



TANJA PURETA

magistrica
psihologije,
vlasnica tvrtke
Ramiro
(www.ramiro.hr)

Svijet introverta

Introvertima je vlastiti unutarnji svijet, kao i istraživanje vanjskoga bez potrebe za druženjem s ljudima, izvor najvećeg zadovoljstva. Iznimka je uzak krug ljudi

SAVJET MJESECA

Introverti su često u dvojbi trebaju li se mijenjati i tako prilagodavati današnjem svijetu koji na prvi pogled preferira ekstroverte. Čini im se da ekstroverti lakše dobivaju posao, brže hijerarhijski napreduju i ostvaruju bolje rezultate. S druge strane, ponekad previđaju da ekstroverti jednako tako brzo mogu izgubiti poziciju, čak i posao, ako njihovu atraktivnu pojavnost ne prate jednako atraktivna znanja i vještine. Za razliku od ekstroverta, introverti se s lakoćom dulje fokusiraju na neki posao, mogu uvidjeti dublje uzročno-posljedične veze u nekim pojavama te i osmisliti odlična rješenja i sl., što su sve karakteristike odličnih stručnjaka. Ipak, svakako je važno da sustavno razvijaju i vještine komunikacije (da, riječ je o vještinama i mogu se naučiti, kao primjerice vožnja bicikla), jer svaki posao podrazumijeva suradnju s drugima pa je važno znati doprijeti do njihovih umova, ali i do njihovih srca.

Mislim da sam potpuno nekomunikativna osoba. Ako se nadem u grupi novih ljudi, upoznavanje nekog novog za mene je teško. To nije zato što imam strah od njih, a mislim i da nemam manjak samopouzdanja, nego zato što u većini slučajeva nemam što reći. Nemam komunikacijske vještine, iako sam obrazovana, imam hobije, prijatelje, obitelj... Također, kada mi netko pride, moji su odgovori uvijek kratki i imam osjećaj da sugovornik brzo izgubi zanimanje. Ponekad nemam uopće volje pričati, to mi je naporno i najradije bih bila sama. Imate li neki savjet za mene? Danijela, 28

Vaš opis sebe u interakciji s drugima tipičan je opis osobe koju u psihologiji nazivamo introvertom. Introvertima je vlastiti unutarnji svijet, kao i istraživanje vanjskoga bez potrebe za druženjem s ljudima, izvor najvećeg zadovoljstva. Iznimka

je uzak krug ljudi s kojima rado dijele svoj unutarnji svijet, prepun zanimljivih iskustava, suptilnih emocija, dubokih uvida i raznih znanja. Dakle, vi itekako imate o čemu

SLUŠANJE

Ljudi upravo one koji ih sa zanimanjem slušaju doživljavaju kao najugodnije sugovornike

pričati, samo što mislite da su za površne susrete primjerenije površne i lake teme, a vaše vam se čine previše kompleksnima da bi stale u nekoliko minuta pa ih i ne započinjete. Rješenje bi moglo biti u tome da vi drugima postavljate pitanja i tako održavate konverzaciju. Možda to doživljavate neprimjerenim jer ne želite

zadirati u nečiju privatnost, međutim velik broj ljudi zaista voli govoriti o sebi pa takva pitanja doživljavaju kao znak istinskog interesa za njih. Štoviše, ljudi upravo one koji ih sa zanimanjem slušaju doživljavaju kao najugodnije sugovornike. S druge strane, i vi se možete ugodno iznenaditi koliko ljudi mogu biti zanimljivi, a kako ste osoba širokih interesa, to iskustvo može vas i dodatno obogatiti.