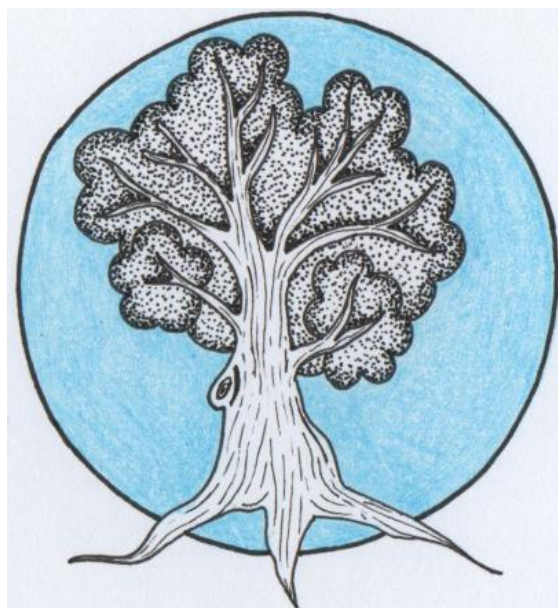


Persoonlijkheidstypen

1. Introductie
2. Introvert / extravert
3. De vier psychologische typen
4. De vier elementen



1. Introductie

Carl Jung introduceerde in zijn boek *Psychologische Typen* zijn persoonlijkheidstheorie. Hij gaat hierbij uit van vier psychologische functies:

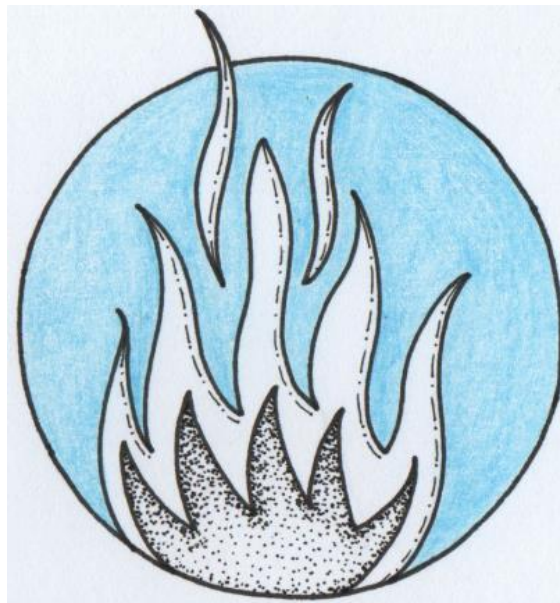
- Intuïtie
- Gewaarworden
- Denken
- Voelen

Denken en voelen zijn rationele functies en gewaarworden en intuïtie irrationele functies. Daarnaast onderscheidt hij nog twee fundamentele levenshoudingen: introversie en extraversie.

De vier psychologische functies sluiten elkaar volledig uit en je oriënteert je altijd met een van de vier functies in de buitenwereld. Deze functie wordt de superieure functie genoemd.

Door de verschillende levenshoudingen en functies te combineren kom je tot de 8 Jung typen van persoonlijkheid:

1. Het extraverte denktype
2. Het introverte denktype
3. Het extraverte gevoelstype
4. Het introverte gevoelstype
5. Het extraverte gewaarwordingstype
6. Het introverte gewaarwordingstype
7. Het extraverte intuïtieve type
8. Het introverte intuïtieve type



2. Introvert / extravert

De instelling van het bewustzijn verdeelt Jung onder in introvert en extravert; ook wel instellingstypen genaamd.

Om erachter te komen welk instellingstype jij bent, staat de volgende vraag centraal:

Welke waarde heeft de buitenwereld ten opzichte van je binnenwereld?

Is bij je manier van kijken de buitenwereld of de binnenwereld van doorslaggevend belang?

Is dat de binnenwereld dan past introvert beter bij je; is dat de buitenwereld dan past extravert beter bij je.

Introversie is een naar binnen gekeerde levensoriëntatie waarbij extraversie een naar buiten gekeerde levensoriëntatie is. Introverten krijgen energie van reflectie en beschouwing en verliezen die energie door sociale interactie. Bij extraverten is dit precies andersom. Een introvert geeft energie in contact met anderen en een extravert krijgt energie van contact met anderen.

Jung geeft verder aan dat de mens het meest in evenwicht is als hij afwisselende perioden van wat meer extraversie en dan weer wat meer introversie meemaakt.

Beide typen streven hetzelfde doel na; namelijk het welzijn regelen. Er is dan ook geen goed of fout, of beter of slechter aangaande deze instellingstypen.

Hieronder staan de instellingstypen verder uitgewerkt:

Introvert

- Dan is je bewustzijn ingesteld op hoe je binnenwereld de buitenwereld ervaart en ligt de maatstaf voor je beslissingen in je eigen belevingen en ervaringen.
- Naar binnen gekeerd -> subject
- Is constant bezig zich te verweren en verdedigen tegen de buitenwereld, tegen alles wat van buitenaf komt, en is steeds bezig om voor zichzelf een zo sterk en veilig mogelijke positie te verkrijgen.
- Het bewustzijn is ingesteld op de subjectieve bewegingen in je psyche.
- De introvert let niet zozeer op wat er zich objectief buiten hem afspeelt, als wel welke indruk dat op hem maakt, wat het in hem losmaakt, en welke innerlijke reacties er op volgen.
- De introvert zal het feit of verschijnsel an sich niet als uitgangspunt van zijn reageren nemen, maar treedt het tegemoet op grond van zijn innerlijke, subjectieve reactie erop. Hoe de wereld er in werkelijkheid uit ziet is voor de introvert niet zo belangrijk. Wat voor hem telt is hoe de wereld zich aan hem voordoet en hoe hij haar van binnen ervaart.
- Hoe vaststaand een feit ook moge zijn, het enige dat voor een introvert telt is hoe hij het feit ervaart.

Extravert

- Dan is je bewustzijn ingesteld op alles wat zich in de buitenwereld voordoet en ontleen je daaraan je maatstaf voor je beslissingen.
- Naar buiten gekeerd -> object
- Heeft de neiging om zichzelf steeds weer weg te schenken aan en op te gaan in zaken van de

buitenwereld.

- Het bewustzijn is ingesteld op de mensen, feiten en verschijningen in de buitenwereld.
- Hij houdt zich bezig met alle dingen die om hem heen en in de wereld gebeuren.
- Schikt zich in de gang van zaken.
- Heeft bevestiging nodig van de buitenwereld.
- Erbij horen.
- Hij zal proberen te voldoen aan de verwachtingen van zijn omgeving.
- Hij tast de omgeving dan ook af om te kijken wat deze horen wil.
- Hij is makkelijk om te praten en beïnvloedbaar.
- Het lichaam is subjectief. Hij kan lichamelijke symptomen ontwikkelen die hem verhinderen soepel en ongestoord verder te gaan in de buitenwereld.

Mocht je twijfelen aan welk instellingstype jij bent, dan kunnen onderstaande vragen je waarschijnlijk een eenduidiger antwoord geven. Hoe vaker je een vraag met 'ja' beantwoordt, hoe introverter je bent. Hoe minder dat het geval is, hoe extravertter je bent. Ongeveer evenveel ja als nee betekent dat je voornamelijk ambivert bent.

1. Ik verkies een-op-eengesprekken boven groepsactiviteiten
2. Ik druk mezelf vaak liever schriftelijk uit
3. Ik vind het prettig om alleen te zijn
4. Ik lijk minder te geven om rijkdom, bekendheid en status dan mijn leeftijdgenoten
5. Ik houd niet van kletsen, maar praat graag diepgaand over onderwerpen die ik belangrijk vind
6. Ik krijg vaak te horen dat ik goed kan luisteren
7. Ik neem niet vaak grote risico's
8. Ik houd van werk dat me de kans biedt 'erin' te duiken, met weinig onderbrekingen
9. Ik vier mijn verjaardag bij voorkeur in klein comité, met een of twee goede vrienden of vriendinnen of familieleden
10. Mensen zeggen vaak dat ik 'vriendelijk' of 'hoffelijk' ben
11. Ik toon of bespreek mijn werk liever niet als het nog niet af is
12. Ik kan slecht tegen ruzie
13. Ik functioneer het best als ik zelfstandig kan werken
14. Ik denk na voor ik iets zeg
15. Ik voel me helemaal leeg als ik de hort op ben geweest, zelfs als het leuk was
16. Ik laat bellers vaak de voicemail inspreken
17. Als ik kan kiezen, heb ik liever een weekend helemaal niets dan een weekend dat te vol is gepland
18. Ik houd niet van multitasking
19. Ik kan me makkelijk concentreren
20. Als lesvorm prefereer ik hoorcolleges boven werkgroepen

Wil je een uitgebreidere test doen, kijk dan op www.16personalities.com voor een gratis persoonlijkheidstest.

Bron: Ik moet nog even kijken of ik kan – Liesbeth Smit

3. De vier psychologische typen

Om erachter te komen welk type jij bent kijken we eerst naar de volgende centrale vraag:

Hoe oriënteer jij je in de buitenwereld en hoe kijk jij tegen de dingen aan?

Het oriënteren op de buitenwereld om je heen is een zo vanzelfsprekende eerste reactie, dat je deze eigen manier van kijken zelf vaak helemaal niet in de gaten hebt. Het is als het ware een eerste kapstok om de dingen om je heen te kunnen plaatsen en benoemen, zodat je je in de wereld kunt bewegen. De vier psychologische typen vertellen je dus iets over jouw manieren van kijken naar de wereld en de wijze waarop je de verschijnselen daarin ordent.

- Intuïtie
- Gewaarworden
- Denken
- Voelen

Ons bewustzijn maakt van nature gebruik van een van de vier functies, wat betekent dat we door middel van een van deze vier naar de wereld kijken. Deze functie wordt de superieure functie genoemd. Naast deze superieure functie zijn er twee hulpfuncties en een inferieure functie.

Er bestaat een polariteit tussen de rationele functies 'denken' en 'voelen' en tussen de irrationele functies 'gewaarworden' en 'intuïtie'.

Om erachter te komen wat je inferieure functie is, kijk je naar de superieure tegenpool. Houdt er rekening mee dat de inferieure functie altijd onbewust zal blijven.

Superieur	->	Inferieur
Intuïtie	->	Gewaarworden
Gewaarworden	->	Intuïtie
Denken	->	Voelen
Voelen	->	Denken

Als laatste zijn er hulpfuncties. Ze zijn een hulp om de oriëntatie van ons bewustzijn te helpen verbreden zodat we in steeds meer situaties adequaat kunnen kijken en op basis daarvan reageren. Deze twee functies kunnen volledig bewust worden gemaakt.

Neem bijvoorbeeld het introverte denktipe. Het introverte denktipe heeft dus als dominante levenshouding introversie, het denken is de superieure functie, de gewaarwording en de intuïtie zijn de hulpfuncties en het gevoel is de inferieure functie.

4. De vier elementen

De vier psychologische typen van Jung kunnen ook gekoppeld worden aan de vier elementen met de daarbij behorende dierenriemen (sterrenbeelden). De tekens van de dierenriem zijn in vier groepen ingedeeld die we de vier elementen noemen: vuur, aarde, lucht en water. Elk element bevat drie tekens van de dierenriem:

Intuïtie =	Vuur: Ram, Leeuw, Boogschutter
Gewaarworden =	Aarde: Stier, Maagd, Steenbok
Denken =	Lucht: Tweelingen, Weegschaal, Waterman
Voelen =	Water: Kreeft, Schorpioen, Vissen

Deze vier elementen vertegenwoordigen vier verschillende manieren waarop je je kunt oriënteren. Het element waartoe je behoort, vertelt op welke manier je van nature naar de wereld kijkt, heel vanzelfsprekend en vanaf het moment dat je 's ochtends je ogen opendoet. Door die manier van kijken ervaar je ongemerkt een vorm van zekerheid en houvast. Heel in het kort is dit hoe de vier elementen kijken:

Vuur is altijd op zoek naar mogelijkheden. Hij heeft weinig oog voor wat hem concreet omgeeft, maar ziet ogenblikkelijk de grote lijn: waar zou iets vandaan kunnen komen, of: wat kun je er allemaal mee doen? Hij kan grote ideeën en mogelijkheden voor de toekomst zien, maar vergeet wc-papier te kopen. Zolang hij het idee heeft dat er nog ruimte en mogelijkheden zijn, kan vuur het leven aan en ervaart hij zekerheid. Routine en alles wat zijn bewegingsruimte beperkt is voor hem een probleem: het beperkt dan zijn mogelijkheden.

Aarde heeft juist een uitstekend oog voor de concrete werkelijkheid. Aarde krijgt juist zekerheid door zich te oriënteren op alles wat met de zintuigen waarneembaar is. Hij heeft daardoor een goed oog voor kleuren, vormen en verhoudingen, en dus oog voor de wereld van de materie. Hij hoeft overigens helemaal geen materialist te zijn, maar koerst wel op zijn zintuiglijke indrukken: hoe ziet iets eruit? Wat is de kwaliteit? Van welk materiaal is het gemaakt? Aarde moet altijd wennen aan nieuwe dingen: hij moet ze eerst een vaste plaats in zijn leven geven.

Lucht probeert alles altijd logisch te begrijpen en krijgt zekerheid door te weten of iets klopt of niet klopt. Hij zoekt naar het waarom van de dingen en vindt rust in logica. Hij kan ergens binnenkomen en in een flits al zien of de ruimte logisch is ingedeeld of niet. Luchttekens zijn daarom vrij mentaal gericht en hebben moeite met alles wat niet te beredeneren is. Dat is de reden dat ze, hoewel ze beslist wel gevoel hebben, niet goed om kunnen gaan met emoties, omdat daaraan doorgaans elke logica ontbreekt.

Water tenslotte ontleent zekerheid aan wat iets of iemand gevoelsmatig losmaakt of betekent. Iets voelt goed of niet goed, en als water iets op die manier een plaats heeft kunnen geven, dan kan hij verder. Ook als hij vindt dat iets heel slecht voelt, geeft dat toch rust, want hij weet op basis van zijn gevoelsoriëntatie dan waar hij staat en hoe hij het een plek kan geven. Water kan dingen aanvoelen, maar heeft moeite om dat vervolgens logisch uit te leggen. Je voelt toch dat het zo zit! Een bepaalde gevoelsindruk kan voor hem heel veelzeggend zijn en hij kan subtiliteiten pakken die een ander minder snel ziet.

Bron: Jungs psychologische typen in de praktijk – Karen M. Hamaker-Zondag