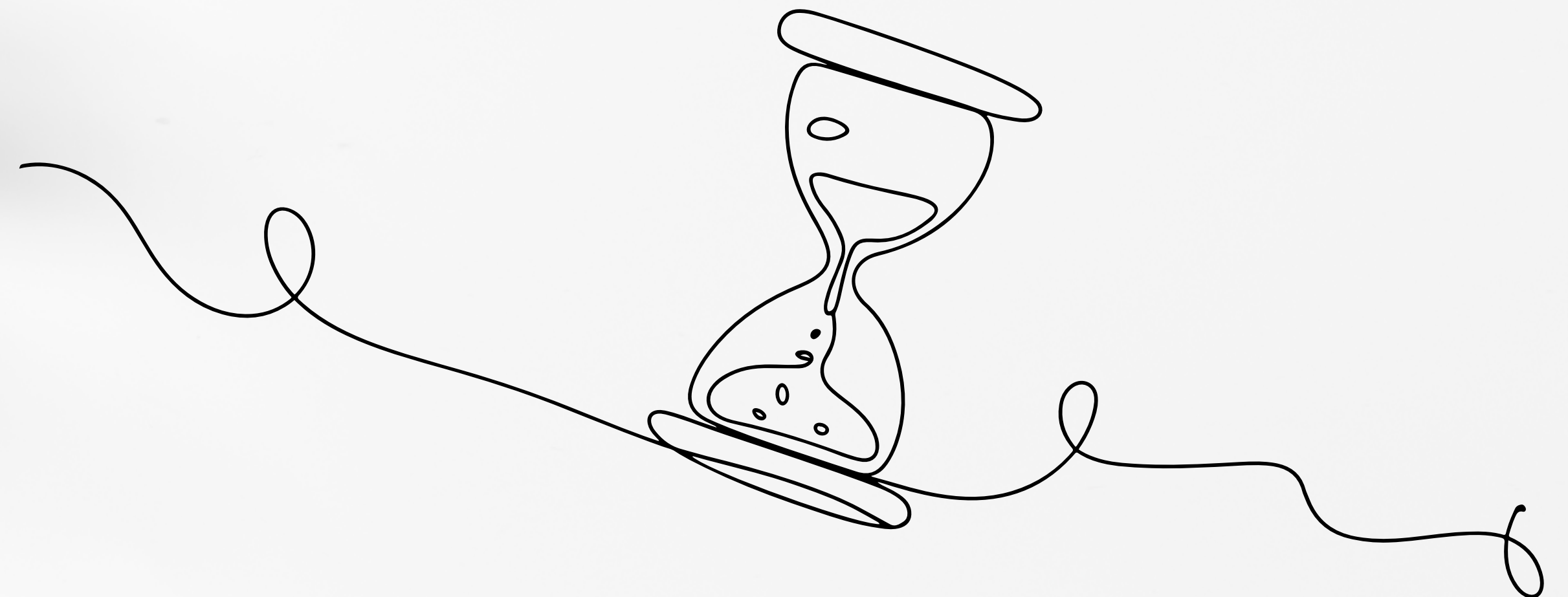


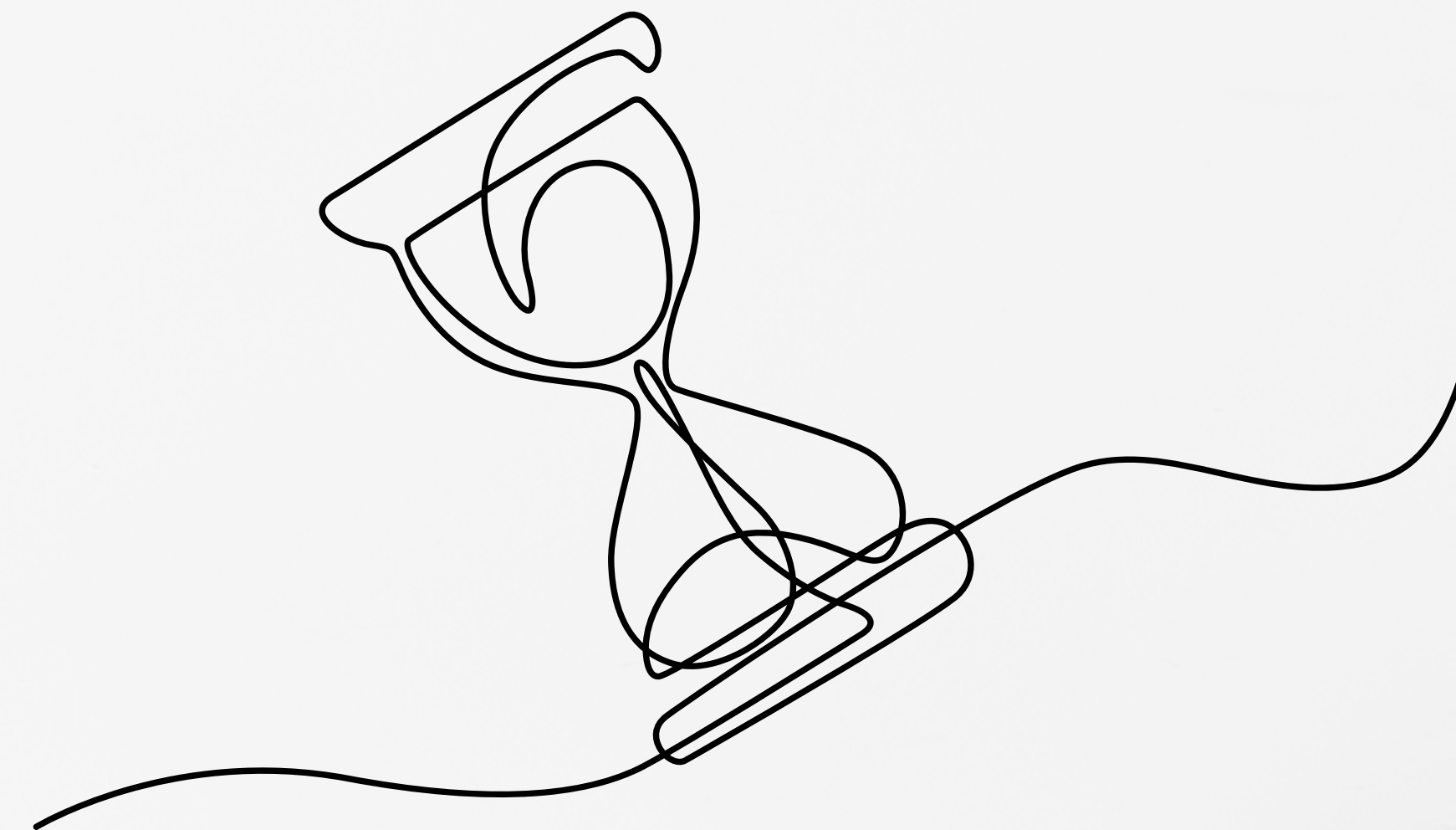
האם אתם באותו מקצב זמן עם בן/בת הזוג?

- האם אתם ממתינים להם ביציאה מהבית, או להיפך?
- מי מרגיש/ה שתמיד מזרזים אותו/ה לתנועה?
- מי מרגיש/ה שגורמים לו/לה לאחר באופן סיסטמתי?
- האם יש סנכרון ביקיצה ובשינה?



תחושת הזמן היא סובייקטיבית. כולנו חווים את הזמן אחרת!

- תחושת זמן מהירה: מפתח הלוחמ/ת ומפתח המטפל/ת
- תחושת זמן איטית: מפתח החולמ/ת ומפתח הפילוסוף/ית
- חוסר תאימות במקצב הזמן זהו גם אתגר וגם יתרון עוצמתי
- דרך נהדרת לבדוק תאימות במקצב הזמן - ריקוד ונשיקה



**אנשים שנולדו במפתח החולמ/ת נוטים להיות מאוד נוכחים וסבילים
למתרחש סביבם, עם חושי גוף מפותחים מאוד. הם מדמיינים בדרך
כלל עם כל חמשת החושים, עם יכולות דמיון עשירות וסוחפות. הם
סתגלתנים מאוד, ומתאימים עצמם לכל סביבה באופן מעורר השראה.**

מאשה ארז



החולמ/ת
מפתח שכל: ילדה

חוזקות:

הרפתקנות, פקחות, סקרנות, אומץ,
פתיחות, ספונטניות, נטייה מאוד חזקה
להרמוניה אבל לא דרך ריצוי. יכולות
לשחק ולהיות ילדותיים ללא התנצלות
ובאופן חינני. אנשי אשכולות מוכשרים.
אוהבים ליצור, להינות, לחוות, ללמוד (אבל
ללא ציונים או מסגרת כובלת). אוהבים
מאוד סיפורים וחוויות מוחשיות. הנוכחות
שלהם ברגע מרשימה, ויכולת ההאזנה
שלהם מעוררת קנאה והשראה.
הם מקרינים ענווה, הוד, תמימות וגמישות
התנהגותית.

אתגרים:

חולמניים! אנשים במפתח החולמ/ת
סבילות גבוהה מאוד לתחושות גוף
חיצוניות. איבוד הריכוז והמיקוד הוא נפוץ
בקרב המפתח הזה, וכן דיסלקציה.
למפתח הזה יש נטייה להסחף לעולמות
חדשים. תמימות לעיתים הרסנית.
סובלים מחוסר יכולת דיבור וקושי להביע
את עושר החוויה השכלית שלהם, ואת
החכמה הפנימית העשירה שיש להם.
הם נעים באיטיות בדרך כלל, אם לא
במיקרו אז במאקרו. דחיינות, איחור, וחוסר
החלטיות הן תכונות נפוצות.

מפתח ילדה כבן/בת זוג

מחשבה אקדמית



החולמ/ת
מפתח שכל: ילדה

חוזקות:

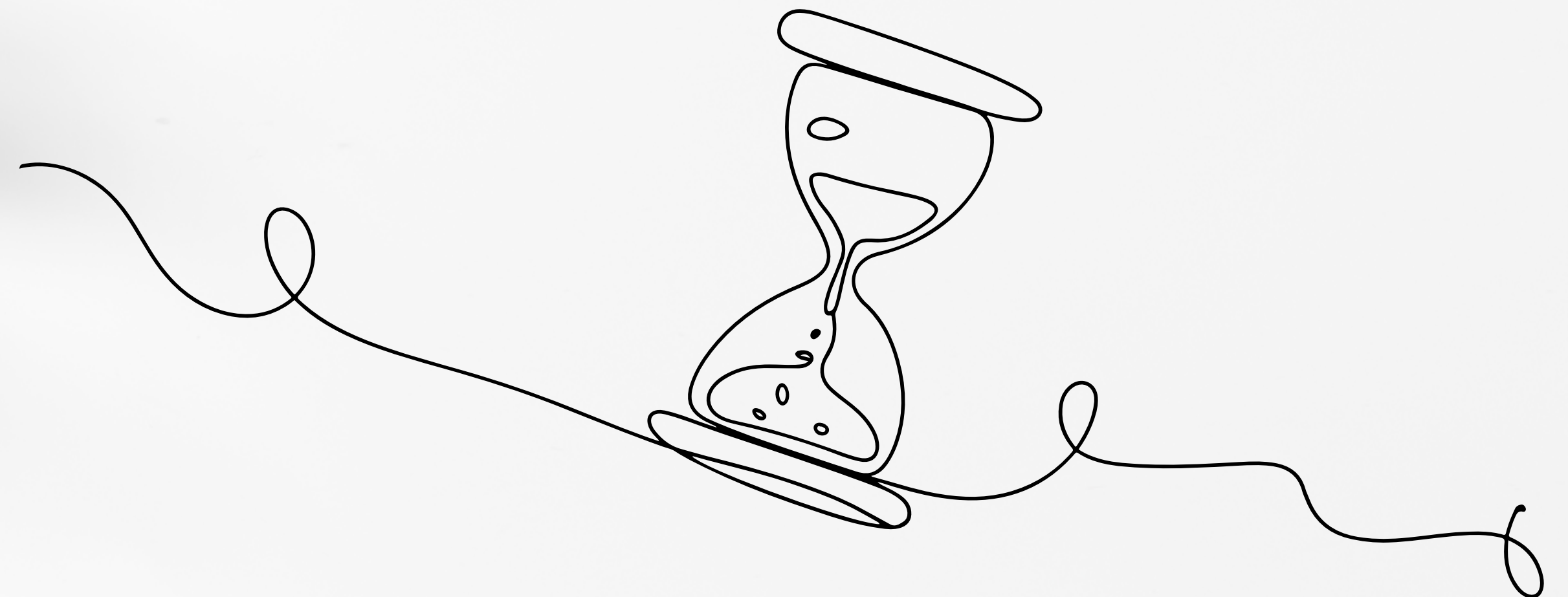
אין מפתח יותר הרמוני, מקבל את האחר, גמיש ונוכח בחוויה ממפתח החולמ/ת. מסוגלים להינות מהדברים הפשוטים. הם לא תחרותיים, ולעיתים קרובות יראו "הפסד" כנצחון אם הצד השני שמח ואם הם למדו משהו. יש להם יכולת מרשימה לשנות את הנרטיב לחיובי באופטימיות מעוררת השראה, וזה כמובן תורם להרמוניה ולרוגע במערכות יחסים. הם סבילים לרצונות בן/בת הזוג, לא מתביישים להודות בטעות או בכשלון, אוהבים התפתחות רגשית וזוגית, ומוכנים לנסות פתרונות חדשים.

אתגרים:

הקושי של מפתח החולמ/ת להביע את עצמם מילולית בשילוב עם הדחיינות שלהם גורם להם להמנע מקונפליקט עד כדי הרס עצמי. הם משתבבלים, מתכנסים, ולעיתים אפילו נעלמים או נוטשים. הגמישות המחשבתית שלהם גורמת להם לחוסר החלטיות שיכול להציק ולעצבן. בעלי סבילות קיצונית שלפעמים "תוקעת" אותם בהמתנה שהבעיות יפתרו את עצמן - חודשים ואפילו שנים, למרות ההשפעה על מערכת היחסים והמשפחה, בתפקוד היומיומי הם יכולים להיות איטיים להחריד (למעט ירח לוחמ/ת), ולהפגין נונשלנטיות מתסכלת ואפילו מרתיחה.

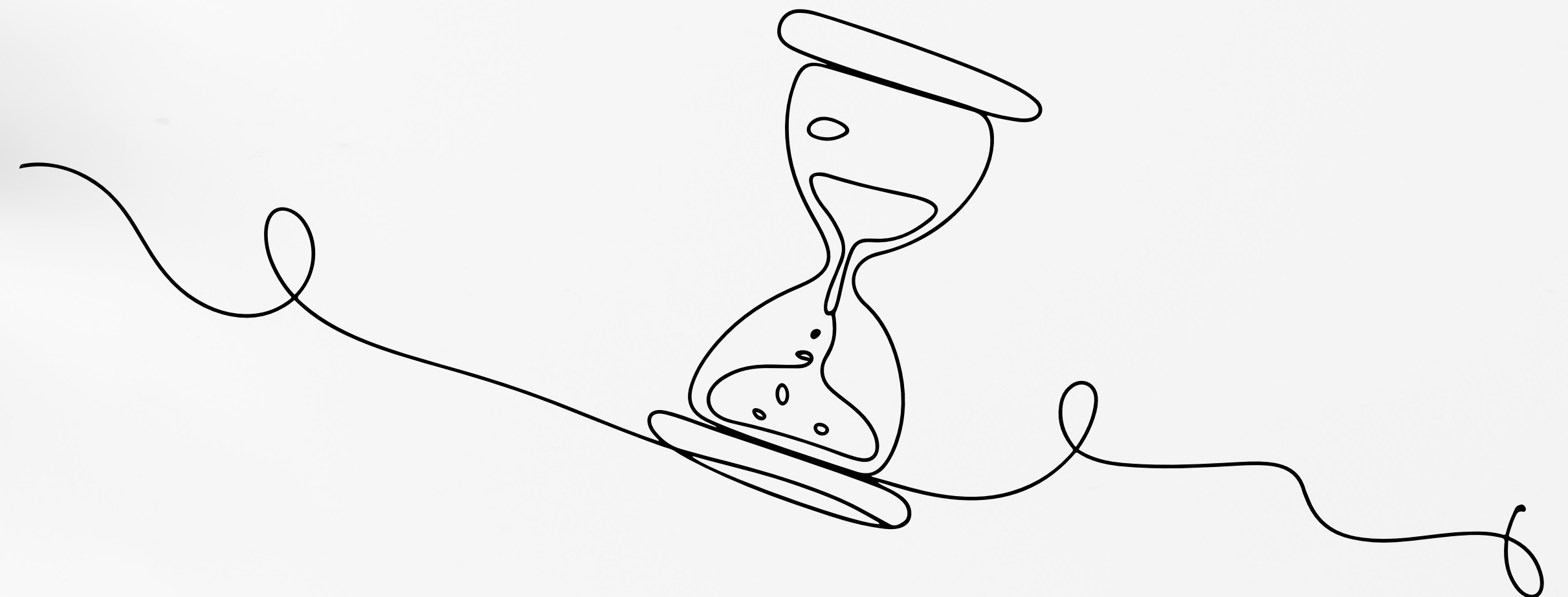
טיפים להרמוניה בניהול הזמן לבני הזוג הזריזים

- הם לא מזלזלים בכם! אין להם תודעת זמן כמו לכם
- הערכת הזמן שלהם מתארת תחושה, לא זמן מדויק
- תכינו רשימת מטלות קטנות לעשייה בהמתנה
- תשתמשו במדד חשיבות למוכנות בזמן - מה באמת חשוב?
- זהו את נקודת האל-חזור



כלים להרמוניה בניהול הזמן לבני הזוג האיטיים יותר

- הם לא נודניקים! הם מתוסכלים, דקה אצלם ארוכה יותר
- תתגברו על אי הנעימות ותתנו הערכת זמן כפולה ומציאותית
- מדי פעם תתאמצו ממש להגיע בזמן - זה מעודד אכפתיות
- אתם שוכחים את הזמן! קנו שעון דובר
- זהו את הסימנים המקדימים לנקודת האל-חזור אצל הפרטנר



טיפים להרמוניה עם מפתח החולמ/ת

- כשהם מתקשים בדיבור או בקונפליקט - הם מתכנסים. זה לא איש
- תגידו להם כשחשוב לכם שהם יהיו תקשורתיים יותר
- הם אוהבים הרפתקאות, ספונטניות, סיפורים. יעלמו אם משעמם
- הם לעיתים מפגינים ילדותיות ותמימות שיכולה להתפרש כאנוכיות
- הם זקוקים לזמן כדי לדבר, אל תאיצו בהם

