

KOMITET BEZPIECZEŃSTWA PAŃSTWOWEGO  
przy RADZIE MINISTRÓW ZSRR.

---

POUFNE  
egz. nr \_\_\_\_

**PSYCHOLOGICZNE TYPY CELÓW REKRUTACYJNYCH:**  
**OGÓLNA CHARAKTERYSTYKA I METODY WYKRYWANIA**  
**W PRAKTYCE OPERACYJNEJ**

PRZEGLĄD ANALITYCZNY

opracowanie materiału:  
ostatniastacja.pl  
szary



Jeśli zawarty tu materiał Cię zainteresował, chcesz więcej,  
masz chęć wynagrodzić wykonaną przeze mnie pracę...  
możesz postawić mi kawę, dzięki ☺

<https://buycoffee.to/ostatniastacja.pl>

Opracowanie przygotowano w celach edukacyjnych i rozwojowych.

Dopuszczam korzystanie z opracowania, w tym jego cytowanie, za podaniem źródła. Dopuszczam wykonanie wydruku na użytek własny.

Pozostałe regulacje zgodnie z Konwencją berneńską w art. 5 ust. 2 (akt paryski Konwencji berneńskiej o ochronie dzieł literackich i artystycznych, Dz. U. z 1990 r. Nr 82, poz. 474)



## ANOTACJA

W artykule przedstawiono opis głównych psychologicznych typów osobowości<sup>1</sup> oraz krótki zestaw cech diagnostycznych, który pozwala odnieść badanego cudzoziemca do któregoś z nich. Opis typów psychologicznych zawiera również odrębne zalecenia dotyczące postępowania z osobami reprezentującymi opisane wzorce osobowości.

Rubryki katalogowe: 65.02.01; 63.02.03; 63.02.05, 65.03.01

---

<sup>1</sup> Jakkolwiek w niniejszym dokumencie nie posługiwano się pojęciem psychotypu, w rosyjskojęzycznych materiałach jest ono stosowane dość często. Określa ono charakterystyczne cechy zachowania człowieka, jego stosunek do życia, zdarzeń, wzór reakcji na bodźce, które razem tworzą możliwy do sklasyfikowania i nazwania wzorzec, warunkujący schemat, któremu podlegają jego wewnętrzne mechanizmy, w tym światopogląd, interakcje z innymi ludźmi oraz relacje z otoczeniem i reakcje na zmienność.

Psychotypy nie powstają wyłącznie przez wychowanie ani edukację, na ich wykształcenie wpływ ma wrodzona predyspozycja, której skala ekspresji uzależniona jest właśnie od warunków zewnętrznych.

Jednym z autorów podejmujących tę tematykę był Andrej Liczko, który rozwinął teorię akcentuacji charakteru jako kolejną typologię osobowości akcentowanych, opracowaną wcześniej przez Karla Leonharda.

Zdecydowałem się na niniejszy przypis, gdyż typologia tu przedstawiona ma właśnie charakter psychotypiczny, a nie psychopatologiczny. Warto na miejscu tym zaznaczyć także i to, że omówione zostały tu typy czyste, w populacji zaś, dowolna osoba może przejawiać różny poziom wysycenia danym psychotypem. Niewątpliwie jednak, jako podręcznik narzędziowy, praca jest przydatnym przewodnikiem. /szary/

## WPROWADZENIE

Proces wstępnego badania cudzoziemca, który poprzedza jakikolwiek kontakt bezpośredni i werbalny, musi zawierać tak istotny element, jak przygotowanie profilu psychologicznego osoby interesującej wywiad radziecki, jej cech osobowych, wyróżników charakteru. Od dokładności i jakości tego badania zależy wiele: sukces nawiązania kontaktu z cudzoziemcem, umiejętność utrzymania tego kontaktu przez dłuższy czas, szybkość budowania zaufania, właściwy dobór taktyk oddziaływania psychologicznego, a ostatecznie powodzenie całej operacji werbunkowej.

Istnieje wiele ważnych powodów, które często uniemożliwiają operatorowi dokonanie dogłębnego badania osobowości cudzoziemca. Wśród nich jest brak konkretnych metod, które pozwoliłyby operatorowi, przy minimalnej ilości danych, oraz bez osobistego kontaktu (lub przy jednorazowym kontakcie), uzyskać w krótkim czasie w miarę pełny obraz interesującego go figuranta. Wynika to ze słabego rozwoju takich metod, w tym także w obrębie nauk psychologicznych, które nastawione są głównie na rozwój i wykorzystanie złożonych, wysoce wyspecjalizowanych technik badania osobowości opartych na testach. Mimo wszystko, na gruncie psychologii istnieją metody, których wykorzystanie w praktyce operacyjnej może okazać się bardzo przydatne.

Metody te są zgrupowane w ogólnej rodzinie dochodzeń obserwacyjno-eksperymentalnych skupiających się z jednej strony na obserwacji zewnętrznych zachowań danej osoby, z drugiej na statystycznym ich skorelowaniu z określonymi wzorcami osobowościowymi. Podejście takie opiera się przede wszystkim na monitorowaniu zewnętrznych zachowań danej osoby. Podejście takie, na gruncie badań psychologicznych, mimo, że już samo w sobie ma niewątpliwą wartość diagnostyczną, stosowane jest jednak jedynie jako uzupełnienie kwestionariuszy badawczych.

Możliwość bezpośredniego wykorzystania w praktyce operacyjnej jest ograniczona przez fakt, że podejście to nie ma ona znormalizowanej formy i w tym sensie można je raczej zaliczyć do przejawów sztuki niż nauki. Poważną przeszkodą jest przede wszystkim to, że metoda ta może być stosowana tylko przez osobę posiadającą pewną wiedzę psychologiczną, a konkretnie kogoś, kto ma przynajmniej ogólne pojęcie o psychologicznych typach osobowości. Wiąże się to z możliwościami samej metody: pozwala ona z pewną dozą wiarygodności obserwować zachowanie danej osoby w celu ustalenia, czy należy ona do określonego typu psychologicznego, ale aby w pełni wykorzystać takie narzędzie diagnostyczne, trzeba wiedzieć, czym właściwie jest dany typ psychologiczny i jakie są jego specyficzne cechy.

Celem przedstawionej na miejscu tym pracy jest próba przezwyciężenia tej trudności, czyli umożliwienie operatorowi zapoznania się z głównymi ce-

chami psychologicznych typów osobowości. Jednocześnie opis tych typów osobowości dokonywany jest w taki sposób, aby pokazać, jak ich przedstawiciele rzeczywiście funkcjonują: tak w zachowaniu, jak i podejmowanych aktywnościach, interakcji z innymi ludźmi, jakie posiadają cechy zewnętrzne (mowa, mimika, chód itp.), krótko mówiąc, celem jest dostarczenie operatorom metody diagnozowania osobowości na podstawie obserwacji zachowania figuranta.

Na miejscu tym należy zaznaczyć, że ze względu na wstępny charakter proponowanej analizy, opis rodzajów jest zwięzły i ma bardziej charakter popularny niż czysto naukowy. Jest tak, tym bardziej, że celem nie było szczegółowe przedstawienie wszystkich elementów konstrukcyjnych a jedynie wyraźne zarysowanie tendencji.

Kluczowym elementem skutecznego oddziaływania jest rozpoznanie konkretnego typu psychologicznego. Jest tak, gdyż wiodące, zasadnicze cechy każdego z opisanych typów, są na tyle wyraźne i dominujące nad całym spektrum funkcjonowania jednostki, że po zapoznaniu się z materiałem, i rozpoznaniu wzorca, możliwość jego praktycznego wykorzystania będzie więcej niż możliwa.

Autorzy artykułu podają elementarne atrybuty diagnostyczne każdego z rozważanych typów oraz zalecenia dotyczące osobliwości w interakcjach z przedstawicielem danego typu osobowości. Jeśli chodzi o nazwy opisywanych typów psychologicznych, to wszystkie pozostają bez zmian, tzn. każdy typ nazwany jest tak, jak tradycyjnie określa się go w literaturze z zakresu psychoterapii, czy psychologii osobowości.

Zauważalna zgodność z nazwami znanych zaburzeń psychicznych nie powinna wprowadzać w błąd. Faktem jest, że badania nad typologią osobowości były pierwotnie prowadzone w ramach nauk psychiatrycznych i badacze posługiwali się terminologią, do której byli przyzwyczajeni. Należy jednak pamiętać, że wszystkie opisane typy stanowią normę absolutną, co oznacza, że mówimy tu o osobach mieszczących się w spektrum normy, a nie jednostkach patologicznych.

Pracę rozpoczyna opis typu osobowości schizoidalnego (inaczej powiedzieliśmy myśląco-refleksyjnego), który jest najbardziej złożony w strukturze i najbardziej odporny na wpływy zewnętrzne. Następnie przechodzimy do opisu typu psychologicznego, który jest dokładnym przeciwieństwem pierwszego to jest osobowości histeroidalnej, gdzie główną determinantą zachowania jest histrioniczny styl funkcjonowania. Dwa ostatnie, typy psychasteniczny i igzoidalny, które mają swoje specyficzne cechy, zostały opisane w końcowej części opracowania. Zaproponowana typologia nie posiada jednolitej klasyfikacji, gdyż została opracowana przede wszystkim na podstawie obserwacji empirycznych prowadzonych przez psychoterapeutów.

## SCHIZOIDALNY TYP OSOBOWOŚCI

Podstawą i zasadniczym rdzeniem tego psychologicznego typu jest skoncentrowanie na świecie wewnętrznym i wycofanie w głąb siebie, osłabienie związku ze światem zewnętrznym i luźne relacje. Osoby reprezentujące ten typ osobowości postrzegają świat bardzo wąsko: ludzie, ich działania i słowa, subtelności sytuacyjne są dla nich częstokroć niezrozumiałymi osobliwościami. Nie zauważają złożoności szczegółów, niuansów sytuacyjnych, można powiedzieć, że nie postrzegają świata w całej jego różnorodności, bogactwie konkretnych szczegółów. Osoby te nie są zorientowane na świat zewnętrzny, zupełnie jakby byli odwróceny do niego plecami. Psychologicznie są to osoby "ślepe", niezdolne lub niechętnie do prześwietlania świata zewnętrznego<sup>2</sup>.

Zafiksowanie na świecie wewnętrznym jest centralną cechą schizoida. To właśnie ta cecha stanowi podstawę wykształcenia się szeregu jego właściwości psychologicznych, które razem składają się na jakościową definicję tego typu psychologicznego.

Wśród tych właściwości, w pierwszej kolejności, należy wymienić niezależność myślenia i kreatywność. Niezależność myślenia nie oznacza że schizoidy to naturalni wysoko funkcjonujący geniusze, zawsze z wysokim intelektem. Poziom inteligencji może być tu dowolny, podobnie jak w przypadku wszystkich innych typów osobowości, zajmując kontinuum od bardzo niskiej po wysoką. Nie oznacza to także, że myślenie schizoida będzie zawsze twórcze. Zawsze jednak, we wszystkich przypadkach i bez wyjątku, będzie ono nacechowane niezależnością.

A zatem, przede wszystkim niezależne myślenie oznacza, że schizoidy niemal nigdy nie przyjmują za pewnik gotowych założeń, spostrzeżeń lub ocen. Ścisłe kontrolują i wielokrotnie sprawdzają wszystkie napływające do nich informacje. W nieco przerysowanej formie, może to wyglądać mniej więcej tak: jeżeli schizoidowi powiedziano, że przechodząc przez ulicę należy patrzeć w lewo i prawo, a nie do przodu, to on nie przyjmie tego za pewnik, tylko najpierw sprawdzi, czy na pewno to prawda. Musi on zrozumieć dlaczego należy patrzeć w lewo i prawo, z czym to się wiąże, jak to się ustala i czy są przypadki, w których nie należy stosować się do tej zasady. Regułę przyjmie dopiero wtedy, gdy zrozumie, przyswoi i uchwyci cały jej wewnętrzny sens, niezależnie od jej złożoności.

Schizoidzi to mistrzowie własnej oceny sytuacji, własnych opinii, ocen i spostrzeżeń. Są przy tym wysoce niewrażliwi na oczekiwania i tendencje społeczne. Nie oznacza to jednak, że kompletnie ignorują normy i reguły grup

---

<sup>2</sup> Warto zwrócić tu uwagę, że tak jak schizoid zajmuje się zawsze treścią swojego wewnętrznego świata: ideami, wartościami itp, człowiek z osobowością hysteroidalną, lub jak byśmy powiedzieli hysteroid, jest zafiksowany na własnej osobie, na swoich cnotach i na innych atrybutach swojej osobowości.

społecznych. Przeciwnie, mimo deficytów w rozpoznaniu konkretów i detali starają się zrozumieć normy i reguły i poświęcają im wiele czasu i dbałości.

Dlatego, jeśli dokładnie je poznają i zaakceptują, kierują się nimi stale, bez wahania i wątpliwości. W wymiarze, w jakim zaakceptowali konieczność pewnych form zachowań społecznych, są oni skrajnie i "sztywno" konformistyczni. Rzadko się jednak zdarza, by schizoidy zaakceptowały pełny wymiar norm społecznych i kulturowych danej społeczności, najczęściej mają tendencję do wybierania tylko części z tego zestawu. W związku z tym faktem, zauważono następującą zależność: im wyższa inteligencja schizoida, tym mniejszą część ogólnego socjo-kulturowego zbioru reguł on akceptuje, a więc tym mniejszym jest on konformistą. Wysoce konformistyczny schizoid, to schizoid z niskim ilorazem inteligencji.

Wspomniana niezależność schizoidów znajduje odbicie także w ich wyglądzie zewnętrznym. Ich ubiór jest zatem najczęściej poprawny, czasami może być ekscentryczny, ale nie będzie specjalnie rzucał się w oczy i podążał za najnowszymi trendami mody.

Kolejną osobliwością myślenia osób reprezentujących ten typ osobowości, jest skłonność do wysokiej ogólności funkcjonowania umysłowego: myślą oni z reguły na wysokim poziomie abstrakcji, a ich myślenie jest teoretyczne i formalne, zaś myślenie konkretne jest prawie całkowicie nieobecne. Z tego względu, operując na wysokim poziomie inteligencji, ale także w średnich rejestrach, przy czym zbliżonych do wysokiej, są oni bardzo produktywnymi myślicielami: teoretykami, filozofami, czy matematykami. Jednakowoż w naukach wymagających konkretności, czyli dobrego uchwycenia konkretnego materiału, szczegółów (jak dla przykładu w biologii) radzą sobie oni znacznie słabiej. Przeszkadza im znacznie gorzej rozwinięta więź ze światem zewnętrznym, rozproszenie uwagi a w konsekwencji słabe zorientowanie się w konkretnych formach w jakich rzeczywistość zwykle się przejawia.

U schizoidów z niskim ilorazem inteligencji zdolność do uogólniania i operacji abstrakcyjnych jest znacznie gorzej rozwinięta, ponieważ intelekt nie jest w stanie zapewnić niezbędnego poziomu funkcjonowania umysłowego, w rezultacie mamy do czynienia z niewrażliwym na konkretne niuanse, ale za to niezależnym i prostoliniowym, a przy tym dość tępym i nieelastycznym „nosorożcem”.

Podsumowując tę część, w grupie osób reprezentujących schizoidalny typ osobowości znajdziemy zarówno "sztywniaków" i "tępaków", jak i osoby będące teoretykami najwyższej próby. Obu grupom jednak zawsze towarzyszy jedno i to samo: niezależność myślenia i niedostatki w poruszaniu się w sferze konkretności. Schizoidzi lepiej funkcjonujący w społeczeństwie, wykorzystują swoje zdolności w pracy naukowej – dokonują odkryć badawczych, tworzą nowe teorie i idee. Jeżeli ich potencjał intelektualny jest niewystarczający, żyją oni raczej w swoim bezpiecznym, wewnętrznym świecie wyobrażeń i mitów, a ich twórczość jest społecznie bezproduktywna i pozbawiona znaczenia.

Kolejna właściwość osób schizoidalnych dotyczy sądów i ocen. Także i tutaj mamy do czynienia z rozkładem odpowiadającym inteligencji: od subtelnych, niezwykłych i nieortodoksyjnych punktów widzenia na jakiś przedmiot, ujawniających nieoczekiwane, oryginalne właściwości zagadnienia, ukryte dotąd przed innymi, po bardzo prostolinijne, by nie powiedzieć prymitywne, sądy, odzwierciedlające istotę przedmiotu, mimo że ignorujące jego zakres, formę, czy specyficzne cechy, tak dalece, że sama istota staje się jednostronna, niedokładna i wypłaszczona.

To rozróżnienie jest bardzo charakterystyczne dla schizoidów: są oni albo bardzo subtelni i oryginalni, albo jednostronni i prostolinijni, ale tak naprawdę tak jedni, jak i drudzy są osobliwi, a ich sądy i oceny odbiegają od ocen osób o odmiennych typach osobowości.

Ponad to, o czym dotąd mówiliśmy, myślenie osób schizoidalnych charakteryzują także niska płynność myślenia, którą moglibyśmy określić jako swoją stereotypię (którą należy odróżnić od stereotypii behawioralnych, które są charakterystyczne dla psychasteników). Rozumieć to należy tak, że jeśli schizoid zinternalizował jakiś sposób myślenia, lub wykonywania pewnych rzeczy, zasadę, czy podejście do zagadnienia czy sprawy, jakąś teorię lub koncepcję, to te sposoby, zasady, czy teorie, po pierwsze będą charakterystyczne dla tej osoby, po drugie pozostaną długostrwale i niezmiennie stosowane, bywa iż przez wiele lat.

Oczywiście, nie oznacza to, że schizoidzi nie przyswajają dodatkowych koncepcji, podejść, czy sposobów rozwiązywania problemów myślowych. Jednak nowe podejścia nie zastępują starych, ale funkcjonują równoległe z nimi.

Także funkcjonowanie schizoidów w sferze emocjonalno-społecznej, nacechowane jest wyróżniającą osobliwością:

Osoby schizoidalne sprawiają wrażenie wycofanych i emocjonalnie zajętych sobą, bywają określane jako osoby nieczułe i zimne.

W rzeczywistości nie są pozbawieni emocji, bywa, iż są znacznie wrażliwsi niż otoczenie, problem w ich relacjach z innymi i otaczającym światem wynika z lęku i konfliktu między pragnieniem bliskości a dążeniem do dystansowania się. Odczuwają lęk przed zbyt dużą bliskością, zagarnięciem i „pochłonięciem” przez drugą osobę. Osoby te z jednej strony pragną bliskości, a z drugiej się jej obawiają, co prowadzi do walki o własną niezależność, odrębność i bezpieczeństwo. Świat zewnętrzny i relacje z innymi wydają się więc takiej osobie pełne zagrożeń dla jej bezpieczeństwa i indywidualności, tym bardziej, że doskonale zdają sobie oni sprawę z tego, że nie rozpoznają wszystkich niuansów tej sfery.

Schizoidzi zwykle nie są konfliktowi, rzadko wyrażają agresję lub gotowość do sporu. Przeciwnie, starają się unikać konfliktów i często postrzegane jako spokojne i obojętne. Najczęściej nie doświadczają także wstydu lub poczucia



winy, ponieważ odbierają siebie i świat takimi, jakie są, bez skłonności do życzeniowego przekręcania faktów, maskowania rzeczywistości, czy samoszukiwania się.

Podsumowując tę część, schizoidzi zachowują niezależność w myśleniu i szukaniu rozwiązań, pracują na niskiej konkretności, myślą abstrakcyjnie, generalizują, ich myślenie się wyróżnia, są stabilni, a ich emocjonalność nie jest wyrażana zewnętrznie.

Ta emocjonalna obojętność i niedostępność reprezentantów tego typu osobowości, czyni zadanie werbunkowe wyjątkowo trudnym. Manipulacje oparte o informacje są szybko demaskowane, a próby wywierania wpływu emocjonalnego, nie przynoszą spodziewanych rezultatów. Próby tego rodzaju (to jest prezentacja żywych emocjonalnych przykładów, dobieranie intonacji, powtórzenia, próby odwołania się do poczucia obowiązku lub innych uczuć) napotykać na mur sztywnej kontroli napływających informacji, a schizoid szybko z treści odseparuje nagie informacje i fakty, resztę odrzucając jako "emocjonalne śmieci", "szum". A ponieważ mechanizmy perswazyjne i sugestie nie są przeznaczone dla tego typu jednostek, próby ich stosowania są odbierane przez schizoida jako bezsensowne, ale też niepożądane i drażniące "dystraktory".

Najskuteczniejszą techniką podejścia pod tego typu obiekty jest przygotowanie racjonalnej, spójnej i logicznej linii argumentacyjnej, przygotowanie się na wszelkie możliwe obiekcje i dobranie do nich racjonalnych i faktycznych argumentów, udowadniających schizoidowi, że nie zmieniając swojej postawy lub nie przyjmując propozycji popełnia on błąd.

Potoczne wyrażenie „wić się w ukropie” jest doprawdy niewystarczającym wyobrażeniem trudu pracy ze schizoidem. Każdy przedstawiony mu argument jest sprawdzany, monitorowany, ważony i badany pod wszystkimi możliwymi kątami, zwykle nieoczekiwanymi przez nieprzygotowanego rozmówcę i zawsze istnieje ryzyko, że ten który chciał wpłynąć na zmianę zdania schizoida, ostatecznie zostanie przechytrzony i odprawiony z kwitkiem. Jeśli jednak oper będzie przygotowany z należytą starannością, to znaczy będzie wyposażony w całą baterię argumentów i odpowiedzi, dla każdego możliwego scenariusza rozmowy, jeśli przy tym będzie anielsko cierpliwy, wytrwały, asertywny, to w końcu, u kresu swych sił i nadziei może odkryć on iż zdołał swego rozmówcę przekonać. Schizoid nigdy nie ukrywa tego, że zmienił punkt widzenia i zazwyczaj deklaruje to wprost. Pod tym względem jest kompletnym przeciwieństwem histriona, którego z jednej strony dość łatwo obrócić, jednym trafnym wysyconym emocjonalnie argumentem, ale który z drugiej nigdy nie przyzna się, że został przekonany i do końca obstawał będzie przy swoim, mimo że wewnętrznie już dawno pożegnał się z wcześniejszym stanowiskiem. Takie zachowanie nie charakteryzuje schizoidów, a więcej, schizoidzi są bardzo szczerzy i prostolinijni, nie wykazują tendencji do upierania się przy danym poglądzie, stanowisku, chyba że dotyczyłby on rzeczy, do których są oni głęboko wewnętrznie przekonani.

W sferze komunikacji osobliwości myślenia schizoidalnego ujawniają się także pod postacią trudności w odchodzeniu od głównego tematu. Jeśli osoba w typie schizoidalnym dyskutuje na jakiś temat, to nigdy nie odbiega od głównego wątku dyskusji, nie pozwalając na to także swemu rozmówcy. Jeśli rozmówca powie: „A tak przy okazji to...”, schizoid natychmiast przywróci go do głównego tematu rozmowy, ewentualnie wysłucha bez zaangażowania, w milczeniu, po czym nie reagując na to, co słyszał, podejmie główną linię rozmowy. Dla schizoida nie istnieje „pomiędzy”.

W obszarze kontaktów międzyludzkich najbardziej jaskrawo przejawia się wiodąca cecha schizoida, jaką jest zdystansowanie wobec otoczenia. Składa się na nią bardzo słaba potrzeba kontaktów. Schizoid nigdy nie komunikuje się z ciekawości, pod wpływem chwili lub nastroju. Zawsze jest do tego zmuszony, przez konieczność, warunki życia, warunki pracy. Jeżeli tylko zaistnieje możliwość nie komunikowania się, skwapliwie to wykorzysta. Sami ludzie go nie interesują, praktycznie rzecz biorąc nie istnieją dla niego, ewentualnie istnieją w bardzo ograniczonym zakresie.

Schizoidów charakteryzuje trwały, głęboki kontakt z jedną osobą, rzadko dwiema, bardzo rzadko trzema. Jest to zazwyczaj kontakt i relacja na wiele lat, często na całe życie. Co do wszystkich innych kontaktów, są one formalne i uwarunkowane koniecznością sytuacyjną, a nie osobistym wyborem. Jeżeli taka osoba ma możliwość, rzecz jasna może podjąć kontakt (np. komunikując się z ludźmi wykonującymi ten sam zawód), nie mając takich możliwości będzie komunikować się z kimkolwiek, ale tylko w zakresie faktycznych problemów, które wymuszają konieczność komunikacji. Oznacza to tyle, że kontakty schizoida są zawsze ograniczone. Dodatkowo, kontakt ten jest utrudniony, przede wszystkim dlatego, że schizoid nie dostrzega i nie rozumie potrzeb innych ludzi. Nie rozumie także swoich własnych motywów, tendencji, którym ulega, czy osobliwości swojego stanu emocjonalnego, nastroju. Nie jest w stanie dostrzec subtelności sytuacji komunikacyjnej i konkretnego jej wymiaru, obejmującego wszystkie jej cechy i detale sytuacyjne. Ocenia on zarówno rozmówcę, jak i sytuację jedynie pod względem formalnym i funkcjonalnym, wyodrębniając istotę: ogólny wymiar tego, o czym się mówi, ale nie możliwości rozmówcy i tego, jak sytuacja na niego wpływa. Komunikacja schizoida jest więc formalna i pozbawiona kontaktu emocjonalnego, w efekcie jego rozmówca czuje się zagubiony, czuje się nieswojo, jest napięty i niezadowolony. Nie ma prawdziwej i pełnej informacji zwrotnej. Nie ma więc chęci na kontynuację, nie ma też chęci na wsparcie.

Inną przyczyną trudności w komunikacji jest to, że mowa schizoidalna powoduje trudności ze zrozumieniem tego co mówią, a jest tak nawet pomimo tego, że jest ona poprawna gramatycznie a słowa stosowane są we właściwym kontekście. Sam przekaz jest jednak na takim poziomie abstrakcyjnej ogólności, że u rozmówcy powoduje wrażenie niejasności i braku zrozumienia. Schizoid zawsze o temacie wypowiada się w sposób ogólny i rozproszony, brakuje uchwytnych konkretów. Nawet bardzo konkretne zdarzenie, czy przypadek, jest opowiadany nie poprzez nakreślenie sytuacji, ale poprzez stwierdzenie jej istoty w sposób konceptualny, mglisty strumień świadomo-

ści. Jednocześnie schizoid jest całkowicie niezdolny do wglądu w siebie, do postawienia się w roli zewnętrznego obserwatora i oceny, czy uwzględniając rozmówcę, jego własny przekaz ma sens. Dla schizoida wszystko jest jasne, a zatem wszystko powinno być jasne dla innych. Nie jest w stanie odkryć dla czego jego rozmówca nie rozumie, dlatego musi się powtarzać, szukać innych abstrakcyjnych modeli – to oczywiście nie może pomóc, skutkuje rozdrażnieniem i zerwaniem kontaktu. Sprawę dodatkowo pogarsza brak lub ograniczony zasób środków ekspresyjnych: uboga motoryka (gesty, ruchy), niedostatki w intonacji, ograniczona mimika twarzy. Wszystkie te ograniczenia skutkują tym, że skuteczność schizoidów w kontaktach społecznych jest bliska zeru.

Osoby schizoidalne przetwarzając informację i analizując sytuację, doskonale zdają sobie sprawę z tych niepowodzeń, co powoduje że w kontaktach zaczyna dominować napięcie, niepokój i lęk a w konsekwencji unikanie kontaktów. Strach przed kontaktami.

Powyższe przekłada się na zjawisko, które może zaobserwować każdy mający kontakt ze schizoidem: dominują u niego dwie tendencje, z jednej strony, wewnętrzny ruch w kierunku rozmówcy oraz odpychanie, wycofywanie się i dystansowanie z drugiej. Kontakt nie jest płynny: dystans jest utrzymywany, później zmniejsza się, rozluźnia, by znów pojawiło się napięcie, uniki i odcinanie się – te tendencje zdają się być samoistne, nie mają związku obiektywną sytuacją.

Słaba potrzeba komunikacji tłumaczy bardzo wyraźne ograniczenie bliskich kontaktów schizoida, który zwykle ma jedną lub dwie bliskie osoby. Jest do nich bardzo przywiązany, co można rozumieć wręcz dosłownie. Proces budowania relacji jest trudny i powolny, ale gdy już zachodzi bliska relacja, schizoid zachowuje ją bardzo długo. Wobec takiej osoby jest on bardzo lojalny i tolerancyjny, gotowy do pomagania i wspierania we wszystkim. Charakterystyczną cechą postrzegania bliskich osób przez osoby o typie schizoidalnym, jest całkowita niezdolność do prawidłowej oceny przyjaciela. Schizoidzi z reguły przypisują drugiej osobie własne cechy, poglądy, oceny i przekonania. Uważają, że przyjaciel widzi wszystko ich oczami, reagując tak jak oni by zareagowali. Dosłownie postrzegają drugą osobę tak jak siebie. A ponieważ pełne zaangażowanie przy jednoczesnym braku zdolności dostrzegania konkretnych różnic, tworzy iluzję, nierzadko zdarza się, iż relacja w sposób nagły i nieprzewidywalny, a w opinii osób trzecich zupełnie niezasadnie, się załamuje, pomimo wcześniejszej wydawałoby się stabilności. Dzieje się tak w momencie, w którym schizoid odkrywa jakąś poważną rozbieżność w ocenach, poglądach, relacjach. Co ważne, nieporozumienia tego rodzaju dotyczą zwykle rzeczy błażych, drugorzędnych i nie najważniejszych dla relacji. Schizoid natomiast odbiera taką rozbieżność dosłownie, tak jak zdradę. Osoba przyjaciela nagle staje się dla niego obca, nie taka jaką sobie wyobrażał, nieznaną, odpycha ją od siebie. Im głębszy i bardziej poufny kontakt, tym większe prawdopodobieństwo nagłego zerwania relacji.



Ogólnie rzecz biorąc jednak, schizoidy chętnie podtrzymują i pielęgnują zbudowany przez siebie głęboki kontakt. Są oddanymi przyjaciółmi, gotowymi dzielić los bliskiej osoby. Jednak w momentach, gdy jest to najbardziej potrzebne, zachowują się bardzo nieudolnie, bo nie potrafią prawidłowo ocenić sytuacji, nie biorą pod uwagę wszystkich jej niuansów, nie czują momentu, co skutkuje tym, iż często działają niezbornie i nieporadnie, czasem przysparzając szkód, zamiast wnosząc coś pozytywnego.

Powyższe jest szczególnie widoczne gdy, ranią swoich przyjaciół, akurat gdy ci najbardziej potrzebują współczucia. Schizoid nie dysponując pełnym arsenałem środków ekspresji, w głębi duszy głęboko współodczuwając bliskiej osobie, nie jest w stanie wyrazić tego w żaden sensowny i zrozumiały sposób. Zamiast wyrazić współczucie mogą godzinami milczeć, wpatrując się uważnymi i inteligentnymi oczami. Bez bólu, bez smutku, bez żadnego wyrazu twarzy, bez żadnego ruchu w kierunku przyjaciela, zwykłego położenia mu ręki na ramieniu, wzięcia za rękę, czy uśmiechu – jestem z tobą, zachowaj nadzieję, odwagi – nic, pustka, bez słów. Nie ma nic, co mogłoby wskazywać na współczucie, i to że cierpienie przyjaciela sprawia i jemu przykrość. Jest to powód dla którego, nawet ich bliscy znajomi uważają schizoidów za zimnych i nieczułych ludzi, choć nie taka jest ich rzeczywistość. W większości przypadków schizoidzi są głęboko emocjonalni, ale nie mają powierzchownej wrażliwości, tak charakterystycznej dla typu histeroidalnego, czy psychasterników, którzy odbierając dosłownie najmniejszy nawet powiew nastroju drugiej osoby, są w stanie adekwatnie reagować. Schizoid czuje i rozumie główny kierunek emocjonalnego nurtu, wie co się dzieje, ale nie potrafi wyrazić uczuć, które doświadcza.

Schizoid, jest jedynym typem psychologicznym, który w obszarze struktury osobowości charakteryzuje się znacznym rozdźwiękiem głębi wnętrza i powierzchni. Powierzchnia schizoida, jest czymś w rodzaju płaszcza, który oddziela go od świata zewnętrznego, ukrywa jego faktyczną naturę pozostając jedynie fragmentem osobowości, który prezentuje otoczeniu. Nie ma w tym celowej tajemniczości, czy strachu. Schizoid jest po prostu tak bardzo niezainteresowany innymi, wycofany, że niewiele z tego co stanowi jego wewnętrzny świat tak naprawdę może trafić na powierzchnię (tzn. będzie miało szansę ujawnić się w jego zachowaniu lub interakcjach z innymi).

Dla przykładu, mężczyzna znany jest jako typowy administrator: świetny wykonawca, rozsądny, oschły, sprawiedliwy, niezależny, niezainteresowany relacjami z ludźmi, być może trochę protekcyjny. Pozostaje takim stale, takim prezentuje się w każdych okolicznościach. Ale to jest jedynie jego powierzchnia. Wewnątrz, w głębi duszy, może być człowiekiem z dużym poczuciem humoru, wrażliwym na piękno i uczuciowym, pasjonującym się muzyką lub malarstwem. Cóż, skoro nie wie o tym nikt, lub prawie nikt, prócz niego. Nie dlatego by ukrywał tę sferę w jakiś szczególny sposób, ale po prostu dlatego, że nie przychodzi mu nawet do głowy, by z kimkolwiek z zewnątrz tym się podzielić, by pokazać się ujawniając tę część swojej natury, by zademonstrować na przykład swoje poczucie humoru. Schizoid w żadnym wypadku nie jest typem demonstrującym swoje możliwości. Jeśli na przykład pisze

wiersze, przepiękną nawet poezję, to nigdy nikomu ich nie czyta, być może poza bliską mu osobą, nie mówiąc już o próbach ich publikacji. Nie robi tego nie dlatego by się bał lub brakowało mu pewności, on po prostu nie ma takiej potrzeby. Żyje więc sam sobie, nie będąc zupełnie nikomu znany, aż ktoś przypadkowo się do tego dokopie i popchnie go w stronę aktywności. Może być też tak, że ten sam oschły administrator okaże się żądnym ciągłych przygód i stymulacji hazardzistą. W każdym jednak wypadku, schizoid pod powierzchnią jest daleko bardziej złożony niż na powierzchni, a jego głębia i powierzchnia to różne światy, czasem diametralnie różne, czasem zaś po prostu rozbieżne.

Szczególnym, wcale nierzadkim, przykładem niedopasowania powierzchni i głębi, jest tzw. schizoid pusty, mający dobrze zorganizowaną, reprezentacyjną wręcz powierzchnię i absolutną pustkę w głębi. Jest to osoba, która doskonale wie jak należy się zachować, jak postępować wobec ludzi i w różnych sytuacjach, sprawnie działająca w oparciu o tę wiedzę. Postępuje w ten sposób nie z wyrachowania, czy po to by osiągnąć jakieś swoje ukryte cele, a po prostu, dlatego, że tak trzeba, taka jest powinność. Przykładowo, osoba taka doskonale wie, że chorego należy odwiedzić, zaopatrzyć, być może zakupić lekarstwa, zadzwonić do kogoś, umówić wizytę, sprawdzi też czy są inne środki na daną chorobę. Wie co robić i w większości wypadków zrobi wszystko co trzeba. Jednak nie robi tego dlatego by obchodziło go to czy chory ma lekarstwo, czy nie, robi to, bo tak trzeba. Są całkowicie niezaangażowani emocjonalnie i zimni.

Nie ma znaczenia w jakim obszarze są zatrudnieni, do każdej pracy i zadań podchodzą sumiennie. Nie obchodzi ich, lub prawie nie obchodzi, kogo poślubią. Zwykle są obojętni i rzadko angażują się w różne aktywności. Ich aktywność zwiększa się, gdy nabiorą przekonania, że w ten sposób zyskują, jako ludzie porządni. Robią to jednak nie z powodu wrodzonego popędu w kierunku przyzwoitości, czy żądzy akceptacji, a jedynie dlatego, że są jej świadomi.

Podsumowując, osoby o schizoidalnej osobowości są wycofane w swój wewnętrzny świat i mają niewielki kontakt ze światem zewnętrznym. Ich myślenie zawsze cechuje niezależność, jest ono zwykle wysyczone idiosynkrazjami. Podczas rozmowy, prawie nie odchodzą od głównego tematu myśli lub dyskusji, kompletnie nie poddają się sugestii, mocno trzymają się swoich poglądów i przekonań, bardzo rzadko je zmieniając. Schizoidzi są nietowarzyscy i wycofani. Kontakty nawiązują przez wzgląd na doraźne potrzeby, potrafią przy tym wykazać inicjatywę i aktywność. Komunikują się na poziomie formalnym (z wyjątkiem bardzo bliskich osób), porozumiewają się bez emocji, ich wypowiedzi są niejasne, często niezrozumiałe, zwykle bez wyrazu. W większości wypadków ich wewnętrzna natura jest ukryta i nie ujawniana na zewnątrz.

Dopełniając tę charakterystykę wskazałbym może najbardziej charakterystyczne postacie literackie, których uwarunkowania wewnętrzne i zewnętrzne najbliższe są typowi schizoidalnemu. Przede wszystkim przywołałbym

księcia Andrzeja Bołkońskiego (Wojna i Pokój, Lwa Tołstoja) oraz bohaterów Fiodora Dostojewskiego – Iwana Karamazowa (Bracia Karamazow) i Rodiona Raskolnikowa (Zbrodnia i Kara). Schizoidalny wygląd zewnętrzny i wzorce zachowań w dużej mierze charakterystyczne są dla jednego z centralnych bohaterów powieści Irwina Shawa Bogacz Biedak oraz Żebrak Złodziej: Rudolfa. Ten typ wysoce inteligentnego geniusza, skomplikowanego a zarazem subtelnego, jest doskonale sportretowany w kilkuodcinkowym serialu telewizyjnym.

### Elementy diagnostyczne

Przedstawiciela czystego typu schizoidalnego można rozpoznać stosunkowo łatwo, gdyż jest on bardzo charakterystyczny i odróżniający się od innych typów osobowości. Najlepiej zdiagnozować go poprzez kontakt bezpośredni, gdyż najbardziej rzucającym się w oczy objawem zewnętrznym schizoida są jego reakcje werbalne. Dlatego warto poddać obserwacji to jak on się komunikuje, czyli dosłownie stanąć w pobliżu (w zasięgu słuchu i wzroku) gdy schizoid z kimś rozmawia.

Przed wszystkim należy zwrócić wtedy uwagę na mimikę twarzy. Twarz schizoida jest pozbawiona wyrazu. Jakikolwiek reakcje są na niej niemal niewidoczne, często jest maskowata (twarz przypomina maskę) – poruszają się tylko usta, podczas wypowiedzania słów i oczy fiksujące na rozmówcy, wszystkie inne mięśnie pozostają nieporuszone. Może zdarzyć się, że schizoid będzie wyrażał coś mimicznie, ale w większości wypadków będzie to nadać jego twarzy dziwaczny wygląd. Przykładowo, może się uśmiechać, ale nie będzie to "właściwy" uśmiech. Zazwyczaj, gdy osoba się uśmiecha, jej usta rozciągają się a oczy mrużą (czasem niemal zamykając się). Schizoid może rozciągnąć usta w uśmiechu, a jednocześnie szeroko otworzyć oczy. To nie musi wyglądać aż tak charakterystycznie, ale pewnym jest obecność jakiejś formy niedopasowania. Nie trzeba być przy tym wybitnym ekspertem od mimiki twarzy, aby taką rozbieżność zauważyć – wystarczy zaufać własnym zmysłom: obserwowanie schizoida (zwłaszcza osoby nieznannej lub obcej) zawsze powoduje uczucie dyskomfortu, wrażenie, że "coś jest nie tak". W nieco mniejszym stopniu dotyczy to gestów. Schizoidy w niewielkim stopniu lub wręcz wcale nie korzystają z tego środka ekspresji.

Główną wskazówką, że dana osoba jest schizoidem jest mowa. Przed wszystkim, jak już wspomniano, trudno go zrozumieć, a wymowa zupełnie pozbawiona jest emocji. Chodzi o ogólne wrażenie, jakie wywiera na słuchacza. Dokładnie rzecz biorąc, schizoid bardzo rzadko wyraża się precyzyjnie (choć jest do tego zdolny), co nadaje jego wypowiedziom "niejasny" charakter, niemal nigdy nie używa żywych i wyraźnych metafor, spontanicznie nie używa także pojęć odnoszących się barwy, smaku lub właściwości (złoty, gorzki, wilgotny) nie posługuje się ostrymi sądami emocjonalnymi (obrzydliwy, wspaniały itp.) generalnie nie wydaje sądów o smaku lub innych wrażeniach. Ogólnie rzecz biorąc bardzo rzadko wydają oceny typu: zły, dobry, zamiast tego zazwyczaj oceniają wydarzenia i ludzi patrząc na ich istotę, to co jest najważniejsze, uwzględniają przy tym szerszą perspektywę niż ta obejmująca



mująca wyłącznie to, co jest oceniane. Kiedy schizoid wyraża swój punkt widzenia, robi to bardzo spójnie, logicznie, nierzadko, punkt po punkcie. Nigdy nie prawi komplementów, nie wyraża swoich uczuć słownie, jego wypowiedzi nie poruszają w żadnym wymiarze.

Podobnie charakterystyczni są w zakresie ruchów ciała, którą możemy określić jako element zwracający uwagę. Nietypowość obejmuje ruchy całego ciała. Ruchy schizoidów są słabo skoordynowane i toporne, ich chód pozbawiony jest sprężystości (nie mówiąc już o elegancji), tancerzami są nieudolnymi. W kwestii ubioru, typowa jest niska dbałość. Ubierają się tak swobodnie, jak i formalnie, ich strój nie wyróżnia się, ozdoby niemal nie występują. Kobiety w typie schizoidalnym rzadko noszą biżuterię, lub inne zwracające uwagę elementy.

Orientacja zawodowa schizoidów to najczęściej, co już sygnalizowano, matematyka, filozofia, oraz w przypadku innych gałęzi nauki dziedziny czysto teoretyczne (w przeciwieństwie do stosowanych). W przedstawicielstwach dyplomatycznych, poza granicami, schizoidy najczęściej piastują rolę analityków, programistów systemów, szyfrantów)

#### Zalecenia dotyczące interakcji

Jeśli chodzi o zalecenia dotyczące współdziałania z osobami schizoidalnymi, należy zwrócić uwagę na to, iż bardzo trudno jest nawiązać, a jeszcze trudniej utrzymać z nimi nieformalne relacje. Z tego względu najlepszym sposobem na interakcję z przedstawicielem tego typu jest kontakt w sferze zawodowej i w bardzo konkretnej sprawie. Należy pamiętać, że schizoidy w większości przypadków są profesjonalistami wysokiego szczebla, którzy nie tolerują dyktantów, dlatego kontakt z nimi powinien nawiązać ktoś dobrze zorientowany w kwestii, którą zamierza wykorzystać. Pomijając sferę zawodową, można wykorzystać także obszar ukrytych zainteresowań i hobby schizoida, jeśli tylko istnieje szansa ich ustalenia. Należy tu jednak być bardzo ostrożnym, ponieważ schizoid, choć specjalnie nie ukrywa swoich zainteresowań, nie lubi o nich rozmawiać i nie dopuszcza do tej sfery osób postronnych.

Dalej, należy pamiętać, że typ schizoidalny jest najsilniejszym i najbardziej stabilnym typem osobowości i w niewielkim stopniu ulega wpływom osób postronnych. Dlatego stosowanie taktyki nacisku jest równie nieskuteczne jak stosowanie sugestii czy oddziaływania opartego na emocjach.

Jednym ze sposobów wpływania na schizoida jest wykorzystanie jego nawyku ciągłego rozumowania i analizowania oraz dawanie mu do myślenia, poprzez wprowadzanie do jego umysłu nowych informacji, które przeczą jego poglądom i postawom. W sytuacji takiej schizoid spontanicznie, zaczyna je przetwarzać. Będzie analizował nowe dane, aż włączy je do swojego systemu poglądów w sposób spójny, a jeśli mu się to nie uda, zacznie ponownie rozważać swoje poglądy w świetle nowych informacji.

Schizoid nie jest całkowicie niewrażliwym typem osobowości. Jest bezbronny w sferze ukrytych interesów. U schizoida sfera ta zazwyczaj czerpie z całego jego zasobu emocji, czyli jest emocjonalnie bardzo wysoko nasycona. Jest to zazwyczaj nić, która wiąże go ze światem, z życiem. Realnym zagrożeniem dla tej sfery jest silny stres. W przypadku osoby schizoidalnej, silne napięcie grozi nawet samobójstwem.

## HISTEROIDALNY TYP OSOBOWOŚCI

Osobowość typu hysteroidalnego<sup>3</sup>, jest przeciwieństwem osobowości schizoidalnej. Histeroid jest zorientowany na zewnątrz, jego skłonność w kierunku świata zewnętrznego i jego otoczenia jest możliwie najsilniejsza. Jego działania, tak w zakresie ich organizacji, jak i formy, podporządkowane są temu, co się wokół niego dzieje. Jednocześnie zasadniczą, systematyzującą cechą typu hysteroidalnego jest nie tylko orientacja na świat zewnętrzny, ale także bardzo charakterystyczny, właściwy tylko histeroidowi egocentryzm. Rozumieć możemy go jako szczególne i odmienne postrzeganie siebie w świecie. Moglibyśmy powiedzieć, że osoba w typie hysteroidalnym patrzy na świat, niejako, przedkopernikański, z Ziemią (czyli nim samym) w centrum, zaś Słońcem i planetami wokół (czyli wszystkim co nie jest nim, co jest wokół). Tak naprawdę jest to perspektywa dziecka – mama, tata, dziadek, babcia, wszystko istnieje dla mnie, wszystko istnieje wokół mnie. Kiedy mówimy o normie, każde dziecko w końcu dojrzewa, rozwija się, a tego typu perspektywa i nastawienia ulegają zmianie, dziecko zaczyna rozumieć, że wszyscy inni ludzie mają swoje pragnienia, potrzeby, zainteresowania, że jest tylko elementem układu, istniejąc na świecie na równi z nimi. Kształtuje się wtedy nowa pozycja wewnętrzna, zgodnie z którą człowiek zaczyna żyć i funkcjonować. Nie dotyczy to osób hysteroidalnych., lub może inaczej, nie w pełni dotyczy – osoba hysteroidalna, na racjonalnym poziomie świadomości rozumie te zależności, ale jej podstawowa pozycja wewnętrzna pozostaje bez zmian, jest dziecięca i egocentryczna. Jest to podstawa egoizmu, w którym osoba robi to, co jest dla niej wygodne i pożądane, zupełnie ignorując potrzeby i interesy innych ludzi.

Oczywiście histeroid może zająć także zupełnie odmienny, altruistyczny bieg, poświęcając swoje interesy w imię interesów innych ludzi. W takim wypadku jednak mamy do czynienia z altruizmem na podbudowie egocentrycznej „patrzcie na mnie, jakim jestem altruistą, wzorem do naśladowania”, „wszyscy są mi wdzięczni, patrzą na mnie z miłością, szacunkiem, to ja jestem w centrum uwagi”. Właśnie dlatego, altruistyczne histeroidy nie tolerują konkurencji na tym polu.

Podsumowując, rdzeniem hysteroidalnego typu osobowości jest egocentryczna orientacja na świat zewnętrzny, która u przedstawicieli tego typu osobowości jest przyczyną osobliwego zniekształcenia wszystkich innych cech charakteru. Myślenie histeroida jest zawsze konkretne. Przedstawiciele typu hysteroidalnego świetnie rozpoznają wszelkie subtelności sytuacyjne. Zauwa-

---

<sup>3</sup> W tekście określenie "hysteroidalny" używane jest zamiennie z "histrioniczny", w przekładzie zdecydowałem się pozostać wyłącznie przy pierwszym określeniu, gdyż mówimy o stabilnych typach osobowości znajdujących się w spektrum normy, a jedynie mających określony rys (jak byśmy powiedzieli 40-60 w mmpi). W literaturze, określenie osobowość histrioniczna najczęściej związana jest z przykładami psychopatologii, osobowości zdezorganizowanej lub zdeintegrowanej – tego skojarzenia chciałem tu uniknąć /szary/



żają, uwzględniają i znakomicie wykorzystują wszystkie możliwe szczegóły i możliwości otaczającej ich rzeczywistości, dostrzegają specyficzne cechy i odcienie zdarzeń, zjawisk, procesów, na ich podstawie myślą obrazami (nie abstrakcyjnymi pojęciami), czyli wizualizują różne, konkretnie wyrażalne myśli.

Ponadto histeroidzi mają słabo rozwiniętą komponentę samodzielnego myślenia, w tym krytycyzmu wobec napływających informacji. Łatwo przyjmują opinie, sądy, oceny, nie analizują ich, nie wążą obiektywnie stopnia ich poprawności i słuszności. Nie oznacza to jednak, że chętnie przyjmują każde stanowisko, a jedynie, że przyjęcie lub nieprzyjęcie będzie zależało nie od obiektywnego, krytycznego podejścia histeroida do danego stanowiska, lecz od emocji, którą ze sobą niesie. Innymi słowy, podatność osoby histeroidalnej jest w dużym stopniu zdeterminowana przez jej emocje.

Powyższe jest przyczyną wysokiej podatności osób histeroidalnych, na sugestię. Wywierając wpływ na osobę histeroidalną nie ma potrzeby aby długo i konsekwentnie dowodzić swoich racji. Wystarczy przedstawić im jeden lub dwa żywe, zabarwione emocjonalnie argumenty, wywołać pożądane doświadczenie, a sami zgodzą się z rozmówcą. Podatność na sugestię osób histeroidalnych jest jednak "podatnością dziurawą": łatwo jest podsunąć im jakąś myśl, przekonać o konieczności jakiegoś działania, jakiejś linii postępowania, lecz wszystko to zalega w ich umyśle przez krótki czas, po czym znika, tak jakby wypłynęło lub zwietrzało.

Przykładowo, poprzedniej nocy przekonałeś histeroida do udziału w jakimś przedsięwzięciu, otrzymałeś jego pełną zgodę, a jednak nie możesz mieć pewności, że do jutra jego szczerze intencje nie znikną. Rano możesz zastać go z powrotem, w tym samym punkcie, jak gdyby nie doszło do żadnej rozmowy, albo już podziela trzeci punkt widzenia na temat konieczności załatwienia wymyślonej przez siebie sprawy, ponieważ miał czas porozmawiać z kimś innym, kto miał wpływ na zmianę jego postanowionego już przecież zdania w tej sprawie.

Zorientowanie histeroida na świat zewnętrzny, zapewnia mu dobre rozpoznanie różnych sytuacji. Łatwo wychwytyjąc szczegóły, nie pomijając drobnych subtelności i niuansów, histeroid dobrze i szybko odnajduje się w sytuacji, często intuicyjnie. Jednak ta dobra orientacja w różnych, czasem bardzo złożonych sytuacjach jest często osłabiana przez skłonność typu histerycznego do tego, co nazywa się "fantazją obronną". Fantazjowanie ochronne przejawia się z reguły w momentach niekorzystnych dla histeroida, a mianowicie wtedy, gdy cierpi jego pozycja egocentryczna: gdy z czymś sobie nie radzi, a inni to widzą i wystawiają mu odpowiednią ocenę, gdy histeroid jest niezauważany, ignorowany, odrzucany, czyli gdy nie znajduje się w centrum uwagi innych, nie czuje podziwu, wdzięczności czy miłosnych spojrzeń, gdy inni nie akceptują jego "niewątpliwych" zalet lub po prostu nie zwracają na nie uwagi. We wszystkich tych lub podobnych sytuacjach histeroid włącza swój mechanizm obronny, jakim jest fantazjowanie: wyobraża sobie, że wszystko dzieje się zupełnie odwrotnie - odnosi wielkie sukcesy, wszystko mu się udaje, oto-

czenie go chwali, zazdrości mu, jest w centrum uwagi, osoby znaczące dla niego szanują go, kochają, doceniają. Może być też tak, że osoba w typie hysteroidalnym będzie wyobrażała sobie, że ci, którzy go nie zauważają i ignorują, czy są wobec niego niesprawiedliwi, sami są odrzuceni, zapomniani, ukarani itp. W ten sposób osoba hysteroidalna pozbywa się uczucia niezadowolenia. Podobne fantazje są dodatkowym potwierdzeniem niedojrzałości psychicznej osób typu hysteroidalnego, gdyż ten rodzaj fantazji jest zazwyczaj charakterystyczny dla dzieci i nastolatków. Zaznaczyć jednocześnie należy, że elementy fantazji obronnej występują także u dorosłych przedstawicieli wszystkich innych typów psychologicznych. Na ogół są to jednak odrębne elementy, a nie system reakcji na trudności, niepowodzenia i nieprzyjemności; poza tym u hysteroidów fantazja i rzeczywistość bardzo ściśle przylegają do siebie, tak że granice między nimi są mało wyraźne i zatarte. Okazuje się więc, że oceniając sytuację, orientując się w tym, co się dzieje, wnoszą do realnej sytuacji pewne elementy świata wyobrażonego, odbierają ją nieco zniekształconą, niedokładnie, co nazywa się "myśleniem życzeniowym"<sup>4</sup>.

Osoby w typie hysteroidalnym potrafią szybko i bardzo trafnie orientować się w sytuacjach o dowolnym stopniu złożoności, ale całkowicie neutralnych lub korzystnych dla nich, sytuacje niekorzystne oceniają nieprawidłowo. Trafną ocenę sytuacji, utrudnia inna osobliwość osobowości hysteroidalnej - ich skłonność do eliminowania ze świadomości nieprzyjemnych myśli i wspomnień, zapominania o nich na długi czas, a czasem na stałe. W swojej najbardziej skrajnej formie to wyparcie wyraża się również tym, że hysteroid niekiedy nie dostrzega, dosłownie nie zauważa, nieprzyjemnych elementów sytuacji. Znacznie osłabia to jego orientację i zmniejsza zdolność do uwzględniania elementów negatywnych doświadczeń z przeszłości w zachowaniu i podejmowanej aktywności.

Warto podkreślić, że w przypadku jednostek o wysokim poziomie inteligencji "wypieranie" nie jest zbyt częste. Ponadto wysoka inteligencja pozwala reprezentantom hysteroidalnego typu osobowości kontrolować fantazje obronne poprzez rozpoznanie wyraźnej granicy między fantazją a rzeczywistością. Aby dobrze zrozumieć, w jaki sposób hysteroid wspiera swoją aktywność i czym kieruje się w swoim zachowaniu, konieczne jest przyswojenie osobliwości jego systemu motywacyjnego.

A zatem, jakie cele sobie stawia i czym tak naprawdę się motywuje?

Kluczowe jest zrozumienie jego egocentrycznej pozycji, ciągłe próby zwracania na siebie uwagi, poszukiwania czegokolwiek, czym można się pochwalić, zaliczyć jako sukces, dokonać czegokolwiek, co mogło by być ocenione jako

---

<sup>4</sup> Jest to szczególnie zauważalne w opisach przeszłych wydarzeń. Osoby hysteroidalne zazwyczaj przedstawiają oni nie to, co faktycznie się wydarzyło, ale własną interpretację tego, co się stało. Wszystko w ich relacji przebiega nie tak, jak przebiegało, ale tak jakby sami chcieli. Robią to nieświadomie. Inni świadkowie tych samych wydarzeń odbierają podobne relacje, jako kłamstwa lub konfabulacje, tymczasem, tak naprawdę tego typu zachowanie nie jest w żadnym wypadku celowym oszustwem lub pominięciem.

innowacja. W oparciu o właśnie takie priorytety histeroid wyznacza swoje cele.

Pamiętać przy tym należy, że w ramach każdego dążenia, istnieje wiele możliwości osiągnięcia zakładanego celu, to jest zajęcia pozycji na której histeroid zostanie zauważony i doceniony. Dobór drogi prowadzącej do zakładanego celu, może także ulec zmianie, w zależności od okoliczności i otwierających się nowych możliwości. Z tego względu, zachowanie osoby histeroidalnej jest niestabilne. Nie jest tak dlatego, że nie może on konsekwentnie i stabilnie dążyć do celu – do czego jest on przecież całkowicie zdolny - ale dlatego, że osoby histeroidalne, będąc zorientowanymi na zewnątrz, stale wyłapują otwierające się nowe możliwości zaspokojenia swojej głównej potrzeby to jest zwrócenia na siebie uwagi innych, zainteresowania ich sobą, a zgodnie z nowymi możliwościami zmieniają się również cele szczegółowe. Histeroid po prostu przechodzi z jednego celu na drugi, z powodu zmiany okoliczności, ale w ramach jednej głównej potrzeby, tylko pozornie może wyglądać to na niekonsekwencję. W kontekście przewidywania zachowania histeroida jest to bardzo ważne, ponieważ nigdy nie można z całą pewnością przewidzieć, jakie możliwości dostrzeże on dla siebie i w którym momencie.

Łatwość, z jaką osoba z histeroidalnym typem osobowości zmienia swoje cele, wynika również z jego ponadprzeciętnej umiejętności wczuwania się w różne postacie (nie bez kozery większość aktorów to histeroidzi). Odgrywa role przy każdej, nawet z pozoru najbardziej nieistotnej okazji - najważniejsza jest publiczność (a publiczność to często tylko jedna osoba). Na przykład, pracownik spóźnia się do pracy. Jak większość normalnych ludzi, histeroidalny pracownik wymyśli jakąś wymówkę. Zanim jednak zacznie się na dobre usprawiedliwiać, jest już tak wciągnięty w rolę (powiedzmy, że ma ona tytuł „stałem w korku”), że niemal natychmiast wierzy, że to, co myśli, jest prawdziwe. I tak szczerze, z takim uczuciem opowie o różnych okolicznościach, że nikt nie będzie miał nawet cienia wątpliwości. Najważniejsze jest to, aby „audytorium” przyjęło i nagrodziło przedstawienie.

Inny przykład, histeroidalna kobieta spotyka utalentowanego, ale niezaradnego mężczyznę. Przyjmuje rolę opiekunki, otacza tego mężczyznę troską, jest przy nim, rozwiązuje za niego różne sytuacje. Chętnie robi dla niego wszystko, poświęcając sobie swój czas. Jeżeli w jej grupie odniesienia, otoczeniu w którym się obraca, taka wspierająca postawa jest aprobowana i wysoko ceniona, będzie ona bardzo zadowolona. Dzięki takim zabiegom, zajmuje ona pozycję, która zapewnia jej pozytywne wzmocnienia, otrzymuje uwagę, mówi się o niej, jest rozpoznawalna. Będzie grać tę rolę przez długi czas, nie będzie czuła się ani znudzona, ani zmęczona, przynajmniej dopóki, dopóty będzie otrzymywać uwagę, lub dopóty nie pojawi się inna, atrakcyjniejsza i dająca większe korzyści rola. W takiej sytuacji, w jednej chwili zniknie jej ofiarność i altruizm. Stanie się władczą *femme fatale*, śpiącą w świetle reflektorów, znosząc podziw i oceny tych, którzy ją otaczają.

Kolejnym zagadnieniem wartym odnotowania, jest fakt, iż histeroidalny typ osobowości jest wzorcem, bardziej charakterystycznym dla kobiet. Nie ozna-

cza to, że męskie typy hysteroidalne będą wybitnie rzadkie, to nie tak, ich rozpowszechnienie jest porównywalne z innymi typami osobowości. Po prostu męski hysteroid to sfeminizowany mężczyzna i kobieta o kobiecych cechach. Mężczyzna ma wszystkie psychologiczne cechy historycznej kobiety, przy czym są one wygładzone i niejako zakrywane przez role i oczekiwania społeczne, jakie stawiane są przed mężczyznami.

Orientacja przedstawicieli typu hysteroidalnego na świat zewnętrzny i otoczenie, wyraża się w szczególności w sferze ich kontaktów. Osoby hysteroidalne są bardzo towarzyskie. Chętnie sami nawiązują kontakt, potrafią bardzo szybko i umiejętnie skracać dystans relacji, są sprytni i błyskotliwi, prezentując swoje najbardziej atrakcyjne cechy. Ich poziom „prowokowania”, „krzykliwej nachalności”, ale także „wrażliwości” i „poetyzmu” jest mniej więcej zrównoważony.

Zwykle określa się ich jako "lwy salonowe". Mają zwykle bardzo szeroki krąg kontaktów, ale są też bardzo niestabilni. Przyczyna niestabilności kręgu kontaktów przedstawicieli typu hysteroidalnego jest taka sama jak niestabilności ich zachowania w ogóle. W komunikacji zaspokajają swoją główną potrzebę - chęć bycia w centrum uwagi, zainteresowania sobą, wywołania podziwu, miłości, sympatii. Dlatego każda nowa osoba jest dla nich z jednej strony nową szansą z drugiej nową rolą. Sytuacje się zmieniają, role się zmieniają, ludzie się zmieniają, motyw pierwotny jednak nie.

W ramach tego szerokiego i zmiennego kręgu komunikacji hysteroid ma węższy (4 do 6 osób) i nieco bardziej stabilny krąg bliskich osób. W ramach tego bardziej stabilnego kręgu zauważalny jest jednak ciągły ferment: niektórych przyjaciół hysteroid zbliża do siebie, innych odrzuca lub po prostu komunikuje się z nimi mniej, później przeciwnie, ci, którzy są dalej, stają się bliżsi, i cykle się powtarzają. Stopniowo zmienia się też skład tego bliższego kręgu: w przypadku hysteroidów przywiązanie trwające przez wiele lat jest zjawiskiem nietypowym.

Warto odnotować, że na ogół w bliskiej i głębokiej relacji hysteroid nie odnosi sukcesów, jego egocentryczna pozycja uniemożliwia mu głębokie wniknięcie w zainteresowania i potrzeby drugiego człowieka, zrozumienie i docenienie osobliwości jego wewnętrznego świata. Stawia siebie, swoje interesy, swoją rolę ponad wszystkim. Dlatego jego kontakty są bardziej udane, jeśli są powierzchowne, chwilowe, sytuacyjne, w których nie jest potrzebna głębia ani zrozumienie, w których wystarczy tylko szybko ocenić partnera społecznego, natychmiast wyczuć jaką rolę w ogóle oferuje sytuacja i dobrze tę rolę wykorzystać.

Aby pełnić różnorodne role, osoba o hysteroidalnym typie osobowości wyposażona jest w bogaty arsenał środków wyrazu: pięknie się porusza, adekwatnie i trafnie gestykuje, ma bogatą mimikę, potrafi posługiwać się głosem, słowem, w ogóle jest bardzo artystyczna. Ta dobra ekspresja zewnętrzna jest często odbierana przez innych jako żywa emocjonalność hysteroidów. W rze-

czywistości tak nie jest, nie są oni bardziej emocjonalni niż reprezentanci pozostałych typów psychologicznych.

A jednak to fałszywe wrażenie dość łatwo się ugruntowuje, za sprawą ich teatralności, przesady, zdolności do samo zachwyty, "samonakręcania się". Histeroidalni mają dużą wrażliwość na najmniejsze zmiany nastroju i fiksują się na nich, wykorzystując swoją wyobraźnię, która następnie zapala ekspresję emocjonalną, dominującą dla konkretnej sytuacji. Emocje zaczynają narastać, rozprzestrzeniać i nabierać nowej jakości. Na przykład wymowne uczucie smutku, jeśli okaże się pożądane, może być przez histeroida przeobrażone w głębokie uczucie udręki, któremu towarzyszą łzy (jest to charakterystyczne głównie dla kobiet).

Wygląd, osobnika histeroidalnego, jego styl i jego postawa w dużej mierze uzależnione są od poziomu inteligencji. Mimo, że histeroidalne jednostki, zajmują różne szczeble drabiny społecznej, są zawsze demonstracyjne, realizują swe ambicje w bardzo różny sposób.

Histeroidy z niskim IQ mają tendencję do przesadnego demonstrowania: ubierają się krzykliwie, mówią głośno, często powtarzają dowcipy, aż wszyscy w pomieszczeniu je usłyszą, starają się zawsze wyróżniać (co robią bardzo dosłownie, np. wychodząc przed szereg, lub prostując się na krześle, wychylając się ponad otoczenie, czy w inny sposób zwracać na siebie uwagę), siadają w widocznych miejscach, domagają się uwagi i czekają, aż wszyscy ucichną, zanim coś powiedzą.

Histeroid o wysokiej inteligencji nie robi nic takiego. Może mówić niskim, ale dobrze zestrojonym głosem, ubierać się skromnie (ale odświętnie), potrafi teatralnie wyrażać emocje, ale nie płynie na ich fali, jego humor jest subtelny i często skierowany na siebie, na to, co zrobił, na to, co zmienił. W nowym towarzystwie jest na początku niepozorny: ma oczy otwarte i ocenia sytuację, diagnozując publiczność. Po chwili, nienachalnie, przykuwa uwagę wszystkich, podsuwa tematy do dyskusji, prowadzi rozmowę. Jest otwarty i przyjazny. Agresję wyraża (w formie ironii lub sarkazmu) tylko wtedy, gdy wykryje konkurenta. Osoby histeroidalne w ogóle nie tolerują ludzi, którzy w jakikolwiek sposób ich przewyższają, gdyż ludzie ci tworzą dla nich niekorzystne tło, wywołując w nich napięcie. Histeroidy pozbywają się takich ludzi pod byle pretekstem. Odgrywają wtedy rolę sędziego, nieugiętego mistrza sprawiedliwości, moralności czy czegokolwiek innego, czego może wymagać sytuacja. Potrafią wyciągnąć każdy negatywny aspekt ze słów lub działania swego adwersarza, jednocześnie próbując przypisać im negatywne cechy, których ci nie posiadają - słowem, robią wszystko, by wartość osób, które postrzegają jako zagrażające, umniejszyć w oczach otoczenia.

Histeroidzi jako pracownicy realizują się jako jednostki, głównie wtedy, gdy ich praca jest doceniana, gdy odnoszą sukcesy i gdy przyciągają uwagę innych. W zespole radzą sobie gorzej, zwłaszcza tam, gdzie wkład każdego z członków grupy w ramach ogólnego wyniku nie wyróżnia się, gdzie nie ma jasno wyodrębnionych przydziałów. W tego typu zajęciach grupowych są



mało wiarygodni, wykonują pracę powierzchownie, zawsze wykorzystują okazję, by zrzucić przynajmniej część swojej pracy na innych. Stale trzeba ich wtedy nadzorować, bo albo czegoś nie zrobią, albo zrobią to źle.

Podsumowując, osoby hysteroidalne są jak najbardziej zorientowane na zewnątrz, skupione na otaczającym ich świecie, ale postrzegający ten świat z pozycji egocentrycznej. Histeroidy mają konkretny, wizualno-wyobraźniowy sposób myślenia, są przy tym niedojrzali, ich oceny i opinie są niestabilne, owa niestabilność przede wszystkim jednak dotyczy sfery zachowań. Mają skłonność do fantazjowania, stoi ona często w sprzeczności wobec ich zdolności do obiektywnego rozpoznania sytuacji. Hysteroidalni są towarzyscy, otwarci i łatwo nawiązują kontakt z ludźmi. Mają szeroki ale niestabilny krąg kontaktów. Są uzdolnieni artystycznie, ekspresyjni, łatwo podejmują i odgrywają różne role. Kierują się przede wszystkim chęcią bycia w centrum uwagi, potrzebą bycia docenianym, łakną pochwał, rozpaczliwie chcą wzbudzać miłość i sympatie innych.

Dla dopełnienia obrazu można przywołać Maszę z dzieła Czechowa Trzy siostry, lub jedną trzech przyjaciółek, tę najbardziej energiczną i najbłyskotliwszą z filmu Moskwa nie wierzy łzom, tę którą zagrała Irina Murawjewa.

### Elementy diagnostyczne

Osoby w typie hysteroidalnym charakteryzują się taką różnorodnością zewnętrznych przejawów (zależnych od sytuacji, roli, publiczności i nastroju), że bardzo trudno jest na ich podstawie określić, czy dana osoba reprezentuje właśnie ten wzorzec osobowości. Dlatego też aby potwierdzić występowanie tego typu osobowości, podejrzany histeroid powinien być obserwowany w różnych sytuacjach i w relacjach z różnymi osobami.

Jak już zaznaczyliśmy, jednym z ważnych atrybutów histeroida jest teatralność, duża ekspresja, swego rodzaju artyzm. Osoba w typie hysteroidalnym ma bogatą mimikę, gesty, doskonale operuje głosem. Co więcej, wszystkich tych środków używa bardzo skutecznie, zależnie od sytuacji skąpo dawkując lub waląc prosto z mostu. Jego twarz może być nijaka, a głos cichy i bez wyrazu, jeśli wymaga tego sytuacja i rola.

Histeroidy mają bardzo charakterystyczną mowę: używają jasnych, obrazowych wyrażeń, umiejętnie opisują różne uczucia, odczucia, przeżycia. Jeśli histeroid opowiada jakąś historię, robi to z własnej perspektywy, nie stroni od wycieczek osobistych i własnego komentarza. Mowa histeroida jest emocjonalna, posługuje się skrajnym słownictwem i używa superlatywów. Hysteroidalni, są jedynym typem psychologicznym, który z własnej inicjatywy sam siebie wychwala i mówi o własnej wartości (wiele z tego jest nie wprost, ale bardziej subtelnie i pozostawiając rzecz domysłom).

Histeroidy zawsze zachowują się zgodnie z wizerunkiem, na który pracują, z zachowaniem ścisłego wyczucia stylu. Jeśli są "facetem pod krawatem", ubierają się odpowiednio: demokratycznie, trochę niedbale, jeśli są "arystokra-

tami", ich strój jest wyrafinowany i wyciszony. Histerycy pięknie się poruszają: są plastyczni, zgrabni, zrelaksowani.

Jeśli chodzi o ukierunkowanie przedstawicieli typu hysteroidalnego w określonych dziedzinach zawodowych, to jest to albo sztuka widowiskowa, albo zawody związane z koniecznością nawiązywania szerokich i krótkotrwałych kontaktów, na przykład zawody dziennikarzy, reporterów, sekretarek, przedstawicieli firm i organizacji, w dużym stopniu praca personelu dyplomatycznego.

### Zalecenia dotyczące interakcji

Zainicjowanie kontaktu z przedstawicielem typu hysteroidalnego nie jest trudne: chętnie wchodzi w komunikację, szybko przekłada ją na kanał nieformalny, skraca dystans. Trudniejsze jest utrzymanie tego kontaktu, kontynuacja relacji.

Tu musimy poznać kilka zasad:

Przede wszystkim hysteroidy nie lubią słuchać. Wolą sami mówić, więc unikają zbyt rozmownych rozmówców. Nie należy ignorować tej potrzeby, w przeciwnym razie osoba która tego się dopuści zostanie zakwalifikowana jako niegrzeczna, mało subtelna a kontakt z nią zostanie zerwany.

Nie należy wyrażać wątpliwości na temat tego, co mówią o sobie, nawet jeśli istnieją oczywiste sprzeczności. W swoich opowieściach hysteroid zazwyczaj jasno określa, w jakich punktach oczekuje od słuchacza oceny: te oceny muszą być mu dostarczone i to w sposób mniej lub bardziej rozbudowany i raczej emocjonalny.

W sytuacji gdy hysteroid ma jakieś trudności, lubi być "zaopiekowany", lubi kiedy mu się nadszakuje obdarzając współczuciem. Osoby hysteroidalne często proszą o radę w trudnych sytuacjach i chętnie przyjmują próby rozwiązania ich problemów za nich. Nie wolno doradzać im rozwiązań w typie ćwiczyć siłę woli, bądź wytrwały, czy że coś wymaga wysiłku. Hysteroidy nie lubią, gdy im cokolwiek przeszkadza, więc taka rada natychmiast zostanie odrzucona, a osoba jej udzielająca oskarżona o złą wolę, brak chęci lub niezdolność do zrozumienia ich sytuacji, brak wrażliwości. Lepiej jest dyskutować i współczuć, a jeśli można faktycznie coś dla nich zrobić i pomóc (pójść gdzieś, nauczyć się czegoś, porozmawiać z kimś), wtedy to docenią, bo tego właśnie oczekują.

W kontakcie z typem hysteroidalnym w żadnym wypadku nie można demonstrować żadnych swoich zalet i talentów. Nie należy też chwalić kogoś innego zbyt szczerze i zbyt energicznie; w takiej sytuacji hysteroid będzie urażony, choć najpewniej tego nie okaże.

Krótko mówiąc, hysteroid musi stać się po pierwsze "centrum uwagi", a po drugie być osobą, której nie obciąża się problemami, a jeżeli już do takiej re-

lacji dojdzie, będzie chwalony (najlepiej publicznie) za to jak doskonale sobie radzi, jaki jest wspaniały w tej sytuacji – dzięki takim działaniom kontakt z osobą histeroidalną będzie bardziej stabilny.

I na koniec, jeżeli udało się nakłonić histeroida do czegokolwiek, pod żadnym pozorem nie można mu pozwolić by wyszedł spod kontroli, a już najlepiej doprowadzić do tego, by ustalenia zostały wprowadzone w życie bezzwłocznie. Ta natychmiastowość jest pewnym elementem sukcesu.

## PSYCHASTENICZNY TYP OSOBOWOŚCI

Wyodrębnienie się tego typu psychologicznego spowodowane jest brakiem energii fizycznej człowieka, jakąś formą jego osłabienia. Może mieć naturę fizyczną i fizjologiczną, gdzie występować będą braki w procesach metabolicznych, które w ogólności dostarczają energię do całego organizmu, w szczególności zaś do ośrodkowego układu nerwowego. Wspomniane braki mogą być wrodzone (dziedziczne) lub nabyte (np. choroba we wczesnym dzieciństwie), jakby jednak nie patrzeć, rezultatem jest niskie zaopatrzenie energetyczne organizmu, które staje się podstawą dla rozwoju osobowości psychastenicznej.

Jedną z głównych cech osób tego typu jest słabe odzyskiwanie energii fizycznej podczas snu. Budząc się rano, osoby te nie czują się rozbudzone i wypoczęte. Aby w pełni się zregenerować, potrzebują co najmniej 12 godzin snu w nocy, co w normalnych warunkach jest niemożliwe. Z tego powodu psychastenicy stają się "wieczornymi" lub "nocnymi ludźmi", zwanymi potocznie "nocnymi markami", dostosowując się do okoliczności. Mając kiepski nocny wypoczynek, długo się uruchamiają i dopiero w połowie dnia zaczynają czuć się bardziej rozbudzeni. Wreszcie ożywiają się wieczorem. Właśnie w tym czasie osoby reprezentujące ten typ osobowości są pełni sił i energii. Nie odczuwają senności i z radością podejmują działania, podczas gdy inni ludzie leżą w łóżku lub już dawno śpią.

Ze względu na braki energetyczne psychastenicy stosunkowo rzadko doświadczają bardzo silnych emocji i zmiennych nastrojów. Trudno nazwać ich wesołkami, przeciwnie, najczęściej przejawiają nastroje o stonowanym zabarwieniu, którym towarzyszy napięcie i lęk, podsycone uczuciem dojmującego smutku.

Ich ograniczenia energetyczne prowadzą do wykształcenia się podświadomych mechanizmów, prowadzących do ograniczania wydatkowania energii. Psychastenicy dla przykładu, często mają postawę pedantów, dzieje się tak ponieważ wykonywanie znanych, niemal automatycznych czynności nie wymaga zaangażowania zbyt dużych pokładów energii, w przeciwieństwie do czynności nowych, nigdy wcześniej niewykonywanych. Ich wzorce zachowania zazwyczaj są łatwe do wykształcenia, ale diabelnie trudne do wykorzenia. Psychastenicy są boleśnie świadomi, że każda zmiana wymaga dodatkowego wydatku energetycznego. Psychastenicy często działają nawykowo i sztywno hołdują utartym ortodoksyjnym rozwiązaniom.

Osoby o tym typie osobowości, wykształcają także, nieuświadomione mechanizmy energetyczne, związane ze sferą komunikacji, nie dziwi więc, że kontakt z nimi jest ograniczony. A jednak, w przeciwieństwie do schizoidów odczuwają potrzebę komunikacji, tyle tylko, że kontakt z drugą osobą wymaga aktywności, wydatku energetycznego, na co psychastenik nie może sobie po-

zwolnić. Dlatego, w porównaniu z innymi typami, tak ich aktywność w ogóle, jak i aktywność w sferze komunikacji, jest znacznie niższa. Przykładowo, schizoid, choć rzadko nawiązuje kontakt, to przynajmniej robi to aktywnie: inicjuje go, proponuje formę i temat komunikacji. Psychastenik natomiast jest prawie całkowicie pozbawiony inicjatywy. W kontaktach pełni rolę podległą. Temat, forma i częstotliwość kontaktów pozostają w rękach partnera interakcji, co dla typu psychastenicznego jest bardzo wygodne. W rezultacie, krąg towarzyski psychastenika uzależniony jest nie tyle od jego życzeń i preferencji, co od inicjatywy innych.

Psychastenicy są doskonałymi słuchaczami. Słuchają bardzo uważnie, nie przerywają, ich reakcje emocjonalne są adekwatnie dostosowane do wypowiedzi rozmówcy. Znakomicie wyczuwają partnera rozmowy i łatwo się do niego dopasowują. Często ze względu na swoją skromność i nieśmiałość wyrażają zgodę z rozmówcą, choć w rzeczywistości nie podzielają jego zdania.

Psychastenicy są wysoce podatni na sugestię, ponieważ nie mając energii na opracowanie spójnego i zróżnicowanego systemu wartości, wolą wybierać wartości najbardziej im odpowiadające oraz opinie przedstawiane przez innych (czyli są wybiórczo podatni na sugestię). Mają też własne opinie, ale z powodu niskiej samooceny i braku pewności siebie są one niestabilne i wydają się wątpliwe, zwłaszcza jeśli zostaną skonfrontowane przez rozmówcę z odmiennym punktem widzenia, by kiedykolwiek zostały ujawnione.

Potrzeba zachowania energii prowadzi psychasteników do rozwinięcia tendencji egoistycznych. Nie jest to jednak egoizm kochającego siebie histeryka, przekonanego, że świat istnieje tylko dla jego przyjemności. Jest to egoizm wilkołaka, to egoizm tauryjski, jest jak żołnierz nienawidzący, wszystkiego, co może na niego czyhać, co może przeciw niemu się obrócić, niezależnie od tego swój to, czy wróg.

Należy zwrócić uwagę także na to, iż mimo że psychastenicy pozbawieni są energii i nie mają możliwości jej akumulowania, przejawiają potrzebę zajęcia się czymś, zrobienia czegoś. Osoby te nie potrafią się zrelaksować, nie potrafią zorganizować sobie czasu wolnego, nie odnajdują się w bezczynności. Dzieje się tak, gdyż zapewnienie sobie i organizacja wypoczynku pochłania znacznie więcej ich energii, niż zwykła praca, której wszystkie formy, poziomy zaangażowania i warianty aktywności są z góry już określone. Z tego powodu są oni cały czas zajęci, wykonując rutynową nieskomplikowaną pracę, nierzadko wieczorami i weekendy. Rzecz jasna praca ta musi być im całkowicie znana, a w żadnym wypadku nie wiąże się z koniecznością podejmowania decyzji.

Procesy podejmowania decyzji to czynności, które pochłaniają prawie całą energię przedstawiciela typu psychastenicznego. Psychastenik nigdy nie jest pewien pomyślnego wyniku, decyzje podejmuje z wielkim trudem, wciąż się waha, dążąc do nadmiernej kontroli nad każdym aspektem zagadnienia.



Praca jaką się zajmują nie jest także zbyt odpowiedzialna, gdyż bycie odpowiedzialnym za cokolwiek jest dla osoby psychastenicznej stanem emocjonalnie najbardziej obciążającym, drenując jej system nerwowy.

Z tego względu przeciwskazane jest aby psychastenik pełnił kierownicze funkcje. Nie dlatego by nie był skuteczny, przeciwnie, jako przywódcy świetnie się sprawdzają, z reguły realizują cele bardzo skutecznie, są niezwykle sumienni, dosłownie „pociągają” każde zadanie. Jednak dzieje się to ich własnym kosztem, dla nich ostatecznie jest to ciężar nie do zniesienia.

Psychastenicy stawiają sobie bardzo wysokie wymagania, znacznie wyższe niż swoim podwładnym, stale pozostają w stanie napięcia, co często kończy się utratą zdrowia, także zawałem serca, depresją lub ogólnym wyczerpaniem układu nerwowego. Z tego powodu psychastenicy zazwyczaj nie aspirują do stanowisk kierowniczych, z którymi wiąże się duża odpowiedzialność. Możliwości tego rodzaju starają się unikać. Jeśli zaś zdarzy się, iż są postawieni w roli przywódczej, są autentycznie rozczarowani i sfrustrowani.

Charakterystyczną cechą typu psychastenicznego jest system motywacji. W przeciwieństwie do innych typów osobowości, nie mają wystarczającego napędu by bez trudności własne cele osiągać. Psychastenia oznacza słabość psychiczną połączoną z łamliwością uczuciową, nadmiernym hamowaniem, trudnościami w podejmowaniu decyzji i męczliwością. Istnieje w tym profilu tendencja do nadmiernego przeżywania uczuć przykrych, przewidywania porażki, przegranej. Nie ma nadużycia w stwierdzeniu, że tak jak histeroidzi z pasją szukają przyjemności, tak psychastenicy z pasją szukają przykrości, wyczekują na nią, przerywając podjętą pracę (stąd w przypadku psychopatologii wyodrębniono np. nerwicę wyczekiwania).

Tendencja do odkładania zaczętych prac wytwarza postawę patologicznego przeżuwania, nieustannego intelektualnego i uczuciowego ważenia za i przeciw. Stąd poczucie winy, wstydu, lęki, skrupuły, natręctwa myślowe, uczuciowe i działaniowe. Przy słabej dynamice popędowej, psychastenikom trudno dokończyć zaczęte dzieła. Dla zapełnienia wątpliwości, które rodzą się w nich po drobiazgowo przeprowadzonej analizie, chwytają się rozwiązań magicznych, symbolicznych, mających uspokoić ich przed niepewnością, poczuciem bezsensu tego, co robią, a nawet przed poczuciem bezsensu istnienia. Słaba synteza myślowa i słabe przystosowanie do świata zewnętrznego, czynności życia codziennego, mogą prowadzić do depresji, psychologicznego bankructwa, do nerwicy lękowej, a nawet do samobójstwa.

Nadmierne hamowanie sfery ruchowej, nadmierna percepcyjność, słabość popędowa i uczuciowa tworzą układ, którego czynnikiem dominującym jest analityczny intelekt, który interweniuje w strukturę uczuciową, rozwarstwia ją, dając wielkie bogactwo duchowe, ale i wielkie cierpienia a zarazem stałe poczucie lęku.

Jeżeli psychastenik osiąga liczącą się pozycję w jakiegokolwiek rozbudowanej organizacji, dzieje się tak ze względu na jego strach przed konkretną porażką

w tym, czym aktualnie się zajmuje i towarzyszące mu lęki przed niepowodzeniem w nieokreślonych zadaniach, w nieokreślonej przyszłości, co paradoksalnie skutkuje wypalającą go obsesyjną wręcz pieczołowitością i zaangażowaniem.

Psychastenicy bardzo często obawiają się, że wpadną w kłopoty, robiąc coś niewłaściwego, lub że to co robią skończy się porażką. Właśnie z tego powodu, często są chwaleni i odnoszą sukcesy, gdyż tak organizują wszystkie swoje działania by maksymalnie zredukować ryzyko porażki. Wspomniana motywacja psychasteników do unikania niepowodzenia jest u psychasteników uwarunkowana charakterystycznym dla nich nacechowaniem samooceny. Osoby reprezentujące ten typ osobowości są bardzo niepewne siebie, nieśmiałe, mają niskie poczucie własnej wartości. Nie wierzą w swoje siły, nie mają przekonania co do słuszności swoich działań i poprawności swoich zachowań. W rezultacie są bardzo napięci i niepewni tego co robią. Przykładowo, zamartwiają się, że nie uda im się czegoś wykonać, lub nie zdążą na czas. Ich niepokój może osiągać tak wysoki poziom, że może działać paralizująco. Martwią się rzeczami, które zrobili, lub powiedzieli, co w ich ocenie jest złe, czują się winni. Podwyższony poziom lęku często prowadzi do różnego rodzaju obsesji.. Na przykład po wyjściu z mieszkania psychastenik będzie wracał, aby sprawdzić, czy wyłączył urządzenia elektryczne, czy woda zakręcona, czy drzwi na pewno zamknięte.

Przy tym wszystkim podkreślić należy, że na tle wysokiego niepokoju o wszystko, co dotyczy działań lub czynów samego psychastenika, przedstawiciele tego typu w ogóle nie odczuwają niepokoju o nic, co nie zależy od nich. W chwilach zbliżającego się niebezpieczeństwa i innych klęsk żywiołowych, czy wręcz ataków są doskonale spokojni (w przeciwieństwie do histeroidów, którzy właśnie w takich sytuacjach są niespokojni i zaniepokojeni). W relacjach z innymi ludźmi zachowują spokój, są ufni, skorzy do pochwał, samorzutnie zakładają, że inni ludzie terminowo wykonają to co jest do wykonania. Zaniepokojenie zaczynają odczuwać dopiero w sytuacji gdy cokolwiek ma zależeć od ich własnych działań i zachowań.

Psychastenicy są osobami nieśmiałymi, niepewnymi siebie, przyjaznymi ale nie mają trudności z komunikacją, jednak są w tym nieco wycofani., są przy tym odpowiedzialni, ze skłonnością do obwiniania się, wyhamowani i łatwo męczliwi, a za stresujące uważają konieczność podejmowania decyzji, odpowiadania za innych ludzi, inicjowania kontaktu, proszenia o pomoc lub co gorsza stawiania komuś wymagań.

Aby umieścić ten obraz w kontekście, moglibyśmy pomyśleć o profesorze Wernerze Pleischnerze w serialu telewizyjnym "Siedemnaście mgnień wiosny" (z tym zastrzeżeniem, że profesor jest także w pewnym stopniu schizoidalnym radykałem), oraz o postaciach granych przez Andrieja Miagkowa w filmach "Biurowy romans" i "Ironia losu".

## Elementy diagnostyczne

Zasadniczo, już sam opis reprezentanta psychastenicznego typu osobowości, zawiera w sobie kluczowe elementy, w oparciu o które można określić, czy osoba należy do tego właśnie, czy innego typu.

Po pierwsze, zwracamy uwagę na zewnętrzne oznaki w spektrum od nieśmiałości po pewność siebie. Psychastenik ma bardzo charakterystyczną twarz, czujną, trochę niespokojną, ich mimika jest bogata. Podczas przywitania zwykle się uśmiechają i poruszają głową. Psychastenicy w ogóle znacznie częściej niż przedstawiciele innych typów osobowości poruszają głowę rozmawiając z innymi ludźmi, zwłaszcza gdy coś wyjaśniają, przekazują zadania, lub po prostu coś opowiadają. W towarzystwie psychastenika inne osoby, nawet najbardziej niekomunikatywne, zaczynają mówić i opowiadać o sobie. Dzieje się tak ze względu na szczere zainteresowanie jakie zwykle okazują psychastenicy – zainteresowanie, zgodność i sympatia. Jeżeli ktokolwiek potrzebowałby aby ktoś z nim dzielił zaskoczenie, oburzenie, zachwyty - psychastenik dostarczy tego znakomicie – będzie zaskoczony, oburzony, zachwycony idealnie i w naturalny sposób rezonując z rozmówcą, pozostając przy tym jednak minimalnie wyciszonym (to jest bez egzaltacji, afektu, gwałtownych emocji).

Psychastenik posługuje się przede wszystkim mimiką twarzy i niewielką ilością słów (są bardzo zwięzli). Jeśli psychastenik sam coś opowiada, jego przekaz jest zazwyczaj krótki i mało interesujący (nie ma zwyczaju ubarwiania opowieści, czynienia jej bardziej ekscytującą niż jest w rzeczywistości). Interesujące są natomiast jego uwagi i krótkie komentarze. Tak naprawdę jego rola w komunikacji w większości przypadków na tym się kończy.

Istnieje delikatny sposób na określenie, czy interesująca nas osoba jest psychasteniczna: przejmijcie inicjatywę w rozmowie (i pozwólcie psychastenicznemu osobie się zrelaksować), poruszcie jakiś temat, opowiedzcie jakieś zdarzenie, a następnie przestańcie mówić i zróbcie ostrą pauzę. Dla psychastenika taka sytuacja jest naprawdę stresująca. Staje się bardzo spięty, wyczuwając, że to jego kolej. To napięcie, które przeżywa próbując wymyślić coś co mógłby w danym momencie powiedzieć, jest więcej niż wyczuwalne. To, co przychodzi mu do głowy, rzecz jasna nie zadowala go (bo nie jest pewny siebie) i długo milczy, jest zdenerwowany. W końcu coś zaczyna mówić, zdarza się jednak, że po prostu coś wymruczy, przytakuje bezmyślnie i milczy. Jeśli podejmuje w takiej sytuacji rozmowę, typ psychasteniczny (dosłownie w dwóch zdaniach) wyczerpuje temat, który z takim trudem znalazł, po czym znów milknie. Znowu jest spięty, znowu myśli o czymś, co mógłby powiedzieć. Nie potrafi, jak histeroid, mówić o niczym, sto razy o tym samym, ani jak schizoid, spokojnie wycofać się z rozmowy i przemyśleć sprawę.

Z pozoru może on być podobny do epileptoida: temu ostatniemu również długo zajmuje wymyślenie czegoś do rozmowy (właśnie z powodu właściwej mu powolności), ale gdy już znajdzie temat, "przeżuwa go" bardzo długo, czego psychastenik nie potrafi.

Przedstawiciele typu psychastenicznego ubierają się schludnie skromnie, w większości przypadków w ramach obowiązującej mody, ale zachowawczo. Nie ma mowy o tym, by założyli rzucający się w oczy element garderoby. W zasadzie ich sposób ubierania się jest określony przez ich niepewność: nie mogą założyć czegoś, co nie jest modne, nie jest piękne - to drastycznie obniżyłoby ich i tak już niską samoocenę, a jednocześnie ich niepewność nie pozwala im ubierać się zbyt modnie. Są więc zawsze ubrane stosownie do wieku, do miejsca, do czasu, tak aby dopasować się do sytuacji i broń Boże z niej nie wypaść. Psychastenicy poruszają się poprawnie, przy czym wszystkie ich ruchy noszą ślady pewnej sztywności, powściągliwości i napięcia.

### Zalecenia dotyczące interakcji

Pierwszą reakcją osoby psychastenicznej na jakąkolwiek próbę zaangażowania jej w jakąkolwiek formę nieformalnej komunikacji (mowa o reakcji wewnętrznej i ukrytej) jest poczucie dyskomfortu i lekkiej irytacji. Czuje, że teraz będzie musiał wykonać nieprzyjemną, ciężką pracę związaną z rozmową i relacją. Jedynym wyjątkiem jest sytuacja, kiedy psychastenik ma kontakt z kimś, kogo dobrze zna i wie na pewno, że to właśnie ta osoba weźmie na siebie ciężar rozmowy, tzn. po pierwsze wymyśli, o czym będą rozmawiać, po drugie sama będzie nadawać przez większość rozmowy i po trzecie zadba o to, żeby ta rozmowa była ciekawa.

Psychastenik znacznie lepiej czuje się w sytuacjach biznesowych, gdy konsultuje się z nim jakąś sprawę, a także w dziedzinie, w której czuje się ekspertem. Pod tym względem jest podobny do schizoida, z którym również lepiej jest mieć kontakt w sferze zawodowej. O ile jednak schizoid jest nietolerancyjny wobec dyletantów, o tyle psychastenik chętnie nawiązuje z nimi kontakt.

Psychastenik zadaje się z dyletantami chętnie (o ile sam nie jest dyletantem zadufanym w sobie), bo kiedy pomaga zaniepokojonemu laikowi i wydobywa z niego, jaki ma problem, po czym coś mu zaczyna wyjaśniać, zapomina o swoim wewnętrznym rozdarciu i o swojej nieśmiałości, to zaś wzbudza w nim skrytą wdzięczność, a tym samym uczucie sympatii do osoby, której wyświadcza przysługę. Jeśli tak się złożyło, że kontakt został zainicjowany w jakiejś luźnej rozmowie, należy wykorzystać sytuację, aby pokazać psychastenikowi swoją zdolność do przejmowania inicjatywy w rozmowie i umiejętność komunikowania się w sposób atrakcyjny i dostarczający pozytywnych wrażeń. To ostatnie jest ważne, bo psychastenicy, choć uwielbiają słuchoać, szybko się męczą, jeśli nie są zainteresowani. Starają się ukryć swoje zmęczenie (na ich twarzy pojawia się jakby wymuszony wyraz), nie mają jednak odwagi i nie wiedzą jak przerwać rozmowę, a w efekcie zaczynają nie lubić rozmówcy i w przyszłości unikać z nim kontaktu.

Istnieje jednak skuteczny sposób wpływania na typ psychasteniczny:

Jest to taktyka usługowa. Osoby o tym typie psychologicznym zawsze czują się bardzo zobowiązane, gdy coś się dla nich robi (najlepiej więcej niż raz) i w miarę możliwości starają się jakoś odwdziżyć za pomoc. Z powodu swojej nieśmiałości długo kombinują, jak się za to zabrać, dlatego lepiej poprosić ich o coś wprost. Ponadto psychastenicy należą do kategorii osób, które jeśli coś obiecują, wiążą się tymi obietnicami i nie są w stanie zredukować tego napięcia, jakie z nimi się wiąże, dopóki złożonych obietnic nie wypełnią.

Mając do czynienia z psychastenikiem, należy zawsze pamiętać, że osoby tego typu bardzo niechętnie podejmują decyzje. Dlatego lepiej nie próbować ich przekonywać i w miarę możliwości stawiać w sytuacji, w której nie będą mieli wyboru.



## IGZOIDALNY TYP OSOBOWOŚCI

W literaturze psychologicznej ten typ osobowości najczęściej nazywany jest epileptoidem, ponieważ zachowanie członków tego typu psychologicznego wykazuje formę (ale tylko formę) podobną do zachowania osób chorych na padaczkę. Termin igzoid, wprowadzony przez norweskiego psychiatrę Erika Strömngrena, wydaje się dla naszych celów lepszy, gdyż nie wywołuje skojarzeń z patologią, nad to sama nazwa "igzoidia" (od greckiego lepkość, kleistość) najlepiej oddaje centralną, systematyzującą cechę tego typu, to jest właśnie "lepkość", powolność wszystkich procesów psychicznych. Należy pamiętać, że ta powolność nie jest spowodowana tu chorobą, a wynika z osobliwej właściwości procesów biochemicznych organizmu na poziomie komórkowym.

Lepkość jest charakterystyczna dla wszystkich sfer życia psychicznego igzoidów. Odbierają oni bodźce zewnętrzne wolniej niż inni, nie reagują na nie tak szybko jak inni, są powolni w myśleniu, mają nieco opóźnione pojawianie się i wygasanie reakcji emocjonalnych- sama struktura, jakość i poziom rozwoju wszystkich tych procesów u igzoidów mieści się jednak w absolutnej normie. Przykładowo, osiągają bardzo wysoki poziom myślenia, dobrze orientują się w sytuacjach o dowolnym stopniu złożoności, a w rozpoznawaniu i rozumieniu sytuacji i treści nie ustępują psychastenikom.

Podobnie jak psychastenicy, nie mają najmniejszych problemów w uchwyceniu podstawowych, istotnych cech, dowolnej sytuacji i tak hysteroidy doskonale odnajdują się we wszystkich osobliwościach sytuacyjnych i relacjach, jest tylko jeden warunek – brak deficytu czasu. Właśnie przez tą powolność, otoczenie odbiera igzoidy jako osoby o niskim poziomie inteligencji, a zarazem słabo zorientowane.

Najbardziej uderzające i charakterystyczne przejawy typu obserwuje się u igzoidów w sferze emocjonalnej. Mają oni tendencję do kumulowania nierozwiązanych negatywnych emocji, uwalniając powstałe napięcie wewnętrzne w postaci wybuchu emocjonalnego. Jest to podobne w wyglądzie do nagromadzenia złości i agresji u epileptyków. Właśnie ta odroczone wybuchowość i tendencja do "ataków" jest powodem nazwania typu psychologicznego określeniem "epileptoid". Jednak w przeciwieństwie do faktycznych epileptyków, igzoid nie ma patologicznej bariery tłumiącej negatywne emocje (która prowadziłaby do kumulacji afektu jak u epileptyków). Igzoidy mają po prostu bardzo powolne mechanizmy tłumienia emocji (podobnie z resztą jak powolne są wszystkie ich procesy psychiczne) i znacznie wolniej niż reprezentanci innych typów osobowości, znajduje sposoby na pozbycie się napięcia wywołanego przez negatywne emocje.

Przedstawiciele wszystkich innych typów psychologicznych mają dobrze i szybko działające środki rozładowywania wewnętrznego napięcia (tzw. psy-

chiczne mechanizmy obronne). Histeroidalni na przykład posiadają mechanizmy "wypierania", dzięki którym po prostu "zapominają" o nieprzyjemnym fakcie lub zdarzeniu, wypierają je ze świadomości. Ponadto histeroidy aktywnie stosują "fantazję obronną". Schizoida charakteryzuje "racjonalizacja", czyli racjonalne przetwarzanie nieprzyjemnego doświadczenia, osoba schizoidalna dokonuje obiektywnej analizy przyczyn stanu emocjonalnego, czyli przechodzi od przeżywania emocji do swoistej aktywności teoretycznej na jej temat, redukując w ten sposób wewnętrzne napięcie. Osoba psychasteniczna obniża swoją samoocenę lub rzuca się w wir pracy.

Igzoidy nie mają takich mechanizmów funkcjonowania, po prostu przeżywają i doświadczają swoje negatywne emocje, one nie przechodzą, są powtarzane. O ile u przedstawicieli innych typów psychologicznych, każda kolejna negatywna emocja zaczyna się najczęściej na poziomie zerowym pobudzenia, tak u igzoida, nakłada się na poprzednią, przekraczając "masę krytyczną". Nagromadzone napięcie daje początek eksplozji, która zawsze jest gwałtowna, gdyż otoczenie widzi tylko "ostatnią kroplę", która choć sama w sobie nie jest znacząca, "przelewa" czarę goryczy. Z tego powodu błędem byłoby określenie igzoida jako osobę impulsywną, nie reaguje on bowiem gniewem, czy oburzeniem na każde nieprzyjemne zdarzenie (gdyby tak było łatwo odreagowywałyby nieprzyjemne emocje). Jakkolwiek igzoidy są w kontakcie ze swoimi emocjami i długo je przeżywają, co skutkuje utrzymującym się stanem podenerwowania i irytacji, nie znajdują one ujścia, ich stan można ocenić po mimice twarzy, która staje się ponura i stężała, marszczy się. Masywne pokazy emocji (wybuchy) są stosunkowo rzadkie.

Najczęstszy stan w jakim funkcjonują igzoidy, to stan nierozładowania, duszące spektrum doznanych "krzywd" i negatywnych emocji. Niemal nigdy nie zaobserwujemy ich w pogodnym i wesołym nastroju.

Ze względu na powolność procesów psychicznych igzoidy nie rozwijają się tak szybko jak inne typy psychologiczne, dlatego w dzieciństwie są często ofiarami znęcania się, kiedy szybciej rozwijający się rówieśnicy wykorzystują swoją przewagę z właściwym dla dzieci okrucieństwem. Powyższe tłumaczy występowanie dwóch behawioralnie znacząco różnych typów igzoidalnych u osób dorosłych, ich występowanie uzależnione jest od warunków (korzystnych, lub niekorzystnych) w jakich osoby się rozwijały.

Środowisko niekorzystne wytwarza tak zwaną "osobowość zakotwiczoną". Są to ludzie, którzy ze względu na warunki w jakich dojrzewali rozwijają wysoki stopień uporczywości negatywnych emocji, związanych wyłącznie z ich egoistycznymi interesami. Dążenie do realizacji osobistych interesów i celów jest obecne w każdej sytuacji i każdej aktywności, jakiej się podejmują, często w towarzystwie mściwości i złości. Osoby te można scharakteryzować, jako boleśnie urażone i wrażliwe. Ich pretensje dotyczą przede wszystkim ego, dumy i honoru. Poczucie oburzenia na niesprawiedliwość publiczną u osoby w typie zakotwiczonej jest znacznie rzadsze niż te same emocje wykształcone na poziomie motywów egoistycznych. Jeżeli zdarza się, że wśród przedstawicieli tego typu igzoidów, znajdują się działacze społeczni, to dzieje

się tak tylko pod warunkiem obrony własnych interesów, gdzie przez uogólnienie sprawy dążą do nadania większej wagi swoim osobistym roszczeniom.

Ponieważ przeszkody dla egoistycznych dążeń pochodzą przede wszystkim od otoczenia. Podejrzliwość jest cechą wyjątkowo charakterystyczną dla typu zakotwiczonego.

Oczywiście sama podejrzliwość jest stanem normalny i uzasadnionym, gdy osoba ma obiektywne powody do swoich podejrzeń, tak jak na przykład w przypadku osoby zazdrosnej, która faktycznie jest oszukiwana. Zwykle nie wykracza ona wtedy poza ramy danego indywidualnego przypadku.

Podejrzliwość zakotwiczonego igzoida ma charakter uogólniony, nie powołuje jej żadna, konkretnie określona zewnętrzna i obiektywna okoliczność, bowiem jest ona zakorzeniona w psychice jednostki. W okresach wzmożonej podejrzliwości, przedstawiciele zakotwiczonego typu igzoidalnego (nawet ci najbardziej dostosowani), wobec "podejrzanych" zachowują się złośliwie i agresywnie. Ich podejrzewania nie są racjonalne, a jako takie nie mogą zostać zneutralizowane, nie pomoże w tym nawet wysoka inteligencja obu rozmówców, ponieważ każdy fakt, każde zdarzenie zostaną przekręcone i włączone w system, napędzając jednocześnie podejrzliwość. Najogólniej rzecz biorąc, niezwykle trudno prowadzić bezkonfliktową, płynną interakcję z osobą zakotwiczoną, gdyż nawet najbardziej neutralne słowa i czyny mogą zostać odebrane jako zagrażające, mogą obrazić lub uderzyć w poczucie własnej wartości igzoida. Bezpośrednia komunikacja z zakotwiczonym igzoidem przypomina bieg przez pole minowe, nigdy nie wiadomo kiedy trafi się na zapalnik.

W warunkach sprzyjającego rozwoju osobowość izoidalna rozwija się w sposób praktycznie odwrotny do opisanego powyżej. Typowy igzoid zatem wcale nie jest agresywny i podejrzliwy. Przeciwnie, nawet w sytuacjach, w których inna osoba znalazłaby powód do obrażania się lub podejrzeń, typowy igzoid zachowuje się tak, jakby nic się nie stało. Jest to szczególnie widoczne w obszarze relacji rodzinnych. Igzoidy typowe, w ogóle są bardzo zorientowane na rodzinę, z radością wykonują różne obowiązki rodzinne, w rodzinie czują się bardzo bezpiecznie, pewnie. Rodzina buduje ich pewność siebie do tego stopnia, że mogą jawić się jako dobrodusze "prostaczki", które łatwo oszukać i nakłonić do czegokolwiek, co z resztą chętnie wykorzystują inni członkowie rodziny. Myliłby się jednak ten, kto upatrywałby tu głupoty, lub nieuwagi. Zachowania te nie wynikają z tego, że nie są oni zdolni do rozpoznania sztuczek i szachrajstw – po prostu, nie mają oni potrzeby sprawdzania i drażenia tematów, które nie są dla nich istotne, przymykają więc oko na błahostki. Członkom rodziny ufają bezgranicznie, traktując ich z pogodą ducha i życzliwością.

Ogólnie rzecz biorąc igzoidy, w większości przypadków, są ludźmi życzliwymi i gotowymi do pomocy. Są sumienni, obowiązkowi, łatwo i chętnie podporządkowują się normom społecznym, wierzą w wartości humanistyczne. Osoby w typie igzoidalnym są świetnymi pracownikami, dokładnymi, sumiennymi i niezawodnymi. Wymagania zawsze stawiają sobie bardzo wyso-

ko i za wszelką cenę dążą do tego aby je osiągnąć. Z tego powodu, bardzo często sami nie są zadowoleni ze swoich wyników, jednak, co należy zaznaczyć, nie wpływa to na nich negatywnie, czy destabilizująco, nie obniżają też ich samooceny (jak ma to miejsce w przypadku psychasteników). Wręcz przeciwnie, niezadowolenie z rezultatów pracy działa na nich mobilizująco, dodając im energii i stymulując do wysiłku. Igzoidy mogą wielokrotnie podejmować się zadań, po to aby uzyskać lepsze efekty. Dążą do najlepszego wykonania, a ich praca w zasadzie nie wymaga kontroli. Jedno zastrzeżenie, mają skłonność do niedotrzymywania terminów, ponieważ w dążeniu do perfekcji tracą poczucie czasu, mają także skłonność do robienia rzeczy wolniej niż należałoby to robić. Z tego powodu często mają napięte relacje ze współpracownikami, których obiektywnie opóźniają, spowalniając procesy w pracy zespołowej.

Nie ma sensu naciskać na igzoida, są sumienni do ostateczności, dlatego i tak robi on wszystko tak, jak uzna za stosowne i poświęcając na to tyle czasu, ile uzna za konieczne. Skrajnie sumienni, wymagają tego samego od swojego otoczenia. Swoje wymagania narzucają cierpliwie i wytrwale, czepiają się, zrzędzą, zachowując jednak spokój i bez agresji. Ludzie uważają ich za denerwujące i natrętne marudy, a nawet nietaktowne. Igzoidy zdają sobie z tego sprawę, ale nie potrafią nic z tym zrobić, po prostu uważają, że są zobowiązani do takiego zachowania, tacy są i tyle. Bardzo trudno jest pozbyć się tej ich presji, nie można ich nawet na tyle zirytować, by w końcu zrezygnowały; marszczą się, zrzędzą, ale w żadnym wypadku nie rezygnują. Jest to jeden z powodów, dla których osoby z ich otoczenia raczej nie lubią mieć z nimi zbyt częstych kontaktów.

Innym powodem, dla którego ludzie nie lubią wchodzić z nimi w interakcje jest to, że naturalna pedanteria igzoidów przejawia się także w mowie. Igzoidy uwielbiają wszystko szczegółowo objaśniać i dokładnie formułować; wyliczają w sposób konsekwentny, systematyczny, nudny i nieskończenie długi. Rozmówca już dawno rozumie, co było do przekazania, próbuje powstrzymać igzoida, mówi: "No dobrze! Wszystko w porządku! Już wszystko wiem!" Daremny trud. Osoba o usposobieniu igzoidalnym nie przestanie, dopóki nie wyłoży wszystkiego, co zamierzyła, dokładnie w takiej kolejności, jaka wydaje się jej najwłaściwsza, nie pomijając ani jednego punktu swojej tyrady.

Z tego powodu igzoidy często sprawiają wrażenie zadufanych w sobie. Nie są tacy, po prostu mają nieodpartą potrzebę wyjaśniania wszystkiego spójnie, od początku do końca. Przy okazji, są też nadzwyczaj moralizatorscy i krytyczni. Jeśli zdarza się, że chwalą, uważają to za nadzwyczaj ważne i pożyteczne, są przesadni i przeżuwają to co mają do powiedzenia po wielokroć, przez co ich aprobata i pochwały są na równi nieznośne i nieprzyjemne jak ich osady i krytyka. Fakt, że ludzie od nich stronią, unikając rozmów, jest przez nich boleśnie odczuwany.

Ich potrzeba przynależności jest zwykle bardzo wysoka, często jednak są postrzegani jako niepewni i wrażliwi. Igzoidy nie lubią samotności, a irytacja, jaką często wywołują u innych, zmusza ich do zachowania dystansu i pewne-

go zamknięcia się w sobie. Wymuszona powściągliwość dodatkowo obniża i tak już niskie umiejętności społeczne igzoidów.

Podsumowując, igzoidy są osobami, u których wszystkie procesy psychiczne (postrzeganie, myślenie, reakcje emocjonalne i tak dalej) są nieco spowolnione; na zewnątrz wyraża się to lekką ospałością i "lepkością" reakcji behawioralnych. Emocje charakteryzują się kumulowaniem negatywnych doświadczeń, co może prowadzić do sporadycznych gwałtownych wybuchów emocjonalnych.

Typ ukształtowany w sprzyjających warunkach to osoba o dobrych intencjach, pewna siebie i nie krzywdząca innych, nastawiona na pomoc innym. Jest niezawodny, sumienny i pracuje na wysokim poziomie, pozostając jednak wolniejszym od innych. Igzoid charakteryzuje się obsesyjnie wymagającą postawą wobec innych, zamiłowaniem do krytyki i moralizowania. Jednocześnie sposób w jaki się komunikują mężczy, zagadnienia omawiają powoli, drążąc w nieskończoność najdrobniejsze nawet szczegóły.

Rozwijając się jednak w warunkach niekorzystnych, igzoidy rozwijają cechy „kotwiczące”, pielęgnują urazy, mściwość, są chorobliwie podejrzliwi.

Dla pełni obrazu możemy przywołać postać Obłomowa, którą zagrał Oleg Tabakow, w filmie Kilka dni z życia Obłomowa. Innym przykładem będzie jeden z bohaterów filmu Dwaj Żołnierze, Sasza z Uralmaszu, w którego rolę wcielił się Borys Andriejew. (Pamiętać jednak należy, że w obu wypadkach, postaci te wyrażają cechy igzoidów, którzy dojrzewali i ukształtowali się w wyjątkowo sprzyjających warunkach).

### Elementy diagnostyczne

Jednym z wyróżników typu igzoidalnego jest bardzo charakterystyczny wyraz twarzy, nie występuje on zawsze, ale możemy przyjąć, że jest diagnostyczny. Jest to posępna, maskowata twarz, właściwa dla nastrojów minorowych, niemal ponura. Jedynie igzoidy dorastające w najbardziej sprzyjających okolicznościach rozwojowych wykształcają dobroduszne i sympatyczne usposobienie, wyrażające się także na ich twarzy, osoby takie możemy jednak traktować jako wyjątki nie regułę.

Igzoidy są jedynym typem psychologicznym, dla którego możliwym było określenie istotnej korelacji z budową ciała. Nie oznacza to, że osoby igzoidalne zawsze będą miały taką samą budowę, jednak w większości wypadków igzoidalny mężczyzna będzie miał budowę atletyczną, będzie wysoki, z dobrze rozwiniętą obręczą barkową, jednocześnie lekko pochylony. Ogólne wrażenie jest takie, że jest to człowiek o postawnej sylwetce, duży, ciężki, lekko usztywniony i pochylony do przodu.

Pamiętajmy jednak, że zdarza się, iż igzoid ma inną budowę ciała, podobnie jak typ atletyczny może reprezentować inny profil psychologiczny.

W bezpośredniej rozmowie igzoidy radzą sobie, choć zachowują nadmierną sztywność, zanim odpowiedzą na zadane pytanie, muszą pomyśleć, jeśli pozostawić im możliwość wypowiedzenia się bez przerywania, zaczną nadmiernie się rozwijać, wchodzić w detale, fiksując się na najdrobniejszych szczegółach i rozwijając przez to główny wątek rozmowy.

W kontakcie z igzoidem rozmówca zwykle odczuwa silne pragnienie dopasowania go do siebie i wymuszenia na nim szybszej, krótszej wypowiedzi. Działania takie są skazane na niepowodzenie, igzoid i tak będzie szedł dalej swoim torem, niespecjalnie licząc się z partnerem, a zbyt natarczywe próby oddziaływania na niego wywołają napięcie i narastające poczucie urazy – dlatego lepiej jest poprzestać na stworzeniu mu warunków do swobodnej wypowiedzi i skupienie się na wyłowieniu z niej kluczowych kwestii.

### Zalecenia dotyczące interakcji

Igzoidy chętnie nawiązują kontakty towarzyskie i chętnie utrzymują nieformalne relacje, dlatego łatwo jest nawiązać z osobą igzoidalną pierwszy kontakt. Najlepszym wskaźnikiem właściwego momentu na podejście do igzoida jest jego twarz: im mniej smętna, pomarszczona i ponura, tym większe prawdopodobieństwo, że zaangażuje się on w interakcję. Twarz spięta i ponura, sugeruje, że kumulacja negatywnych emocji jest wysoka, sam igzoid jest zaś zbyt pochłonięty własnym stanem i albo kontakt zostanie zignorowany, albo po prostu spalony.

Z igzoidem należy postępować cierpliwie, nie wykazując przy tym irytacji. Należy okazywać przyjazne, pełne szacunku i zrozumienia nastawienie. Osoby o tym typie osobowości są przyzwyczajone do bycia niedocenianymi przez innych ludzi, co ma miejsce ze względu na własne zewnętrzne spowolnienie, dlatego zawsze odczuwają pewną dozę wdzięczności, kiedy tylko rozmówca ich docenia.

Igzoidy o cechach „zakotwiczenia” są szczególnie podatni są na destabilizację. Kierunkowy proces destabilizacji „zakotwiczonego” igzoida określa się czasem jako jego „rozhuśtanie”. Istotą tego postępowania oddaje właśnie metafora huśtawki, stopniowo co raz bardziej i bardziej wychylającej się to w jedną to w drugą stronę, co odpowiada stopniowemu rozwijaniu i pogłębianiu igzoidalnej podejrzliwości z jednej strony, z drugiej zaś umacnianiu zaufania do operatora, który w każdym aspekcie jawi się jako oddany sojusznik.

Nieco inny wariant tej taktyki znajduje zastosowanie w przypadku igzoidów, wychowanych w otoczeniu sprzyjającym. Oddziaływanie ukierunkowane jest tutaj na długotrwałe podtrzymywanie afekt. Mamy tutaj do czynienia z naprzemiennością oddziaływań opartych na budowaniu uczuć i nadziei, oraz podsycaniu obaw z drugiej. Człowiek postawiony w takiej sytuacji, traci punkt odniesienia i zaczyna gubić się między biegunowymi uczuciami.

Pierwsze odbicie ma być subtelne, luźne podejrzenie, ulotne, przelotna uwaga, pojawia się i znika. Ale natychmiast następuje kolejne szturchnięcie, po-

ważniejsze. Znowu pojawia się wątpliwość, ale nie ma dowodu, a jednocześnie niepokój powinna zastąpić nadzieja, że wszystko jest w porządku. I tak to się toczy, każda nowa wskazówka, każda nowa plotka, każdy nowy fakt, trafia na grunt rosnących podejrzeń, tak, że w pewnym momencie, nawet oczywiste i rażące kłamstwo, które od początku zostaje ukształtowane i ujęte w ramy jako nowy dowód, zostaje przyjęte bez żadnych wątpliwości.

Najbardziej wyrafinowaną wersję taktyki "huśtawki" opisuje Szekspir ("Otello"). Należy zwrócić uwagę, że omówiony mechanizm oddziaływania na osobowość dotyczy w zasadzie przedstawiciela każdego typu psychologicznego, a jest najbardziej: "skuteczny" w odniesieniu do igzoidów, szczególnie wobec typu „zakotwiczonego”.

Warto pamiętać, że stosowanie taktyki nacisku w stosunku do igzoidów przynosi efekt odwrotny do oczekiwanego- im większy nacisk, tym większy opór igzoida.



## PODSUMOWANIE

Kończąc prezentację głównych psychologicznych typów osobowości, należy poczynić następujące spostrzeżenie: użycie przedstawionej typologii w rozpoznaniu konkretnego cudzoziemca podczas rzeczywistych działań operacyjnych stanowi poważne wyzwanie. Jest ono wynikiem przede wszystkim konieczności przeprowadzenia specjalnego szkolenia, dzięki któremu operator nauczy się orientować w całej różnorodności przejawów zewnętrznych danej osoby, w szczególności rozpoznawać te cechy, które pozwalają ocenić, czy należy ona do określonego typu osobowości, czy też nie. Ponadto sam opis typów, ze względu na cele i charakterystykę, jakie przewidziano dla niniejszej pracy, jest na miejscu tym podany w sposób bardzo schematyczny.

Niemniej jednak uważna i wielokrotna lektura tekstu może pozwolić osobie prowadzącej sprawę (na miarę jej umiejętności obserwacji i analizy obserwowanych danych) na samodzielną próbę nauczenia się, jak interpretować zachowania realnych osób pod kątem diagnozy ich typu psychologicznego.

W tym zakresie warto pamiętać o kilku ważnych kwestiach:

Przede wszystkim musimy pamiętać, że niektóre osoby są typami dwubiegunowymi, tzn. posiadają właściwości i cechy dwóch typów (dowolnych z czterech opisanych), a nie tylko jednego. Diagnozowanie typów osobowości dwubiegunowej na podstawie samej obserwacji zachowań jest bardzo trudne i może być dokonane tylko (a i to nie zawsze) przez profesjonalnego psychologa.

Dalej, nie do przecenienia jest codzienna praktyka, w ramach której poddane zostaną ocenie osoby, z którymi utrzymywany jest kontakt. (Przy odrobinie wysiłku można przypomnieć sobie pośród osób ze swojego otoczenia, reprezentantów w zasadzie każdego typu osobowości). Należy osoby te poddać uważnej obserwacji, aby zobaczyć, jakie zachowania wskazują na jaki typ, a jakie uniemożliwiają jego identyfikację. Warto też uważnie przyglądać się nieznanym osobom, z którymi wchodzi się w relacje od czasu do czasu, dzięki czemu możliwe będzie ich dopieszczenie. Należy sformułować roboczą hipotezę na temat takiej osoby, a następnie starać się ją zweryfikować zarówno poprzez długotrwałą obserwację, jak i w miarę możliwości, właśnie poprzez bezpośredni kontakt. Codzienny trening tego rodzaju umiejętności na pewno nie przeobrazi operatora w profesjonalnego psychodiagnostyka, niewątpliwie jednak ukształtuje umiejętność, swego rodzaju nawyk analizowania zachowania interesującej nas osoby i wysuwania dostatecznie ugruntowanych wniosków na temat jej cech osobowych, umożliwiając w ten sposób prognozowanie jej zachowania w określonych sytuacjach. Oczywiście szkolenie będzie szczególnie skuteczne, jeśli możliwa będzie okresowa konsultacja, w ramach superwizji z profesjonalnym psychologiem.

Ostatnia uwaga odnosi się do zakresu, w jakim proponowana typologia dotyczy członków różnych grup rasowych, etnicznych i kulturowych. Teoretycznie każdy może zostać opisany w ramach tej typologii, co potwierdzają liczne badania międzykulturowe<sup>5</sup>. Niemniej jednak poważną przeszkodą w tym względzie może być znaczna zmienność atrybutów diagnostycznych w zależności od narodowości i rasy osoby badanej. Opisane w niniejszej pracy cechy zachowania, charakterystyczne dla tego czy innego typu psychologicznego, zostały opracowane w ramach amerykańskiej i europejskiej szkoły psychologii z wykorzystaniem odpowiedniego materiału kulturowego. Tak więc te narzędzia diagnostyczne mają ogólne zastosowanie, z niewielkimi różnicami, do Europejczyków i białych Amerykanów. Jeśli chodzi o osoby z innych regionów, możliwość zastosowania wobec nich omówionych zestawów zewnętrznych cech zachowania wymaga szczególnego rozważenia. Wydaje się, że powinno to nastąpić w ramach odrębnego opracowania poświęconego problemowi diagnozowania typów osobowości przedstawicieli określonych grup etnicznych.

---

<sup>5</sup> см., например, Iwawaki S., Eysenck S.B.G., Eysenck H.J. The Universality of Typology: A Comparison Between English and Japanese Schoolchildren The J. of Soc. Psychol., v.112, N1, 1980, P.3i Eysenck S.B.G., Humphery N., Eysenck H.J. The Structure of Personality in Australian as Compared With English Subjects. - The J. of Soc. Psychol., v. 112, №2, 1980, p. 167

## SPIS RZECZY

ANOTACJA .....	1
WPROWADZENIE .....	2
SCHIZOIDALNY TYP OSOBOWOŚCI .....	4
HISTEROIDALNY TYP OSOBOWOŚCI .....	15
PSYCHASTENICZNY TYP OSOBOWOŚCI .....	24
IGZOIDALNY TYP OSOBOWOŚCI .....	31
PODSUMOWANIE .....	38