



Jarosław Jankowski

Czy **wiesz**, kim **jesteś**?

Przewodnik po 16 typach
osobowości ID16™©

Zawiera test osobowości ID16™©

Czy wiesz, kim jesteś?

Przewodnik po 16 typach osobowości ID16™

Publikacja ta może pomóc Ci lepiej wykorzystywać Twój potencjał, budować zdrowe relacje z innymi ludźmi i podejmować dobre decyzje odnośnie edukacji oraz kariery zawodowej. W żadnym wypadku nie powinna być jednak traktowana jako substytut specjalistycznej konsultacji psychologicznej lub psychiatrycznej. Autor i wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z niewłaściwego wykorzystania tej książki.

ID16™ jest autorską typologią osobowości. Nie należy mylić jej z typologiami i testami osobowości innych autorów lub instytucji.

Fotografie na okładce zostały wykorzystane za zgodą Shutterstock.

Wydawca:

LOGOS MEDIA

© Jarosław Jankowski 2015

EPUB: ISBN 978-83-63837-79-2

MOBI: ISBN 978-83-63837-80-8

PDF: 978-83-63837-81-5

Spis treści

Wstęp	5
ID16™[©] wśród jungowskich typologii osobowości	7
Test osobowości ID16™[©]	11
Administrator (ESTJ)	23
Adwokat (ESFJ)	39
Animator (ESTP)	55
Artysta (ISFP)	71
Doradca (ENFJ)	87
Dyrektor (ENTJ)	103
Entuzjasta (ENFP)	119
Idealista (INFP)	135
Innowator (ENTP)	149
Inspektor (ISTJ)	167
Logik (INTP)	181
Mentor (INFJ)	197
Opiekun (ISFJ)	211
Praktyk (ISTP)	225
Prezenter (ESFP)	239
Strateg (INTJ)	257
Dodatek	273
Bibliografia	277

Wstęp

Od zarania dziejów myśliciele, filozofowie i zwykli obserwatorzy życia interesowali się fenomenem ludzkiej osobowości. Intrygowało ich to, że zachowania i postawy niektórych ludzi wykazują tak duże podobieństwa mimo innych doświadczeń życiowych i odmiennego wychowania.

Obserwacje te skłaniały wielu z nich do refleksji nad typami osobowości. Jednym z owoców tych dociekań jest — wciąż popularna — typologia Hipokratesa. Ten wybitny starożytny lekarz i myśliciel wyróżnił cztery podstawowe temperamenty: sangwinik, choleryk, flegmatyk oraz melancholik. Historia zna wiele innych, równie ciekawych prób wyodrębnienia i opisanie powtarzalnych typów osobowości. Choć z dzisiejszej perspektywy niektóre z nich wydają się zbyt uproszczone, to odegrały one niezwykle ważną rolę, torując drogę do późniejszej, bardziej pogłębionej refleksji nad osobowością człowieka.

Przełomem w tym zakresie była teoria Carla Gustava Junga (1875 – 1961), szwajcarskiego psychiatry i psychologa, która przyczyniła się do popularyzacji idei typów osobowości i — począwszy od XX wieku — stała się podstawą do tworzenia tzw. jungowskich typologii oraz testów osobowości (do których także należy ID16™[©])¹.

Dziś typologie osobowości odwołujące się do teorii Junga są narzędziem powszechnie stosowanym w praktyce pedagogicznej, coachingu, zarządzaniu zasobami ludzkimi oraz poradnictwie zawodowym i małżeńskim. Stanowią one również podstawę wielu programów wspierających rozwój osobisty i doskonalących relacje międzyludzkie. Jungowskie testy osobowości stały się także standardowym narzędziem stosowanym przez większość globalnych

¹ Więcej na ten temat w rozdziale: „ID16™[©] wśród jungowskich typologii osobowości”.

przedsiębiorstw w procesie rekrutacji oraz w rozwoju zawodowym. Początkowo wykorzystywano je głównie w korporacjach o rodowodzie amerykańskim, jednak w ostatnich latach zdobywają one coraz większą popularność także w Europie.

Dzięki jungowskim testom osobowości każdego roku miliony ludzi na całym świecie lepiej poznają siebie oraz innych, a w konsekwencji ich życie oraz relacje zmieniają się na lepsze.

Mam nadzieję, że Twoja przygoda z typami osobowości przyczyni się do takich właśnie pozytywnych zmian.

AUTOR

ID16™©

wśród jungowskich typologii osobowości

ID16™© należy do rodziny tzw. jungowskich typologii osobowości, odwołujących się do teorii Carla Gustava Junga (1875 – 1961) – szwajcarskiego psychiatry i psychologa, jednego z głównych przedstawicieli tzw. psychologii głębi.

Na podstawie wieloletnich badań i obserwacji Jung doszedł do wniosku, że różnice w postawie oraz preferencjach ludzi nie są przypadkowe. Stworzył dobrze dziś znany podział na ekstrawertyków i introwertyków. Ponadto wyróżnił cztery funkcje osobowości, stanowiące dwie pary przeciwieństw: percepcja – intuicja i myślenie – odczuwanie. Ustalił też, że w każdej z tych par dominuje jedna z funkcji. Jung doszedł do przekonania, że dominujące funkcje każdego człowieka są stałe i niezależne od zewnętrznych warunków, a ich wypadkową jest typ osobowości.

W 1938 roku dwaj amerykańscy psychiatrzy, Horace Gray i Joseph Wheelwright, stworzyli pierwszy test osobowości oparty na teorii Junga, umożliwiający określenie dominujących funkcji w trzech opisanych przez niego wymiarach: **ekstrawersja – introwersja**, **percepcja – intuicja** oraz **myślenie – odczuwanie**. Test ten stał się inspiracją dla innych badaczy. W 1942 roku, także na gruncie amerykańskim, Isabel Briggs Myers oraz Katharine Briggs zaczęły stosować swój własny test osobowości, poszerzając klasyczny, trójwymiarowy model Graya i Wheelwrighta o czwarty wymiar: **oceniecie – obserwacja**. Większość późniejszych typologii i testów osobowości, odwołujących się do teorii Junga, również uwzględnia ów czwarty

wymiar. Należy do nich m.in. amerykańska typologia opublikowana w 1978 roku przez Davida W. Keirseya oraz test osobowości stworzony na Litwie w latach 70. dwudziestego wieku przez Aušrę Augustinavičiūtė. W następnych dekadach w ich ślady poszli badacze z różnych części świata, tworząc kolejne czterowymiarowe typologie i testy osobowości dostosowane do lokalnych warunków oraz potrzeb.

Do grupy tej należy niezależna typologia osobowości ID16™[©] opracowana na polskim gruncie przez pedagoga i menedżera Jarosława Jankowskiego. Typologia ta, opublikowana w pierwszej dekadzie XXI wieku, również opiera się na klasycznej teorii Carla Junga. Podobnie jak inne współczesne jungowskie typologie, wpisuje się ona w nurt czterowymiarowej analizy osobowości. Na gruncie ID16™[©] wymiary te nazywane są **czterema naturalnymi skłonnościami**. Skłonności te mają charakter dychotomiczny, a ich obraz dostarcza informacji o typie osobowości człowieka. Analiza pierwszej skłonności ma na celu określenie dominującego **źródła energii życiowej** (świat zewnętrzny lub świat wewnętrzny). Analiza drugiej skłonności określa dominujący **sposób przyswajania informacji** (poprzez zmysły lub poprzez intuicję). Analiza trzeciej skłonności określa dominujący **sposób podejmowania decyzji** (rozumem lub sercem). Analiza czwartej skłonności określa natomiast dominujący **styl życia** (zorganizowany lub spontaniczny). Kombinacja wszystkich tych naturalnych skłonności daje w wyniku **16 możliwych typów osobowości**.

Szczególną cechą typologii ID16™[©] jest jej praktyczny wymiar. Opisuje ona bowiem poszczególne typy osobowości w działaniu – w pracy, w codziennym życiu oraz relacjach z innymi ludźmi. Nie koncentruje się na wewnętrznej dynamice osobowości i nie podejmuje prób teoretycznego objaśniania wewnętrznych, niewidocznych procesów. Skupia się raczej na tym, jak dany typ osobowości przejawia się na zewnątrz i w jaki sposób wpływa na otoczenie. Ów nacisk na społeczny aspekt osobowości zbliża nieco ID16™[©] do wspomnianej powyżej typologii Aušry Augustinavičiūtė.

Każdy z 16 typów osobowości ID16™[©] jest wypadkową naturalnych skłonności człowieka. Przypisanie do danego typu nie ma jednak cech wartościujących. Żaden z typów osobowości nie jest lepszy lub gorszy od innych. Każdy z typów jest po prostu inny i każdy ma swoje potencjalnie mocne i słabe strony. ID16™[©] pozwala zidentyfikować i opisać te różnice. Pomaga zrozumieć siebie i odkryć swoje miejsce w świecie.

Znajomość własnego profilu osobowości pozwala ludziom w pełni wykorzystać swój potencjał i pracować nad obszarami, które mogą przysparzać im problemów. Jest nieocenioną pomocą w codziennym życiu, w rozwiązywaniu problemów, w budowaniu zdrowych relacji z innymi ludźmi oraz podejmowaniu decyzji dotyczących edukacji i kariery zawodowej.

Określenie typu osobowości nie jest procesem, który ma charakter arbitralny i mechaniczny. Każdy człowiek jako „właściciel i użytkownik swojej osobowości” jest w pełni kompetentny, aby określić, do którego typu należy. Jego rola w tym procesie jest więc kluczowa. Samoidentyfikacji takiej można dokonać, analizując opisy 16 typów osobowości i stopniowo zawężając pole wyboru. Można jednak wybrać drogę na skróty — wykorzystać zamieszczony na kolejnych stronach test osobowości ID16™©. Również w tym przypadku kluczową rolę odgrywa „użytkownik osobowości”, wynik testu zależy bowiem wyłącznie od udzielonych przez niego odpowiedzi.

Identyfikacja typu osobowości pomaga poznać siebie i innych, nie powinna jednak być traktowana jako wyrocznia przesądzająca o przyszłości. Typ osobowości nigdy nie może usprawiedliwiać naszych słabości lub złych relacji z innymi ludźmi (choć może pomóc zrozumieć ich przyczyny)!

W ramach ID16™© typ osobowości nie jest traktowany jako statyczny, genetycznie zdeterminowany stan, ale jako wypadkowa cech wrodzonych oraz nabytych. Takie ujęcie nie umniejsza wagi wolnej woli i nie szufladkuje ludzi. Otwiera przed nami nowe perspektywy, zachęcając do pracy nad sobą i wskazując obszary, w których jest ona najbardziej potrzebna.

Test osobowości ID16™©

Test osobowości ID16™© to zestaw 84 pytań dotyczących Twoich reakcji oraz zachowań w zwykłych, codziennych sytuacjach. Odpowiedzi na nie pozwolą określić Twój typ osobowości.

Ważne informacje:

- Test składa się z trzech części. Każda z nich zawiera 28 pytań dotyczących osobistych preferencji lub zachowań. Pytania mają formę zdań, które należy dokończyć, wybierając jedną z dwóch opcji.
- Celem testu jest określenie Twojego typu osobowości, nie zaś inteligencji, wiedzy lub zdolności. Jego wynik nie ma charakteru wartościującego! W teście nie ma dobrych i złych odpowiedzi, nie próbuj więc szukać i wybierać „właściwych”. Każdy z 16 typów osobowości jest inny, ale ma taką samą wartość. Żaden nie jest lepszy lub gorszy od pozostałych.
- Wybieraj poszczególne odpowiedzi zgodnie z tym, jak *zachowujesz się* w opisanych sytuacjach, nie zaś, jak *chciałbyś* lub jak (Twoim zdaniem) *należałoby się* zachować. Jeśli nigdy nie byłeś w danej sytuacji, zastanów się, jaka byłaby Twoja naturalna reakcja, gdybyś się w niej znalazł. Gdy pytanie dotyczy preferencji, wskaż Twoje faktyczne skłonności, nie zaś te, które wydają Ci się właściwe lub pożądane.
- Należy udzielić odpowiedzi *na wszystkie pytania*. W przypadkach, w których nie możesz w pełni utożsamić się z żadną z zaproponowanych odpowiedzi, zaznacz tę, która jest Ci bliższa.
- Czas testu nie jest ograniczony, nie musisz się więc spieszyć. Nie zastanawiaj się jednak nad odpowiedziami zbyt długo.

- Po każdej odpowiedzi znajdziesz (w nawiasie) literę: E, I, S, N, T, F, J lub P. Wykonując test, zapisuj litery, którymi oznaczone są wybierane przez Ciebie odpowiedzi, a następnie podlicz, ile razy wybrałeś poszczególne litery. Twój wynik będzie wyglądał np. tak:

- E — 18
- I — 3
- S — 7
- N — 14
- T — 4
- F — 17
- J — 0
- P — 21

Dalsze wskazówki znajdziesz po zakończeniu testu.

Część 1/3

1. Często zastanawiam się nad sensem życia:

tak [I]	nie [E]
---------	---------

2. Bardziej przemawiają do mnie:

sprawdzone, wypróbowane rozwiązania [S]	twórcze, nowatorskie pomysły [N]
--	----------------------------------

3. Lubię pracę:

zespołową [E]	indywidualną [I]
---------------	------------------

4. Częściej:

korzystam z rad innych ludzi [P]	sam doradzam innym [J]
----------------------------------	------------------------

5. Aby zachować dobre relacje z ludźmi, często ustępuję innym, nawet jeśli nie jest mi to na rękę:

tak [F]	nie [T]
---------	---------

6. Najlepiej odpoczywam:

samotnie lub w małym gronie, w cichym, spokojnym miejscu [I]	wśród wielu ludzi, w miejscu, w którym zawsze coś się dzieje [E]
---	---

7. Często zdarza się, że wykonuję pracę przed terminem lub robię więcej, niż trzeba:

tak [J]

nie [P]

8. Bardziej pasuje do mnie następujący opis:

lubię mieć zaplanowany dzień i nie przepadam za nagłymi, niespodziewanymi zmianami planów [J]

nie lubię sztywno planować dnia, a nagłe zmiany traktuję jako urozmaicenie [P]

9. Wolę autorów:

posługujących się ciekawymi porównaniami i odwołujących się do nowatorskich idei [N]

piszących rzeczowym stylem i skupiających się na faktach [S]

10. Będąc w towarzystwie, zazwyczaj mówię:

więcej niż pozostali [E]

mniej niż pozostali [I]

11. Rozwiązując jakiś problem, staram się przede wszystkim:

zachować obiektywizm, nawet kosztem sympatii ludzi [T]

zachować sympatię ludzi, nawet kosztem obiektywizmu [F]

12. Wolę zajmować się:

zadaniami podobnymi do tych, które wykonywałem wcześniej [S]

nowymi zadaniami, z którymi jeszcze nigdy się nie spotkałem [N]

13. Chcąc jak najszybciej załatwić jakieś sprawy i mieć je za sobą, często podejmuję decyzje przedwcześnie:

tak [J]

nie [P]

14. Bardziej pasuje do mnie następujący opis:

potrafię przez dłuższy czas skupić uwagę na jednej rzeczy [I]

łatwo się rozpraszam, robię częste przerwy w pracy [E]

15. Bardziej denerwują mnie:

marzyciele, którzy myślą głównie o przyszłości [S]

realiści, których interesuje tylko „tu i teraz” [N]

16. Wolałbym uczyć się na zajęciach wykładowcy:

oschłego, momentami niegrzecznego, ale bardzo logicznego i przekazującego wiedzę w uporządkowany sposób [T]	roztargnionego, nauczającego w nieco chaotyczny sposób, ale bardzo sympatycznego i serdecznego [F]
---	--

17. Gdy mam coś wykonać w określonym terminie, zazwyczaj:

staram się szybko skończyć tę pracę, aby móc zająć się przyjemniejszymi sprawami [J]	najpierw zajmuję się przyjemniejszymi sprawami, a do pracy zabieram się wtedy, gdy zbliża się termin [P]
--	--

18. Uważam, że:

obiektywna i słuszna krytyka jest pożądana w większości sytuacji, pomaga bowiem ludziom dostrzegać ich uchybienia i błędy [T]	krytyka, nawet jeśli jest obiektywna i słuszna, często czyni więcej złego niż dobrego, psuje bowiem relacje między ludźmi [F]
---	---

19. Lubię zapisywać terminy przyszłych spotkań, wyjazdów, spraw do załatwienia:

tak [J]	nie [P]
---------	---------

20. Często zastanawiam się, czy w wypowiedziach innych ludzi kryją się jakieś aluzje lub uwagi pod moim adresem:

tak [F]	nie [T]
---------	---------

21. Inwestując oszczędności, wolałbym zysk:

odłożony w czasie, ale wyższy [N]	mniejszy, ale szybki [S]
-----------------------------------	--------------------------

22. Wolę:

uczyć się nowych rzeczy [N]	doskonalić moje obecne umiejętności [S]
-----------------------------	---

23. Uważam, że gorszą cechą jest:

niesprawiedliwe traktowanie ludzi [T]	brak zrozumienia dla tych, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji [F]
---------------------------------------	---

24. Częściej żałuję, że powiedziałem:

za dużo [E]	za mało [I]
-------------	-------------

25. Gdy wykonuję jakieś zadanie, zwykle:

dzielę je na mniejsze części i regularnie nad nimi pracuję, systematycznie posuwając się do przodu [S]

mam momenty przyływu pomysłów i intensywnej pracy, dzięki którym posuwam się do przodu [N]

26. Bardziej denerwują mnie ludzie, którzy:

są kiepskimi organizatorami i nie mają zamiłowania do porządku [J]

są mało elastyczni i nie potrafią szybko dostosowywać się do nowych okoliczności [P]

27. Częściej zastanawiam się nad tym, dlaczego ludzie:

nie myślą o innych [F]

postępują w nielogiczny sposób [T]

28. Źle znoszę:

gwar, zamieszanie, obecność wielu ludzi [I]

ciszę, nudę i samotność [E]

Część 2/3

1. Większy komfort psychiczny odczuwam, gdy:

nie podjąłem jeszcze ostatecznej decyzji i mam pole manewru [P]

podjąłem ostateczną decyzję i sprawa została zamknięta [J]

2. Zaczynając jakąś pracę:

często przygotowuję plan działania lub spisuję, co trzeba wykonać [J]

zwykle nie tracę czasu na przygotowywanie planu — od razu przystępuję do pracy [P]

3. Zwykle jestem jednym z pierwszych, którzy dzwonią, aby pocieszyć kogoś, kto znalazł się w trudnej sytuacji:

tak [F]

nie [T]

4. Chcąc nauczyć się obsługi jakiegoś nowego urządzenia, zazwyczaj:

dokładnie zapoznaję się z jego instrukcją i dopiero potem próbuję je uruchomić [S]

oglądam je i próbuję uruchomić, w razie problemów zaglądam do instrukcji [N]

5. Po ukończeniu zadania większą satysfakcję sprawia mi:

świadomość, że wykonałem „kawał dobrej roboty” [T]

pochwała i uznanie innych ludzi [F]

To jest fragment ebooka. Zamów pełną wersję.