

Kim jesteś?

TEST OSOBOWOŚCI

ID16™

Laboratorium
Dobrego
Życia



Laboratorium Dobrego Życia

Kim jesteś?

Test osobowości ID16™©

(Fragment)



Kim jesteś? Test 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 niezależną typologią osobowości opracowaną przez Laboratorium Dobrego Życia. Nie należy jej mylić z typologiami i testami osobowości oferowanymi przez inne instytucje. Laboratorium Dobrego Życia nie jest dystrybutorem testów osobowości innych wydawców i nie reprezentuje oferujących je instytucji.

© Jarosław Jankowski / Laboratorium Dobrego Życia, 2014-2015

Test, metodologia oraz profile osobowości ID16™© są własnością Laboratorium Dobrego Życia. Wszelkie prawa zastrzeżone.

W publikacji wykorzystano zdjęcia oraz grafiki pochodzące ze zbioru Depositphotos.

Konwersja ebooka: Zbigniew Szalbot

Wydawca:



ISBN 978-83-63837-55-6

Patronat: typyosobowosci.pl

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 opisania powtarzalnych typów osobowości. Choć niektóre z nich, z dzisiejszej perspektywy, 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,

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

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

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

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

WYDAWCY

Wstęp	4
ID16™ wśród jungowskich typologii osobowości	8
Test osobowości ID16™	12
Ważne informacje	12
Część 1	14
Część 2	18
Część 3	22
Interpretacja wyników	26
Zarys typów osobowości ID16™	29
Administrator (ESTJ)	29
Adwokat (ESFJ)	31
Animator (ESTP)	33
Artysta (ISFP)	35
Doradca (ENFJ)	37
Dyrektor (ENTJ)	39
Entuzjasta (ENFP)	41
Idealista (INFP)	43
Innowator (ENTP)	45
Inspektor (ISTJ)	47
Logik (INTP)	49
Mentor (INFJ)	51

Spis treści

Opiekun (ISFJ)	53
Praktyk (ISTP)	55
Prezenter (ESFP)	57
Strateg (INTJ)	59
Dodatki	61
Cztery naturalne skłonności	61
Orientacyjny, procentowy udział poszczególnych typów osobowości w populacji	63
Orientacyjny, procentowy udział kobiet i mężczyzn w populacji osób o danym typie osobowości	64
Polecane publikacje	67
Seria: Twój typ osobowości	70
Bibliografia	86

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: **ocenie-obszercja**. Większość późniejszych typologii i testów osobowości, odwołujących się do teorii Junga, również uwzględnia ów czwarty wymiar. Należy do nich m.in. amerykańska typologia

ID16™ wśród jungowskich typologii osobowości

logia opublikowana w 1978 roku przez Davida W. Keirseya oraz test osobowości stworzony w 1938 roku dwaj amerykańscy psychiatry przez Aušrę Augustinavičiūtę. 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 ID16™ – polska, niezależna typologia osobowości opracowana przez Laboratorium Dobrego Życia. 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, skutkuje **16 możliwymi typami osobowości**.

ID16™[©] wśród jungowskich typologii 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 Augustina-vičiūtė.

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 wykorzystywać 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

ID16™[©] wśród jungowskich typologii osobowości

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™© 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.

Test osobowości ID16™©

- 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.

To jest fragment ebooka. Zamów pełną wersję.