

## 交流分析のエゴグラムパターン

自分自身にあてはまるかどうかを各パターンをよく見て、性格を分析してください。

### ① W型

CPが高く、批判・非難が強い。ACも高いので外にそれらを表出できない。攻撃感情が内向し、自罰的になり、自責・自己嫌悪になりやすい。うつ傾向を持ち、人と楽しい関係を持たず、引きこもった状態を示す。真面目だがユーモアがなく、暗い印象を与える。

### ② M型

AC、Aが低く頑固、意地っ張り、無計画である。CPも低く、善悪の判断を行う良心が未発達。NP、FCが高いため、人間的には面倒見がいい。FCが高いので、直感的・衝動的・感覚的。M型は明朗・樂觀的だがルーズで気まま。現実感覚にズレがある。

### ③ N型

劣等感が強く自己主張に欠けるが、自分を多少犠牲にしても、人の面倒を見る優しいタイプ。厳しさに欠け、流されやすい。優柔不断でいつまでもはっきりしない気の弱さ、自我の弱さがある。

### ④ 逆N型

CPとFCが高く、自分がこうと思えば、外に押し通そうとする、自己主張の強いわがままなタイプ。目的達成のためには、リスクも省みず実践し行動するタイプ。自由闊達で率直だが、我が強く対人面でも衝突が多い。良いほうへ向くと、芸能・芸術・文筆活動で能力を発揮する。