

Дуальні інтертипні відносини

- Міфи
- Функціональний опис дуальних відносин
- Робота по больовим функціям
- Фактори, які впливають на вибір дуала
- Дуальність на рівнях підтипу й акцентуацій
- Правила дуальної взаємодії
- Причини конфліктів
- Налагодження стосунків
- Світогляд підтипів
- Взаємодія підтипів
- Рівні комфорту відносин
- Етапи розвитку стосунків
- Рекомендації для дуальної пари:

Міфи

- **Міф №1:** при знайомстві з дуалом відбувається автоматичне налаштування, тому не потрібно докладати додаткових зусиль.
Реальність: щоб вибудувати будь-які стосунки, потрібні зусилля.
- **Міф №2:** дуал — це людина, з якою буде відчуття ейфорії, емоційного піднесення.
Реальність: Дуальні відносини - це серйозні сімейні стосунки, які дають відчуття дому. Дуал закриває пусті місця всередині партнера.

Функціональний опис дуальних відносин

Інтегральний тип дуальних відносин **Посередник** (Блок соціальної місії -S1 +R2; Блок творчої самореалізації -E5 +I6; Ірраціонал)

Функція /Дихотомія	Опис
-S	пара закривається, дистанціюється від дискомфорту; комфортні стосунки. Чутливі до зовнішнього втручання.
+R	дуал відчувається, як близька людина вже скоро після знайомства; стосунки глибокі та надійні; є відчуття прийняття і розуміння (розуміння не логічного характеру, а чутливого).
-E	накопичується емоційний негатив, але він не замовчується: після довгого періоду стабільності і комфорту настає етап вияснення відносин. За рахунок довіри емоції сприймаються. Емоції самі себе стабілізують. Проблеми не замовчуються.
+I	є відчуття перспектив у майбутньому; відчуття того, що можна чогось спільно досягти; зацікавленість.
Ірраціональність	стосунки підпорядковуються настрою - коливання. Тому потрібно прослідковувати на якому етапі стосунки знаходяться зараз.

*знаки та функції дивитись в статті [Функции](#)

Робота по больовим функціям

- Дуал — психолог, який допомагає вирішувати проблеми, які є важкими.
- Дуальний партнер вирішує задачі, на які в іншого витрачалось би багато ресурсів.
- Вирішує задачі по функції, але не вербалізує інформацію.

Фактори, які впливають на вибір дуала

- фізичний рівень: відсутня роздратованість та почуття дискомфорту (чи не дратують поведінка, рухи, міміка, жести, дотики партнера впливає на сприйняття на психічному рівні:
- відношення до фінансів;
- реакція партнера на зміну поведінки;
- домовленості: чи є зворотній відгук на прохання.
- відчуття реалізованості у парі;
- відповідні соціальний та інтелектуальний рівні.

Дуальність на рівнях підтипу й акцентуацій

Акцентуація — наче окуляри, через які дивишся на світ.
Акцентуації можуть бути проявлені слабо або сильно.
При зміні обставин зовнішнього середовища зміна підтипу в дуальній парі (за підтипом) мало ймовірна.

Правила дуальної взаємодії

- 1. Безумовність
- 2. Прийняття
- 3. Доповнення

Причини конфліктів

- 1. Вимоги
- 2. Неприйняття
- 3. Неврахування

Налагодження стосунків

- 1. Час разом
- 2. Спілкування
- 3. Фізичний контакт
- 4. Спільні плани
- 5. Прислухатись

Світогляд підтипів

Підтип	Світогляд	Мета
Домінантний	«Я можу змінювати світ за допомогою наполегливості і тиску, але я можу підлаштовуватись під людей, щоб досягти своєї мети. Не завжди поважаю чужу територію та правила, часом дію напролом» Потреба в організації та контролю ситуації та ресурсів. (P F E)	Вплив
Креативний	«Я можу впливати на світ; світ повний можливостей, якими варто скористатися; ціную свободу рішення, розвиваюсь у цікавому для мене напрямку» Потреба в тому щоб змінити світ! принести в нього щось нове, геніальне, нестандартне. (I E F)	Самовираження.
Нормуючий	«Я — частина світу; кожна людина має свою роль; правила для мене вкрай важливі» Потреба в порядку, законності, безпеці та нормальних взаємовідносинах. (L S R)	Упорядкування
Гармонізуючий	«Світ - величезний, я — маленький, тому не можу вплинути на цей світ; адаптуюсь під зовнішні обставини, згладжуючи кути» Потреба в самопізнанні, задоволенні та гармонії. (T S R)	Створення невимушеної атмосфери

Взаємодія підтипів

Підтип	Підтип партнера	Характеристика взаємозв'язку	Причина непорозуміння
Домінантний	Креативний	⊕ взаєморозуміння; ⊖ доповнення.	Подібні установки по F. Домінантний продає свій план; креативний притримується «нав'язуванню», захищаючи свободу дій.
Нормуючий	Гармонізуючий		Подібні установки по S. Нормуючий створює певні правила порядку; гармонізуючий не підтримує правила, адже для нього головне — створити невимушену атмосферу. Нормуючий давить на гармонізуючого, спонукаючи до дій.

Креативний	Нормуючий	⊖ взаєморозуміння; ⊖ доповнення. ⊖ дестабілізація	У перший час взаємодії — піднімає рівень енергії, але з часом партнер починає відмовляти у підтримці іншому. Дестабілізація партнера. Неочікувані ідеї креативного вводять в розгубленість нормуючого партнера.
Домінантний	Гармонізуючий		
Креативний	Креативний	⊕ взаєморозуміння; ⊖ доповнення.	Конкуренція: кожен хоче реалізувати власну ідею.
Гармонізуючий	Гармонізуючий		Постійне уступання. Більша ймовірність злагоди, ніж у минулій парі.
Домінантний	Нормуючий	⊕ взаєморозуміння; ⊕ доповнення	Домінантний розширяє горизонти нормуючого, допомагає побачити більше за норми та правила. Спонукує до активності (на відмінну від креативного, який теж спонукує до дій, але занадто спонтанно, робить це поступово). Нормуючий стабілізує, заспокоює доміантного. Домінантний розгружає психіку нормуючого, який замовчує загрузеність по L.
Креативний	Гармонізуючий		Креативний в парі з гармонізуючим отримує комфортні умови, в яких може краще реалізувати свої ідеї. Гармонік добре адаптується до змін настрою партнера і переналаштуванню планів. Надихається новими ідеями і нестандартними рішеннями питань. В свою чергу креативний цінує м'якого і чутливого партнера. Який допомагає згладити гострі кути.

Рівні комфорту відносин

Рівень дуальності	Характеристика рівня	Рейтинг комфорту	Наявність конфліктів	Ступень важкості досягання компромісів
Підтипна дуальність	Баланс	⊕⊕⊕	10%	Витрачається небагато енергії на домовленості. Легкий обмін інформацією. Відбувається автоматичне задоволення потреб партнера. Ресурси партнера відповідають вашим запитам. Вам легко домовитись. Кожен бере на себе потрібну роль, що дозволяє партнерам доповнювати один одного.
Дуальні підтипи, але неспівпадіння акцентуацій / не дуальні підтипи, але співпадіння акцентуацій	Резонанс	⊕⊕⊖	25%	Витрачається небагато енергії на домовленості. Час від часу у партнера виникає відчуття того, що його не почули. Партнер приймає, але не завжди розуміє. Ресурси партнера в більшості відповідають вашим запитам. Але потребують час від часу прояснення ситуації.
Неспівпадіння підтипів і акцентуацій	Дисбаланс	⊖⊖⊕	50%	Витрачається багато енергії на домовленості. Не ведуть до задоволення інтересів обидвох сторін. Пошук компромісу та підлаштування під партнера. "Я тебе не розумію, я тебе приймаю, але я тебе не ціную, тому що ти мені даєш, мені це не потрібно." Ресурси партнера не відповідають вашим запитам. може відбуватись конкуренція реалізації ваших потреб. І немає відчуття задоволення ваших запитів. Але є бажання підлаштуватись.
Не залежить від підтипів /акцентуацій. Негативне відношення до партнера, критика.	Конфронтація	⊖⊖⊖	70%	Наслідки такого конфлікту гірші, ніж від конфлікту з конфліктером: дуал несвідомо програмує психіку через сугестивну та активаційну функції (у мирних умовах- це гармонізуючий вплив). В таких парах відбувається неможливість реалізації та постійна конкуренція.

Етапи розвитку стосунків

Етап альфи	Закоханість. Ідеалізація партнера. Занурення у фантазії. Гармонія. Відчуття порозуміння і прийняття.	Гармонізуючі стосунки
------------	--	-----------------------

Етап бе ти	Пристрасть, емоційний накал. Бажання перейти межі, нав'язавши свої погляди. Перевірка партнера на міцність у важких умовах. Притирка. Випробується терпіння.	Доміна нтні стосун ки
Етап га ми	Вихід за межі стосунків. Соціалізація. Дистанціювання партнерів, обособлення. Ідентифікація себе поза стосунками. Визначення себе, як особистості. Прагнення до незалежності, свободи. Кожен з партнерів має особисті справи. Цінність — етика відносин: довіра до партнера на дистанції.	Креати вні стосун ки
Етап де ль ти	Партнерство. Відсутній тиск, повага до меж партнера. Повноцінні взаємовідносини. Рівноправні стосунки.	Норму ючі стосун ки

*Час переходу, характер стосунків та ін. залежить від специфіки дуальної пари.

Рекомендації для дуальної пари:

- займатися спільною активністю, спільно долати труднощі;
- необхідно балансувати між своїми потребами та потребами партнера, адже це рівноправні стосунки;
- дослухатися до порад дуал, адже він реагує на надлишкове, і намагається врівноважити.