

MBTI : Devenez un « profiler » de personnalités – Différence entre Pensée (T) et Sentiment (F)

- MBTI : 4 lettres pour un type de personnalité, 16 types possibles.

- Introverti vs Extraverti (I ou E)
- iNtuition vs Sensation (N ou S)
- **Thinker vs Feeler (T ou F)**
- Judging vs Perception (J ou P)

- 3^{ème} lettre : La prise de décision
Comment prenez-vous vos décisions ?

- Par le raisonnement ?
- Par vos émotions ? vos valeurs ?

Les « T » en général :

S'efforcent d'être objectifs dans leurs décisions

Apparaissent calmes et réservés

Apprécient la loyauté et la justice

S'impliquent dans peu de choses

Remarquent vite les failles et les défauts

Adorent argumenter pour le plaisir

Sont motivés par la réalisation de ce qu'ils entreprennent

Sont sensibles à la logique

Sont honnêtes et directs

Les « F » en général :

Fondent leurs décisions sur leurs valeurs et leurs sentiments

Sont chaleureux et amicaux

Apprécient l'harmonie et la compassion

Prennent les choses à cœur

Sont prompts à faire des compliments

Évitent la discussion et le conflit

Sont motivés par des félicitations

Font confiance à leurs impressions

Sont diplomates et font preuve de tact

Communiquer avec les Penseurs :

- Appréciez leurs analyses perspicaces et leur capacité à rester calmes et détachés
- Interrogez-les ou demandez-leur des conseils sur un domaine qu'ils maîtrisent
- Ne les forcez pas à parler de leurs émotions ou à les étaler
- Soyez disposés à exprimer votre désaccord sans vous inquiéter de paraître méchant ou d'engager un débat. Vous avez le droit d'avoir votre opinion. Les Penseurs peuvent vouloir débattre pour le plaisir mais ils vous respecteront d'avoir et de partager votre point de vue

Communiquer avec Sentimentaux :

- Montrez-leur que vous appréciez leur chaleur, compréhension et compassion
- Reconnaissez leur capacité à exprimer leurs émotions et aider les gens à se sentir à l'aise
- N'utilisez pas l'ironie ou ne leur dites pas qu'ils sont illogiques
- Ayez des conversations personnelles avec eux et concentrez-vous sur les sujets sur lesquels vous êtes d'accord
- Écoutez leurs soucis. À moins qu'ils ne vous demandent explicitement un conseil, ne cherchez pas à résoudre leurs problèmes. Ils n'évoquent souvent un sujet juste parce qu'ils ont envie de discuter

Si vous êtes Penseur :

- Apprenez à être plus généreux avec les félicitations, les encouragements et la reconnaissance. Exprimez chaleureusement vos sentiments et soyez mielleux de temps en temps
- Quand vous racontez quelque chose à quelqu'un du type Sentiment, évitez de prendre une position opposée simplement pour le plaisir de discuter des menus détails. Les raisonnements, les querelles les effraient et créent de la distance
- Pour développer votre préférence Sentiment, essayez des cours de psychologie, le bénévolat en hôpital, ...
- **Entrez en contact avec vos sentiments** : écoutez de la musique sans rien faire d'autre et en étant proche de vos sentiments, jouez avec des enfants et imitez leurs actions, faites la liste de vos goûts et dégoûts
- **Cultivez l'intimité** : exprimez vos sentiments à une personne, raccourcissez la distance (au propre comme au figuré) mise avec les gens, reformulez les sentiments exprimés par d'autres
- **Communiquez** : de façon ouverte, congruente et chaleureuse ; soulignez les valeurs en jeu ; mettez en relief l'impact sur les personnes

Si vous êtes Sentimental :

- Apprenez à demander ce que vous voulez. Évitez de répondre « Ça ne fait rien » ou « Tout ce que tu voudras me convient »
- Intervenez si vous sentez que vous êtes traité injustement ou si on profite de vous. Apprenez à négocier, définir des limites et être direct.
- **Développer votre asservité**, c'est-à-dire votre capacité à exprimer et sentiments sans crainte ni colère.
- **Exercez votre esprit critique** : jouez « l'avocat du diable » dans une discussion, relevez tous les défauts d'un objet usuel, faites la liste des

avantages et des inconvénients de plusieurs solutions possibles à un même problème

- **Travaillez la logique** : écrivez un texte sous forme de propositions logiques, cherchez le plan d'un article et améliorez les enchaînements logiques
- **Communiquez** : de façon méthodique, logique : montrez l'enchaînement des faits, des causes et des solutions, mettez en relief les principes explicatifs de la situation et les raisons logiques des solutions proposées ; soyez clair sur les avantages et les inconvénients ainsi que sur le rapport coût-rendement

(Source : 16-types.fr)

NouvelHomme.fr