

## 5 типа позициониране във взаимоотношенията

По Жак Саломе

Представете си, че сте сред група хора, и всички се очаква да общуват помежду си. Или пък работата ви е свързана с чести срещи, разговори по телефона. С какво поведение можете да се сблъскате? Жак Саломе описва 5 големи динамики във взаимоотношенията, които си предлагаме взаимно, всеки път като общуваме с друг човек.

### 1 – Динамика на сюнгера:



Изключително често срещана. Този, който я практикува, абсорбира всичко, което се предлага от срещнатата страна: недоволство, агресия, лични и колективни мъки, но и поема също малки и големи радости. И в най-голямата бъркотия, смесва всичко! Това, което идва от заобикалящия го свят, близък или отдалечен, е за него. Той е участник, чувства се въввлечен, има гледна точка за всичко! И за самия човек се получава същото, което става, ако смесим питейната вода с вода от канализацията ... За този, който практикува динамиката на сюнгера, каквото и да преживява, светът е винаги проблематичен, много често сивкав или с непоправимо лош вкус!

### 2 – Динамика на филтъра:



Както показва името, тези хора филтрират посланията от другите. Но задържат най-вече лошото в едно споделяне; виждат винаги това, което не върви; това, което не е станало. Те оставят доброто да изтече, без да могат да го задържат.

Да общуваш с „филтър“ понякога е много обезкуражаващо и дори изтощаващо. Каквото и да предложите, дарите или споделите ... другия задържа само негативното.

### 3 – Динамика на фунията :



През фунията всичко изтича и нищо не се задържа. Ако нещо случайно е останало, то бързо и лесно се отмива. Така и човек без душевни терзания не запазва нищо. Понякога човек се оставя житейските събития да преминават през него без да задържа нищо значимо. Всичко преминава през него – доброто, както и недоброто. В такъв момент ни води усещането за постоянна липса или сме безчувствени. Нищо не се получава, нищо не се дава.

#### **4 – Динамика на ситото :**



Привърженикът на тази динамика, знае да запази доброто и най-вече знае винаги да остави да мине лошото без да го задържа.

Той намира изгода в това да събира усмивки, нежност, позитивност, възможностите на живота. Не се задръства с боклуци, оставя отпадъците извън себе си или взаимовръзката. Той знае да сортира, да дедраматизира и да приеме много от живота. Добре е, когато общуваме със сито – „то“ запазва само най-хубавото от живота и дори е способно да ви даде да го вкусите.

#### **5 – Динамика на дестилатора:**



Тази динамика е най-рядка и навярно най-привлекателна за околните. Дори и да изглежда крехък, заради изключителната си чувствителност, човек в тази динамика събира, трансформира в добро и в чудесно всичко, което преживява. Във всяка среща или житейско преживяване извлича есенцията и възстановява най-доброто. Дестилаторите са ценни.

В рамките на един ден може да останем с усещането, че минаваме от една динамика в друга и че ги притежаваме всички.

Как бихте използвали вие динамиките, описани от Жак Саломе? Бихте ли могли да ги съотнесете към вас самите? А към хората, с които общувате? Колко твърдо, според вас, човек може последователно да проявява една и съща динамика? Как се влияе тя от заобикалящите?