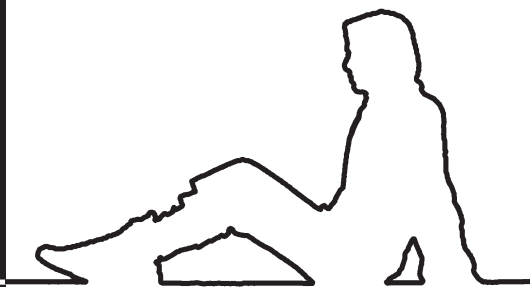


Ľudmila Gašparíková

JA SOM JA A TY SI TY

Socionická typológia – kľúč k partnerským vzťahom



Ľudmila Gašparíková

JA SOM JA A TY SI TY

Socionická typológia – kľúč k partnerským vzťahom

Venujem

Danici a Veronike

Všetky práva sú vyhradené. Nijaká časť tejto publikácie sa nesmie reprodukovat' mechanicky, elektronicky, fotokopírovaním alebo iným spôsobom rozširovania bez predchádzajúceho súhlasu majiteľov autorských práv.

Text a ilustrácie © PhDr. Ľudmila Gašparíková 2010

Slovak edition © Vydavateľstvo Príroda, s. r. o., Bratislava 2010

Návrh obálky Jozef Vysoký
Grafická úprava Zdeněk Bašta

e ISBN 978-80-07-02051-1

Túto knihu kúpite vo všetkých dobrých kníhkupectvách v celej Slovenskej republike alebo si môžete objednať na adrese:

Vydavateľstvo Príroda, s. r. o., Kocelova 17, 821 08 Bratislava 2

Tel./fax: 02/55 42 51 60

e-mail: obchod@priroda.sk

www.priroda.sk

Obsah

Podakovanie	6
Niekoľko dôležitých viet na úvod ..	7

TYPOLÓGIA OSOBNOSTI.. 11

Prvá kapitola	13
Určenie osobnostného typu	13
Druhá kapitola	24
Štyri aspekty osobnosti	24
A aký typ ste vy?	26
Tretia kapitola	34
Psychologické funkcie	34
Funkcie získavania informácií. .	35
Funkcie rozhodovania.....	36
Štvrtá kapitola	38
Šestnásť typov	38
ENTJ – Podnikateľ	39
INTJ – Analytik	42
ESTJ – Režisér	46
ISTJ – Inšpektor	50
ENFJ – Učiteľ	54
INFJ – Humanista	58
ESFJ – Nadšenec	61
ISFJ – Ochranca	65
ENTP – Vynálezca	69
INTP – Kritik	73
ENFP – Reportér	77
INFP – Lyrik	81
ESTP – Maršal	85
ISTP – Majster	88
ISFP – Mediátor	92
ESFP – Politik	96

TYPOLÓGIA VZŤAHOV ... 101

Piata kapitola	103
Psychologická kompatibilita ..	103
Šiesta kapitola	107
Medzitypové vzťahy	107
Vzťah duality	110
Vzťah identity	112
Vzťah aktivity	114
Vzťah zrkadla	116
Vzťah podobnosti	118
Vzťah poloduality	120
Vzťah superega	122
Vzťah ilúzie	124
Vzťah kváziidentity	126
Vzťah osohu	128
Vzťah dozoru	130
Vzťah príbuznosti	132
Vzťah útlmu	134
Vzťah konfliktu	136
Siedma kapitola	138
Budovanie partnerského vzťahu	138
... a niekoľko viet na záver	142
Použitá literatúra	143

Podakovanie

Ktosi múdry povedal, že cítiť vďačnosť a nevyjadriť ju, je to isté, ako zabaliť darček a nedarovať ho. A preto využívam túto stranu svojej knižky na to, aby som podakovala ľuďom, ktorí prispeli (možno aj nevedomky) k jej zrodu.

V prvom rade ďakujem svojim dcéram Danici a Veronike nielen za podnet na písanie a prísun podkladového materiálu, ale najmä za to, že boli a sú mi veľkou oporou. Rovnako vďačná som svojim vnúčatám Ondrejovi, Tamare, Linde a Adamovi, pretože ich existencia ma neustále naplňa šťastím a radosťou. Za pomoc a trpezlivosť – čo som niekedy brala ako samozrejmosť – ďakujem manželovi Lubošovi. Podakovať sa chcem aj zaťovi Michalovi za príkladnú starostlivosť o rodinu.

Vďačnosť, ktorej hĺbka sa dá ťažko vyjadriť slovami, patrí mojim rodičom Božene a Matejovi. Mama bude pre mňa vždy stelesnením dobroty, obetavosti, skromnosti a optimizmu a otec (verím, že si to zhora prečíta) ma svojím životom, hlbavosťou a citlivosťou naučil, čo je to zodpovednosť a svedomie.

Ďakujem svojim bratom Jurajovi a Karolovi za to, že ich mám a môžem sa na nich spoľahnúť. Za to isté som vďačná aj priateľke Danuši. Za nezištnú pomoc (a trochu aj za kamarátske škorpiónske podpichovanie) ďakujem Jane a jej manželovi Jozefovi. Úprimná vďaka patrí mojej sesternici Márii a „sestre“ Věre, na ktoré často myslím, pretože sú mi v mnohom vzorom.

Ďakujem bábinke Drahomíre, švagrinám Dáši a Maruške za ich podporu a empatiu. Ďakujem aj švagrovi Richardovi (nielen) za to, že je rovnaký typ ako ja. Vďaku si zaslúžia netere Zuzka a Lenka s manželmi Dušanom a Jankom, ako aj synovec Marián s manželkou Katkou, ktorí boli ochotní bez rep-tania sa podrobiť niekoľkonásobnému testovaniu. Veľmi som vďačná svojim kamarátkam a kolegyniam Ľubici, Marte, Eve, Helene, Milade a Katke za ich kritické pripomienky, čím mi poskytli cennú spätnú väzbu.

Dúfam, že mi všetci menovaní (i nemenovaní) prepáčia, že som niektoré črty ich osobnosti či zovňajška použila pri opisoch jednotlivých typov.

Nedá mi, aby som napokon nepodakovala C. G. Jungovi za jeho dielo *Psychologické typy*, zásluhou ktorého som dnes možno o niečo múdrejšia a tolerantnejšia.

Autorka

Niekoľko dôležitých viet na úvod

*Ak vnímam svet, rozmyšľam, cítim a správam sa ináč ako ty, to neznamená, že som horšia. Som jednoducho iná.
Snaž sa ma preto pochopiť!*

Čím to je, že hodnoty, ktoré vyznáva jeden, nemajú rovnaký význam aj pre druhého? Že to, čo obdivuje jeden, druhému sa nepáči? Že vlastnosti, ktoré si jeden cení, druhému sa zdajú otravné? Že osoby, ktoré sú jednému sympatické, môžu byť druhému nesympatické? Že na talent, schopnosti a zručnosti jedného sa druhý pozerá ako na zbytočnosť? Že to, čo motivuje jedného, nemá nijaký (ak nie opačný) účinok na druhého? Že situácia, ktorá vyhovuje jednému, môže byť pre druhého neznesiteľná? Odpoveď je jednoduchšia, než by sa na prvý pohľad mohlo zdať. Ľudia sú skrátka rôzni. Každý človek je originál, ktorý si na svet prináša svoju vlastnú genetickú výbavu. Inak povedané, všetci sme obdarení **osobnosťou** čiže jedinečným súborom trvalých čŕt, ktorými sa odlišujeme od iných.

Fakt, že sa rodíme so zásadne odlišným temperamentom a predpokladmi správať sa určitým spôsobom, je známy veľmi dávno. Takisto aj to, že táto odlišnosť nie je náhodná, ale má isté pravidelnosti. Rozčlenenie najrôznejších vlastností a prejavov osobnosti do obmedzeného počtu kategórií sa nazýva **typológia**.

Pokusy kategorizovať ľudí na základe spoločných charakteristík, aby bolo možné lepšie predvídať ich reakcie a pochopiť ich konanie, sa urobili už v antike. Napríklad starogrécky lekár Hippokrates približne štyristo rokov pred našim letopočtom rozdelil ľudí podľa kombinácie telesných „šťiav“. Všeobecne známe sa stali jeho štyri temperamenty: sangvinik, cholerik, flegmatik a melancholik. Od čias Hippokrata sa vytvoril celý rad viac či menej prakticky i teoreticky podložených osobnostných typológií, z ktorých najrozšírenejšia sa stala Jungova typológia.

Švajčiarsky psychológ a psychiater **Carl Gustav Jung** na základe dlhoročného pozorovania a analytického štúdia ľudskej psychiky vypracoval teóriu osobnosti, v ktorej definoval osem spôsobov, aké používajú ľudia na uchopenie a zmocnenie sa sveta. Vymedzil tak **osem funkčných typov**. Jednotlivé typy sa od seba líšia podľa prevahy jednej zo **štyroch psychologických funkcií**, vyskytujúcich sa vo vzájomne nezlučiteľných dvojiciach – dichotómiách. Prvou dichotómiou je **senzorika** (zmyslové vnímanie, pociťovanie) a **intuícia**. Druhou je **myslenie** a **cítenie**. Každá z týchto štyroch funkcií môže mať buď **introvertnú**, alebo **extrovertnú** podobu. Ak je dominantná

čiže preferovaná funkcia psychologického typu introvertná (zameraná dovnútra), typ je introvertný. Ak je extrovertná (zameraná navonok), ide o extrovertný typ. Hoci Jung sám pripúšťal istú obmedzenosť tejto typológie, pretože si uvedomoval, že úplne čisté typy osobnosti sa v skutočnom živote nevyskytujú, bol presvedčený, že otvára cestu na lepšie pochopenie ľudskej psychiky, ako aj problémov jednotlivca. Vo svojej knihe *Psychologické typy* (1921) výstižne (i keď dosť nelichotivo) opisuje osem psychologických typov. Obracal sa však predovšetkým na svojich kolegov – akademických psychológov, a tak jeho práca nevyvolala nijaký mimoriadny ohlas v širokej laickej verejnosti.

Až v päťdesiatych rokoch minulého storočia nadviazali na Jungovu teóriu Američanky **Isabel Myersová** a jej matka **Katharine Briggsová**, keď sa podujali skonštruovať prakticky použiteľný nástroj na meranie osobnosti. Vznikol tak osobnostný dotazník známy ako **Myers-Briggs Type Indicator** alebo **MBTI**. Autorky prevzali tri pôvodné Jungove dichotómie a zaviedli štvrtú: **usudzovanie** a **vnímanie**. Pomocou kombinácií štyroch párov písmen označujúcich psychologické funkcie a postoje vymedzili **šestnásť osobnostných typov**. MBTI získal nevídanú popularitu a už desaťročia sa úspešne používa v školstve, oblasti podnikania, pracovnom či partnerskom poradenstve a ďalších odboroch.

Podobný úspech dosiahla typológia **Davida Keirseya**, ktorá sa v USA objavila o štvrté storočie neskôr. Hoci Keirsey vychádza z rovnakých štyroch dichotómií ako Myersová a Briggsová a rozlišuje šestnásť typov, v jeho teórii sú určité odlišnosti. Zatiaľ čo MBTI sa sústreďuje predovšetkým na to, ako ľudia prijímajú informácie a ako sa rozhodujú, Keirsey venuje väčšiu pozornosť správaniu rozličných ľudí – ich temperamentu. Osobnostný dotazník **The Keirsey Temperament Sorter** je v súčasnosti takmer rovnako rozšírený ako MBTI.

Významný posun v teórii psychologických typov nastal so vznikom a rozvojom **socioniky**. Socionika skúma proces výmeny informácií medzi človekom a okolitým svetom. Je založená na myšlienke, že osobnosť funguje ako sústava blokov, nazývaných psychologické funkcie. Rozličné kombinácie a reťazenie týchto funkcií vedú k rozličným spôsobom prijímania, spracovania a produkovania informácií. To má za následok rozličné vzorce myslenia a správania, a teda aj rozličné osobnostné typy.

Začiatky socioniky spadajú do sedemdesiatych rokov minulého storočia, keď jej zakladateľka, litovská výskumníčka **Auša Augustinavičiuteová** (pseudonym Augusta), vychádzajúc z Jungovej osobnostnej teórie vytvorila štruktúrálnu teóriu osobnosti. Tento prístup k fungovaniu ľudskej psychiky umožnil výrazne pokročiť v skúmaní psychologických typov. Za hlavný prínos socioniky sa však pokladá analýza **medzitypových vzťahov**. Na rozdiel od teórie Myersovej a Briggsovej a typológie Keirseya, ktoré sa zaoberajú

predovšetkým medzitypovými odlišnosťami, socionika sa zameriava skôr na medzitypovú kompatibilitu. Stáva sa tak účinným nástrojom pri riešení vzťahových problémov vo všetkých oblastiach činnosti, kde je zainteresovaných viac osôb ako jedna. To je mimoriadne dôležité pri vytváraní pracovných skupín, v rodine a pri hľadaní vhodného partnera na dlhodobý vzťah.

Vráťme sa opäť na začiatok. Prečo sú ľudia rôzni? Prečo sú iní ako my? Zo stručného prehľadu typologických teórií je zrejmé, že predovšetkým preto, lebo majú iné **preferencie**. Prevládajú u nich iné psychologické funkcie, zatiaľ čo tie, ktoré uplatňujeme my, môžu byť potlačené. Rozdiely medzi ľuďmi sú teda prirodzené. Často si to však neuvedomujeme, pretože každý z nás má tendenciu vnímať a posudzovať druhých z hľadiska svojich preferencií. Presne tak, ako hovoria staré známe príslovia: „Každému je jeho milé“ či „Podľa seba súdim teba“. Spravidla predpokladáme, že ten „náš“ svet, ako ho vnímame a prežívame, je jediný možný. Stačí však, aby niekoľkí ľudia opísali tú istú udalosť, ktorú zažili „na vlastné oči“, a zistíme, že jednotlivé opisy sú niekedy až diametrálne odlišné. Nie je to preto, že by si vymýšľali. Príčina tkvie v tom, že neinterpretujú „objektívnu realitu“, ale to, ako oni sami informáciu prijali a spracovali. Napokon, objektívna realita ani neexistuje, je to iba ilúzia vedomia.

Tak ako nemôžeme nikoho donútiť, aby mu chutilo naše najobľúbenejšie jedlo, nie je v našej moci zásadne zmeniť iného človeka. Nemáme na to ani nástroje, ani právo. Ani jeden človek (vrátane nás) nežije absolútne „správny“ život. Je preto nespravodlivé chápať odlišnosť iných ako nenormálnosť, úchylku, zlý úmysel, nedostatok inteligencie, čudáctvo či menejcennosť.

Aby sme sa naučili tolerovať iných ľudí, vychádzať s nimi a oceniť ich jedinečné prínosy, musíme vykonať veľa práce. Tá sa začína poznaním seba samého. Kým nezískame čo najpravdivjší obraz o sebe a neprijmeme ho, nemôžeme si ho utvoriť ani o druhých. Ako tvrdí populárny herec Henry Winkler: „Prvou povinnosťou človeka je potriasť si rukou sám so sebou.“ Iba vedomým a nezaujatým prijatím seba dokážeme pochopiť iných. A čo je hlavné, významne nám to pomôže zlepšiť partnerské vzťahy. Preskúmať vlastný charakter a spoznať svoje i partnerove silné aj slabé stránky nie je prechádzka ružovou záhradou. Práve naopak. Je to namáhavá a kľukatá cesta. No môže byť i zábavná. Ak ste sa rozhodli vydať sa po nej, táto knižka bude vašim sprievodcom.

Text je rozdelený na dve časti: Prvá časť má názov **Typológia osobnosti**. V nej sa naučíte identifikovať osobnostný typ, zistíte, ako funguje ľudská psychika a nájdete v nej portréty šestnástich typov. Druhá časť nazvaná **Typológia vzťahov** sa venuje medzitypovému vzťahom zo socionického hľadiska. Dozviete sa v nej, ktoré typy sa k sebe hodia a ktoré nie, prečo niektoré vzťahy nefungujú a ako ich zlepšiť.

A ešte jedna užitočná rada. Pri čítaní sa nenechajte strhnúť škatuľko-

vaním. Majte na pamäti, že osobnosť nie je iba statický súbor vrodených psychických vlastností. Na jej utváranie má značný vplyv aj inteligencia a množstvo vonkajších faktorov. Je to predovšetkým rodina a spoločnosť s tradíciami, hodnotami a normami, výchova, vzdelanie či náboženské vyznanie. A v neposlednom rade aj životné skúsenosti a udalosti, ktoré sa človeku prihodia. Navyše, nijaká typológia nie je všemocná. Ako sme už spomenuli, každý z nás je jedinečná bytosť. Existuje nespočetné množstvo osobnostných črt a odtienkov, ktoré je veľmi ťažké zovšeobecňovať. Mnohé sa dajú vysvetliť a opísať, ale konkrétneho človeka v konkrétnej situácii a v konkrétnom vzťahu nikdy nemožno vystihnúť úplne presne.

Typológia osobnosti



*S jedným človekom musíme žiť – či chceme,
alebo nechceme – po celý život. Sami so sebou.*

M. Championová

Prvá kapitola

Určenie osobnostného typu

*Duša patrí k tomu najtemnejšiemu
a najtajomnejšiemu, s čím sa naša skúsenosť stretáva.*

C. G. Jung

Naša osobnosť je oveľa zložitejšia, než by sme predpokladali. Skladá sa z mnohých vrstiev, ktoré môže poodhaliť len výprava do hlbokého vnútra. Málokto je však schopný priznať si, že sa psychologické introspekcie aj trochu obáva, aby si nenarušil obraz, aký o sebe má. Je to prirodzené. Pre nikoho nie je príjemné stáť zoči-voči svojim nepekným vlastnostiam, slabostiam alebo zlovykom. A ak sa predsa len odhodláme pustiť sa do skúmania vlastnej duše, nestačí poznať iba svoje charakteristické vlastnosti či zvyky. Musíme zistiť aj to, ako rozmyšľame, ako sa rozhodujeme, ako sme zameraní, ako reagujeme na vonkajšie podnety, ako sa správame v krízových situáciách, prípadne čo nám robí problémy a čo, naopak, zvládame ľahko. Objaviť všetky temné zákutia nášho vnútra sa nám aj tak nikdy nepodarí, no za pokus to stojí. Takže vydajme sa spolu na cestu! Čo si vziať so sebou? Okrem tejto knižky už len odvahu a úprimnosť.

*Z času na čas si musíte urobiť
prestávku a navštíviť sami seba.*

A. Giorgiová

Prvým krokom výpravy do vlastnej psychiky bude **určenie osobnostného typu**. Netreba zdôrazňovať, že správna identifikácia typu je mimoriadne dôležitá. Od nej sa odvíja nielen ďalšia analýza osobnosti, ale aj prognóza vzťahov s inými typmi.

Na diagnostiku typov sa používajú viaceré metódy. Najväčšej obľube sa tešia **osobnostné dotazníky**, čo je pochopiteľné, pretože nevyžadujú predchádzajúce znalosti z typológie. Najznámejší je už spomínaný MBTI, ktorý zisťuje odlišnosti medzi ľuďmi v štyroch oblastiach:

- **kam zameriavame pozornosť a odkiaľ čerpáme energiu,**
- **akým spôsobom získavame informácie,**
- **akým spôsobom sa rozhodujeme,**
- **akým spôsobom si organizujeme život.**

Z výsledkov sa potom určí preferovaný spôsob správania – či je človek extrovert, alebo introvert, či viac využíva senzoriku (zmyslové vnímanie), alebo intuíciu, či je mu bližšie myslenie, alebo cítenie, usudzovanie alebo vnímanie. Dostaneme tak **základný vzorec fungovania osobnosti**. Spôľahlivosť dotazníkov však nie je stopercentná, preto je vhodné skombinovať ich s inou metódou.

Jednou z ďalších metód je napríklad **analýza správania**. Je založená na dlhodobom pozorovaní správania sa konkrétneho človeka v rôznych situáciách. Výsledky pozorovaní sa porovnávajú s osobnostnými profilmi a priradia sa k zodpovedajúcemu typu. Žiaľ, táto metóda sa dá pomerne ťažko uplatniť na sebe, lebo „autoportrét“ nebýva celkom objektívny. Možno ju však úspešne využiť pri partneroch, priateľoch, členoch rodiny, spolupracovníkoch, skrátka ľuďoch, ktorých dobre poznáme.

V socionike uvedené metódy zvyčajne dopĺňa **interview**, prípadne **vizuálna identifikácia**. Vizuálna identifikácia vychádza z princípu, že osoby určitého psychologického typu majú podobnú telesnú konštitúciu a výraz tváre. Výhodou tejto metódy je okamžitá identifikácia, ktorú možno urobiť aj na diaľku z videozáznamu alebo fotografie. Pochopiteľne, vizuálna identifikácia si napriek pomerne vysokej spoľahlivosti vyžaduje veľké skúsenosti a tréning. Navyše ju môžu skomplikovať rasové rozdiely.

Z predchádzajúcich riadkov vyplýva, že najspoľahlivejší spôsob je obrátiť sa buď na skúseného psychológa, alebo osloviť kvalifikovaného experta v socionike. Lenže táto cesta je dosť zdlhavá, navyše každý nemá možnosť ani nie je ochotný využiť ju. Našťastie existuje internet, kde možno nájsť niekoľko voľne dostupných osobnostných testov. Napríklad: Myers-Briggs Personality Test, Skeletus Personality Test, Jung Typology Test a ďalšie.

Vám, čo nemáte prístup k internetu, ponúkame nasledujúci **osobnostný dotazník**, ktorý je zostavený na základe štandardných testov používaných v osobnostnej psychológii. Obsahuje šesťdesiat otázok. Podľa výberu odpovedí zistíte svoje preferencie, ktoré následne určia váš typ.

Návod: Každá otázka obsahuje výrok s dvoma možnosťami (a alebo b). Zakrúžkujte možnosť (iba jednu!), ktorá vám je blízka, alebo vám lepšie vyhovuje. Odpovedajte úprimne, sami za seba a nesnažte sa hľadať nejaké správne odpovede. Nijaký výsledok nie je lepší alebo horší, iba ukáže vaše preferencie.

1. S neznámymi ľuďmi komunikujete

- a) ľahko
- b) nemáte si čo povedať

2. Ste osoba skôr

- a) realistická
- b) filozofujúca

3. Ste osoba skôr

- a) kritická
- b) dobrosrdečná

4. Máte sklon vyberať

- a) dosť opatrne
- b) skôr impulzívne

5. V spoločnosti sa bavíte

- a) s mnohými ľuďmi
- b) iba s niekoľkými známymi

6. Príťahujú vás viac

- a) overené údaje
- b) záhadné myšlienky

7. Je pre vás prirodzenejšie byť k iným

- a) férový/á
- b) milý/á

8. Viac vám vyhovuje, keď

- a) sa ubezpečíte, že je všetko zorganizované
- b) to necháte na okolnosti

9. Keď zazvoní telefón,

- a) ponáhľate sa ho rýchlo zdvihnúť
- b) dúfate, že ho zdvihne niekto iný

10. Fakty podľa vás

- a) hovoria samy za seba
- b) zvyčajne si vyžadujú interpretáciu

11. Viac si ceníte

- a) spravodlivosť
- b) milosrdnosť

12. Zvyčajne sa

- a) rýchlo prispôsobíte termínu
- b) neochotne sa podriadite termínu

13. Účasť na spoločenských podujatiach a oslavách vás skôr

- a) napĺňa energiou
- b) vyčerpáva

14. Cítite sa byť osobou viac

- a) praktickou
- b) dôvtipnou

15. Ste osoba skôr

- a) racionálna
- b) citlivá

16. Ceníte si viac

- a) určitosť, jednoznačnosť
- b) rôznosť, nejednoznačnosť

17. Kontakt s novými ľuďmi vás skôr

- a) stimuluje
- b) oberá o energiu

18. Zaujíma vás skôr

- a) konkrétny prípad
- b) zovšeobecnený príklad

19. Pri prvom stretnutí s ľuďmi sa správate skôr

- a) formálne
- b) osobne a zaangažovane

20. Ste skôr osoba

- a) presná
- b) nepresná

21. Uprednostňujete

- a) kratší kontakt s mnohými priateľmi
- b) dlhší kontakt s niekoľkými priateľmi

22. Uprednostňujete spisovateľov, ktorí používajú

- a) vecný štýl
- b) obrazný, metaforický štýl

23. Pri posudzovaní iných ste skôr

- a) nezaujatý/á
- b) subjektívny/a

24. Cítite sa lepšie

- a) po konečnom rozhodnutí
- b) keď sú veci ešte otvorené

25. Vo svojich spoločenských skupinách

- a) viete, čo sa deje
- b) ste zvyčajne mimo diania

26. Radšej pracujete s

- a) praktickými informáciami
- b) abstraktnými pojmami

27. Uspokojuje vás skôr

- a) dôkladne diskutovať o probléme
- b) dopracovať sa k vzájomnej zhode

28. Uprednostňujete

- a) vopred naplánované veci so záväznými termínmi
- b) nezáväzné veci bez časového určenia

29. Ste osoba skôr

- a) bezprostredná
- b) rezervovaná

30. Tradičný „sedliacky rozum“ je

- a) zvyčajne pravdivý
- b) často zavádzajúci

31. Ste osoba skôr

- a) prísna
- b) zhovievavá

32. Vyhovuje vám viac

- a) dávať veci do poriadku
- b) narúšať poriadok

33. Voľný čas trávite radšej

- a) v kruhu priateľov alebo širokej rodiny
- b) v úzkom rodinnom kruhu alebo osamote

34. Zaujíma vás viac

- a) to, čo je a bolo
- b) to, čo môže byť

35. Zvolíte skôr

- a) pravdivosť než taktnosť
- b) taktnosť než pravdivosť

36. Ste osoba skôr

- a) rutinná
- b) flexibilná

37. Viac

- a) rozprávate než počúvate
- b) počúvate než rozprávate

38. Radšej máte

- a) vlastnú skúsenosť
- b) fantazírovanie

39. Riadite sa skôr

- a) hlavou
- b) srdcom

40. Vyhovuje vám zamestnanie skôr

- a) trvalé
- b) príležitostné

41. V spoločnosti

- a) začínate konverzáciu
- b) čakáte, kým vás oslovia

42. Na sebe si ceníte viac

- a) zmysel pre realitu
- b) predstavivosť

43. V pracovnom kolektíve vám záleží viac na

- a) efektívnej organizácii práce
- b) harmonických vzťahoch

44. Máte tendenciu

- a) pracovať pomaly a systematicky
- b) robiť veci na poslednú chvíľu

45. Potrebujete viac

- a) styk s ľuďmi
- b) súkromie

46. Imponuje vám viac

- a) stáť oboma nohami na zemi
- b) lietať v oblakoch

47. Ste osoba skôr

- a) analytická
- b) empatická

48. Je vám bližšie príslovie

- a) „Najprv práca, potom zábava.“
- b) „Práca nemá nohy, neutečie.“

49. Ak pri vašich dverách nečakane zazvoní zvonček,

- a) potešíte sa, že niekto k vám ide na návštevu
- b) ste podráždený/á, koho to zas čerti nesú

50. Keď riešite úlohu, zaujíma vás skôr

- a) výsledok
- b) proces riešenia

51. Ste si istejší/ia pri

- a) logických úsudkoch: správne – nesprávne
- b) hodnotových úsudkoch: dobré – zlé

52. Svoje rozhodnutia

- a) väčšinou nemeníte
- b) často meníte

53. Pri ústnom prejave väčšinou

- a) povieť, čo vám práve zide na um
- b) zvažujete slová

54. Je pre vás dôležitejšia

- a) skutočnosť
- b) perspektíva

55. Myslíte si, že objektívna kritika je

- a) vždy užitočná
- b) niekedy nevhodná

56. Prispôbiť sa disciplíne je pre vás

- a) jednoduché
- b) dosť náročné

57. Počas cesty vlakom väčšinou

- a) nadviažete rozhovor so spolucestujúcimi
- b) mlčíte pohrúžený/á do vlastných myšlienok

58. Keď diskutujete o probléme, je pre vás ľahšie

- a) postrehnúť špecifické črty
- b) vidieť veci v širšom rámci

59. Podľa vás je lepšie byť

- a) rešpektovaný/á
- b) obľúbený/á

60. Prácu na projekte radšej

- a) končíte
- b) začínate

Svoje odpovede si zaznačte do tabuľky.

	a)	b)		a)	b)		a)	b)		a)	b)
1.			2.			3.			4.		
5.			6.			7.			8.		
9.			10.			11.			12.		
13.			14.			15.			16.		
17.			18.			19.			20.		
21.			22.			23.			24.		
25.			26.			27.			28.		
29.			30.			31.			32.		
33.			34.			35.			36.		
37.			38.			39.			40.		
41.			42.			43.			44.		
45.			46.			47.			48.		
49.			50.			51.			52.		
53.			54.			55.			56.		
57.			58.			59.			60.		
	E	I		S	N		T	F		J	P

Kľúč: Keď ste vyplnili tabuľku, zráťajte značky v jednotlivých stĺpčekoch a ich počet zapíšte do políček v predposlednom riadku. Dostali ste štyri páry čísel. Zakrúžkujte písmeno pod vyšším číslom vášho skóre. Zakrúžkované písmená označujú váš typ. Je to jeden zo šiestnástich typov uvedených nižšie. (V prípade, že máte skóre pri niektorom parametri 7 : 8 alebo 8 : 7, ste pravdepodobne skôr zmiešaný typ.)

ENTP ISFP ESFJ INTJ
ENFJ ISTJ ESTP INFP
ESFP INTP ENTJ ISFJ
ESTJ INFJ ENFP ISTP

Ako bleskovú „skúšku správnosti“ si môžete urobiť ešte tento **socionický test**.

Návod: Z každého páru slov (slovných spojení) vo vodorovnom riadku vyberte a označte jedno, ktoré vás lepšie vystihuje. Voľte tie, čo sa k vám skutočne hodia, a nie tie, ktoré sa vám páčia.