  
当主角固执地具有创造力时,他们很可能会感到威胁  
他们的三个核心成长动力的部分或全部:自信、自尊和自我  
尊重。

主人公的自然倾向是对他人敞开心扉并鼓励他人。  
对立的行为往往会让他们感到不舒服,而这种不舒服会  
表明需要进行自我评估 通常是一个响亮的信号。

别人的建议,他们可能不得不重新审视自己的动机:他们

反对这些想法是因为他们认为自己是正确的?

给他们价值和保证的东西?

他们需要保护自己免受?

以其他方式上升?测试他们思维的练习:

- 观看或收听新闻节目并列出一项或多项您可以反对的事情  
边看边看。
- 在一张纸上画三列。
  1. “我不同意,因为他们错了,我可以证明这一点。”
  2. “我在直觉上不同意,但我无法解释。”
  3. “我不同意是因为我的基本价值观,我可以解释。”
- 将您不同意的项目放在适当的栏中。  
您认为以任何方式威胁到您的价值观或您的信仰。
- 让自己知道您可能不同意的原因  
有些东西可以启发。

## 类型之间的工作场所合作

人们在工作中的大部分身份都可以通过他们与他人的互动方式来揭示。

本节探讨主角和每个人之间的专业配对

四种类型的群体。它包括对协作特征和潜力的简要回顾

障碍,以及一些可以帮助他们在棘手的水域中航行的技巧

可能会产生相同点或不同点。

员工认识到各种性格类型提供的许多礼物

另一个,他们找到了在工作场所共同成长的积极方式。

## 主角-分析师合作



### 平衡的主角-分析师合作

#### 大创意

分析师和主角都不喜欢处理细节,尽管分析师喜欢细节的想法。

几乎是下意识地,然后将其纳入更大的星座

直觉理解。他们既富有想象力又富有创造力,将点点滴滴联系起来

通常是深入的方式。这种兼容性和对更抽象的事物的热爱给了他们很多的共同点。

主角和分析师都喜欢研究想法。

将他们的想法转化为模型。

为完美的社会或完美的劳动力创造理想的设计,而分析师

为系统创建优秀的方案。分析师对效率表现出兴趣,而

主角表现出对人性的兴趣。当平衡时,他们承认并接受

彼此的关注点,同时与组织自由分享他们的贡献,以及

他们可以一起取得很多成就。

## 慈悲与效率

主角生活在一个充满价值观、理想和同情心的世界中。

熟悉结构和谜题。

分析师通常允许效率超过同理心。

通过将人类带到最前沿来提供产品。主角理解甚至

共享严格的标准,但它们也为分析师设计的任何系统提供“灵魂”

或创新。然而,一个只有爱、和平、和谐的组织才能得到

边缘有点糊状。理性分析是一个基本要素

组织成长和繁荣。这是分析师贡献最大的地方。

## 不平衡的主角-分析师合作

### 被辩论所消耗

尽管主角和分析师可以利用他们不同的侧重点来互补

方式,他们的差异会产生冲突。

观点并认为它们太软,而主角可能会认为分析师的观点

不敏感并且不关心更高的值。

一起讨论自以为是的切线,有效地排除更多的层次和

实用类型,如哨兵和探险家,他们对获得

任务完成。

一起工作的主角和分析师可能会花费大量时间进行辩论

他们在工作场所的不同方法。

换成前台receptionist的话会更有效率

屏幕电脑,突出显示节省的时间和金钱。

同一个办公室可能会哀叹这种无用的方法和无视

雇员。他们可能想知道接待员的福利,批评用机器问候访客缺乏人情味,或者更进一步拒绝迈向一个人类努力可以消耗的社会任何步骤。

### 共同的急躁

对于看不到他们的某些观点的人,分析师可能会直率和不耐烦方式。主角可以是相似的,如果出于不同的原因。主角的理想主义可能导致他们也变得好斗,如果分析师过于强大并且不会让。

也许最具破坏性的是,主角可能不会让分歧消失,如果他们看到分析师的态度是习惯性的暴政。

对“软”方法不屑一顾,可能会进一步激怒真诚的主角。

主角可能会顽固地延长冲突很长一段时间寻求正义。

## 重新平衡主角与分析师的合作

### 讲分析师的语言

当主角开始提问时,他们会找到愿意交谈的伙伴和盟友。分析师“为什么”提问并保持探索他们对问题的看法的意愿,例如工作场所组织。也许最重要的是,主角可以摆脱

(或至少搁置)他们害怕在以下情况下要求他们的分析师同事澄清他们对一个想法或评论感到困惑。

提出反驳。这并不是说分析师不屑于人性的一面,有时他们只是忘记考虑它。

分析师对那些对以下领域足够感兴趣的人感到惊喜  
通过要求他们解释他们的观点或  
他们甚至喜欢有人挑战他们 但前提是挑战会增长  
讨论并不过分。

相反,主角尊重并欣赏了解  
他们精心策划的努力背后隐藏着崇高的意图。  
的问题,他们更感兴趣的是让他们的想法和想法比  
具有讽刺意味的是,他们经常与那些乐于接受的人交朋友  
那个方法,比如 Analysts。

主角需要知道什么才能更好地与他人沟通的快速指南  
分析师:

- 承认你的差异。  
观点可能明显不同。
- 采用“为什么”而不是“谁”的方法。  
忽略“谁”。它只是在他们的主要关注点列表中稍低一点。
- 要求进一步解释以揭示分析师的理性框架。  
害怕在适当的时候挑战他们。
- 缺乏热情并不一定意味着缺乏尊重或  
缺乏欣赏。不要假设有争议的关系只是存在  
基于情绪冷淡的陈述。

主角不是分析师理性的敌人。强大的结果是可能的  
当主角选择关注共同利益而不是差异时。

## 说主角的语言

主角可以帮助分析师了解如何与他们沟通问题和陈述包括“谁,促进”而不仅仅是“为什么”或“怎么做。”他们花越多时间了解他们的主角同事,就越分析师可能会了解是什么理想和价值观推动了具有这种性格的人通过这样做,他们可以更细致地了解主角如何方法工作。

面对挑战时,主角也可以缓和他们的反应分析师的意见。两个不同观点的敏锐头脑可以结合以富有成效的方式表达他们的想法并开发协作结果。开始理解纯战术方法的价值,分析师可能最终看到人们和谐工作时产生的能量效率一起。

帮助主角和分析师说同一种语言的快速指南:

- 在对彼此的差异保持敏感的同时,请记住,两者都不一种方法优于另一种方法。适当的平衡要求双方都对对方的基本特征敏感,同时自信(不咄咄逼人)在提出想法时。
- “是的,然后……”的方法有时会有所帮助。提高日常工作效率,我们需要确保我们的同事有在他们的一天中有足够的休息和平衡,所以他们可以尽力而为。”尽量不要直接反对想法;相反,添加信息和替代观点。

- 向分析师展示您的目标如何相同（例如，关心客户  
员工可以帮助公司实现其目标并取得更多成果  
利润）。
- 温和地提醒分析师同事情绪表达和影响  
不一定是真空。情绪有自己的理性，而分析师  
如果他们了解两者如何结合在一起，他们可能会尊重这一点。

主角通常不会羞于表达他们的想法。

被不属于自己的方法所吓倒。

他们应该记住，他们的观点与理性想法一样有效

分析师在场 尊重的断言可以使这种关系更有成效。

## 主角-外交合作



### 平衡的主角-外交合作

共享同一种语言

两名外交官具有讲同一种语言的优势。

包括主角在内，都是有远见的人，他们关注成长和人性。

他们交谈,他们的讨论有时会涉及到其他人可能认为的领域不切实际,但他们通常有一个重要的目的,尽管他们有时很少注意必要的细节。事实是必不可少的,但它们起着支持作用对外交官来说如此重要的宏伟思想的作用。

主角在其他外交官中找到现成的对话伙伴,因为他们都喜欢讨论原则问题。

一个组织。主角和外交官互相谈论创造公司内部的和谐与成长,他们将成功定义为个人通过致力于超越自我服务的抱负来增加他们的潜力利益。

### 理想驱动

尽管他们可能显得过于理想化,但外交官们一致认为,更好的方法是一个更美好的世界是可能的。

决定和态度。主角和他们的外交官同事可以转变他们超然的讨论变成了行动,但并不是所有的外交官都在行动以主角为导向。

领导素质,然后他们可以帮助平衡那些梦幻般的无所作为谁不那么亲力亲为。

这种行为,当外交官分享时,针对的是企业中的不公正或不公平,和外交官的同事可能会围绕这些问题结成强大的联盟。

原因驱动,当出现此类问题时,他们相互理解。

主角和他们的外交官同事一致认为,冷酷而精于算计的业务愿意牺牲或虐待他人以实现其目标的行为需要修复。

## 不平衡的主角-外交合作

### 过多的指导原则

主角和其他外交官在与一个人合作时可能遇到的问题

另一个与理解无关。

他们陷入了自己的思维方式,无意中排除了其他人的见解

那些想法不同的人 尤其是当他们将某些类型标记为思考时

“按照惯例。”

在工作和生活中,身边有不同性格类型的人提供帮助是件好事

平衡。太多的外交官在一个房间里集思广益可能会产生很多

指导原则,但很少涉及在此过程中获利的细节(其中,

无论上诉如何,通常都是保持运行所必需的)。

它涉及使命宣言或其他有远见的材料,但精确的战术

当他们的协同作用不平衡时,计划可能不是他们的强项。

外交官甚至可能陷入更深的陷阱,拒绝他人的申请尝试

一些实际的现实主义认为这个过程仅仅是“消极的”,不管意图如何

这样的努力。

走向未来,没有具体的“操作方法”策略,即使是任性的主角

会发现在努力推进自己的大创意。

讨论此类问题弊大于利,外交官可能

需要其他人格群体的观点和现实。

当思想占主导地位时

主角和外交官的另一个问题是无所作为。

主角通常选择按照他们的想法行事,他们可能会因为

其他外交官,尤其是那些非常内向的人。

他们可能会对那些只谈论自己的感受和想法的人失去耐心  
不采取大胆的行动。

主角最初支持其他外交官的想象力,甚至  
分享它,但他们自然希望随后将这些想法外化  
努力工作和奉献精神。“光说不做”很可能考验主角的  
耐心。

## 再平衡主角-外交合作

### 带上详细信息

学习利用其他外交官的想象力和创造力是相互的  
奖励。当主角和他们的外交官同事深入挖掘每个  
别人的思想和梦想的水库,他们可以移动理想主义的大山。

然而,外交官组包含许多最稀有的性格类型,通常  
以局外人的视角看待世界。志愿委员会很容易成为  
小集团,他们可能很难将想法付诸实际行动。

- 考虑从其他性格群体中邀请更多实际类型的人加入  
讨论。也许 Sentinel (\_SP\_) 可以协助后勤或 Analyst (\_NT\_)  
可以使讨论更加理性。
- 为具有特定主题的会议设置议程并为每个主题分配时间  
避免曲折的谈话。议程可能包括“旧业务”作为  
以及“新业务”以清除任何干扰并建立连续性。  
担任秘书角色的人可能会有所帮助。

- 实施一项规则,即所讨论的每一件事都必须导致可衡量的行动。

例如,如果主题是员工士气,或许可以从实施

衡量员工满意度的匿名调查。

arms” 来监督和强调需要采取可衡量的行动

会议。

尽管练习描述的是正式会议,但可以借用非正式讨论

来自它。更有条理的主角和外交官同事做出任何

他们的谈话,他们越有可能导致结果。

### 思考时间

主角必须给其他外交官空间,让他们自己处理材料。

外交官必须先理解一个想法,然后才能放心地继续前进

它,尤其是在处理敏感主题或信息时。

向前迈进,他们在欣赏中茁壮成长。

主角很少在这里遇到麻烦,但如果他们感到沮丧或慷慨激昂,他们

可能会让细节半途而废。

内向的人自然而然地来到小组中。

每个人都朝着更注重结果的方向思考,并帮助保持健康

对话:

- 设定最后期限。花点时间思考是好的,但太多的时间会成为  
为不作为找借口。一定要限制思考想法的时间。
- 专注于任务。互相激励,以免陷入沉思。
- 提供温和的鼓励,以激励彼此继续提供服务  
有价值的贡献。

- 以终为始:你希望你的会议或谈话是什么

可能完成吗?不断提醒自己保持在正轨上的目标。

花时间来规划一个问题的想法是谨慎的。

至关重要。主角可以在这里大放异彩,帮助其他长时间参与的外交官反刍前进。

## 主角-哨兵合作



## 平衡的主角-哨兵合作

为他人站着

主角专注于意识形态问题,而哨兵则专注于实际问题。但他们都在支持他人和保护自己的生活中找到了快乐福利,留给两种类型不多说了。

哨兵可能专注于完成工资单并保证所有人都能收到他们的工资薪水,而主角可能会努力确保薪水与员工的需求和努力。

为了他人的幸福和安全。  
以及受工作影响的人的情感需求。

### 跨越频谱

对于主角来说,大创意是最重要的。  
任何被认为是“小细节”的事情对他们来说可能都不重要,所以他们  
有时会错过小而重要的项目。哨兵不会,组织需要  
他们的勤奋才能顺利进行。  
和程序,他们失去了他们正在做的事情的更大目的。

主角和哨兵之间的伙伴关系帮助他们坚持更大的  
他们组织的愿景。  
寻找切实可行的方法来支持人力资本。  
优势,他们可以组建强大的团队,将理想主义与专业知识相结合  
这使一切正常。

## 不平衡的主角-哨兵合作

### 具体和抽象的观点

主角的世界观来自于一种近乎潜意识的信息联结  
和感觉,他们总是在想象更好的东西。  
可能很难用具体、现实的术语来表达。  
使用公认的标准和方法进行排序。  
被证明。在某种程度上,他们试图将过去的工作实践与  
现在和未来的需求,希望能保证类似的结果。

主角和哨兵也将这些相同的标准应用于他们的同事。  
主角欣赏不那么有形的品质,比如体贴和远见,

不管已证明的技能如何,而 Sentinels 则看重以前的工作表现 – 忠诚度、资历和已证明的结果是他们在任何领域的关键考虑因素 职场关系。

在有意义的层面上联系,导致工作场所的不合作感。

### 判断不

哨兵可能会认为主角太拘泥于不切实际的想法而没有具体结果。主角可能会认为哨兵太平淡无奇或缺乏想象力。将哨兵视为某种“通用”会切断主角从他们的实践经验和亲身实践的角度来看。

每个人都可以互补,但他们的判断可能会让他们陷入困境对立的角落。当不同的人格风格失败时,公司就会失去资源欣赏彼此的价值,并固执地坚持一种风格为上另一方面限制了坚持的人的贡献。

## 重新平衡主角-哨兵合作

### 寻找共同点

主角可能会倾向于将哨兵视为缺乏想象力或死板,但他们提供的效率和稳定性对任何组织都是必要的 当他们承诺,他们会把事情做好。在尝试沟通时牢记这一点可以帮助。当主角尽量减少抽象术语,并专注于具体步骤时,而不是他们只能更有效地与哨兵合作,但这种方法也有助于他们驯服自己更抽象的想法,使它们成为具体解决方案的一部分。

例如,哨兵在面对一些模糊但慷慨激昂的人时会感到迷茫概念,例如稳定的工作时间表对人的尊严的重要性。

这听起来像是不受实际结果束缚的愤怒。

沟通不畅,主角可能会尝试以下操作:

- 以实用的方式呈现信息。
  - 关于上面的例子:一名员工有八个小时轮班,但上下班往返需要一小时。需要八个小时的睡眠,但是如果这个员工只能睡七个小时通过具体地分解这个问题,Sentinels 和主角们可以一起想办法解决这个问题员工。哨兵也关心人。构造不同。
- 避免用理想和抽象的概念来表达事物。
- 考虑向哨兵询问方向。
  - 组织能力,细节并不总是他们大局方法的一部分。与 Sentinel 并肩工作很可能会让你接触到那些人细节。
- 在使用 Sentinels 时设定清晰的增量目标。
  - 但当他们做出承诺时,他们会投入大量时间和精力来获得事情已经完成了。他们想知道他们正在有效地使用那个焦点。
- 对他们所做的表示赞赏,而不是指出他们可以做什么做不同的事情;它可以大大改善合作。

对于与 Sentinels 一起工作的主角,重点最好放在转向抽象上

化为具体,更广阔的视野化为更具体。

主角不得不放弃自己的理想或观点;

尺寸会有所帮助。

### 单一视角是不够的

这两种人格类型可以通过了解两者来解决他们的问题。世界观可以提供一些东西。在明显的情况下练习耐心。分歧是双方都可以接受的好建议。应该小心不要判断他们同事的工作方法是错误的，仅仅因为他们不熟悉。

像“这就是我们一直做的方式”或“这就是你应该做的”这样的短语“做”对主角来说影响不大。很多事情过去常常以特定的方式完成。在他们被改进之前，哨兵本身经常拥抱过去。改进。退一步反思这一点（耐心和体贴倾向于一同走）可以大大推动事情的发展。

希望帮助哨兵更有效地与他们合作的主角可能会尝试以下一些策略：

- 突出相似的目标。  
不同的观点。
- 从结果的角度思考。
- 包括乐观情绪。  
从他们的工作中。共同兴趣点可能有助于哨兵购买主角的梦想和主角接受哨兵的动手方式。
- 要建立融洽关系，请与哨兵讨论规则和既定结构。
- 忠实于您对变革性想法和方法的兴趣。  
考虑更传统的 Sentinel 同事，采取温和的方法引入新的想法。

主角应该向哨兵展示他们带来的价值。

主角可能是最有组织和行动导向的外交官,所以

有很多东西可以展示。但是,这两种类型都应小心避免过于

如果他们要组建一个成功的团队,他们就会对自己的方法持教条态度。

## 主角-探索者合作



### 平衡的主角-探索者合作

#### 以行动为导向的伙伴关系

主角和探索者都喜欢完成任务并找到更好的

做事的方法。寻找新奇的、令人信服的解决方案来解决实际和具体的问题

问题会刺激探索者。他们可以把一团乱麻弄得一团糟

弄清楚如何让它发挥作用,通常以独特而令人兴奋的方式 只要他们

允许按照他们的方式去做。对于主角来说,工作更广泛地涉及个人

愿景、发展和福祉:大规模解决问题。

一个固定的想法,创造一个全新的视角。

尽管他们的观点不同,但两种类型都尊重灵活性、规则和传统不会将任何一种类型束缚得太紧。探索者更加功利比起主人公理想主义的价值观追求,却有一个共同点欣赏创新和建设性变革。

### 想法和技巧

如果可以的话,这两种类型之间的伙伴关系可以为工作场所提供很多 make it work. 主人公擅长把握、创造和转化想法,但它们是基于理论和思想的,而且它们常常很难适应这么大的将想法融入如此小的世界。探索者擅长动手活动。掌握物理环境中的人、事和技能。主角的愿景实现,召唤探索者。决定在任务或项目上进行协作。

想象一下组织中的情绪变得阴沉。有远见的方法来实现没有真正的社区意识。沟通很差,他们可以检测到与他们的联系缺乏联系客户和同事之间。如果主角带来这种担忧和他们对一个引起探索者注意的有凝聚力的团体,他们可能会创建一个电子邮件通讯,一个电话连锁店、播客或每月为同事举办的咖啡“约会”来吸引人一起建立社区意识。一个说“社区”的组织主角和探索者团队。很有可能适合在一起。

## 不平衡的主角-探索者合作

### 重型和轻型标准

尽管既定标准对探索者或主角的约束都没有那么紧密

就像哨兵一样,主角确实按照坚定的准则生活。

与他们的体贴和道德相关的是他们生活中的强大力量。

探索者不一定不道德,但广泛的价值观并不总是像

他们处理业务的方式对结果的渴望。

外向的探索者喜欢与人相处,通常友善、外向、风趣、有建设性

庞大的朋友和客户网络 通常两者之间几乎没有区别。

做生意,目的是赚钱,所以他们可以愉快地使用他们的个人

网络来销售自己或他们的商品。

冒犯主角的真实感,但对探索者来说,这只是帮助人们

通过交换彼此脱颖而出。在他们看来,如果每个人都快乐,

谁在乎?

### 深刻而自发

当主角的价值观被否定时,如果他们没有安全感,他们往往会做出回应

差。意见分歧可能导致有偏见的负面看法,

主角认为探索者肤浅或自私;相反,不宽容的探索者

反过来,可能会将主角视为与现实脱节的“紧张的梦想家”。

探索者活在此时此地,而主角则自由地陶醉于想象和

思想 这是直接结果和长期理想之间的经典冲突。

这种差异的答案是让每个人都认识到对方给对方带来了什么

桌子。

考虑一下这个医院的比喻。主角将是个案管理员，具备全面处理患者长期健康和治疗的能力。与此同时，Explorers 会在急诊室里，进行分类和重新接上肢体。他们没有一个月的时间看情况如何。对拯救生命意味着什么的态度，但他们都在拯救生命。角色需要在方法、行动计划和风格上有明显的差异。沟通，但两者都是经营医院所必需的。

潜在的问题是显而易见的。

英雄和个案经理可能相信他们使“真正的”长期愈合发生。

看重对方的风格会导致不和谐甚至有害竞赛。

## 重新平衡主角-探索者合作

### 保持真实

改善与探索者的工作关系需要主角有所作为

调整他们与他人打交道的自然方式。

使问题具有可操作性对于与探索者进行有效沟通通常至关重要。

主角当然喜欢新想法，但如果他们陷入崇高的泥潭，他们可能会失去这些想法。远远超出行动所需的哲学理论。探索者是通常对如何将想法付诸实践更感兴趣。

主角在这里有很多东西要学。

看起来像，但查看细节和实际过程也很有帮助。

可以提出问题并用双手参与，体验这一刻

一步一个脚印。作为行动导向的人，主角很容易陷入

与探索者的富有成效的和谐,一旦他们超越了理论和工作开始。

如果主角保持以下状态,则可以促进与探索者的交流心里:

- 避免理论,专注于可以物理控制的东西。  
动力越大越好。
- 寻找以行动为导向的共同点。  
隐藏在主角更广泛的理想主义之下。  
在一起?”想得具体和可衡量。
- 寻找让对方兴奋的事情并尝试加入他们的兴奋中  
- 或者至少感谢他们很兴奋。  
尽管出于不同的原因和不同的方式。

没有人是完美的,以至于他们不能从不同类型的礼物中受益工作场所。在许多方面,探索者与主角截然不同,并且这就是他们对彼此的价值。

### 观念的力量

主角倾向于将他们的价值观和理想延伸到他们的工作生活中他们可以,因为他们知道驱动他们的因素会改善沟通和动机。探索者希望与主角同事更紧密地合作可以从询问他们的价值观开始,并将这些价值观与真实的例子联系起来。

主角也往往有远大的想法,着眼于大局而不是具体或细节。对一个有潜力的想法的一点热情会有很长的路要走。

当探索者可以帮助他们把它变成真实的东西时,他们可以成为一个强大的团队。

希望帮助探索者更有效地与他们合作的主角可能会尝试以下一些策略:

- 在倡导重要的事情时要果断 (而不是咄咄逼人)  
你。只是因为探索者对价值观和抽象思想不太感兴趣并不意味着您必须放弃自己的那一部分才能与他们一起工作。但是,以外交方式这样做,在避免的同时设定界限僵硬或敌意。
- 对探索者的项目表现出兴趣。  
你的方法可能有明显的差异,你尊重他们什么他们做得最好。
- 与所有观察型人一样,关注结果,在那里找到共同的兴趣。  
共同的目标可以将员工彼此联系起来并建立凝聚力。

如果这两种以行动为导向的类型可以成为工作场所的动力决定摆脱对差异的担忧并拥抱它们。探索者可以帮助主角不要在概念杂草中走得太远,主角可以为探险者提供坚实的基础,如果他们经常在不稳定的流沙上结束留给他们自己的设备。

## 结论

这是一份工作还是一项使命?主角可能会说“两者都是”。主角不会接受工作只是一份工作 但他们不太可能将自己抬高到高于自己的水平只想赚钱的同事。

像其他人一样,是一种呼唤和生存需要的混合体。

第二,他们的热情和奉献给了他们优势。

说服力和其他领导能力使他们能够影响他们的工作场所

以令人印象深刻的方式,其他人倾向于重视他们的贡献。

显然,没有完美的主角标本。

每个主角都适应并将他们的共同特征转化为自己独特的特征

表达方式。没有适合任何类型的完美工作,也没有完全不适合的工作。

然而,有些位置可能更符合主角的特征,有些则更少

对齐。希望本指南可以帮助任何阅读它的人找到适合他们的路径

大多数,根据他们自己的使命、目标和价值观。

充满了意义和人性。

## 最后的话



### 创造一条平衡的前进道路

处于最佳状态时,主角是高尚的战士,不知疲倦地工作以改善自己和整个世界,通过将他们有原则但富有同情心的方法带到他们所做的一切。这本书中的信息可以帮助这些无畏的灵魂他们的旅程,不仅通过洞察他们美德的应用,而且通过突出个人成长可以成为重点的领域。

主角会发现客观和谦逊很难,但他们强烈的与他人的联系可以帮助他们在学习欢迎输入时找到平衡,对立的观点,甚至是对他人的批评。主角也是永远的学生,了解倾听的好处他们尊重的人。

寻求发挥自己最大潜力的主角从不害怕将他们苛刻的目光转向内心,不仅要问他们是否遇到了自己的标准,还有他们的标准是否可以使用一些更新。那些从一致性和结构中获得大部分力量的人,改变可以是

困难,但学习在有益时调整他们的方法和观点是其中之一  
他们可以练习的最伟大的进步工具。

根据定义,改进是一种变化形式,灵活性使主角能够  
在机会出现时识别机会。

无法预测所有可能发生的美好事情,所以开放的心态是  
收获生活中最好的东西的关键。主角的魅力创造  
与人建立联系并接受他人多样性的巨大潜力  
最终巩固可以持续一生的关系。

尽管主角可能会看到生活中近乎无限的潜力,但他们可以  
尽管如此,他们仍能在多大程度上推动他人改变和尊重  
别人做自己的权利。幸运的是,主角的心胸和他们的高一样大  
有远见,因此欣赏他人成为一种奖励。

实践这种宽容的美德,主角将看到他们的生活以他们自己的方式成长  
无法想象。

此配置文件不应被阅读一次。请勿将其归档并且永远不要再打开它。  
每当你希望更好地理解某人,或难以理解时  
你自己,再看看。也许你会发现相关的见解或  
信息。

此外,花一些时间在我们的[网站上](#)—例如,在我们的[文章部分](#),  
[研究区](#),或[学院](#)。有大量鼓舞人心的建议和信息  
在网站上,我们强烈建议您看一看。  
空闲时间,考虑通过贡献[翻译](#)来帮助我们  
[项目](#),进行额外的[调查](#),或者简单地[给我们发消息](#)并分享你的

关于此个人资料或网站的一般想法。

你。

祝你好运,主角。这可能并不容易,但值得做的事情很少是。最终,最重要的是你的道路反映了你的真实身份,深刻

我们的生活常常充满了无法超越的烦恼、冲突和忧虑

我们的控制权或在事物的宏伟计划中无关紧要。

不时休息一下,想想你的价值观、梦想和理想,

正确的道路将变得更加清晰,不再有表面上的干扰。

希望我们一路上也点亮了几盏灯笼。

直到下一次。

所有内容版权所有 ©2011-2018 NERIS Analytics Limited. 或其他) ,未经出版商事先书面许可。

发布者已尽最大努力准备本文件,此处提供的信息“按原样”提供。NERIS Analytics Limited 对任何个人或实体直接或间接相关的任何损失或损害不承担任何责任。本文件中的信息(包括因此处包含的信息而采取或未采取的任何行动或不行动) 任何此类决定。

不作任何明示或暗示的保证,出版商明确否认对任何特定目的适用性的任何暗示保证。出版商不会对因本文档引起的间接、后果性、惩罚性、偶然性或其他损害提供任何补救措施,包括因疏忽、严格责任或违反保证或合同而造成的,即使在通知可能发生此类损害之后。

出版商不提供法律、医疗、金融或其他专业服务。

本文档中的信息具有教育性质,仅作为一般信息提供,并非心理建议,不用于诊断、治疗、治愈或预防任何疾病或心理障碍。

本文件只能在<https://www.16personalities.com> 购买。如果你有\_\_\_\_\_

从任何其他网站下载此文档,或者如果它已包含在任何服务中

由 NERIS Analytics Limited 提供,请注意这很可能是未经授权的副本。

此类和类似情况,如果您能通过我们的联系方式与我们联系,我们将不胜感激

网站<https://www.16personalities.com/contact-us>以便我们进行调查。