



---

## Индикатор типов Майерс-Бриггс® Отчет по личностному влиянию

---

Европейское издание

Отчет подготовлен для

**JEAN SAMPLE**

28 Февраля 2025



Корпорация CPP | 800-624-1765 | [www.cpp.com](http://www.cpp.com)

## Введение

Отчет MBTI® по личностному влиянию помогает интерпретировать результаты MBTI, лучше понять себя и других, а также улучшить взаимодействие с коллегами, семьей и друзьями. В основе типологии лежит теория Карла Юнга, которую Изабель Бриггс Майерс и Кэтрин Бриггс развили и дополнили. Они описали 16 типов личности, различия между которыми помогают объяснить различия в восприятии информации и принятии решений. С помощью отчета вы узнаете, чем ваш тип личности отличается от других и какие факторы определяют ваше восприятие, стиль общения и взаимодействия с людьми.

### Благодаря этому отчету вы сможете:

- Улучшить общение и работу в коллективе за счет осознания личностных особенностей окружающих.
- Эффективнее работать с теми, чей подход к проблемам и решениям может сильно отличаться от вашего.
- Успешно и разумно строить отношения с коллегами, семьей и друзьями.
- Понять, в каком роде деятельности вы наиболее успешны и какие условия вам необходимы для работы и обучения.
- Успешнее реагировать на повседневные конфликты и стрессовые ситуации как на работе, так и в личной жизни.

Читая отчет, помните, что описание типа личности содержит объективную информацию о сильных сторонах и предрасположенностях человека. Все предпочтения и типы личности ценны и в равной степени заслуживают внимания. Надежность и эффективность опросника MBTI подтверждена более чем 70 годами исследований. За это время он помог миллионам людей осознать естественные межличностные различия, наблюдаемые в повседневной жизни, а также найти возможности для собственного развития.

### Отчет MBTI® по личностному влиянию: список разделов

- Краткий обзор ваших результатов анкетирования MBTI®
- Ваш стиль работы
- Ваш стиль общения
- Ваш стиль работы в команде
- Ваш подход к принятию решений
- Ваш стиль руководства
- Ваш стиль поведения в конфликте
- Ваше поведение в стрессовой ситуации
- Ваш подход к изменениям

## Краткий обзор ваших результатов анкетирования MBTI®

Ваш установленный тип определяется с учетом ответов на вопросы инструмента MBTI. Поскольку все предпочтения обозначаются буквами, тип представляет собой четырехбуквенный код. Все возможные комбинации восьми предпочтений дают 16 типов. Ниже показан тип MBTI, который вы считаете наиболее подходящим.

### Подтвержденный тип: ISTJ

Куда направлено ваше внимание



#### Экстраверсия

Склонность получать энергию от внешнего мира: общения с людьми, действий, материальных объектов.



#### Интроверсия

Склонность получать энергию из внутреннего мира: идей, эмоций и впечатлений.

Как вы воспринимаете информацию



#### Ощущение

Склонность воспринимать информацию посредством пяти чувств, интерес к реальности.



#### Интуиция

Склонность воспринимать информацию посредством «шестого чувства», интерес к потенциальным возможностям.

Как вы принимаете решения



#### Мышление

Склонность принимать решения на основе логики и анализа объективных данных.



#### Чувство

Склонность принимать решения на основе ценностей и личных взаимоотношений.

Как вы взаимодействуете с внешним миром



#### Суждение

Склонность планировать и организовывать свою жизнь.



#### Восприятие

Склонность к спонтанности и гибкости.

Далее в этом отчете речь пойдет о влиянии вашего типа личности на ключевые аспекты жизни.

## Ваш стиль работы

Ниже описан привычный для вашего типа стиль работы, а также характерные предпочтения. Учтите, что опросник MBTI определяет предпочтения, а не умения или навыки. Нельзя сказать, что определенные типы хорошо или плохо подходят для какой-либо должности в компании. У каждого человека есть свои сильные и слабые стороны, от которых зависит стиль работы.

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

### Стиль работы ISTJ

Представители типа ISTJ — основательные, требовательные и последовательные. Они трудолюбивы и внимательны к деталям. Им нравится оптимизировать процессы в компаниях. От таких людей можно ожидать верности и во времена успеха, и в трудную пору. Ниже приведены характеристики типа ISTJ. Некоторые из них, однако, могут не подойти лично вам из-за индивидуальных различий в рамках типа.

Верные	Надежные	Реалистичные
Здравомыслящие	Организованные	Сдержанные
Логичные	Основательные	Стойкие
Любят факты	Практичные	Требовательные

### Вклад в работу компании

- Выполняет задачи вовремя, следует графику.
- Проявляет внимание к деталям и аккуратность.
- Оказывается в нужном месте в нужное время.
- Выполняет свои обязательства, надежен и последователен.
- Без проблем работает в рамках организационной структуры.

### Подход к решению задач

- Предпочитает опираться на надежные факты, проверенные посредством логического анализа.
- Следует учитывать влияние действий и решений на людей, оценивать ситуацию с разных сторон и рассматривать разные средства для достижения оптимального результата.

### Предпочитаемые условия работы

- Прагматический, трудолюбивый коллектив, сосредоточенный на фактах и результатах.
- Долгосрочная защищенность.
- Поощрение спокойного, стабильного темпа работы и соблюдения сроков.
- Структурность и систематические методы работы.
- Целенаправленность и принципиальность.
- Тишина и порядок.
- Уединенность и возможность работать, не отвлекаясь.

### Предпочитаемый стиль обучения

- Конкретное и последовательное изложение.
- Практичность и возможность применения в данный момент времени.

### Потенциально слабые стороны

- Вы можете упустить долгосрочные последствия, концентрируясь на повседневной работе.
- Вы можете недооценивать вежливость.
- Вы можете утратить гибкость в поведении, и вас будут воспринимать как человека, который не любит новинки.
- Вы можете требовать от других такого же внимания к деталям и соблюдения таких же методов работы.

### Советы по усовершенствованию стиля работы

- Уделяйте внимание более широким и долгосрочным последствиям проблем, а не только имеющимся на данный момент.
- Попробуйте учитывать человеческий фактор и выражать заслуженную благодарность.
- Применяйте новые методы, чтобы избежать рутины.
- Терпеливее относитесь к тем, кто выражает мысли по-другому или пренебрегает стандартными методами работы.

## Ваш стиль общения

Характеристика вашего психологического типа, приведенная ниже, описывает ваш типичный стиль общения. Эта информация поможет вам понять свой привычный стиль общения и его влияние на собеседников. С учетом этих знаний вы сможете выработать стратегии поведения в деловых и личных отношениях.

### Особенности вашего стиля общения

- Откровенность, практичность, логичность и эффективность.
- Независимость, самостоятельность и уверенность в своих силах.
- Сосредоточенность на фактах, деталях и результатах.
- Склонность помнить и применять информацию, полученную с опытом.
- Глубокие знания и большой объем специализированной информации.

### Первое впечатление

- Целеустремленность, независимость, решительность и практичность.
- Стремление учитывать и оценивать информацию перед принятием решения.
- Уверенность в собственном выборе и поддержка существующего порядка.
- Лояльность, надежность, непреклонность, настойчивость и добросовестность.
- Стремление следовать своим решениям и доводить дело до конца.

### Что вы хотите слышать

- В точности то, что от вас ожидается.
- Понятный отзыв и поэтапные действия.
- Подробные факты и информация, связанная с вашей ситуацией.
- Конкретная информация, приобретенная с опытом.
- Логические и фактические данные; достоверность и организованность.

### Как вы проявляете себя

- Серьезны, практичны, логичны и деятельны.
- Сосредотачиваетесь на выполнении ближайшей задачи.
- Прямолинейны; сосредоточены на итогах, результатах и выдаче распоряжений.
- Даете точные указания и ожидаете, что другие будут следовать им.
- Разбиваете сложную информацию на небольшие части.

### Как вы даете отзывы другим и воспринимаете отзывы о себе

- Откровенны и высказываетесь по существу.
- Ясны и практичны.
- Сообщаете конкретную и подробную информацию.
- Имеете конкретные требования и стандарты.
- Распознаете недостатки и высказываете больше критики, чем похвал.

## Советы по общению

Ниже приведены некоторые советы, которые помогут вам общаться с представителями различных типов.

Возможные сложности	Что может помочь
Вы можете не учитывать потребности и личные проблемы людей из-за своей чрезмерной сосредоточенности на работе.	Приложите сознательные усилия к достижению гармонии и хороших отношений с окружающими, чтобы сбалансировать свой практический подход к решению задач.
Вы можете не осознавать, как ваши отзывы влияют на других, особенно если эти люди относятся к Чувствующим типам.	Учитывайте чувства других, любые критические отзывы сопровождайте похвалой.
Вы можете упускать новые идеи и возможности из-за склонности не доверять всему, что кажется неподтвержденным или необоснованным.	Будьте открыты и прислушивайтесь к чужим точкам зрения непредвзято. Дополняйте новой информацией то, что вам уже известно.
Вы можете отказываться от всего, что противоречит уже принятым вами решениям и планам.	Не отказывайтесь попробовать что-то новое, если другие это предлагают. Будьте терпеливы, когда вас перебивают.
Ваша сосредоточенность на фактических сведениях о том, что происходит в данный момент, может помешать вам увидеть будущие тенденции и более общую картину.	Обобщайте информацию и связывайте ее с полной картиной. Будьте терпеливы, когда другие просят вашего участия в разработке и внедрении новых систем и процессов.
Вы можете испытывать дискомфорт, когда другие делятся личной информацией, и давать резкий ответ, не поняв намерений коллеги.	Помните, что многие стремятся к гармонии и хорошим отношениям с сотрудниками. Будьте терпимы к тому, что другие делятся с вами личной информацией. Слушайте с пониманием, не давая советов.
Вы можете не замечать разногласий на работе и быть неготовыми выразить свое мнение о сложных ситуациях, что усложняет решение конфликтов.	Уделяйте время личным вопросам. Не отказывайтесь выражать свои чувства или мнения. Старайтесь не производить впечатление грубого, равнодушного или бесчувственного человека.

### Рекомендации по усовершенствованию стиля общения

- Определите, какие из возможных сложностей предоставленных выше, характеризуют ваше поведение при работе в команде.
- Спросите себя, не снижают ли эти черты эффективности вашей работы. Если это так, ознакомьтесь с рекомендациями и обратитесь к человеку, которому доверяете, за помощью в отслеживании прогресса.

## Ваш стиль работы в команде

Результаты анкетирования МВТИ помогут вам лучше понять свои склонности при работе в команде и сделать сотрудничество более эффективным. Воспользуйтесь этой информацией, чтобы оценить свои сильные стороны и потенциальные сложности. Благодаря этому вы сможете научиться успешно взаимодействовать с любыми коллективами, как на работе, так и в личной жизни.

### Ваши сильные стороны при работе в команде

- Донесение всех важных фактов до ведома команды при обсуждениях.
- Контроль за тем, чтобы предлагаемые решения были осуществимы.
- Напоминание команде об ограничениях в ресурсах.
- Применение существующих методов, чтобы команда не «изобретала велосипед».
- Контроль и выполнение взятых на себя обязательств.
- Внимание к недостаткам и противоречиям.
- Напоминание команде о том, что было эффективно, а что неэффективно в прошлом.
- Постановка четких, достижимых, реалистичных целей.
- Разработка подробных, методичных планов.
- Установка реалистичных сроков и ориентиров.
- Поиск способов оценивать прогресс и обеспечивать отчетность для команды.
- Четкое определение ролей, чтобы участники команды знали, что от них ожидается.

### Рекомендации по улучшению вашего вклада в работу команды

- Определите, какие из перечисленных характеристик относятся к вам, и подумайте, что они вам дают. Какую пользу можно извлечь из этих особенностей поведения в командной работе?
- Выделите в приведенном выше списке особенности вашего поведения в команде. Есть ли у вас сильные стороны, которые не используются в командной работе?
- Подумайте, как ваши сильные стороны могут помочь команде в достижении целей.



Возможные сложности	Что может помочь
Вы можете не раздумывая отклонять новые идеи других участников команды просто потому, что они не были опробованы ранее	Воспользуйтесь своим умением решать проблемы и проанализируйте ресурсы, необходимые для эффективного внедрения новой идеи; будьте готовы к пробам и ошибкам
Вы можете не делегировать обязанности, считая, что проще все сделать самому	Попробуйте назначить кому-либо четкое, осуществимое задание и определить, какие навыки или знания нужны данному человеку для его успешного выполнения
Вам может быть сложно идти на компромисс	Пройдите курс ведения переговоров, чтобы расширить свои навыки
Возможно, вы не умеете налаживать связи с разными сотрудниками, которые могли бы предоставлять поддержку и ресурсы для ваших проектов	Поставьте себе цель встретиться и пообщаться с определенным количеством новых людей в течение ближайших шести месяцев
Вы можете придерживаться своего плана, даже если его изменение может пойти на пользу	Анализируйте недостатки сохранения плана неизменным
Вам может быть сложно понимать точку зрения окружающих	Внимательно выслушивайте и перефразируйте утверждения других; спрашивайте, правильно ли вы их понимаете, и позволяйте пояснить

### Дополнительные рекомендации по улучшению вашего вклада в работу команды

- Определите, какие из возможных сложностей в таблице характеризуют ваше поведение при работе в команде.
- Спросите себя, не снижают ли эти черты эффективность командной работы. Если это так, ознакомьтесь с рекомендациями и обратитесь к участнику команды, которому доверяете, за помощью в отслеживании прогресса.

## Ваш подход к принятию решений

Приведенная ниже информация позволит вам понять влияние своих личных предпочтений на манеру принятия решений. Важно помнить, что все типы личности и манеры принятия решений одинаково ценны. Нельзя сказать, что человек определенного типа принимает решения лучше других. Воспользуйтесь этой информацией, чтобы понять и оценить свои природные способности и научиться принимать как индивидуальные, так и коллективные решения более эффективно и взвешенно.

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

### Подход к принятию решений для типа ISTJ

Представители типа ISTJ скрупулезны, трудолюбивы и ответственны. У них хорошо получается работать на основании традиционных схем, соблюдать стандартный порядок действий, следить за фактами и деталями. Они четко распределяют ответственность, стремятся к сохранению эффективных и полезных методов, выполняют свои обязанности. Во время принятия решений люди типа ISTJ обычно задают вопрос «Какое решение наиболее традиционно?»\*.

### Ваши сильные стороны при принятии решений

- Логичное и последовательное изучение возможных решений.
- Отстаивание таких подходов к принятию решений, которые позволяют сохранить существующий порядок.
- Взвешивание возможных вариантов на основании собственных знаний.
- Умение предлагать четкие и подробные варианты.
- Внимание к материальным затратам, которые может повлечь за собой решение.
- Принятие решений, основанных на поэтапных, а не кардинальных изменениях.
- Способность брать на себя ответственность за выполнение всей необходимой работы.
- Прагматичное соблюдение планов внедрения.
- Оценка практичности, эффективности и логичности решений.
- Внимание к отклонению методов или решений от принятой практики.

### Потенциальные сложности при принятии решений

- Хотите быть в курсе всех мелочей, необходимых для поиска вариантов решения.
- Ориентируетесь на прошлый опыт, не принимаете во внимание тот факт, что все может меняться.
- Полагаете, что все можно классифицировать или упорядочить.
- Вам мешает склонность к крайностям — либо все хорошо, либо все плохо.
- Добиваетесь эффективности, даже если решение будет негативно воспринято другими.
- Игнорируете те решения, которые требуют новых действий или поведения.
- Пренебрегаете делегированием полномочий или возможностью вовлечь других людей.
- Чувствуете разочарование, если допускается невыполнение принятого плана.
- Неспособны рассматривать эмоциональные последствия принятия решения.
- Слишком пессимистично оцениваете результаты, придаете незначительным ошибкам неоправданно большое значение.

### Что может помочь при развитии вашей манеры принятия решений

- Устанавливайте цели, чтобы выделить наиболее уязвимые места.
- Поймите, что одинаково важно быть готовым как и к успеху, так и к поражению.
- Для повышения эффективности некоторые вопросы можно отложить на какое-то время, а затем вернуться к ним.
- Поймите, что не каждый может уверенно высказать свое мнение вслух.
- Обращайте внимание на все факторы при принятии решения: средства, сроки, энергозатраты, человеческий фактор.
- Не забудьте по существу оценить решение, вместо того, чтобы отвергать его из-за страха перед неизвестным.
- Признайте, что работать в одиночку иногда менее эффективно, чем в команде.
- Лучше добиться согласия, чем его навязывать.
- Помните, что не все обоснованные решения положительно влияют на людей.
- Попробуйте изучить успех других и вынести уроки для себя.

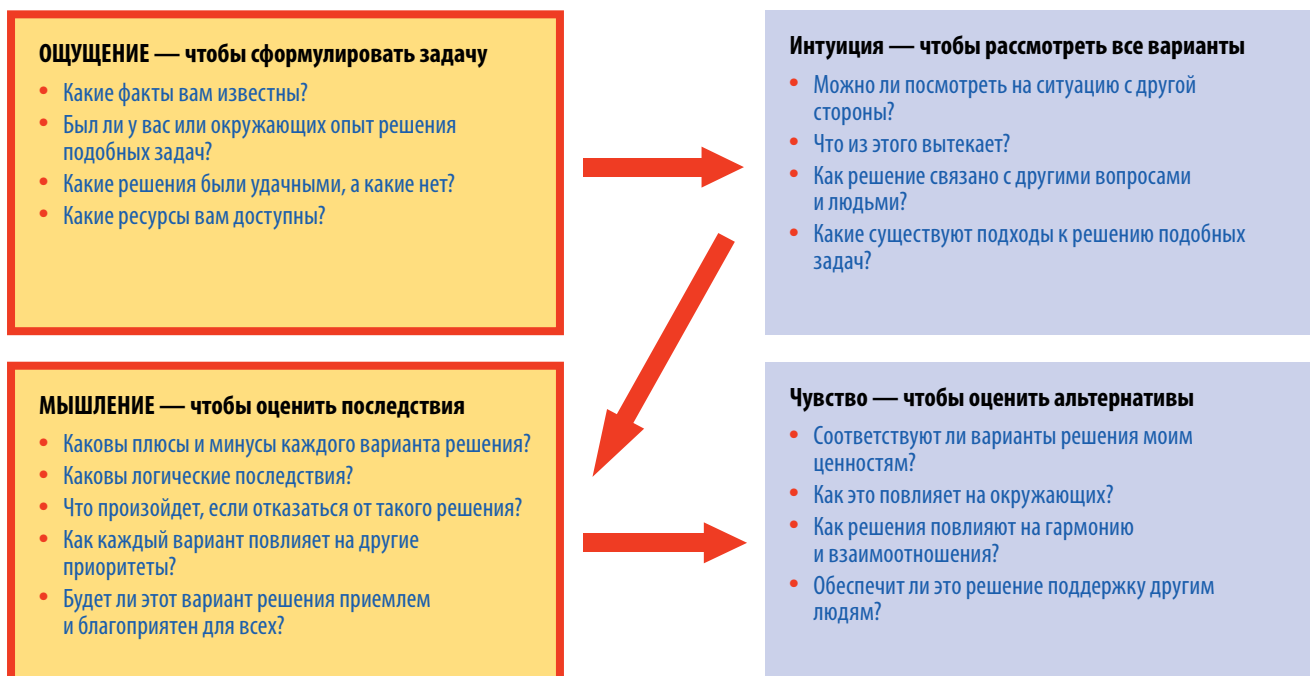
## Совершенствуйте способности к принятию решений

Теория типов личности может помочь вам в принятии решений. Если вам необходимо выработать план действий или справиться с задачей, используйте для восприятия информации Ощущение и Интуицию *одновременно*, а для суждений или решений — *комбинацию* Мышления и Чувства. Таким образом будут учтены все факторы. При отсутствии такого сбалансированного подхода вы естественным образом ограничитесь привычными предпочтениями и упустите выгоду, которую дают противоположные.

Согласно теории Изабель Бриггс Майерс, для принятия эффективного решения нужно осознанно использовать предпочтения в определенном порядке:

- № 1 Ощущение позволяет сформулировать задачу.
- № 2 С помощью Интуиции можно рассмотреть все варианты.
- № 3 Мышление помогает оценить последствия принятия решения.
- № 4 Чувство позволяет оценить доступные альтернативы.

Эта последовательность принятия решений приведена ниже. На диаграмме ваши предпочтения выделены красным цветом. Следуйте описанным ниже шагам, обращая внимание на вопросы на каждом этапе. Ответив на все вопросы, вы сможете принять окончательное решение и действовать в соответствии с ним. После реализации принятого решения не забудьте оценить результаты. Проанализируйте свои соображения относительно фактов, возможностей, влияния и последствий сделанного выбора.



## Ваш стиль руководства

Приведенные ниже сведения о психологических типах помогут вам определить, как ваши личные предпочтения влияют на стиль руководства. Здесь представлены все характеристики вашего типа МВТИ, а также сложности, которые могут возникнуть, и рекомендации по дальнейшему развитию.

### Принципы руководства

#### Характеристики

- Обладаете широкими знаниями и большим опытом, на основе которых задаете цели на будущее.
- Четко обозначаете конечные задачи и цели.
- Постоянно озвучиваете цели, тем самым не давая окружающим забыть о приоритетах.
- Предпочитаете планировать наперед, ставите четкие задачи, ведущие к конечному результату.

#### Сложности

- Испытываете трудности в представлении или внедрении новых идей, если они отличаются от привычных.
- Без энтузиазма рассматриваете чужие предложения.
- Недооцениваете собственное мнение будущего, надеясь в основном на чужой вклад.
- Воспринимаете опасения подчиненных как проблему и реагируете категорично.

### Как вы вдохновляете окружающих

#### Характеристики

- Цените и поощряете лояльность.
- Рассказываете об успехах, тем самым укрепляя уверенность подчиненных в будущем.
- Четко определяете сроки и функции, чтобы подчиненные знали свои обязанности и были вовлечены в процесс.
- С уважением относитесь к другим руководителям и чувствуете себя комфортно, когда внимание подчиненных сосредоточено не только на вас.

#### Сложности

- Не подчеркиваете, что для вас важно быть частью компании, что может выглядеть как равнодушие.
- При работе над задачей замыкаетесь в себе, поэтому подчиненные думают, что вы неприступны.
- Оперативно выносите суждения, основываясь исключительно на опыте, и тем самым разочаровываете подчиненных, которые не успевают высказать новые идеи.
- Не способны определить, что вдохновляет ваших подчиненных — сложность задачи, командный дух или чувство удовлетворения от выполненной работы.

### Как вы добиваетесь целей

#### Характеристики

- Без труда находите наиболее эффективное и практичное решение задачи.
- Усердно стремитесь к достижению цели, но при этом остаетесь за кадром.
- Ориентируете подчиненных на ожидаемые результаты.
- Получаете удовольствие от упорной работы, для подчиненных являетесь образцом для подражания.

#### Сложности

- Демонстрируете непоколебимую уверенность в своих знаниях. Окружающим кажется, что вы не заинтересованы в поправках и других мнениях.
- Видите все возможные промахи и неудачи, лишаете подчиненных уверенности в себе.
- Не замечаете намеки других на то, что процесс может застопориться.
- Вмешиваетесь в мельчайшие детали работы подчиненных, сдерживаете их профессиональный рост и берете на себя слишком много дел.

### Советы по развитию вашего стиля руководства

- **Наставничество.** Постройте процесс таким образом, чтобы подчиненные развивались в профессиональном плане, а не просто решали конкретные задачи.
- **Обсуждение.** Как можно раньше выносите на групповое обсуждение свои идеи и мнения. Ясность изложения и способность увидеть перспективы способствует эффективности работы в группе.

## Ваш стиль поведения в конфликте

Результаты анкетирования MBTI помогают понять, как именно вы ведете себя в конфликтных ситуациях. Если вы научитесь учитывать характеристики типа и свой собственный стиль поведения, то сможете выработать более эффективный и тонкий подход. Вам будет проще общаться с окружающими и улаживать конфликты.

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

### Особенности поведения в конфликте, характерные для типа ISTJ

Представители типа ISTJ обычно относятся к конфликту как к препятствию, которое нужно преодолеть без промедления и двигаться дальше. Их стремление завершить конфликт приводит к тому, что они быстро определяют с выбором и переходят к словам и действиям. Представители этого типа обычно не допускают вмешательства эмоций в свой рациональный подход. Однако иногда привычный спокойный облик таких людей резко меняется на нехарактерный всплеск эмоций и страстей, что весьма удивляет окружающих.

### Ваши сильные стороны при управлении конфликтами

- Справедливость, ответственность и практичность в большинстве ситуаций.
- Отношение к окружающим с учетом того, что должно произойти и уже произошло.
- Решительность, побуждающая других к достижению развязки.

### Чего вы ждете от окружающих

- Соблюдение действующих правил и структуры.
- Подробное объяснение причин, по которым они хотят изменить правила или структуру.
- Время на размышления, прежде чем вы озвучите свое мнение.
- Согласие не возвращаться к исчерпанному конфликту.

### Какими вас видят окружающие

- В конфликтных ситуациях вы обычно сдержанны и добросовестны.
- Вы объективны и готовы выслушать, хотя иногда слишком серьезны и суховаты в эмоциональном плане.
- Вы всегда стараетесь все окончательно проработать и закрыть тему.
- В стрессовой ситуации вы проявляете излишнее внимание к деталям либо нехарактерную для вас импульсивность, а также неспособность выстраивать приоритеты и продвигаться вперед.
- Временами вы склонны к пессимизму, что зачастую не лучшим образом сказывается на готовности окружающих общаться с вами.

### Советы по поведению в конфликтной ситуации

- Соберите максимум информации и выслушайте людей, чтобы получить более полное представление о позициях всех сторон.
- Научитесь делать исключения и помните, что на свете существуют смягчающие обстоятельства.
- Примиритесь с тем, что многие не могут вовремя перевернуть страницу и двинуться дальше, — они живут по зову сердца.
- Не забывайте, что слишком большой уклон в аналитику и объективность может восприниматься окружающими как недостаток внимательности к людям.

## Ваше поведение в стрессовой ситуации

Приведенные ниже сведения помогут вам больше узнать о том, каким образом ваши предпочтения МВТИ определяют вашу реакцию на стресс. Это позволит вам эффективнее и с большей отдачей преодолевать стрессовые ситуации, с которыми все мы постоянно сталкиваемся на работе и в повседневной жизни.

### Стрессоры

- Неожиданные перемены, а также любые перемены, кажущиеся вам ненужными и нелогичными.
- Неумолимое приближение жестких плановых сроков.
- Запросы и требования, поступающие в последнюю минуту.
- Необходимость приступить к новой задаче при наличии незавершенной текущей работы.
- Непривычные условия и обстоятельства, с которыми раньше вам не доводилось сталкиваться.
- Неэффективная, неорганизованная обстановка.
- Зависимость от людей, работающих спустя рукава и не привыкших доводить дело до конца.

### Признаки стресса, характерные для типа ISTJ

- Паника, ощущение надвигающейся катастрофы вследствие собственных или чужих мелких недочетов.
- Нехарактерная рассеянность: вещи вдруг начинают теряться или оказываются не на своих местах.
- Импульсивные покупки, совершаемые без тщательного предварительного исследования.
- Потеря контроля, эмоциональность, слезы.
- Неорганизованность, неэффективность.
- Выраженная злость, раздражительность.
- Повышенная разговорчивость, открытость, коммуникабельность.

### Оптимальные варианты борьбы со стрессом для типа ISTJ

- Хотя бы на короткое время окажитесь вне стрессовой обстановки.
- Займитесь тем, что вам действительно нравится.
- Порешайте небольшие задачи либо успешно завершите часть огромного проекта.
- Побудьте в одиночестве, чтобы вас ничего не отвлекало. Так вы сможете уделить внимание тому, что является источником стресса.
- Предложите возможные решения на суд того, кому вы доверяете и кого уважаете.
- Попросите помощи в выстраивании приоритетов.

### Худшие варианты реагирования на стресс для типа ISTJ

- Пойти наперекор себе и все глубже погружаться в детали, трудиться не покладая рук.
- Найти достоверное подтверждение своих худшим опасениям.
- Во всеуслышание обвинять окружающих.
- Отказаться от предложенной помощи.
- Полностью замкнуться в себе.

## Ваш подход к изменениям

Приведенные ниже сведения позволят вам глубже понять, каким образом ваш тип МВТИ определяет вашу реакцию на перемены и новые ситуации. Знание своих потребностей, характерных реакций и умений поможет вам обрести психологическую устойчивость и гибкость. Вы сможете более эффективно справляться с переменами, не боясь их.

### Времена перемен

#### Потребности в ходе изменений

- Реалистичное обоснование происходящих изменений.
- Большое количество точных сведений в поддержку обоснования.
- Реалистичные цели и сроки.
- Возможность разработать детальные планы и структурные подходы.
- Шанс воспользоваться собственным опытом в процессе изменений.
- Лояльность начальства и подчиненных.

#### Реакции при неудовлетворении

- Ошеломленность и замешательство.
- Попытки упорядочить все вокруг.
- Упорное нежелание расставаться с привычным способом действий.
- Требование действовать по инструкции.

### Ситуация потери

#### Вклад

- Подведение черты, когда нужно собраться и двигаться вперед.
- Анализ ситуации.
- Понимание и учет реальных фактов.
- Поддержка для коллег.
- Методический подход к принятию решений.

#### Что вызывает затруднения

- Принятие изменения, не кажущегося логически обоснованным.
- Возобновление старого: «что сделано — то сделано, переходим к следующей задаче».
- Столкновение с потребностями, отличными от собственных.
- Радость по поводу небольших достижений.

### Переходный период

#### Типичные реакции

- «У нас есть план, давайте ему следовать».
- Потеря концентрации, фрустрация из-за отсутствия структуры, неосведомленность.
- Склонность бросить проект или найти предлог, чтобы отказаться от участия.
- Неприятие нытья и неразберихи.
- Неприятие мозговых штурмов.

#### Точки концентрации

- Факты и стратегическое планирование.
- Сроки, цели и их достижение.
- Наиболее структурированные проекты.

### Начальный этап

#### Что мешает начать

- Необходимость полного планирования еще до начала.
- Сложность с привлечением других участников к созданию плана.
- Уверенность, что у окружающих такие же приоритеты, как у вас.
- Забегание вперед из-за неодолимой потребности реализовать план.

#### Вклад

- Распределение этапов, структурирование и организация планирования.
- Воплощение идеи в реальность.
- Запуск процесса.



## Об отчете

Этот отчет подготовлен для вас опытным специалистом по типологии MBTI. Перечисленные здесь сведения могут помочь вам в личностном росте и достижении профессиональных успехов.

Основой для составления отчета послужили следующие источники:

- Изабель Бриггс-Майерс. *Введение в типологию*®. 6-е изд. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 1998. Все права защищены.
- Нэнси Дж. Барджер и Линда К. Керби. *Введение в типологию*® в период изменений. © Корпорация CPP, 2004. Все права защищены.
- Шэрон Лебовиц-Ричмонд. *Введение в типологию*® и лидерство. © Корпорация CPP, 2008. Все права защищены.
- Сандра Кребс-Херш и Джин М. Каммероу. *Введение в типологию*® для организаций. 3-е изд. © Корпорация CPP, 1998. Все права защищены.
- Отчет MBTI® по стилю общения, созданный Донной Даннинг. © Корпорация CPP, 2009. Все права защищены.
- Отчет MBTI® по стилю поведения в конфликте, созданный Дэмианом Килленом и Даникой Мерфи. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 2003, 2011. Все права защищены.
- Отчет MBTI® по стилю принятия решений, созданный Кэтрин Херш и Элизабет Херш. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 2007, 2010. Все права защищены.
- Подробный отчет MBTI®. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 1988, 1998, 2005. Все права защищены.
- Подробный отчет MBTI® для организаций, созданный Сандрой Кребс-Херш и Джин М. Каммероу. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 1990, 1998, 2005. Все права защищены.
- Отчет MBTI® по поведению в стрессовых ситуациях, созданный Наоми Л. Куэнк. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 2011. Все права защищены.
- Отчет MBTI® по командной работе, созданный Алленом Л. Хаммером. © Питер Б. Майерс и Кэтрин Д. Майерс, 1994, 1998, 2004, 2009. Все права защищены.

Для получения доступа к перечисленным отчетам и ресурсам обратитесь к своему специалисту по типологии MBTI.

Подробнее об опросниках MBTI® и доступных отчетах читайте на сайте [www.cpp.com](http://www.cpp.com).



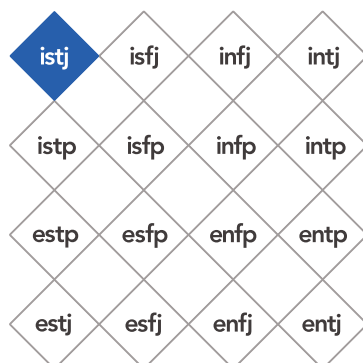
istj

ПРАКТИЧНЫЙ  
РЕАЛИСТИЧНЫЙ  
РАЗУМНЫЙ  
РАССУДИТЕЛЬНЫЙ  
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЙ  
АНАЛИЗИРУЮЩИЙ  
ЛОГИЧНЫЙ  
СИСТЕМАТИЧНЫЙ  
СЕРЬЕЗНЫЙ  
СДЕРЖАННЫЙ  
УСТОЙЧИВЫЙ  
УПОРЯДОЧЕННЫЙ  
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫЙ  
ОРГАНИЗОВАННЫЙ  
ОСНОВАТЕЛЬНЫЙ  
РЕШИТЕЛЬНЫЙ  
ТРАДИЦИОННЫЙ  
НАДЕЖНЫЙ  
ОТВЕТСТВЕННЫЙ  
ЛОЯЛЬНЫЙ

## MYERS-BRIGGS TYPE INDICATOR® (MBTI)

### ОПИСАНИЕ ТИПА

Jean Sample



#### Интроверсия | Ощущение | Мышление | Суждение

ISTJ — тихий, серьезный человек, чей успех зависит от его умения быть основательным и надежным. Логичный, практичный реалист, он серьезно относится к своим обязанностям и часто выходит за рамки должностных инструкций. Ему нравится наводить порядок и структурировать окружающую его среду и свою работу. Для него важны традиции и лояльность.

ISTJ ценит дом, семью, финансовую безопасность и здоровье.



+1 800 624 1765 | [www.themyersbriggs.com](http://www.themyersbriggs.com)

Myers-Briggs Type Indicator® Описание типа Авторские права зарегистрированы в 2019 г. Питером Б. Майерсом (Peter B. Myers) и Катариной Д. Майерс (Katharine D. Myers). Отчет подготовлен Алленом Л. Хаммером (Allen L. Hammer). Определитель типов Майерс-Бриггс, Майерс-Бриггс, MBTI, логотип MBTI и логотип компании Майерс-Бриггс являются торговыми марками или зарегистрированными торговыми марками Фонда Майерса и Бриггса (The Myers & Briggs Foundation) в США и других странах.

## Характеристика типа ISTJ

- Интересы ISTJ сосредоточены на реалиях, которые он ощущает всеми своими органами чувств.
- Он прекрасно знает, какие подходы доказали свою эффективность в прошлом, и в основе его решений лежат факты и опыт.
- ISTJ ценит безопасность и стабильность.
- Он применяет логический, аналитический подход к разрешению проблем.
- ISTJ может отложить развлечения или отдых до тех пор, пока не выполнит все свои обязанности.

## Взаимодействие ISTJ с окружающими

- ISTJ обладает сильным чувством лояльности и ответственности перед своей семьей и людьми, входящими в его круг общения.
- Он готов делиться своим настроением и обширным багажом наблюдений и памятных моментов, полученных благодаря развитому предпочтению «Ощущение», только с близкими друзьями.
- Иногда он предпринимает попытки помочь окружающим, указывая на их ошибки.
- Надеясь, что окружающие заметят его старание, ISTJ стремится проявлять заботу посредством действий, а не словами.
- Он всегда старается выполнять свои обещания.
- ISTJ может испытывать сложности, пытаясь понять потребности, отличные от его собственных. Тем не менее, определив потребности тех, о ком он заботится, такие потребности становятся для ISTJ объективной реальностью вне зависимости от того, наполнена ли она смыслом. Он предпримет все возможное, чтобы удовлетворить такие потребности.

## ISTJ на работе

- ISTJ предпочитает концентрироваться на задачах, а не вовлеченных в их реализацию людях.
- Он стремится создать стандартные политики и процедуры.
- Его девиз: «Если не ломается — незачем чинить».
- ISTJ поддержит изменения, если он получит фактическое подтверждение, что это позволит добиться лучших результатов.
- Он — логик и аналитик, легко выявляет недостатки идей и незамедлительно указывает причины, когда что-то не работает.
- Видя работу, требующую выполнения, он берет на себя ответственность и, зачастую, выходит за рамки должностных инструкций.
- ISTJ часто выбирает карьеру, где его талант и способности к организации и точности будут вознаграждены. К примеру, его привлекает бухгалтерский учет, строительное проектирование, юриспруденция, производство, строительство, здравоохранение и офисная работа. Зачастую ISTJ занимает надзорные и управляющие должности.
- ISTJ будет испытывать недовольство работой, требующей операций с абстрактными идеями или постоянного и близкого контакта с окружающими людьми.

## Возможные слепые зоны ISTJ

- Если у ISTJ недостаточно развито предпочтение «Ощущение», то он может быть склонен к скоропалительным действиям, не учитывая все необходимые факты.
- При недостатке информации ISTJ склонен делать ошибочные суждения об окружающих.
- Иногда ISTJ может с подозрением относиться к своему воображению и интуиции, не принимая озарения всерьез.
- ISTJ склонен ожидать от окружающих проявления такого же уровня логики и аналитического мышления, и он может проявлять нетерпение, если обстоятельства указывают на обратное.
- При недостаточно развитом предпочтении «Мышление» ISTJ склонен отгораживаться от мира, замыкаясь на внутренних реакциях или чувственных впечатлениях, не производя ничего ценного для окружающих его людей.
- Иногда ISTJ может быть критичен по отношению к поведению окружающих.