



ROZVOJ OSOBNOSTI 16. 08. 2017

Poznejte sami sebe a rozklíčujte vaše chování. Pomůže vám test osobnosti MBTI

Osobnostní test MBTI vychází z Jungovy typologie osobnosti a škály extraverze - introverze, avšak od této typologie se liší. Jungovy osobnostní typy...

Znát svou osobnost a vědět, jaký jsme osobnostní typ, je užitečné. Můžeme díky tomu pochopit, k jakému povolání se hodíme nebo odhalit, proč máme potíže v práci nebo v partnerském životě. Jakmile poznáme svou osobnost, naučíme se sami se sebou lépe pracovat a v mnohém nám to může usnadnit život. Chcete znát svou osobnost? Vyzkoušet můžete třeba test osobnosti MBTI.

Za zkratkou MBTI se skrývá **Myers-Briggs Type Indicator**, tedy **indikátor typů osobnosti dle Katharine Cook Briggsové a její dcery Isabel Briggsové Myersové**. Obě ženy osobnostní test vytvořily za druhé světové války, **vycházely přitom z práce Carla Gustava Junga**. MBTI je jednoduše řečeno test osobnosti, s jehož pomocí lze určit osobnostní typy lidí. Test se zaměřuje na to, jak lidé vnímají svět a jak se rozhodují, na základě toho pak přiřazuje každému jedinci určitý typ.

MBTI navazuje na Jungovu typologii osobností

Osobnostní test MBTI vychází z Jungovy typologie osobnosti a škály extraverze - introverze, avšak od této typologie se liší. Jungovy osobnostní typy rozlišují osobnost člověka podle toho, jaká kognitivní funkce jeho osobnosti dominuje a zda je obrácená dovnitř nebo ven. Naopak test osobnosti MBTI se snaží typ osobnosti člověka charakterizovat na základě hierarchie všech jeho

čtyř kognitivních funkcí, tedy **myšlení, cítění, intuice a vnímání**. Díky tomu tato typologie více odpovídá reálné osobnosti člověka, protože jen málokdo se opírá pouze o jednu funkci, místo toho využívá i jednu nebo dvě funkce pomocné.

Briggsová a Myersová navíc k tomuto základu přidaly ještě **proměnné perceive (vnímání) a judging (usuzování)**. Díky tomu rozšířily základní typologii osmi obecných typů osobnosti podle Junga na **celkových šestnáct**.

Test osobnosti pomůže poodhalit vaši osobnost

Pokud se rozhodnete udělat si test osobnosti MBTI, vyjdou vám na jeho konci **čtyři písmenka určující váš osobnostní typ**. Existují čtyři preference a v každé převládá u člověka jedna z polarit. Podle toho, kam se zaměřuje vaše energie, můžete být buď **extroverty (E)** nebo **introverty (I)**. Při určení testu osobnosti rozhoduje také to, **zda při získávání informací používáte spíš intuitivní (N) nebo smyslové (S) vnímání**. Důležité je také to, **jestli se rozhodujete na základě myšlení (T) nebo cítění (F)**. Celkově pak u každého člověka převládá **životní styl založený na vnímání (P) nebo na usuzování (J)**.

Pokud radši trávíte čas o samotě, jste introvert, zatímco extroverti spíš vyhledávají pobyt ve společnosti lidí. Jestliže věci vnímáte jako celek a pozornost upínáte do budoucnosti, využíváte intuitivní vnímání. Naopak **pokud se zaměřujete na detaily, je pro vás typické smyslové vnímání**. Při problémech se prvně zabýváte tím, jak je vyřešit? Pak **při usuzování spoléháte na myšlení**. Jestliže se spíše staráte o to, jak se cítí lidé problémem postižení, pak u vás převažuje cítění. **Pokud jste spontánní, převládá u vás vnímání**. Naopak pokud rádi plánujete a jste rozhodní, je vám bližší usuzování.

MBTI vám napoví, kdo jste. Snílek, pečovatel nebo bavič?

Kombinací čtyř písmenek tak získáte vysvětlení své osobnosti. **Celkem test osobnosti MBTI rozlišuje lidi na šestnáct osobnostních typů:**

- ISTJ – Správce
- ISTP – Řemeslník
- ISFJ – Ochránce
- ISFP – Skladatel
- INFJ – Umělec
- INFP – Snílek
- INTJ – Analytik
- INTP – Vědec
- ESTP – Dobyvateľ
- ESTJ – Soudce
- ESFP – Bavič
- ESFJ – Pečovatel
- ENFP – Politik
- ENFJ – Učitel
- ENTJ – Strůjce
- ENTP – Podnikatel

Například člověk typu ISTJ, tedy Správce, je introvertní, vnímavý, myslivý a strukturovaný typ. To znamená, že **jde o lidi klidné a vážné, svědomité, odpovědné a spolehlivé**. Svůj čas a práci si umí dobře zorganizovat a uspořádat, tvrdě pracují a směřují k jasně vytyčenému cíli.

Test osobnosti MBTI si může každý udělat na internetu. Aby ale skutečně prozradil náš typ osobnosti, **je třeba v testu odpovídat podle pravdy a upřímně**. Pozor zejména na to, jací doopravdy jsme a jací bychom být chtěli nebo měli. **Zkuste se při provádění testu také oprostit od toho, jak se cítíte v daném momentě**, a zkuste svou osobnost vnímat obecně. Možná byste právě teď rádi byli sami doma a odpočívali, jinak ale většinou vyhledáváte společnost svých přátel, známých a ostatních lidí? **Nenechte se zmást svým aktuálním pocitem**.

I přes veškerou vaši snahu o upřímnost a objektivitu **se může stát, že vám test vyjde nejednoznačně**, tedy že některá písmenka budou napůl. Řešením může být, že si přečtete popisy obou typů a zjistíte, který víc odpovídá vaší osobnosti. **Můžete si také test udělat s odstupem času**, čímž omezíte vliv dané situace na to, jak jste se cítili a jak jste odpovídali. Existují také podrobnější testy MBTI, které na základě víc otázek dokážou přesněji určit výsledný osobnostní typ.

S MBTI se můžete setkat při pracovních pohovorech

A k čemu vlastně toto všechno je? **Největší možnosti využití test osobnosti MBTI poskytuje v oblasti pedagogiky**, ale také při pohovorech a výběru zaměstnanců, dále pro osobní rozvoj nebo v manželských poradnách. Zatímco u nás se typologie MBTI příliš nevyužívala, **v zámoří s ní pracuje už poměrně dlouho a úspěšně**. Postupně se tak do popředí zájmu dostává i v Evropě.

Test osobnosti MBTI je zkrátka [užitečným nástrojem pro poznání vlastní osobnosti](#), pochopení toho, co preferujeme a co potřebujeme. Zároveň ale nejsou výsledky žádným dogmatem. Test nás nezařadí do určité škatulky jednoho typu, je třeba jej chápat spíše jako rádce a výsledky brát jako orientační body, které nás sice dokonale nepopisují a nevysvětlují, ale **mohou nám pomoci pochopit sami sebe**.