

Mért jó, ha tudjuk, tényleg „hiányzik egy kerekünk” (pontosabban küllőnk)?

A világot érzékszerveinkkel ismerjük meg, továbbá minket is érzékszervek segítségével térképeznek fel társaink.

Sokszor nem tudjuk az okát, miért viselkednek velünk úgy embertársaink, ahogy. Igazságtalannak, kirekesztőnek érezzük a többieket. Azonban azt, hogy mért látnak sokszor mást belőlünk, mint amilyennek mi magunkat, azt már nem tudjuk.

Kérdések végtelen sora harsog ilyenkor a fejünkben újra-és újra: „Mi a baj velem?” „Miért nem ért meg senki?” „Olyan egyedül vagyok!” és még sok-sok válasz nélkül maradó gondolat.

Az önismeret nem más mint az önmegértés, ami arra az alapkérdésre ad választ, hogy milyen vagyok valójában.

Rengeteg segítő könyv, terápia létezik már az önmegismeréshez vezető úthoz.

Ezzel a tanulmánnyal egy új eszközt szeretnék bemutatni, melyet a grafológia és a Serold Miler, Elam-W. Nunnally és David B. Wackman nevéhez fűződő önismereti kerék összeolvadásából dolgoztam ki.

Az önismereti kerék egy olyan eszköz, amely segítséget nyújt, hogy megtaláljuk az élet azon területeit, melyben változásokra, fejlődésre van szükség. Személyiségünk is, mint a kerék akkor működik jól, ha minden része a helyén van és helyesen üzemel. Ha pedig birtokunkban van a tudás, mely rész működik hibásan, vagy hiányosan, megkaphatjuk a kérdéseinkre a válaszokat.

A grafológusnak az adott írásminta elemzése során a hiányzó küllők felismerése nagy segítséget jelent a tanácsadásban, a duktor (írásminta készítője) önismeretének fejlesztéséhez, problémáinak megoldásához.

A kerék 5 küllője 5 kategóriát tart össze.

1. Érzet: az érzékszerveink által felfogott ingerekből nyert információ. Érzet amit érzékszerveinkkel élünk meg: látás, hallás, szaglás, tapintás, ízlelés, de az érzékszerveink segítségével bennünk kiváltott reakció is érzet: pl.: a hideg, a meleg, a fádalom, éhség, szédülés, jól lakottság, fáradtság, szomjúság,... stb. érzete.

2. Értelmezés: az érzeteinkhez társított jelentés. A múltbeli vagy új tapasztalataink által hipotézist állítunk fel magunknak. A tapasztalásból szerzett élményeket értelmezzük magunknak, és raktározzuk.

3. Érzés: Leginkább az érzeteinkre adott hirtelen, (az értelmezéssel ellentétben) nem logikus válasz.

4. Szándék: Akaratunk kifejezése. Ki lehet fejezni saját vagy más szándékát is. Egy-egy érzetre, érzésre, értelmezésre adott cselekvés előrevetítése.

5. Cselekvés: Szavakkal vagy szavak nélkül véghezvitt aktivitást jelent. Reakció egy-egy érzetre, érzésre, vagy szándék megvalósítása cselekvésben. Cselekedeteink másokat is cselekedetre ösztönözhetnek.

Az **érzetek** ingerek tapasztalásai, azaz az érzékszervekkel szerzett információ, az **észleletek** pedig ezen érzékletek integrációi, vagyis az ingerek jelentésének megállapítása.

Érzékelésnél egyszerre több érzékszervünket használjuk, így észleleteink több oldalról is meg vannak erősítve. Ezek az évek folyamán tanulás útján állandósulnak, egy idő után megszilárdulnak.

Mindezekre az ingerekre **érzés**/ek alakulnak ki bennünk. Ezek az érzések változhatnak rövidebb vagy hosszabb idő alatt, melyeket folyamatosan raktározunk magunkban. Ez a cselekedet miéértje.

Ezen érzésekre adott reakció -cselekvés- előtt fogalmazódik meg bennünk a cselekedetünk hogyanja, azaz a **szándék**. Ez is változhat, ilyenkor az érzés és a szándék is változik, mely végül **cselekvésként** ölt testet. Cselekedeteinket nem változtathatjuk meg, nem visszavonhatóak.

Ha hiányzik egy küllő a kerékből, az önismereti folyamat hiányos lesz, vagyis nem elég hatékony.

Ezekre az esetekre 4 lehetséges „hiányos” változatot mutatott be Rudas János, melyek grafikai jegyei a következők.

I./ ÉRTELMEZÉS -> CSELEKVÉS

Az „Indulatos” ember

Értelmezés után ítélkezik, feltételez, véleményt alkot, amik alapján cselekszik. Könnyen és kíméletlenül kritizál, előadásmódja kíméletlen. Heves, lobbanékony, impulzív, fogékony az ingerekre, igen érzékeny, kiegyensúlyozatlan természet.

Nem tisztázza érzéseit, szándékait.

Magabiztos, aktív, önelégült. Egója túlfejlett, nem reális az énképe. Mivel ezt a viselkedést hosszú távon nehéz tolerálni, sokszor elfordulnak tőle, aminek okát nem érti.

GRAFIKAI JEGYEI:

- nagy írástömb
- nincs kezdővonal, ha mégis akkor az „elefántormány” és/ vagy kampós
- szöges duktus
- erős nyomaték
- „t” áthúzásai határozottak, hosszúak, magasak, végük kihegyesedik
- alsó felső zónában kampók előfordulása
- aláírás: mérete nagy, esetleg nem olvasható, lehetséges a név alatt vagy fölött paráf használata

II. ÉRTELMEZÉS -> ÉRZÉKELÉS -> CSELEKVÉS

Az „Álmodozó” ember

Itt a külső világ hiánya dominál a személy viselkedésében. Nem érzékeli a többi embert. Túl sokat foglalkozik saját érzelmeivel, míg a másikat nem veszi számításba. Az impulzivitás egyáltalán nem jellemző rá, az ingerekre lassan reagál. Visszafogott, lassú. Nem közösségi ember, kedveli az egyedüllétet, kerüli a hangos társaságot. Inkább a pesszimizmus jellemzi.

Az énkép itt is torzul, hiszen a valóságot, a világot távol tartja magától.

GRAFIKAI JEGYEI:

- írástömb középen fent/ balra fent/ jobbra fent helyezkedik el
- inkább felsőzóna dominancia
- girlandos, mélynyergű fűzér
- gyenge vagy változó nyomaték
- aláíráskor nevét esetleg paráffal bekarikázhathatja
- esetleg utólag beírt felületek

III. ÉRZÉKELÉS -> ÉRZÉS -> CSELEKVÉS

Az „Úthenger” ember

Érzelmileg reagál azonnal, érzelemből, indulatból cselekszik, kimarad az értelmezés. Nem nézi tudatosan a dolgokat, csak az indulataival él. Érzelmétől, indulataitól túlfűtötten cselekszik. Nem gondolja át érzéseit. Erős, heves, de rövid érzelem jellemzi. Hiányzik a tudatosság, a kontroll. Türelmetlen, gyors, azonnal reagál. Később ugyan megbánja, de a kontroll hiányának köszönhetően újra ugyanebbe a hibába esik. Érzelmei hirtelen változnak. Mivel érzelmei irányítják, így sokszor befejezetlenül hagyja dolgait. Törekszik a vezető, irányító pozíciók megszerzésére.

GRAFIKAI JEGYEI:

- nincs kezdővonal
- ha van kezdővonal előfordulhat „elefántormányos”, kampós
- elrántott/ kihegyesedő végvonal
- nagy sebesség
- szó közben is elrántások
- felpuffadó oválok
- aláírása olvashatatlan, nagyobb a szövegírásnál

IV. ÉRTELMEZÉS -> ÉRZÉS

Az „Elvont” ember

Nagy gondolati és lelki gazdagság jellemzi ezt az embertípust. A cselekvés hiánya kíséri végig az életét. Érzései soha nem fordulnak át cselekvésbe, az impulzivitás egyáltalán nem jellemzi, még beszéd szintjén sem. Visszafogott, lassan végzi feladatait, nem fogékony az újra, az új információkra. Környezete különcknek tartja, nem érti, ezért eltávolodik tőle. Az ebből eredő esetleges fájdalmat is magában őrli. Nem közösségi ember, kedveli a magányt. Gondolkodása lassú, szokásai erősen uralják mindennapjait. Megbízható, végrehajtó, kitartó, türelmes típus, stabilitás jellemzi. Introvertált.

GRAFIKAI JEGYEI:

- nagy betű,-sor,-szótáv
- alapvonalat elhagyó betűk
- felsőzóna dominancia
- gyenge vagy közepes nyomaték
- egy-egy betűben egyedi, esetleg olvashatatlan betűalkotás
- fonalas vagy erősen fonalasodó, vagy mélynyergű duktus
- dupla betűk általában nincsenek összekapcsolva

Bibliográfia:

- 1./ Székely Vera: Pszichológia I.
- 2./ F. Visnyei Irma, Gulyás Jenő István, Katona Ágnes, V. Vékony Györgyi: A grafológia alaptankönyve
- 3./Rudas János: Delfi örökösei
- 4./ Oláh Attila és Bugán Antal: Fejezetek a pszichológia alapterületeiből

Készítette: Nagy Laura 2012.