

Florence Littauer

OSOBOWOŚĆ *plus*

**JAK
ZROZUMIEĆ INNYCH
PRZEZ
ZROZUMIENIE SIEBIE?**

Tytuł oryginału: *Personality Plus*
Published by Fleming H. Revell
a division of Baker Book House Company
P.O. Box 6287, Grand Rapid Michigan 49516-6287
All rights reserved
International Copyright Secured

Przekład: *Małgorzata Kiecka*
Redakcja: *Alina Czerwińska*
Korekta: *Joanna Zalewska*
Projekt okładki: *Sławomir Bednarski*
Przygotowanie do druku: *RED Paweł Brankiewicz*

Copyright for the Polish edition © 2000
by Oficyna Wydawnicza LOGOS
Wydanie poprawione

ISBN 978-83-86941-61-2

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Kopiowanie, powielanie, odczytywanie w środkach publicznego przekazu dozwolone po pisemnym uzgodnieniu z wydawcą.
W sprawie zezwoleń należy zwracać się do
Oficyny Wydawniczej LOGOS
01-913 Warszawa, ul. Szekspira 4/386
tel. (22) 793 09 04, tel. kom. 609 680 132
e-mail: logos@logos.warszawa.pl,
www.logos.warszawa.pl

Co czyni cię niepowtarzalnym?

Wiele rzeczy. Książka ta pomoże ci zrozumieć, w jak cudowny, wspaniały sposób zostałeś stworzony przez Boga. Dowiesz się z niej, czy jesteś:

- spontanicznym, pełnym życia i radości sangwinikiem
- pogrążonym w myślach, wiernym i wytrwałym melancholikiem
- rzutkim, impulsywnym, przekonującym cholerykiem
- przyjaznym, cierpliwym i zadowolonym flegmatykiem,

czy też kombinacją tych typów. Dowiesz się także, jak najlepiej wykorzystać dane ci przez Boga szczególne cechy osobowości, aby twoje relacje z innymi były harmonijne. Florence Littauer wyjaśnia: „Kiedy rozumiemy, kim jesteśmy i dlaczego postępujemy tak, a nie inaczej, możemy zacząć poznawać swoje wnętrze, udoskonalać osobowość i uczyć się współżycia z innymi”.

W chwili, gdy pojmiesz, jak dawać innym to, co w *tobie* najlepsze, odkryjesz, że i oni zyskują w twoich oczach. Niech książka ta pomoże ci być takim, jakim zawsze pragnąłeś być.

Spis treści

Szczególne podziękowanie	7
---------------------------------------	---

CZEŚĆ I

Profil osobowości:

Szybka metoda samookreślenia się	9
1. Nie ma drugiej osoby takiej jak ty	10
2. Twój profil osobowości	17

CZEŚĆ II

Potencjał osobowości:

Rzut oka na nasze indywidualne zalety	23
3. Zabawmy się wraz z towarzyskim sangwinikiem	28
4. Uporządkujmy świat z perfekcyjnym melancholikiem	46
5. Przyjrzyjmy się swoim emocjom	62
6. Przystąpmy do działania z energicznym cholerykiem	67
7. Odpocznijmy ze spokojnym flegmatykiem	81

CZEŚĆ III

Plan doskonalenia osobowości:

Jak przezwyciężyć nasze słabości	97
Wprowadzenie: Zalety doprowadzone do skrajności stają się wadami	98
8. Nauczmy towarzyskiego sangwinika porządku ...	100
9. Rozweselmy perfekcyjnego melancholika	119
10. Utemperujmy nieco energicznego choleryka	133
11. Pobudźmy spokojnego flegmatyka do działania ...	151

CZĘŚĆ IV

Zasady funkcjonowania osobowości:

Jak poprawić swoje relacje z innymi	162
12. Każdy człowiek jest unikatowym połączeniem wielu cech	163
13. Nie lubimy ograniczeń	172
14. Przeciwności przyciągają się	181
15. Możemy rozpoznawać różnice w innych ludziach	191
16. Jak współżyć z innymi	198

CZĘŚĆ V

Moc osobowości:

Źródło siły potrzebnej

do uruchomienia naszego potencjału	217
17. Osobowość obdarzona mocą tworzy pozytywnych ludzi!	218

Dodatek:

Definicje określeń użytych w teście osobowości	225
--	-----

Szczególne podziękowanie

Dwadzieścia pięć lat temu otrzymałam od przyjaciela książkę Tima LaHaye *Spirit Controlled Temperament* (Temperament i Duch Święty) z prośbą o jej przeczytanie. Zapoznałam się z nią – i zachwyciła mnie teoria czterech temperamentów, zapoczątkowana przez Hipokratesa czterysta lat przed narodzeniem Chrystusa. W trakcie lektury natknęłam się na charakterystyki osób tak bardzo przypominających mnie i Freda, że doznałam uczucia, jakby autor w tajemniczy sposób nas poznał. Choć nigdy nie spotkałam Tima LaHaye, bardzo chciałam porozmawiać z człowiekiem o tak ogromnej wiedzy. W ciągu roku nasze drogi spotkały się; przemawialiśmy na tym samym seminarium. Tim był człowiekiem tak dynamicznym i inspirującym, jak sobie wyobrażałam, i to właśnie on zachęcił mnie do dalszego studiowania temperamentów.

Książka ta jest owocem wielu lat nauczania i poradnictwa. Pragnę ją dedykować *Timowi LaHaye*, który pierwszy poddał mi myśl o opublikowaniu efektów moich badań. Zgadzam się z tym, co napisał mi w liście:

Teoria czterech temperamentów jest najlepszym z możliwych wyjaśnieniem ludzkiego zachowania – teraz jestem o tym przekonany jeszcze bardziej niż wówczas, gdy pisałem swoją książkę.

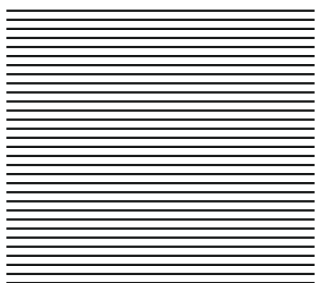
Dziękuję ci, Timie LaHaye, za zachętę.

FLORENCE LITTAUER

CZĘŚĆ PIERWSZA

Profil osobowości

*Szybka metoda
samookreślenia się*



Rozdział 1

Nie ma drugiej osoby takiej jak ty

Każdy chciałby posiadać lepszą osobowość. Wyobrażamy sobie siebie na Czarodziejskiej Wyspie, gdzie dźwięk cudownych dzwonów przemienia nas w dystyngowanych, elegancko odzianych arystokratów. Nie popełniamy już więcej błędów, niczego nie parzczymy, nie upadamy i nie chodzimy po omacku. Sztuka konwersacji nie jest nam obca, urzekamy ludzi swoją osobowością, potrafimy być czarujący i pełni inwencji. Ale zabawa się kończy, porzucamy świat fantazji i powracamy do utartych życiowych stereotypów. Wpatrujemy się w puste ekrany swojego życia, zastanawiając się, dlaczego nasza „komedia sytuacyjna” się skończyła, czemu nasze miejsca zajęły nowe gwiazdy, potrafiące bardziej przekonująco odgrywać swoje role, dlaczego ogarnia nas poczucie odrzucenia i niedopasowania.

Zaczynamy uczyć się na seminaria z zakresu osobowości, gdzie w ciągu dwudziestu czterech godzin obiecuje się uczynić z nas ludzi tryskających inteligencją; pracujemy nad poczuciem własnej wartości, co ma nas przemienić w herosów wyposażonych w niezwykłą moc, lub bierzemy udział w seansach rozwijających zmysły, pozwalających nam ujrzeć drogę ku świetlanej przyszłości. Idziemy tam, oczekując cudów – i wracamy do domu rozczarowani. Nie pasujemy do lansowanego modelu przebojowego supermana. Różnimy się pragnieniami, zdolnościami i osobowościami – nie możemy być traktowani tak, jak byśmy byli tacy sami.

- ***Nie ma dwóch identycznych osób***

Gdybyśmy wszyscy byli jednakowymi jajkami ułożonymi w wielkim pudle, olbrzymia kura mogłaby nas ogrzać i przemienić w zgrabne kurczaki w ciągu jednej nocy; my jednak jesteśmy wszyscy różni. Przyszliśmy na świat wyposażeni zarówno w zalety, jak i w wady, i żadne magiczne zaklęcie nie jest w stanie tego zmienić. Dopóki nie uznamy tego, że każdy z nas jest odrębną indywidualnością, nie będziemy w stanie zrozumieć, jak to się dzieje, że ludzie spędzają tę samą ilość czasu na tym samym wykładzie i z tym samym wykładowcą, a jednak osiągają całkowicie inne rezultaty.

W książce tej każdy z nas jest traktowany jako indywidualna kombinacja czterech podstawowych temperamentów. Zachęca ona do zapoznania się z *prawdziwym ja* kryjącym się w naszym wnętrzu, zanim podejmiemy jakąkolwiek próbę dokonania zewnętrznych zmian.

- ***Prawdziwą wartość ma to, co jest ukryte wewnątrz***

Kiedy Michał Anioł już miał rzeźbić posąg Dawida, spędził wiele czasu, dokonując wyboru właściwego rodzaju marmuru, świadom tego, że jakość materiału zadecyduje o pięknie ukończonego dzieła. Wiedział, że może zmienić kształt kamienia, ale nigdy nie będzie w stanie zmienić rodzaju tworzywa.

Każde stworzone przez niego dzieło sztuki jest unikatowe, gdyż nawet gdyby chciał, nie byłby w stanie znaleźć drugiego identycznego bloku marmuru. Nawet gdyby pochodził on z tego samego kamieniołomu, nie byłby identyczny. Podobny – tak, ale nie taki sam.

- ***Każdy z nas jest niepowtarzalną indywidualnością***

Rozpoczęliśmy naszą ziemską podróż, będąc swoistym połączeniem cech, co odróżnia nas od naszych braci i sióstr. Przez całe lata ludzie nas rzeźbili, strugali, kuli, czyścili piaskiem i polerowali. Gdy zdawało się, że jesteśmy już ukończonym dziełem, znowu ktoś zaczynał nas kształtować. Czasami zdarzało się,

że przeżywaliśmy w parku wspaniały dzień, kiedy każda przechodząca osoba podziwiała nas i prawiała nam komplementy, lecz innym razem byliśmy wyśmiewani, obmawiani lub ignorowani.

Wszyscy urodziliśmy się, mając swoje własne cechy temperamentu, tylko sobie właściwy surowiec, swój własny rodzaj skały. Niektórzy z nas są granitem, inni marmurem, jeszcze inni alabastrem lub piaskowcem. Rodzaj skały nie zmienia się, przemianom podlega natomiast jej kształt. Podobnie jest z naszymi osobowościami. Rozpoczynamy życie wyposażeni w pewne wrodzone cechy. Niektóre z nich są piękne, błyszczą jak szczerze złoto. Na innych dają się zauważyć szare skazy. Warunki, w jakich żyjemy, iloraz inteligencji, narodowość, status materialny, środowisko i wpływ rodziców mogą modyfikować nasze osobowości, ale nasz wewnętrzny fundament – skała – pozostaje taki sam.

Mój temperament decyduje o moim prawdziwym ja, natomiast osobowość można przyrównać do szaty, którą się okrywam. Spoglądając rankiem w lustro, mogę tam ujrzeć nieciekawą twarz, proste włosy i zbyt obfite kształty. Takie jest moje prawdziwe ja. Na szczęście w ciągu godziny mogę zrobić sobie makijaż i nadać twarzy większą wyrazistość, włączyć lokówkę i zakręcić włosy oraz założyć odpowiednią sukienkę, tuszując mankamenty figury. Przykryłam swoje prawdziwe ja, ale nie zmieniłam na stałe tego, co jest pod spodem.

Gdybyśmy tylko mogli siebie zrozumieć:

Wiedzieli, z czego jesteśmy stworzeni,
Wiedzieli, *kim* naprawdę jesteśmy,
Wiedzieli, *dłaczego* reagujemy tak, a nie inaczej,
Znali swoje *mocne strony* i potrafili je rozwijać,
Znali swoje *słabości* i wiedzieli, jak je przezwyciężyć.

Możemy! Książka ta wskaże nam, jak poznać siebie samego, jak doskonalić swoje mocne strony i eliminować słabości. Gdy wiemy, kim jesteśmy i dlaczego postępujemy tak, a nie inaczej, zaczynamy rozumieć istotę swego ja, rozwijamy osobowość

i uczymy się współżyć z innymi. Nie mamy zamiaru naśladować kogokolwiek, zakładać elegantszej sukienki lub nowego krawata, albo też rozpaczać z powodu rodzaju skały, z jakiej zostaliśmy wyciosani. Uczynimy wszystko, co w naszej mocy, korzystając z surowca, jaki jest nam dany.

W ostatnich latach rzemieślnicy odkryli sposoby na produkowanie imitacji klasycznych posągów i obecnie w każdym większym sklepie z pamiątkami można znaleźć statuetki Dawida, popiersia Lincolna, a także podobizny Reagana i wizerunki Kleopatry. Jest wiele falsyfikatów, ale tylko jeden prawdziwy ty.

● *Od czego zaczniemy?*

Ilu z was cierpi na kompleks Michała Anioła? Ilu patrzy na innych jak na surowiec, który może być właściwie ukształtowany jedynie przez was – specjalistów? Kto z was przypomina sobie przynajmniej jedną osobę, która mogłaby być rzeczywiście ukształtowana przez was, jeśli tylko słuchałaby waszych pełnych mądrości słów? Jak chętnie taki człowiek spotyka się z wami?

Jeśli przerobienie drugiego człowieka byłoby w ogóle możliwe, mój mąż Fred i ja już osiągnęlibyśmy doskonałość, ponieważ od samego początku temperowaliśmy się nawzajem. Ja uważałam, że gdyby tylko zechciał się rozluźnić i miał więcej poczucia humoru, nasze małżeństwo byłoby całkiem udane, ale on chciał, żebym ja była bardziej uporządkowana i zorganizowana. Podczas naszego miodowego miesiąca nie mogliśmy się zgodzić nawet co do sposobu jedzenia winogron!

Zawsze lubiłam położyć przed sobą całą kiść zimnych, zielonych winogron i obrywałam te, które miałam akurat pod ręką. Dopóki nie poślubiłam Freda, nie miałam pojęcia o istnieniu „instrukcji jedzenia winogron”. Nie wiedziałam, że każdą prostą przyjemnością w życiu należy cieszyć się w określony sposób. Fred po raz pierwszy zapoznał mnie z instrukcją jedzenia winogron, gdy siedziałam na tarasie naszego domku w Cambridge Beaches na Bermudach, spoglądając na morze i bezmyślnie obrywając winogrona z wielkiej kiści. Nie uświadamiałam sobie, że Fred

uważnie obserwował mój chaotyczny sposób jedzenia owoców, dopóki nie spytał: „Lubisz winogrona?”.

„Och, uwielbiam!”

„Wobec tego przypuszczam, że chciałabyś wiedzieć, jak należy jeść je we właściwy sposób?”

To stwierdzenie wyrwało mnie z romantycznej zadumy i zadałam Fredowi pytanie, które w przyszłości stało się nieodłącznym elementem naszych rozmów:

„Czy coś źle robię?”

„Nie chodzi o to, że robisz to *źle*, po prostu *nie* robisz tego prawidłowo”. Nie dostrzegłam wielkiej różnicy, ale sformułowałam to samo pytanie nieco inaczej.

„Czego nie robię prawidłowo?”

„Wszyscy wiedzą, że aby jeść winogrona we właściwy sposób, należy odciąć za każdym razem małą gałązkę, o tak”.

Fred wyjął swój scyzoryk i uciął małe grono owoców kładąc je przede mną.

Gdy stał tak nade mną, zadowolony z siebie, zapytałam: „Czy dzięki temu poprawia się ich smak?”

„Nie chodzi o smak. Po prostu wielka kiść wygląda o wiele ładniej. Sposób, w jaki *ty* jesz, obrywając winogrona to tu, to tam, niszczy wygląd całego grona. Spójrz tylko, co z nim zrobiłaś! Widzisz te ogołocone, sterczące gałązki? Zniszczyłaś kształt całej kiści”. Rozejrzałam się wokół tarasu, aby sprawdzić, czy przypadkiem gdzieś nie czają się eksperci od jedzenia winogron oceniający wygląd mojej kiści, a nie widząc nikogo, powiedziałam: „A kogo to może obchodzić?”

Jeszcze nie nauczyłam się, że pytania „A kogo to może obchodzić?” nie należy zadawać Fredowi, gdyż słysząc je, czerwienieje i wzdycha ciężko: „*Mnie* obchodzi i to powinno wystarczyć”.

Fred naprawdę przywiązywał ogromną wagę do wszystkich szczegółów życia, a moja obecność w jego rodzinie zdawała się niszczyć kształt całej kiści. Chcąc mi pomóc, Fred dokładał wszelkich starań, aby mnie poprawić. Zamiast doceniać tę mądrość, próbowałam ignorować jego metody i ostrożnie go zmieniać, tak

aby stał się bardziej podobny do mnie. Przez całe lata Fred temperował moje wady i pracował dłużej nad moim charakterem, a ja wytrwale polerowałam jego braki, niemniej w efekcie tych zabiegów żadne z nas ani trochę się nie zmieniło.

Tak było, dopóki nie przeczytaliśmy książki Tima LaHaye *Temperament i Duch Święty*. Wówczas otworzyły się nam oczy i zobaczyliśmy, co robimy. Usiłowaliśmy przerobić siebie nawzajem. Nie uświadamialiśmy sobie, że ktoś może być inny, nie będąc jednocześnie w błędzie. Odkryłam, że jestem towarzyskim sangwinikiem, który lubi zabawę i ruch, a Fred jest perfekcyjnym melancholikiem, traktującym poważnie wszystko, co niesie życie, i mającym zamiłowanie do porządku.

W miarę jak zaczęliśmy zagłębiać się w problematykę temperamentów, odkryliśmy, że oboje mamy w sobie cechy energicznego choleryka – typu człowieka, który zawsze ma rację i *wszystko* wie. Nic więc dziwnego, że mieliśmy trudności we wzajemnym współżyciu! Nie tylko różniliśmy się osobowościami i podejściem do życia, ale każde z nas sądziło, że tylko ono ma rację. Czy możecie wyobrazić sobie takie małżeństwo?

Jakąż ulgę przyniosło nam odkrycie, że *jest* dla nas nadzieja; *możemy* zrozumieć swoje temperamenty i zaakceptować swoje osobowości. Doświadczwszy przemiany w naszym życiu, zaczęliśmy nauczać, prowadzić badania i pisać na temat temperamentów. Książka ta jest owocem dwudziestu pięciu lat wykładów na seminariach, pracy duszpasterskiej i codziennych obserwacji ludzkich temperamentów. Jest prostą i łatwą lekcją psychologii podaną w przyjemny, przystępny sposób, a wszystko po to, abyśmy mogli:

1. Rozpoznawać swoje mocne strony i słabości oraz uczyć się rozwijać zalety, a eliminować wady.
2. Zrozumieć innych ludzi i pojąć, że bycie innym wcale nie oznacza bycia w błędzie.

Aby rozpoznać materiał, z jakiego jesteśmy ukształtowani, i zrozumieć istotę naszej osobowości, zapoznamy się najpierw z typologią

temperamentów ustaloną dwa tysiące czterysta lat temu przez Hipokratesa. Zabawimy się z towarzyskimi sangwinikami, którzy tryskają entuzjazmem. Spoważniejemy u boku perfekcyjnych melancholików, dążących do doskonałości w każdej dziedzinie. Obejmiemy przywództwo wraz z energicznymi cholerykami, którzy są urodzonymi liderami. Wreszcie odpoczniemy w towarzystwie spokojnych flegmatyków cieszących się życiem. Niezależnie od tego, jacy jesteśmy, zawsze możemy czegoś nauczyć się od przedstawicieli każdego z tych typów.