

Párkapcsolati elemzés - Minta **Kötődés** Szociális közegben az óvatosság, visszafogottság jellemzi. Igazán közel csak nagyon kevés embert enged magához, ugyanakkor párkapcsolata jelentőséggel bír számára, melyben az egyenrangúságra törekszik. Fontosnak érzi, hogy függetlenségi igénye, autonómiája realizálódjon. Jelen élethelyzetében kötődési igénye elkerülőnek, körültekintőnek mondható (.....). **Érzelmek** A sorok írója kellő időt biztosít, hogy a környezeti hatások elérjék. Érzései, érzelmei ezáltal lassabb tempóban keletkeznek, átélésük tartós és visszafogott. A környezete számára kiszámíthatatlan, erős, impulzív viselkedést elutasítja, inkább a higgadt, reális magatartást, valamint a nyugalomban történő egymás mellett élést tekinti modellértékűnek (.....) **Kommunikáció** Jól működő kommunikációs, üzenetátadási képességgel rendelkezik. Információit érthetően, mondanivalóit, gondolatait mások számára világosan, követhetően adja elő. A rendelkezésre álló kereteket kitölti, miközben teret hagy a másik félnek is. Összességében érett, színvonalas verbalitás jellemzi (.....). **Önértékelés, önbizalom** A kézírás készítője képes saját viselkedését, tulajdonságait, képességeit a valóságos viszonyokkal összhangban megítélni, azonban önfogadása nem maradéktalan. Belső kontrolljából adódóan autonóm, független, önálló személyiség (.....).

Tolerancia Az együttéléshez, együttműködéshez szükséges mértékű toleranciával rendelkezik. Másokkal szemben alapvetően odafigyelő, elfogadó, a másik fél véleményét tiszteletben tartja. Ugyanakkor felállítja azokat a szabályokat, elvárásokat melyek normarendszerét irányítják (.....). **Intimitás** Intim szférája nehezen nyílik meg, nem csak tágabb, hanem a saját szűk környezetén belül is meghatározza, hogy mit ad ki magából. A kézírás készítőjének természetes, hogy a viszonyosság elvét követve a másik fél határait is maradéktalanul betartsa (.....). **Dominancia** Társas helyzetekben az autonómia, megtartásra törekszik. Fontos számára a szabadsága, szuverenitása, önálló véleménye, mégsem törekszik dominanciára, irányítói szerepre. Lényeges szempontnak tartja, hogy partnerkapcsolatát az egyenrangúság, mellérendeltség, ugyanakkor integritás, egység jellemezze (.....). **Konfliktuskezelés** Személyiségétől, egyéniségétől távol áll a vitás helyzetek, keresése. A konfliktust kerüli. Amennyiben úgy érzi nincs lehetőség a probléma megoldására, inkább kilép a konfliktushelyzetből, mintsem konfrontálódni kényszerüljön (.....).

Kötődés A sorok írója igényli a támogató, szociális közeget, mely biztos háttérrel és stabil kiindulási alapot nyújt személyiségének. Az állandóság fontos értékrendet képvisel számára. Kötődési igénye mellett saját önállóságának, autonómiájának megtartására is törek. Az írásminta készítésekor kötődési igénye biztosan kötődő (.....). **Érzelmek** Érzelmi életében a biztonságra törekszik. Viselkedését a tudatos megnyilvánulás jellemzi, így magatartása kiszámítható, megbízható. Érzelmi élményekre fogékony, az érzelmek keletkezését, kezelését, megélését a felettük gyakorolt kontroll miatt azonban visszafogottan éli át (.....). **Kommunikáció** Jól működő kommunikációs, verbális képességgel rendelkezik. Beszélgetés közben kellő teret enged kommunikációs partnerének, odafigyel rá, meghallgatja. Az információk átadása hatékony, lényegretörő, jól érthető, tiszta, könnyed és folyékony (.....). **Önértékelés, önbizalom** A sorok írójának önértékelése reális, életszerű. Jellemzően ismeri képességeit, adottságait, így önfogadása, önbizalma is a valóságnak megfelelő. Törekszik a

harmóniára, összhangra, biztonságra. Fejlett és folyamatos önkontrollal rendelkezik, ezért maradéktalanul ura saját viselkedésének (.....). **Tolerancia** Kedvező szociális képességekkel rendelkezik. Másokkal szemben toleráns, türelmes, megértő. A másik fél véleményét respektálja, tiszteletben tartja, nézetét, véleményét képes befogadni, elfogadni (.....). **Intimitás** A már említett toleranciájának köszönhetően, partnerével szemben figyelmes, tapintatos fontos számára, hogy a másik fél intim szférájának határát ne sértse meg. Önmagát másoknak nem szívesen adja ki, kevés embert enged magához, belső szférájához közel (.....). **Dominancia** Aktuálisan személyiségét a dominancia igénye nem inspirálja. Számára nem képvisel értékrendet, hogy minden körülmények között a középpontban legyen. Társas kapcsolataiban az egyenrangúság híve, ahol mindkét fél hangot adhat véleményének, meglátásának, nézetének. Néha előfordulhat, hogy személyisége erősebbé válik partnerénél, de alapvetően az egyensúly fenntartására törekszik (.....). **Konfliktusok** A konfliktust nem keresi, feszültséget okozó problémahelyzetekben konfliktuskerülő. Esetleges vitás kérdéseinek rendezésénél a kompromisszumos megoldásokat keresi, képes a sajátja mellett, a másik fél érdekeit is szem előtt tartani (.....). **Összefoglalás** Mindkét fél hasonló közösségi igényekkel rendelkezik, a valakihez való tartozás számukra biztonságot, támaszt nyújt. Az érzelmeket, élményeket -melyek megérintik őket- mindketten visszafogottan, higgadtan élik meg. Kommunikációs készségük szintén összhangra talál. A másik fél számára érthetően, tisztán kommunikálnak, az információkat gördülékenyen továbbítják. Beszélgetés közben teret engednek a másik félnek is. Esetleges feszültséget az úr nagyobb fokú szabadság, szuverenitás iránti vágya okozhat kapcsolatukban. Mindemellett a hölgy megfelelő mértékű toleranciával rendelkezik, így kapcsolatukban ez a probléma nagy jelentőséggel nem bír. Egymás intim szféráját teljes mértékben képesek tiszteletben tartani, a határokat egyik fél sem lépi át. Sem a hölgy sem az úr nem törekszik dominanciára. Aktuálisan személyiségüket nem ösztönzi vezetői, irányítói ambíciók, fontosabb számukra a kölcsönös megértésen alapuló kapcsolat.