

PERSONALITATEA OBSESIONALĂ

Caracteristici:

- *Perfecționism*: este exagerat de atentă la detalii, proceduri, reguli și la organizare, adesea în detrimentul rezultatului final;
- *Obstinație*: încăpățânată, stăruie cu înverșunare ca lucrurile să fie făcute după cum consideră ea și respectându-se regulile;
- *În relațiile cu ceilalți este rezervată*: îi este greu să-și exteriorizeze emoțiile pozitive; adesea foarte formală, glacială, timidă;
- *Nehotărâre*: îi este greu să ia decizii din teama de a nu comite vreo greșeală, tergiversează lucrurile și cugetă exagerat de mult;
- *Rigoare mortală*: este extrem de conștiincioasă.

Cum să ne purtăm cu personalitățile obsesionale:

Recomandabil:

- să le arătăm că le apreciem simțul ordinii și al rigorii (nu le contraziceți pentru că vă vor disprețui);
- să le respectăm nevoia de a prevedea și de a organiza totul;
- când merg prea departe, să le aducem critici precise și motivate;
- să le arătăm că suntem previzibili și că se pot bizui pe noi;
- să le facem să descopere bucuriile destinderii;
- să le încredințăm sarcini pe măsura lor, în care „defectele“ lor să fie tot atâtea calități.

Nerecomandabil:

- să le ironizăm pe tema maniilor lor;
- să ne lăsăm prea departe antrenați în sistemul lor;
- să le copleșim cu prea multă afecțiune, recunoștință sau cu daruri (nu că nu le-ar face plăcere, dar se simt stânjenite și se simt obligate să răspundă în același registru, ori nu sunt în stare să o facă).

- Urăsc dezordinea!
- Iară mi se reproșează că aș fi prea perfecționist!
- Nu-mi place să arunc lucruri și mi se reproșează că aș fi zgârcit(ă).



Characterizăm adesea o personalitate obsesională ca „**maniac**“, „**fixist**“, „**nebun**“, „**nu vede decât înainte**“, „**nu-și vede decât ale lui**“, „**are ochelari de cal**“.