

5 Psychologische typen van Jung -MBTI

Zoals in de psychologie syllabus al beschreven is, zijn de psychologische typen van Jung een manier om voorkeuren van mensen te beschrijven om daarna te begrijpen dat iemand op een bepaalde manier in de wereld staat.

Nogmaals, misschien ten overvloede, de beschrijving, benoeming van de typen en de eventuele karakteristieken, geeft geen oordeel van beter of minder of wat dan ook. Het is het waarnemen van verschillen in de manier waarop mensen met zichzelf, de wereld om hen heen én anderen omgaan. Het geeft een voorkeur aan, beïnvloedt iemands strategieën, het geeft aan wat je van nature eerder zult ontwikkelen en wat je niet vanzelfsprekend zou doen maar wel kunt ontwikkelen.

Je zou de polariteiten kunnen beschrijven als een glijdende schaal. Daarmee bedoel ik dat de ene polariteit aan het ene uiteinde en de andere aan het andere uiteinde staat en dat iemand met zijn voorkeur, zich dicht bij van uiteinde kan bevinden, maar ook heel dicht bij het midden. In dat laatste geval is iemands voorkeur voor de ene polariteit of de andere niet heel sterk. Het is zelfs zo dat hoe meer evenwichtig iemand zichzelf ontwikkeld heeft hoe dichter hij bij het midden van de schaal zal staan met zijn voorkeur. Blijft het feit dat iemand van nature een voorkeur heeft. Niemand kan dus bijvoorbeeld van nature extravert zijn maar in de loop van het leven het introverte zo ver hebben ontwikkeld dat hij introvert is geworden. Zijn extravertie kan een minder extreme vorm aanhebben genomenen hij kan bepaalde aspecten van het introvert zijn hebben ontwikkeld. Het is dus van belang om naast het uitzoeken van iemands voorkeur ook de kracht daarvan te onderzoeken. Het kan heel goed zijn dat iemand in de ene polariteit nog in een extreme voorkeur leeft terwijl hij in de andere polariteit heel dicht tegen het midden aan zit.

Het mag duidelijk zijn dat, indien twee mensen voorkeur hebben voor de tegenoverliggende polariteit, zij het risico lopen dat ze elkaar niet zo goed zullen begrijpen of in conflict komen met elkaar. Daarbij is de enige polariteit van meer belang dan de andere maar daarover later meer. Laten we eerst eens kijken naar de polariteiten.

5.1 Introvert-Extravert¹

Geeft aan waar je het liefst je aandacht op richt, waar je energie van krijgt.²

-
- 1 Ik heb de letter gekleurd die gebruikt worden in het afkortingen systeem. De I staat dus voor introvert, de E voor extravert, de N voor intuïtief, de S voor sensorisch, T voor denken (thinking) de F voor voelen (feeling), de J voor judging (ordenen) de P voor perceiving (opnemen)
 - 2 Het opmerkelijke is dat Korzybski bij Plato en Aristoteles al waarneemt dat hun tegenstrijdigheid is gebaseerd op hun extravert en introvert zijn.
Psychologically, Aristotle was a typical extrovert, who projects all his internal processes on the outside world and objectifies them: so his reaction against Plato, the typical introvert, for whom 'reality' was all inside, was a natural and rather an inevitable consequence. The struggle between these two giants was typical of the two extreme tendencies which we find in practically all of us, as they represent two most diverse, and yet fundamental psychological tendencies.
S&S p.87

5.1.1 Extravert

Mensen met een extraverte voorkeur (boven introversie) richten zich graag op de buitenwereld, op andere mensen en activiteiten. Ze halen hier energie uit. Ze laden zich aan deze dingen op.

5.1.1.1 Kenmerken van extraverte mensen

Aspecten die vanzelf gaan

- o Afgestemd op de omgeving en mensen
- o Voorkeur voor verbale communicatie
- o Ze werken ideeën graag uit door er met anderen over te praten
- o Ze leren het beste door te doen en er vervolgens over in gesprek te gaan
- o Ze hebben een zeer brede interesse
- o Ze bewegen zich makkelijk in het sociale en zijn expressief
- o Nemen makkelijk initiatief

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd gezien worden, valkuilen

- o Mogelijke te weinig zelfreflectie
- o Weinig aandacht voor non-verbale communicatie
- o Kans op oppervlakkig gedrag
- o Kans op impulsiviteit
- o Mogelijk te voortvarend voor de omgeving
- o Vergeten dat anderen meer tijd nodig hebben, houden misschien te weinig rekening met anderen
- o Kunnen de neiging ontwikkelen om het zoeken van gezelschap te gebruiken om reflectie op het eigen handelen te ontlopen.

5.2 Introvert

Mensen met een introverte voorkeur richten zich graag op hun eigen binnenwereld van ideeën en ervaringen. Ze halen energie uit het reflecteren over hun eigen gedachten, herinneringen en gevoelens. Ze laden zich op door zich terug te trekken en door zonder gezelschap de dingen te doen die zij prettig vinden.

5.2.1 Kenmerken van introverte mensen

Aspecten die vanzelf gaan

- o Aangetrokken tot hun eigen binnenwereld
- o Voorkeur voor schriftelijke communicatie
- o Werken ideeën uit door er over na te denken
- o Leren het best door er over na te denken
- o Hebben diepgaande interesse
- o Zijn teruggetrokken en ingetogen
- o Nemen initiatief indien een situatie of onderwerp belangrijk voor hen is.

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd gezien worden, valkuilen

- o Het risico bestaat zich te veel van de buitenwereld af te keren
- o Het risico bestaat niet voldoende aan de andere mensen te laten zien wat er binnenin hen leeft
- o Gevaar in ideeën te blijven en niet tot handelen over te gaan
- o Het gevaar bestaat het grote overzicht te verliezen op zoek naar de diepte

- o Kluzenaars neigingen

5.3 Intuition - Sensing (Intuitief en Sensorisch)

Intuitief en sensorisch geeft aan op wat voor manier iemand het liefste informatie opneemt.

5.3.1 Sensorisch

Mensen die voorkeur hebben voor het sensorische nemen graag informatie op die concreet en tastbaar is - wat feitelijk gebeurt, wat met de zintuigen waarneembaar is. Ze hebben veel oog voor details en bijzonderheden van wat er rondom hen gebeurt en waarneembaar is. Ze nemen gemakkelijk praktische feiten op. Ze zijn gericht op dat, wat al bestaat. Ze hebben wat meer moeite met de dingen die niet concreet waarneembaar of niet te bewijzen zijn.

5.3.1.1 Kenmerken van sensorische mensen.

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

- o Ze zijn gericht op actuele feiten
- o Ze houden van feitelijke en concrete zaken
- o Ze zijn gericht op het echt werkelijke en tastbare
- o Ze nemen veel details waar en herinneren zich die ook
- o Ze zijn erop gericht om zorgvuldig en nauwgezet, op basis van waarneembare feiten, conclusies te maken
- o Ze begrijpen ideeën en theorieën door ze praktisch toe te passen
- o Ze vertrouwen op hun ervaring

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd gezien kunnen worden, valkuilen.

- o De neiging niet concrete zaken af te wijzen of als onzin af te doen
- o Het risico ten onder te gaan in de waarneming van details en daarmee het overzicht te verliezen
- o Het gevaar om niet praktisch toepasbare zaken als onbelangrijk af te doen
- o Het gevaar om over het hoofd te zien dat inzichten die niet op ervaring gebaseerd zijn maar bijvoorbeeld door denken, ook waardevol kunnen zijn.

5.3.2 Intuitief

Mensen die voorkeur hebben voor het intuïtieve hebben de voorkeur om informatie op te nemen door de grote lijnen te bestuderen, het globale beeld te zien. Ze zijn gericht op de relaties en verbanden tussen de feiten, ook als die niet direct waarneembaar zijn aan die feiten. Ze willen graag patronen ontdekken en zijn gericht op het zien van nieuwe mogelijkheden. Ze zijn niet zo geïnteresseerd in het bewijzen van dingen.

5.3.2.1 Kenmerken van intuïtieve mensen

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

- o Gericht op de mogelijkheden in de toekomst
- o Fantasieerijk en verbaal creatief
- o Gericht op de patronen in en de betekenis van gegevens
- o Onthouden details meestal alleen als ze verband houden met een patroon
- o Werken snel naar conclusies toe, door het volgen van een voorgevoel
- o Willen een idee en theorie verduidelijken voordat ze het in praktijk brengen
- o Ze vertrouwen op inspiratie

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd gezien worden, valkuilen.

- o Het risico bestaat dat ze de actuele toestand te weinig aandacht geven
- o Het gevaar bestaat dat ze op basis van hun creativiteit de werkelijkheid geweld aandoen
- o De mogelijkheid bestaat dat ze dingen zien die er niet zijn
- o Het gevaar bestaat dat ze te weinig rekening houden met nuances
- o Mogelijk doen ze te weinig ervaring op om een idee te toetsen

5.4 Thinking - Feeling (denken en voelen)

Denken en voelen geeft aan op wat voor basis mensen beslissingen nemen.

5.4.1 Denken

Mensen die bij voorkeur het denken gebruiken om beslissingen te nemen, hebben de neiging om te kijken naar de logische gevolgen van hun keuze of hun handelen. Ze zullen mentaal wat afstand nemen van de situatie en zo objectief mogelijk de voor- en nadelen van eventuele beslissingen te onderzoeken.

Ze vinden het prettig en juist om kritische kanttekeningen te plaatsen en zo mogelijk van tevoren vast te stellen wat er fout kan zijn om zo een probleem op te lossen. Ze streven ernaar een norm of principe te vinden dat van toepassing is op alle gelijksoortige situaties.

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

- o Een analytische instelling
- o Ze hanteren makkelijk oorzaak en gevolg redeneringen
- o Ze zullen logica gebruiken om problemen op te lossen
- o Ze streven naar een zo objectief mogelijke waarheidsnorm
- o Redelijkheid
- o Ze kunnen hard zijn of zo overkomen
- o Ze willen dat iedereen gelijk wordt behandeld

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd worden gezien, valkuilen.

- o Het gevaar bestaat dat ze gevoelens onderwaarden
- o Hebben moeite met niet causale verbanden
- o Hebben moeite om gevoelaspecten in te voegen in het totaal
- o Begrijpen soms niet dat anderen hen hard vinden
- o Het gevaar bestaat dat ze in hun streven naar gelijkheid, individuele uniciteit over het hoofd zien

5.4.2 Voelen

Mensen die bij voorkeur het voelen gebruiken om beslissingen te nemen, staan graag stil bij wat voor hen zelf en mogelijk ook voor andere mensen belangrijk is. Ze proberen zichzelf in te leven in de situatie en identificeren zich met anderen, om zo beslissingen te kunnen nemen op basis van de voor hen geldende waarden en normen. Ze proberen daarbij de waarden en normen van anderen te respecteren. Ze vinden het prettig om anderen te waarderen en te steunen en zijn er op gericht om de kwaliteiten van de ander waar te nemen en die te benoemen. Ze streven naar het creëren van harmonie en elke mens als een uniek wezen te behandelen.

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

- o Een medelevende instelling
- o Ze worden geleid door persoonlijke waarden
- o Ze proberen de impact van beslissingen op andere mensen in te schatten
- o Ze streven naar harmonie en positieve interacties
- o Ze hebben mededogen met anderen
- o Ze kunnen teerhartig overkomen
- o Ze willen dat iedereen als individu wordt behandeld

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd worden gezien, valkuilen.

- o Het gevaar bestaat dat ze feitelijke gegevens negeren of over het hoofd zien
- o De mogelijkheid bestaat dat ze oorzaak en gevolg negeren
- o Het risico is er dat ze een te subjectief standpunt innemen
- o Hebben moeite om concrete standpunten en logische gedachtelijnen te integreren
- o Kunnen er niet tegen als denkers hun gevoelens niet begrijpen
- o Het gevaar bestaat dat ze in hun streven het individu recht te doen, de belangen van de gemeenschap niet zien

5.5 Judging - Perceiving (ordenen en opnemen)

Oordelen en waarnemen vertelt iets over hoe iemand met de buitenwereld omgaat

5.5.1 Ordenen

Mensen die een voorkeur hebben om het ordeningsproces te gebruiken om met de buitenwereld om te gaan, leven graag op een geplande geordende manier om zo hun leven te regelen en sturen. Ze vinden het prettig om iets te onderzoeken, dan een beslissing te nemen, de zaken af te ronden en dan verder te gaan met het volgende. Hun leven is vaak gestructureerd en georganiseerd en ze hebben de dingen graag van tevoren geregeld. Het is voor hen belangrijk om aan de gemaakte plannen en tijdschema's vasthouden.

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

- o Het maken van plannen of planningen
- o Het structureren en organiseren van hun werk of leven
- o Ze werken graag systematisch en methodisch
- o Ze voelen zich prettig bij het maken van plannen op korte en lange termijn
- o Hebben graag dat dingen worden beslist en daarmee dus helder zijn
- o Ze probeerde stress, "het werken tegen de klok" te vermijden

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd worden gezien, valkuilen.

- o Lopen het risico de neiging te ontwikkelen om spontane acties in hun omgeving af te remmen
- o Kunnen zich soms krampachtig vastklemmen aan de door henzelf geschapen structuren en zekerheden, waardoor ze als star ervaren kunnen worden
- o In een behoefte om dingen af te maken, als vaststaand te kunnen beschouwen, lopen ze het risico om iets te vroeg af te sluiten
- o In een poging stress te vermijden kunnen ze het risico lopen bepaalde elementen van hun capaciteiten niet te ontwikkelen

5.5.2 Opnemen

Mensen die de voorkeur hebben om hun opname en waarnemingsproces te gebruiken om met de buitenwereld om te gaan leven graag op een flexibele en spontane manier. Ze willen

het leven graag ondergaan en begrijpen, eerder dan het te willen controleren of sturen. Gedetailleerde plannings of genomen beslissingen geven hen snel het gevoel van beperking. Ze stellen definitieve beslissingen graag uit, ze nemen voorlopige beslissingen om zo open te blijven staan voor nieuwe opties en informatie. Ze halen energie uit hun vindingrijkheid en leren zich aanpassen aan de eisen van het moment.

Aspecten die vanzelf gaan of makkelijk ontwikkeld kunnen worden.

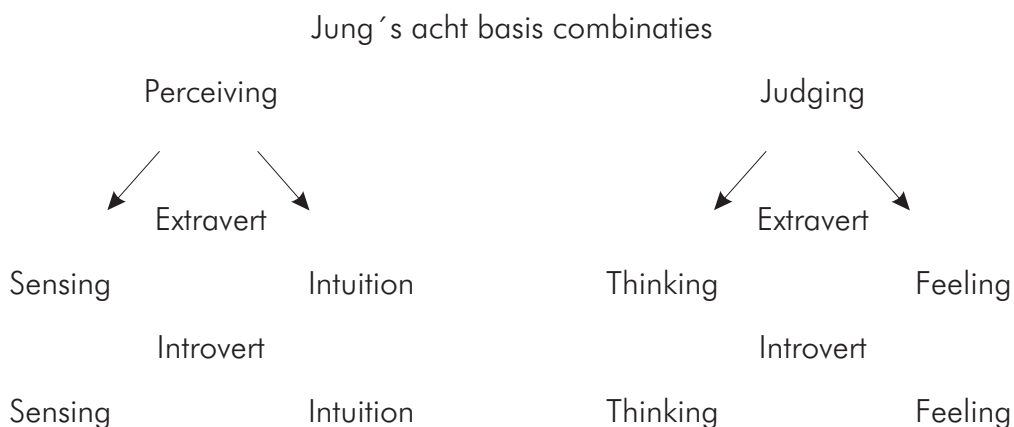
- o Leven bij de dag, zijn spontaan en flexibel, ongedwongen
- o Niets is vaststaand of vastomlijnd
- o Passen hun richting aan naar de noodzaak van het leven
- o Vinden het prettig dat dingen te veranderen zijn
- o Worden gestimuleerd door de druk van het "werken tegen de klok"
- o Zijn altijd op zoek naar nieuwe informatie en indrukken

Aspecten die niet vanzelf ontwikkeld of over het hoofd gezien worden, valkuilen.

- o Lopen het risico van hun leven een chaos te maken
- o Kunnen moeilijkheden hebben in het sociale omdat ze de neiging hebben afspraken e.d. niet na te komen
- o Kunnen als "met alle winden mee waaien" beoordeeld worden
- o Lopen het risico te laat te beginnen, dan wel te laat klaar te zijn
- o Lopen het risico van oppervlakkigheid, omdat ze steeds geboeid zijn door nieuwe dingen

5.6 Dominantie

Jung ontdekte dat niet alle vier de paren even bepalend zijn in iemands interactie met de wereld. In zijn idee over de psychologische typen ging hij ervan uit dat het introverte en extraverte veel sterker werkt dan de andere paren. Daarnaast zag hij dat het denken en voelen en het sensitieve en intuïtieve altijd gekoppeld waren aan het extraverte en introverte. Je krijgt daardoor acht basistypen.



Je ziet dat er een gerichte koppeling is. De twee op de buitenwereld of binnenwereld gerichte functies zijn gekoppeld. Dus perceiving (opnemen) is gekoppeld aan het introverte en extraverte, evenzo met het judging (ordenen) Het voelen en denken en het sensorische en intuïtieve zijn als functies daaraan gekoppeld.

Een mens zal altijd de voorkeur hebben zijn favoriete functie te gebruiken, daar waar hij zich het prettigst voelt. Dus stel dat iemand introvert is dan zal hij of zij zijn dominante functie

(bijvoorbeeld intuïtie) gebruiken in zijn favoriete omgeving. Dus bijvoorbeeld teruggetrokken in zijn kamertje.

Daarnaast ontdekte hij dat mensen de andere functies als een soort tweede stap gebruikte. Daardoor kwam hij ertoe om naast de dominante functie een hulpfunctie toe te kennen aan het tweede element. Als logisch gevolg kende hij er ook nog een derde en vierde element aan toe. Daarbij ontdekte hij dat het oordelen en waarnemen een soort tweede introverte en extraverte functie waren. Daarbij ontdekte hij dat het oordelen meer extravert is en het waarnemen meer introvert. Als logisch gevolg daarvan konden ook die gekoppeld worden aan de beide andere paren. Daardoor ontstond een zeer genuanceerd beeld van 16 types.

Dominante functie	Hulpfunctie	Type	Volgorde
Introvert Sensing (<u>I</u> S)	Extravert Thinking (<u>T</u> J)	ISTJ	STFN
Introvert Sensing (<u>I</u> S)	Extravert Feeling (<u>F</u> J)	ISFJ	SFTN
Extravert Sensing (<u>E</u> S)	Introvert Thinking (<u>T</u> P)	ESTP	STFN
Extravert Sensing (<u>E</u> S)	Introvert Feeling (<u>F</u> P)	ESFP	SFTN
Introvert Intuition (<u>I</u> N)	Extravert Thinking (<u>T</u> J)	INTJ	NTFS
Introvert Intuition (<u>I</u> N)	Extravert Feeling (<u>F</u> J)	INFJ	NFTS
Extravert Intuition (<u>E</u> N)	Introvert Thinking (<u>T</u> P)	ENTP	NTFS
Extravert Intuition (<u>E</u> N)	Introvert Feeling (<u>F</u> P)	ENFP	NFTS
Introvert Thinking (<u>I</u> T)	Extravert Sensing (<u>S</u> P)	ISTP	TSNF
Introvert Thinking (<u>I</u> T)	Extravert Intuition (<u>N</u> P)	INTP	TNSF
Extravert Thinking (<u>E</u> T)	Introvert Sensing (<u>S</u> J)	ESTJ	TSNF
Extravert Thinking (<u>E</u> T)	Introvert Intuition (<u>N</u> J)	ENTP	TNSF
Introvert Feeling (<u>I</u> F)	Extravert Sensing (<u>S</u> P)	ISFP	FSNT
Introvert Feeling (<u>I</u> F)	Extravert Intuition (<u>N</u> P)	INFP	FNST
Extravert Feeling (<u>E</u> F)	Introvert Sensing (<u>S</u> J)	ESFJ	FSNT
Extravert Feeling (<u>E</u> F)	Introvert Intuition (<u>N</u> J)	ENFJ	FNST

Om geen ontzettende verwarring te krijgen is gekozen om de introvert extravert altijd als 1e letter te vermelden, de sensorische/intuïtieve pool altijd als 2e de Thinking/Feeling altijd als 3e en Perceiving/Judging als laatste. De volgorde van de letters verteld dus niets over de dominantie van de functie

Je ziet dat steeds de dominante functie als eerste aan de orde komt, bij voorkeur in de situatie waarin iemand zich oplaadt en vervolgens wordt de hulpfunctie gebruikt om de verhouding tot de wereld te bepalen. Daarna komen de twee niet dominante aspecten aan de orde in gespiegelde volgorde. De 3e en 4e functie komen niet in de type aanduiding voor maar iedereen gebruikt ze. Ze zijn niet gekoppeld aan de introversie of extraversie, en ook niet aan de Judging of Perceiving. Afhankelijk van de voorkeur in deze manieren om met de wereld om te gaan worden de voorkeuren anders gebruikt en uiten zich daarom ook anders.

Mensen die introvert zijn, hebben de neiging hun hulpfunctie aan anderen te tonen omdat ze hun dominante functie van binnen gebruiken, waar hun voorkeur naar uitgaat. Wat je daardoor dus kunt waarnemen aan de I type 's is niet altijd wat het belangrijkste voor hen is. INTJ mensen bijvoorbeeld tonen aan de buitenwereld vaak hun Extraverte Thinking hulpfunctie. Daardoor lijken ze logisch denkende mensen met veel structuur en kunnen anderen over het hoofd zien dat hun dominante naar binnen gericht intuïtie naar de toekomst kijkt en fantasierijk met de gegevens omgaat en dat hun visie eerst uitgesproken wordt voordat ze in de praktijk wordt gebracht.

Mensen met I en J (de bovenste 2 rijen in de eerste en tweede cel van de tabel) kunnen

ervaren worden als mensen bij wie het besluit vast staat omdat ze hun functie om beslissingen te nemen (denken of voelen) in de buitenwereld gebruiken. Mensen met I en P kunnen soepeler lijken dan ze zijn omdat ze hun perceptie functie of hun gegevens verzamel functie in de buitenwereld gebruiken.

5.7 Tot slot van de type 's

Ik hoop dat ik je wat inzichten heb kunnen geven in dit zeer bruikbare systeem. Ik neem aan dat je inmiddels begrepen zult hebben dat je er iets mee kunt als je begrijpt hoe iemands voorkeur en aanleg georganiseerd is. Mensen met tegengestelde voorkeuren hebben de kans elkaar niet te begrijpen en kans op mis-communicatie. Anderen zullen omdat ze een gelijke strategie volgde hebben elkaar makkelijker begrijpen en kunnen samenwerken, samenleven. De enige manier om met enige zekerheid te ontdekken wat iemand voorkeur is is door hem vragen stellen. Daarom heb ik dat als oefening in de les met jullie gedaan.