

What's Your  
Type of Career?

MBTI 16型人格与职业规划

# 你的 职业性格是什么？

(美) 堂娜·邓宁 著  
杨良得 译



分析自己的性格优势，找到适合的职业发展道路



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY  
<http://www.phei.com.cn>

# 你的 职业性格是什么？

MBTI 16型人格与职业规划

(美) 堂娜·邓宁 著 杨良得 译



What's Your  
Type of Career?

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

Donna Dunning: What's Your Type of Career?

Copyright © 2001 by Davies-Black Publishing, a Division of CPP, Inc.

Copyright licensed by Davies-Black Publishing arranged with Andrew Nurnberg Associates International Limited.

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Davies-Black Publishing 通过 Andrew Nurnberg Associates International Limited 授权电子工业出版社独家出版发行。未经书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何内容。

版权贸易合同登记号 图字：01-2008-1294

### 图书在版编目 (CIP) 数据

你的职业性格是什么? : MBTI16 型人格与职业规划 / (美) 邓宁 (Dunning,D.) 著; 杨良得译. —北京: 电子工业出版社, 2009.6

书名原文: What's Your Type of Career?

ISBN 978-7-121-08795-0

I. 你... II. ①邓… ②杨… III. 性格—关系—职业选择 IV. C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 071334 号

责任编辑: 马晓云

印 刷: 北京机工印刷厂

装 订: 三河市鹏成印业有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开 本: 720×1000 1/16 印张: 19 字数: 330 千字

印 次: 2009 年 6 月第 1 次印刷

定 价: 38.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 [zltz@phei.com.cn](mailto:zltz@phei.com.cn), 盗版侵权举报请发邮件至 [dbqq@phei.com.cn](mailto:dbqq@phei.com.cn)。

服务热线: (010) 88258888。

## 译者序

翻译这本书时，正值全球性金融风暴袭来，这股“寒流”已经开始蔓延到我们的日常生活中，尤其近日屡屡见于媒体的企业破产、银行倒闭等新闻报道，更是引起一片人心惶惶。面对着这一轮轰轰烈烈的由经济衰退而引发的失业风潮，我相信很多人不禁要问：金融风暴来了，我的职业安全吗？我该如何进行我的职业生涯规划？

不知是偶然抑或是巧合，本书恰恰可以回答很多人对于上述问题的疑问。

我们中的大多数人，在自己的职业生涯发展过程中，可能会利用自己过去的职业经历所积累的经验来引导自己的职业发展；或者跟随社会潮流，追求声望较高、收入不错的职业；又或者随波逐流，丝毫没有职业规划，走到哪里算哪里。我们不难看出，上述各种职业规划的弊病：根据经验进行职业规划看上去似乎是有效的，但无疑也为自己设置了一个陷阱，因为过去的工作经验限制了可以选择的范围，失去了无限发展的可能性；而那些符合社会期望、听上去不错的职业可能带给你让人羡慕的地位和收入，但是付出的却是违随心愿的辛苦和努力，可能你永远都无法体会从事自己真正喜爱的工作的幸福和满足；随波逐流会让你始终徘徊在平庸和光阴虚度的困扰中。

究竟我们应该从哪个方面着手去准确找到自我定位，为自己设计适合的职业生涯规划，从而使自己在风云变幻的职场中立于不败之地？在本书中，作者将以一种令人欣喜的方式来帮助你审视自己的职业生涯规划。我们相信，在本书指导下，你将真正认知自我，了解自己身处的社会环境和工作环境，从而在其中觅得一条最好的职业发展道路。

我们在工作中往往不难发现，有的人工作利索干练，总是在要求期限前完成工作，而另外一些人则经常拖拖拉拉，需要不断提醒和催促才会完成工作；有的人非常富有创意，但却经常丢三落四，而另外一些人凡事都要制定详细的计划和流程才开始工作。你也不难发现，有的领导喜欢清楚、明白地告诉下属应该怎样去完成工作，而另外一些领导则只给下属一个大方向或模糊的指令，对于工作过程则不甚关心。工作中各种各样的人及其工作方式，反映了每个人的自然工作方

式，而这些自然工作方式正是决定个人职业生涯的基础。这正是本书所秉持的基本理念：每个人都是不同的个体，具有不同的职业性格及相应的自然工作方式，也就是每个人都有其天赋的优势和劣势。了解了职业性格，并结合自己的兴趣、技能、个人的优缺点、领导风格、学习和成长的方式等，就能制定出最适合自己的、循序渐进的职业生涯规划，从而在最大限度地开发自己的工作能力和能量的同时，得到最大的职业满足感和职业发展机遇。

作为性格类型理论和应用方面的著名专家，本书作者使用 MBTI 这一世界上最为广泛应用的性格分析工具，并以其为原点，通过对不同性格类型的人的自然工作方式的剖析，融合了职业生涯规划的原理、方法和工具，为人们的职业生涯规划开启了一个全新的视角和前景。

MBTI 性格分析工具，国内权威学术机构一般称之为“心理类型量表”，为迈尔斯性格指标（Myers-Briggs Type Indicator）的英文简称。它起源于瑞士著名心理学家荣格（Carl Jung），由美籍心理学家凯瑟琳·碧斯（Katharine Briggs）与她的女儿依莎贝尔·碧斯·美亚（Isabel Briggs Myers）发展而成。

作为一种迫选型、自我报告式的性格分析理论和工具，MBTI 通过对人们在获取信息、做出决策、对待生活等方面的心理活动规律和行为的衡量与描述，展示了性格类型的多样性和由此导致的不同个体之间的行为模式、价值取向、工作方式等方面的差异性。经过 50 余年的研究与发展，MBTI 是当今世界上应用最广泛的性格分析工具之一，广泛应用在包括自我了解、职业发展和规划、组织发展、团队建设、领导力建设、个人生活辅导等领域。它已经被翻译成近 20 种世界主要语言，每年的使用者多达 200 多万人，其中超过 80 万人属于管理阶层。在世界 500 强企业中，有 80% 的高层管理者、高级人事主管在使用这套工具，如迪士尼、百事可乐、西南航空公司、通用电气、保利来、Novell 网络公司、3M 等。

最早接触到 MBTI 性格分析工具，可以追溯到我在世界五大咨询公司之一的安达信企业咨询公司任职咨询经理期间，接触到一本探讨 MBTI 性格分析工具和职业选择关系的书 *Do What You Are*，该书简要介绍了 MBTI 性格分析工具的理论来源，及其在职业选择和定位领域的具体运用。书中对于不同类型的人的性格特征、优点和弱点及职业满足感的准确描述，使我对 MBTI 产生了浓厚的兴趣。随着对 MBTI 性格分析工具的深入解读，并通过和其他性格分析工具的比较，我对于 MBTI 的科学性及可应用性有了更深的认识。同时，通过在管理咨询实践中的

具体运用，我发现 MBTI 性格分析工具不论在个人发展或者在企业管理领域都能发挥极为重要的作用。

为了更进一步加深对于 MBTI 性格分析工具的理解，我后来报名参加了由国际上权威 MBTI 认证机构 APP（现在改名为 CPP Asia Pacific）举办的 MBTI 认证系列课程，并成为 CPP 认可的 MBTI 专业培训师，之后又荣幸成为美国性格类型学会的会员。

在接触和了解 MBTI 性格分析工具之后，我和我所在的得信公司（www.tacsen.com）便一直尝试在管理咨询的实践中推广 MBTI 的应用，并取得了一定的成就：

- 为了使更多人受惠于这一科学的性格分析工具，经由我的倡导以及业界同仁的支持，我在香港成立了香港性格类型协会，并担任会长一职。
- 编著了第一本系统介绍 MBTI 的中文书——《决胜职场》。
- 组织人力进行 MBTI 相关材料的翻译工作以及中文版的应用研究，并建立了一个包括 1 000 多个测试数据的数据库。
- 结合在香港和中国大陆多年从事管理培训和管理咨询的经验，切合各类型企业的需要，研制和开发了系列 MBTI 应用的课程，并在实践中应用，其中客户包括班尼路、真维斯、国际铂金协会、周大福、周生生、TCL、Bayer、匡威、Costa Coffee、伊芙黎雪（Yves-Rocher）、中外运、ACCA、奥宝科技（Orbotech）等。
- 鉴于我以及得信咨询公司在推广 MBTI 在大中华地区应用的努力以及卓越成就，在由香港《新报》首次举办的“亚洲十大企业培训师选举 2006”选举中，我荣获大会颁发的亚洲十大企业培训师——最杰出性格学培训师荣誉。

从接触、了解到现在成为国内在 MBTI 领域卓有成就的专家，已经整整过去了 8 年。在这 8 年中，我以及我所在的得信咨询公司作为忠实的 MBTI 推广和普及者，我们欣喜地看到，目前 MBTI 在国内已经得到了越来越多企业和社会人士的重视和应用，这也将更加激励我以及得信公司的同人为此付出更多的努力。这本书的出版正是我们的努力和付出的最好见证，而我们也希望借此书的出版与国内有志之士共勉。

杨良得

2009 年 5 月

# 目 录

## 第 1 篇

### 一切从你自己开始

第 1 章 绪论 / 2

第 2 章 MBTI 性格分析工具简介 / 8

---

## 第 2 篇

### 外向型的职业生涯

第 3 章 反应型的人：行动与适应 / 29

第 4 章 探索型的人：创新与主动 / 60

第 5 章 果断型的人：直接与决断 / 94

第 6 章 贡献型的人：沟通与合作 / 122

---

## 第 3 篇

### 内向型的职业生涯

第 7 章 缜密型的人：专注与稳定 / 153

第 8 章 愿景型的人：解释与执行 / 179

第 9 章 分析型的人：审视与评估 / 206

第 10 章 关顾型的人：关心与联系 / 233

---

## 第 4 篇

### 选择好自己的职业

第 11 章 自我分析 / 260

第 12 章 职业生涯规划 / 281

---



# 第 1 篇 一切从你自己开始

- ◆ 第 1 章 绪论
- ◆ 第 2 章 MBTI 性格分析工具简介



# 第 1 章 绪论



我们每个人都花费大量的时间和精力在工作上，所以确保所选择的工作是自己满意的十分重要。究竟什么工作才是自己满意的呢？如果一份工作能令你产生浓厚兴趣，能做自己喜欢的事情，那么这份工作毫无疑问是令你满意的。然而一个人觉得有趣而享受的工作，对于另外一个人来说，也许完全是另外一回事。例如下面的肯特和琳达。

肯特说：“我觉得处理细节问题很难，因为这要花费大量的时间和精力，让我抽不开身去做自己感兴趣的事情，所以我觉得很枯燥。我喜欢探索新的概念，做一些以前从没有做过的事情，我喜欢不断改变。”

琳达说：“我不喜欢变化，我做事有很高的标准，喜欢第一次就把事情做好。我希望我的工作有明确的定位，我能够全程跟进，并专注于所有的细节。也许有些人会觉得被我逼得透不过气来，但是我就是喜欢事先做好计划，认真仔细地做每一件事。”

肯特和琳达做事情的方法截然不同。由于兴趣不同，所以他们喜欢完全不同类型的工作。例如，琳达对项目管理的工作非常感兴趣，因为她可以组织和处理各种细节。相比之下，肯特会觉得项目管理工作乏味烦琐，因为让他去关注细节实在是一件困难的事情，所以他要么延迟完成工作，要么会得到较差的工作表现评价。对于肯特来说，设计师的工作、需要创造或新思维的工作也许能够让他感到满意。

每个人都有让自己感觉自然和舒服的工作类型和方式。花上一点时间，评估自己的工作偏好，便能够找出满意的工作类型。

## 享受自然工作方式

不管你是刚毕业要找一份工作，还是在原来的岗位上进一步发展，或者要换一份新的工作，或者寻求可能的生意机会，或者为退休之后做点什么做打算，本

书将会告诉你怎样才能找到既有意义又有价值的工作，同时也会帮助你领悟人生成长和发展的真谛。这些知识，将会有助于你处理好人生的每个十字路口，丰富职业选择，让你不会错失能发挥独特才华的机遇，获得满意的工作。

我们生活在这个世界上，每个人都有一种让自己觉得最舒服和自然的方式，即便是在嗷嗷待哺的婴儿阶段，我们就透露出一些与众不同的喜好和方式。例如，在家庭聚会时，我们经常会看到某个小孩在所有的亲戚面前兴致勃勃地表演节目，而另一个孩子却安静地坐在角落里看表演。专家学者对这种个性的差异进行分析研究已经有 50 多年的历史，他们发现根据性格类型对人进行分类，能更好地了解自己和他人。以此为基础，我们可以界定和描述不同的工作方式，即人们在工作时所使用的各种自然而舒服的方式。

本书将介绍 8 种具有明显差异的工作方式，每种工作方式下的人工作的方法不同。这经过了严密的研究和证实，本书对其细节进行描述。每个人都会使用这 8 种方式中的一种来处理工作、解决问题、做出决定、领导或被领导。不同工作方式的人都有令自己满意并能激励自己的工作类型和工作内容。当然，任何一本书都不可能为你描述出一种完全适合你的理想工作，但是你的工作方式必然与这 8 种工作方式中的一种是最接近的，这为你提供了一个起点，帮助你找到一份适合而满意的工作。

每种工作方式的特性介绍如下。

### ✎ 发挥长处和利用技能

每个人都有自己的长处和技能。在喜欢的工作环境，以自然的工作方式工作，发挥自己的技能，对每个人来说都非常重要。只有这样，你才能更加关注如何学习并运用某些技能，使自己在最擅长的领域做得更好。如果在工作时顺应而不是违背自己感觉最自然的方式，你就会感到满足并能够产生动力。你将了解你所喜欢的领导和被领导的方式，以及在团队中可以做出哪些贡献。你更可以选择在哪些方面以及通过何种途径去拓展和提升你的技巧和能力。

### ✎ 了解影响工作满足感的因素

在工作中，我们不难发现有这样一些人，他们对自己的工作表露出明显的快乐和满足。比如，某个餐厅的服务员态度友善，总是充满热情地为顾客提供服务；

某个园艺工人对自己精心设计和打理的花园充满骄傲和自豪感。他们都运用了自己自然的工作方式，也许在他们心里还有其他的心愿和目标，但这不能掩盖一个事实，他们享受自己的工作并乐在其中。另一方面，我们会遇到很多工作不适合自己的的人，如脾气暴躁的公务员、老师、水电工人，表现急躁的销售经理……这一切，也许仅仅是因为他们不能运用自己自然的方式去工作。如果觉得工作枯燥的教师能够从事软件设计的工作，他也许会开心许多。因此，认识自己自然的工作方式可以帮助你找到工作和个人满足感之间的微妙关系。

### ➤ 做出更好的职业选择

我们已经知道，不同的工作和活动适合不同的人，并带来不同程度的满足感。弄清自然工作方式将帮助你选择合适的工作。你可以多加留意自己做事的细节，以确保你所选择的工作能反映出你的个人处事方式以及你独特的工作技能和心理。因为我们相信，就像一个玫瑰爱好者，只有你自己才能决定你用何种途径去显示你对玫瑰的喜爱，是经常购买玫瑰、亲手种植玫瑰，还是经常画玫瑰。

### ➤ 为未来的转变未雨绸缪

社会的变化要求我们不断地调整自己，几乎每个人都会受工作转型的影响，业务流程的变化、某些工种的消失，以及科技的进步都在改变着我们工作的方式，尤其是在当今社会，在职人士需要终生学习。思考、学习、掌握不断发展的管理方法对于工作的成功缺一不可。了解自己的自然工作方式有助于更加自如地适应未来。

不论在工作中还是在生活中，原地踏步就意味着退步。世界变化如此迅速，如果我们只是埋首于自己当下的工作，当我们抬起头来，就会发现自己曾经安身立命的一席之地已经丧失殆尽！因此经常评估职场形势、自我选择以及现实状况，并不断修正职业发展的方向就显得非常重要。只有这样，我们才能够努力朝自己设定的目标前进。弄清了什么是更适合自己的职业，你就可以决定获取何种信息、学习何种技能。

### ➤ 识别寻找发展的领域

与上面提到的 8 种工作方式的优势对应，每种工作方式的人都有其不擅长或

不喜欢的活动。例如，一个富于想象力的人从事基于数字的预算规划工作时，会觉得力不从心；而认真严谨的工人可能会缺乏必要的灵活性。即使一个人最终能够找到自己满意的工作方式，在喜欢的工作方式以外，他也一定会遇到挑战以及不喜欢的活动。除了需要定位自我自然的工作方式并加以运用之外，很多时候你也需要找出需要发展的领域，这将会有助于你在履行工作职责时，关注到那些能使工作更有效率的技能和策略。

### ✎ 持续的个人发展

人的一生充满变化和发展，当职业生涯开始的时候，你就应该开始尝试借助工具测试自己的喜好。当逐渐成熟时，或许你已经学会如何利用自己的自然工作方式，扬长避短。随着时间的流逝，你也许会选择或接受以前从未尝试过的新挑战，参加你从前回避参加的活动，担当以前拒绝担当的角色，这也是自然工作方式的延伸。

我们个人的境遇、生活方式，以及面对选择时考量的因素，都会随着时间转变。人际关系、角色、生理和心理状态、健康状况，甚至地点的改变，都会让我们必须重新评估自己的目标和选择时的优先次序。无疑，通过了解自然工作方式，可以帮助你做出明智的决定，让你更加适应职业和人生的不断发展，不断提高个人生活和工作的满意度。

### ✎ 提高自我接受度

清楚自己独特的工作方式及与之相关的优势，对于个人职业的发展大有益处。在生活中，我们经常会发现，自己在做一些更适合其他人做的工作。如果我们稍微思考一下，真正用心去了解自己的工作方式，可能就会发现你天生的优势。

理解和欣赏自己的工作方式和喜好，有利于提高自我接受度。与此同时，当你了解了他人的工作方式时，你会变得更加宽容，并且愿意接纳别人。与同事在工作上的冲突可能仅仅因为工作方式的不同，与同事一起讨论工作方式的异同，是改进工作人际关系的第一步。

### ➤ 提升职业满意度

了解自然工作方式有助于从事让自己感到满足的工作。通过加深对自己的了解，你能正确选择职业方向，找到令自己满意的工作。在人的一生中，工作占用了很大部分的时间，如果能找到自己的自然工作方式，你在这上面所花费的时间和精力无疑是十分值得的。

### 如何使用本书

在接下来的一章里，我将介绍性格类型的相关理论。我们在上面提到的 8 种工作方式，其背后的理论基础就是性格类型理论。当你确认自己的性格偏好后，就可以通过完成一份问题表单，找出你属于这 8 种工作方式中的哪一种。

当你明确了自己的工作方式后，就可以直接阅读具体描述你性格类型的相关章节的内容了。从中你可以了解自己与工作相关的喜好，也可以更加具体地理解哪些工作让你满意，哪些工作让你不满意。这些章节为你量身定做的资料将揭示出获得职业满足感的秘密。这些结论是建立在几十年来有关性格和工作喜好的研究基础上的。

在每一章里，都包含了大量的信息和数据，这些信息和数据来自从事各种不同职业的各种人。通过这些信息，你会发现和你一样性格类型的人是如何得到职业满足感的。同时你也会看到一份职业清单，包括了与你性格类型相同的人所认为的对于他们来说有意义和有价值的工作。通过这些章节的描述，我们不仅能够向你建议有价值的职业类型，同时也解释了在工作中你的特别偏好、优势和技能。不仅如此，我们在书中还将就如何发挥和强化个人优势提出有用的建议，更会对你需要改进的方面提出提醒，并为你提供增强适应能力的建议和策略。

当你仔细阅读描述你性格类型的那章的内容时，请你记住，在这个世界上你是独一无二的个体，你对自我需要、技能、兴趣及劣势的了解每深入一点，都会进一步清晰明确你的个人选择。阅读这些资料并根据个人情况完成练习，反省自己和生活中那些与你具有相同工作方式的人的异同。这些有用的练习和概括性的图表会为你完成这个自我探索旅程提供有用的帮助。

通过上述对自己性格及工作方式的分析，就可以做出明智的职业选择。这个

过程的挑战在于，你必须确保你所选择和努力的方向就是自己想要的。我们经常会犯这样的错误：忽略自己所选择的职业道路，最终才惊觉自己已经在某个你并不想身处的其他地方。

同时，第 11 章和第 12 章中的职业生涯规划过程讲述了如何将自然工作方式应用于所处的环境中。在第 11 章，你会就自己的工作需要和偏好进行评估，从而了解如何使自己在职业中找到满足感。在第 12 章，你会掌握怎样做出合适的职业选择，完成自我职业定位，做出深思熟虑的职业决策。通过以上过程，你才能够成为自我职业发展的掌控者，确保找到和自己的自然工作方式高度匹配的工作。

## 第2章 MBTI 性格分析工具简介



性格的差异与生俱来，这正好形成区分不同人的重要特征。比如，我们会觉得某些人天生就比较容易相处，有些人天生小心谨慎、井井有条，另外一些人则善于变通。基于此，众多关于性格的分析模型或工具被开发出来，协助我们了解和分辨人的不同性格类型。本书所使用的性格分析理论以著名心理学家卡尔·荣格（Carl Jung）的理论为起点，他的理论研究人们在收集信息以及决策方面的不同倾向，同时也向我们展示了人在适应周围外部环境时的不同倾向。

对于性格类型，过去的几十年里不同领域的研究人员进行了大量的研究，研究资料和成果包含关于性格如何影响职业选择以及工作时的习惯的丰富信息。了解性格类型，的确能够为人们如何选择满意的职业或者职业环境提供具有价值的参照和辅助。

在荣格的性格类型理论问世之后，美国一对著名的母女心理学家组合，凯瑟琳·碧斯（Katharine Cook Briggs）与她的女儿依莎贝尔·碧斯·美亚（Isabel Briggs Myers）在理论上对其进行了优化和改良，并经过近40年的不断研究和完善，使之成为今天的 Myers-Briggs Type Indicator（MBTI）性格分析工具。作为一个科学的分析工具，MBTI 性格分析工具须经过专业认证培训师的培训之后才可应用。如果你对此有兴趣，可联络美国心理类型协会（APT），他们会为你推荐你所在的地区有丰富经验的专家。

秉持发掘个人优势和天生禀赋的理念，MBTI 性格分析工具从诞生伊始就与其他通常使用所谓“常态”和“非常态”对比分析的性格分析工具不同，以其“摒弃主观判断”的原则而与众不同。了解性格类型特点，就可以在工作 and 生活中更积极地发挥自己的优势和长处。

想要了解自己的性格类型，首先需要辨识收集信息、决策的方式，以及在日常生活中与外界交流互动的方式。在 MBTI 性格分析工具中，这些特征被概括为4组对应的倾向组合。在每组倾向组合中，我们天生更偏好其中某一种倾向。从

每组对应倾向中，选出最符合自己性格的一个，据此可以得出一组由4个英文字母表示的性格倾向组合，即16种性格类型之一。我们将逐一为读者解读每种性格倾向，在此过程中，你可以根据本书的描述，选择最为符合自己的性格倾向，从而找出自己的性格类型。

## 内向型/外向型

内向/外向倾向组合描述了不同人与外界的互动方式。外向型的人通常比较关注外界，以行动为导向，而内向型的人则性格内敛，喜欢思考。

### 外向型 (E)

“我们讨论一下吧。”

外向型的人通常倾向于：

- 注意力集中于外部环境，通过与外界的互动，包括交流、行动获取和处理信息；
- 不喜欢复杂的程序，难以长时间专注于一件事情，尤其在需要独立完成的时候；
- 与他人合作分享、讨论和处理信息时的学习和工作效率最佳；
- 在处理事情的时候，喜欢提出问题引发讨论；
- 实际行动或公开讨论是认知和了解外部环境的最佳途径。

### 内向型 (I)

“让我想想。”

内向型的人通常倾向于：

- 沉浸于自我内心世界，通过思考、自省吸收和消化外部信息；
- 喜欢安静的工作环境，长时间专注于一项工作；
- 在有充足的时间自己去了解和处理相关信息时的学习和工作效率最佳；
- 三思而行，因此对于被要求即时回应或立即行动时感觉别扭；
- 不轻易向外界展示自己的才能和力量，因此其能力很多时候被低估。

在日常生活中，每个人都会用到这两种倾向，但只对其中的一种较为偏爱，运用起来自然而感觉舒畅。对于你来说，你比较倾向于：

外向型 (E)

内向型 (I)



## 实感型 / 直觉型

实感 / 直觉倾向组合界定了不同人获取信息的方式，实感型的人通常关注事实和数字，而直觉型的人对于抽象的模型或者概念兴趣浓厚。

### 实感型 (S)

“请告诉我具体事实。”

实感型的人通常倾向于：

- 在通晓全局之前，了解具体的事实和细节；
- 关注事实本身多于事实背后的含义；
- 喜欢条理清晰的信息资料和工作任务；
- 有规律、固定的工作节奏；
- 对于那些复杂的、需要与不可知的未来相关并且需要花费大量时间去完成的工作任务，往往会失去必要的耐心或感到沮丧；
- 喜欢需要运用实感能力的工作。

### 直觉型 (N)

“我要了解全局。”

直觉型的人通常倾向于：

- 热衷于了解事实背后的含义，以及局部事实如何组合在一起形成整体。更多地将注意力集中在事实背后的隐喻、可能性以及其中的关联，多于事实和数字本身；
- 对琐碎的细节缺乏耐心，更喜欢了解宏观大局；
- 喜欢学习新知识，掌握新技巧，钻研问题，对于缺乏新意、常规的事情容易感觉沉闷；
- 在工作和学习中，经常从一个主意或者工作任务跳到另外一个主意或工作上去。他们更有可能表现出突如其来的冲劲，多于表现出持久的耐力。

在日常生活中，每个人都会用到这两种倾向，但只对其中的一种较为偏爱，运用自然而感觉舒畅。对于你来说，你比较倾向于：

实感型 (S)

直觉型 (N)