

Arquetipo de límites 101

Encierra con un círculo el arquetipo que más se siente como tú.

La persona que tiende a decir que sí

Te gusta complacer a los demás y tiendes a decir “sí” con mucha frecuencia. Es posible que tengas problemas para saber cuáles son tus límites, por lo que, si alguien llega a ti con una importante solicitud de último momento, puede que saltes para ayudar, incluso si ya tienes muchas cosas para hacer. Es posible que te preocupes por dañar a los demás, por perder oportunidades o por que te vean como poco empático.

El que se calza los zapatos

Eres del tipo “hazlo tú mismo” que tiende a asumir muchas cosas y a sentirse personalmente responsable de que las cosas funcionen. En el fondo, puede que sepas lo que necesitas para sentirte equilibrado, pero te cuesta pedir y aceptar ayuda, incluso cuando otros te la ofrecen libremente.

El de estilo libre

¡Eres un poco un espíritu libre y no te gusta que te pongan límites ni que le pongan límites a ninguna otra persona por ese asunto! Es posible que hagas compromisos, pero te cueste seguirlos o ejecutarlos, lo que puede crear más trabajo (y ruptura de los límites) para los demás. O puedes dejar las cosas para más tarde y evitar comprometerte en absoluto, de modo que los demás se queden esperando.

El controlador

Tienes una necesidad natural de tomar las riendas y caes naturalmente en el modo jefe. A veces, esto puede dificultar que respetes los límites de otras personas. En un intento por hacer las cosas, puedes ignorar o sobrepasar los estándares de los demás, sobre todo cuando no se expresan de manera explícita.

El persuasor

Eres un vendedor nato y sabes cómo ganarte a la gente. Tienes grandes ideas que quieres llevar a cabo, así que cuando escuchas (o sospechas) un “no”, en lugar de respetar el límite, puedes intentar romperlo a través de la persuasión sutil, la coacción o la manipulación.

El estabilizador

Tienes un sentido bien desarrollado de lo que necesitas para mantenerte mental y físicamente bien y, en su mayor parte, eres capaz de equilibrar las necesidades personales con el trabajo, la familia y los compromisos con la comunidad. Al igual que cualquier otra persona, puedes caer en el exceso de trabajo, decir “sí” o procrastinar en el momento, pero normalmente eres capaz de corregir el problema antes de agotar o sobrecargar a otra persona. También te sientes bastante cómodo negociando y diciendo “no”, así como haciendo peticiones razonables a los demás.