


QUELLE

Personnalité!

Une introduction aux types de personnalité
d'après Carl Jung & Isabel Myers



Par
Mary McGuiness

®TYPE
ASSOCIATION
BENELUX 

Publié en Australie par MaryMac Books, Sydney.

Quelle *Personnalité!*

Une introduction aux types de personnalité
d'après Carl Jung & Isabel Myers

par Mary McGuinness

Sommaire

Théorie de la Personnalité	3
Comportements liés aux préférences MBTI	4
Développement de la personnalité	5
Les huit fonctions jungiennes	6
Style de communication	8
Le stress et la fonction inférieure	10
Les quatre tempéraments	11
Description des types:	
ESFP	12
ESTP	14
ENFP	16
ENTP	18
ENFJ	20
ESFJ	22
ENTJ	24
ESTJ	26
ISFJ	28
ISTJ	30
INFJ	32
INTJ	34
ISTP	36
INTP	38
ISFP	40
INFP	42
L'indicateur de personnalité Myers-Briggs®	44
Références	44

Le contenu de ce livre est basé sur les travaux de Carl Jung et d'Isabel Myers. Les descriptions des types contenues dans ce livre sont une compilation des données partagées par des milliers de participants aux ateliers de Mary MacGuinness durant les 16 dernières années. Un remerciement tout particulier s'adresse aux personnes qui ont partagé leurs histoires personnelles ainsi qu'à Noel Davis et Margaret Hartzler, pour avoir transmis leur connaissance de la théorie des types. Les enfants de Mary, Catherine et Damian, ont également apporté leur contribution en illustrant les types de personnalité et en l'encourageant à terminer ce livre.

Un remerciement tout particulier pour leur précieuse collaboration à Nicole Abras, Monique De Pourcq, Danielle Vincart, Lieve Vermeulen, qui ont contribué à la traduction en langue française.

Copyright © 2004 Mary McGuinness

Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée dans un système de recherche d'information ou transmise sous quelque format, par quelque média ou de quelque manière que ce soit, électronique, mécanique, par photocopie, enregistrement ou autre, sans l'autorisation écrite et préalable de l'éditeur.

Published by:
MaryMac Books
P.O. Box 629
Epping NSW
Australia 1710
www.marymac.com.au
Tel/Fax: +612 9868 5476

Édition Française:
HOGI
Weertstraat 66
B-2880 Bornem
www.hogi.be
Tel: +32 (0)52 37 68 54
Fax: +32 (0)52 37 68 55

Distribution:
Type Association Benelux
Meerstraat 3
B-2880 Bornem
www.type-association.org
Tel: +32 (0)52 37 68 54
Fax: +32 (0)52 37 68 55

ISBN: 90 809 878 24
NUR 773

Front cover layout et design: Pixelcraft

Le Myers-Briggs Type Indicator® et le MBTI® sont des marques déposées du Myers-Briggs Trust aux Etats-Unis et dans les autres pays.

Les différences de personnalité

Ne vous êtes-vous jamais demandé pourquoi vous vous entendez plus facilement avec une personne plutôt qu'avec une autre ? Savez-vous pourquoi vous êtes plus attiré par certaines personnes ou pourquoi certaines personnes semblent parler votre langage dès la première rencontre ? Comment se fait-il que certains événements vous stressent alors que des personnes de votre entourage les trouvent passionnants et stimulants ?

Vous trouverez des réponses à ces questions en explorant certaines différences normales et naturelles de personnalité. Nous partageons un bon nombre de caractéristiques très spécifiques de la personnalité ou préférences avec certaines personnes et, de ce fait, nous nous trouvons souvent attirés par ces mêmes personnes. Nos préférences naturelles influencent ce que nous aimons ou n'aimons pas, et peuvent expliquer pourquoi nous subissons un stress dans certaines situations. Ce livre explique ces différences de personnalité et vous aidera à comprendre vos besoins personnels, motivations et schémas comportementaux, et la façon dont votre personnalité s'est développée durant votre vie. Cela vous donnera également une idée des raisons pour lesquelles d'autres personnes sont différentes de vous, afin de vous permettre d'apprécier ces différences.

Cette théorie de la personnalité est basée sur le travail du psychiatre Suisse Carl Jung (1875 - 1961). Jung a observé qu'une bonne partie des comportements humains qui paraissent être le fruit du hasard suivent en réalité des modèles clairs et prévisibles liés à quelques différences fondamentales de la personnalité. Dans son livre "Types psychologiques", Jung décrit les différences de personnalité chez des personnes normales et saines. Ces différences indiquent nos talents naturels et nos forces. Elles influencent notre comportement, notre manière de communiquer et d'interagir dans la vie quotidienne, au travail et à la maison.

Les quatre Fonctions

La théorie des types psychologiques de Jung repose sur deux processus mentaux : la Perception et le Jugement.

La "Perception" est le processus de recueil d'informations par la sensation ou par l'intuition. Le processus de **Sensation** se focalise sur les informations concrètes et tangibles observées par nos cinq sens : ce que nous voyons, entendons, goûtons, sentons et touchons. L'**Intuition** perçoit les informations sous forme d'idées ou de concepts, se focalisant sur les connexions, les possibilités, les modèles et la signification.

Le "Jugement" se réfère à la manière dont nous traitons les informations pour prendre nos décisions. Les deux processus de "Jugement" impliquent le fait de soupeser les informations d'une manière rationnelle. La fonction **Pensée** utilise la logique et l'analyse pour prendre les décisions. La fonction **Sentiment** soupèse les valeurs et les relations humaines comme critères de décision.

Ces processus Sensation, Intuition, Pensée et Sentiment indiquent la manière dont nous préférons utiliser notre esprit. On les appelle fonctions ou processus mentaux.

Les quatre Attitudes

Jung décrit les deux manières différentes dont nous puisons notre énergie : Les gens qui ont une préférence pour l'**Extraversion** portent leur attention sur le monde extérieur se rapportant aux gens, aux choses et aux événements. Ils recherchent régulièrement une stimulation dans le monde extérieur.

Les gens qui ont une préférence pour l'**Introversion** portent leur attention sur le monde intérieur se rapportant aux idées, aux pensées et aux sentiments. Ils ont tendance à consacrer calmement du temps à la réflexion.

En se basant sur les processus mentaux de Jung, Isabel Myers (1897-1980) et sa mère Katherine Briggs (1875 - 1968) ont créé une quatrième dimension, appelée le **Jugement** et la **Perception**. Ces préférences indiquent si une personne organise sa vie dans le monde extérieur en prenant des décisions (Jugement) ou en recueillant des informations (Perception).

L'Extraversion, l'Introversion, le Jugement et la Perception sont appelés des Attitudes.

Préférences

Tout comme la plupart des gens ont une tendance naturelle à être gauchers ou droitiers, nous montrons tous également des tendances ou préférences en ce qui concerne notre comportement et notre personnalité. Le tableau ci-dessous met en évidence huit préférences de personnalité. Chaque personne est capable d'utiliser et de développer les huit préférences mais sera en général plus à l'aise avec une des préférences de chaque paire.

Les comportements et aptitudes qui sont en relation avec nos préférences naturelles se développeront rapidement et facilement dans un environnement positif et encourageant. Au contraire, les comportements et aptitudes qui ne correspondent pas à nos préférences naturelles demanderont plus d'efforts et risquent de générer un stress lors de leur développement.

Rappel

- Chacun de nous a ses préférences spontanées.
- Les préférences indiquent nos talents naturels.
- La préférence n'est pas identique à la compétence.
- Les préférences sont innées.
- Le type de personnalité se développe durant toute la vie.
- Le type de personnalité ne détermine pas notre comportement.

Les Quatre Paires de Préférences			
D'où tirez-vous votre énergie?	E Extraversion <input type="checkbox"/> Une préférence pour le monde extérieur des gens, événements et activités	I Introversion <input type="checkbox"/> Une préférence pour le monde intérieur des idées, pensées sentiments et impressions.	
Comment préférez-vous recueillir les informations?	S Sensation <input type="checkbox"/> Concentré sur les expériences du passé et du présent ce qui a été expérimenté par les cinq sens	N Intuition <input type="checkbox"/> Concentré sur les modèles, possibilités futures et la signification derrière les idées	
Comment prenez-vous vos décisions?	T Pensée <input type="checkbox"/> Sur la base de la logique et des principes, le plus objectivement possible	F Sentiment <input type="checkbox"/> Soupèse les valeurs et tient compte de l'impact sur les gens	
Comment vous comportez-vous dans le monde extérieur?	J Jugement <input type="checkbox"/> Préférence pour le planning et l'organisation dans le monde extérieur, cherche à conclure	P Perception <input type="checkbox"/> Préférence pour la spontanéité et la flexibilité dans le monde extérieur, prêt à explorer de nouvelles options	

Comportements liés aux préférences MBTI®

Sur quoi concentrez-vous votre attention et votre énergie ?

Extraversion **E**

Sont tournés vers l'extérieur, expressifs
Dynamisés par l'interaction
Entament la conversation
Agissent avant de réfléchir
Sociables - faciles à connaître
Ont de vastes centres d'intérêts
Ont un besoin régulier d'interaction
Plus intéressés par les événements extérieurs
Préfèrent communiquer oralement
Apprennent mieux par l'action ou l'interaction

Introversion **I**

Réfléchis, calmes
Dynamisés lorsqu'ils sont seuls
Attendent d'être invités
Réfléchissent avant d'agir
Réservés - plus difficiles à connaître
Ont quelques centres d'intérêts approfondis
Ont besoin de calme pour se concentrer
Plus intéressés par les réactions internes
Préfèrent communiquer par écrit
Apprennent le mieux par la lecture et la réflexion

Comment préférez-vous recueillir les informations ?

Sensation **S**

Perçoivent principalement par les 5 sens
Se concentrent sur les faits et les détails
Se fient à l'expérience concrète
Sont réalistes et observateurs
Préfèrent les applications pratiques
Utilisent une approche séquentielle
Se concentrent sur le présent ou le passé
Recherchent la stabilité
Développent une vue d'ensemble
Ont besoin de voir chaque partie pour comprendre la totalité

iNtuition **N**

Perçoivent principalement les modèles et les connexions
Se concentrent sur les possibilités et les pressentiments
Ont confiance dans les théories et les concepts
Imaginatifs et innovants
Préfèrent l'imagination
Utilisent une approche librement choisie
Se focalisent sur le futur
Recherchent des changements
Commencent par la vue d'ensemble
Ont besoin de voir la totalité pour comprendre chaque partie

Comment préférez-vous prendre vos décisions ?

Pensée **T**

Utilisent la logique pour prendre des décisions
Recherchent l'honnêteté et la vérité
Valorisent la compétence
Analysent et critiquent
Fermes et tenaces
Se concentrent sur la justice et l'impartialité
Questionnent - Se focalisent sur le pourquoi
Recherchent les raisons logiques
Se concentrent sur les objectifs et les tâches
Soupèsent les principes et les conséquences

Sentiment **F**

Utilisent les valeurs personnelles pour prendre des décisions
Recherchent l'approbation personnelle
Ont besoin d'appréciation
Font preuve d'empathie
Persuasifs et chaleureux
Se concentrent sur la reconnaissance et la compassion
Acceptent - Se focalisent sur le qui
Recherchent l'harmonie au niveau des valeurs et entre les gens
Se concentrent sur les personnes et les relations
Considèrent l'impact sur les gens

De quel degré de structure et de flexibilité avez-vous besoin dans le monde extérieur ?

Jugement **J**

Préfèrent l'ordre et la structure
Organisés et planifiés
Cherchent à finaliser
Se focalisent sur les objectifs à atteindre
Veulent contrôler les événements
Prennent rapidement des décisions
Systématiques et méthodiques
A l'aise avec les plans et les programmes
Apprécient de terminer un projet avant d'en commencer un nouveau
Ponctuels, respectent facilement les délais

Perception **P**

Flexibles
S'adaptent facilement au changement
Ouverts aux possibilités
Se concentrent sur les expériences de la vie
Veulent réagir sur le moment
Explorent toutes les options avant de décider
Non contraires, accommodants
Préférence pour la spontanéité
Apprécient de travailler sur plusieurs projets en même temps
Dynamisés par l'approche des échéances

L'une des deux préférences de chaque pôle a habituellement la préférence et est par conséquent mieux développée

Mes préférences sont: _____

Développement de la personnalité

L'utilisation compétente des différentes fonctions demande de la pratique. Jung était convaincu que, bien que les fonctions soient présentes à la naissance, elles prennent du temps à se développer. Dans un environnement propice au soutien, un enfant ou un adolescent utilisera continuellement les fonctions qu'il préfère naturellement, de telle sorte que ces fonctions se développeront rapidement. Il passera habituellement peu de temps à utiliser les fonctions qui ne sont pas naturelles pour lui. Celles-ci se développeront par conséquent plus lentement. Jung et Myers étaient tous les deux conscients du fait que nous pouvons utiliser toutes les fonctions mais que certaines sont plus importantes et que, de plus, elles se développent selon un certain ordre.

Schéma habituel de développement des fonctions

L'ordre dans lequel les fonctions se développent est différent pour chaque type de personnalité. Le tableau de droite indique l'ordre typique de développement pour chaque type. L'âge approximatif auquel chaque fonction émerge est mentionné ci-dessous.

Première enfance (0 – 6 ans): Un enfant utilisera toutes les préférences, les expérimentant afin de voir lesquelles sont les plus confortables et lesquelles donnent les meilleurs résultats. La préférence pour E ou I est habituellement claire à cette période. D'autres préférences peuvent également être observées.

Enfance (6-12 ans): La fonction dominante se développe dans le monde préféré, E ou I. Cette fonction sera le pivot de la personnalité.

Adolescence (13-20 ans): La fonction auxiliaire se développe dans le monde opposé à la fonction dominante. Elle supporte la fonction dominante, lui fournissant un processus d'utilisation dans le monde le moins préféré. En d'autres termes, si la fonction dominante est extravertie, la fonction auxiliaire sera introvertie.

Début de l'âge adulte (20-35 ans): La troisième fonction (Tertiaire) se développe. Myers croyait que cette fonction se développait dans le même monde que la fonction auxiliaire. De récentes recherches suggèrent qu'elle se développe probablement dans le même monde que la fonction dominante.

Mi-Vie (35-50 ans): La quatrième fonction se développe dans l'attitude la moins préférée. Elle est habituellement la moins développée des fonctions et celle qui se déclenche le plus probablement en cas de stress. Elle est parfois appelée la fonction inférieure. Si cette fonction est bien développée, elle peut être utilisée efficacement tout en étant parfaitement contrôlée.

Intégration(+50 ans): L'énergie est employée à développer et intégrer toutes les fonctions, en apprenant à les utiliser à bon escient.

Individuation - le voyage vers l'intégration

Jung était convaincu que nous avons un besoin inné de nous développer afin d'intégrer tous les aspects de notre personnalité. Pendant l'enfance ou l'adolescence, nous consacrons notre énergie au développement des préférences qui nous sont les plus naturelles et confortables. C'est de cette manière que se forme notre style de personnalité ou notre type. Lorsque nous atteignons l'âge adulte, les circonstances de la vie exigent que nous développions les fonctions les moins préférées, ce qui nous permet de nous adapter. Le développement des fonctions les moins préférées exige souvent des efforts et du courage, car nous nous montrons maladroits lorsque nous commençons à les utiliser. Avec l'expérience, nous pouvons développer les compétences associées à ces préférences afin de déployer notre potentiel caché.

La vie adulte est un voyage intérieur à la recherche de notre moi profond. Afin de réaliser cela, nous devons oser lâcher le contrôle conscient de nos fonctions dominantes et auxiliaires. Les fonctions tertiaire et inférieure acquièrent alors suffisamment d'espace pour se développer et peuvent être intégrées à notre personnalité. Ceci permet à notre moi profond d'émerger. Jung appelle cela le processus d'individuation.

L'ordre d'importance et l'ordre de Développement des Fonctions pour les types.

	1.	2.	3.	4.
ISTJ	Si	Tè	Fi	Ne
ISFJ	Si	Fe	Ti	Ne
INTJ	Ni	Tè	Fi	Se
INFJ	Ni	Fe	Ti	Se
ISTP	Ti	Se	Ni	Fe
INTP	Ti	Ne	Si	Fe
ISFP	Fi	Se	Ni	Tè
INFP	Fi	Ne	Si	Tè
ESTP	Se	Ti	Fe	Ni
ESFP	Se	Fi	Tè	Ni
ENFP	Ne	Fi	Tè	Si
ENTP	Ne	Ti	Fe	Si
ESTJ	Tè	Si	Ne	Fi
ENTJ	Tè	Ni	Se	Fi
ESFJ	Fe	Si	Ne	Ti
ENFJ	Fe	Ni	Se	Ti

1.Dominante 2.Auxiliaire 3.Tertiaire 4.Inférieure
e= monde extérieur i= monde intérieure

Un exemple : ISTJ et ENFP

Les enfants **ISTJ** sont généralement calmes, pragmatiques, organisés et responsables. Ils observent les faits et les détails, respectent les règles et l'autorité. A l'adolescence, lorsque leur préférence pour la Pensée se développe, ils prennent des décisions basées sur la logique et sur des faits objectifs. Ils organisent le monde extérieur de façon méthodique, systématique, car l'ordre est très important pour eux.

Les **ISTJ** ne font pas confiance à l'intuition et souvent ne partagent pas leurs sentiments. A l'âge adulte, lorsque la fonction Sentiment se développe, ils peuvent ressentir des émotions intenses qui les submergeront. Le grand défi pour les **ISTJ** est d'apprendre à faire confiance aux pressentiments générés par leur fonction Intuition. Cette dernière fonction ne s'épanouit en général pleinement qu'après l'âge de 40 ans.

Les enfants **ENFP** s'en remettent surtout à leur intuition et à leur imagination. Ils se montrent moins attentifs aux détails et aux choses pratiques. A l'adolescence, lorsque la fonction Sentiment se développe, ils s'interrogent au sujet de valeurs profondément enracinées, et mettent souvent en question les règles et l'autorité. Ils éprouvent fréquemment des problèmes à organiser leur emploi du temps et ne se montrent pas assez assertifs car ils sont en quête d'harmonie. A l'âge adulte, lorsque la fonction Pensée se développe, ils prennent plaisir à aborder les tâches et décisions selon une approche plus logique. Il leur est en outre plus facile d'exprimer leurs opinions. Le grand défi pour les **ENFP** consiste en la fonction Sensation. Ils ne font pas preuve d'un esprit très pratique. En outre, ils trouvent souvent difficile de regarder la réalité en face et de vivre dans le présent.

Un bon développement de la personnalité

Pour un bon développement de la personnalité, il n'est pas indispensable que toutes les fonctions évoluent de la même façon. Par contre, il faut que la fonction dominante et la fonction auxiliaire soient bien développées. En outre, vous devez être en mesure de solliciter les autres fonctions si nécessaire. Dans un développement normal, sain, la fonction dominante et la fonction auxiliaire seront toujours plus développées que les deux autres fonctions.

Les huit fonctions jungiennes

Chacune des fonctions de Sensation, Intuition, Pensée et Sentiment peut être utilisée dans le monde intérieur ou extérieur. Lorsqu'une fonction est utilisée dans le monde extérieur, elle s'exprimera différemment d'une fonction qui opère dans le monde intérieur. Carl Jung décrit huit fonctions de processus cognitifs (voir ci-dessous). Il est possible pour chacun de développer les huit fonctions, mais certaines seront plus naturelles pour un certain type, et se développeront plus facilement.

Chaque type de personnalité montre une préférence innée pour l'une des fonctions de perception et l'une des fonctions de jugement. Le tableau suivant l'expose dans les détails. L'une de ces fonctions sera la fonction Dominante et l'autre, la fonction de support ou la fonction Auxiliaire. Si vous préférez l'extraversion, votre fonction Dominante sera celle que vous utilisez dans le monde extérieur. Si vous préférez l'Introversiion, votre fonction Dominante sera celle que vous utilisez dans le monde intérieur.

La **Fonction Dominante** opère dans votre monde préféré et se développe habituellement pendant l'enfance. Elle prend le dessus dans votre personnalité et exerce l'influence la plus marquée pendant toute votre vie. La **Fonction Auxiliaire** supporte la Dominante et joue un rôle important en fournissant un contrepoids à votre personnalité. Elle se développe dans le monde opposé à celui de la Dominante, et provient d'une dichotomie différente. Ainsi par exemple, si la fonction Dominante est une fonction de perception extravertie, la fonction Auxiliaire sera une fonction de jugement introvertie. Ceci procure un équilibre sur les dimensions E-I et J-P.

Exemple : Pour un ENTJ, l'Intuition est introvertie et la Pensée extravertie (voir le tableau de l'autre page). Comme ce type préfère l'Extraversion, la Pensée est la fonction Dominante et l'Intuition est l'Auxiliaire. L'ENTJ utilise la Pensée logique pour organiser le monde extérieur et l'Intuition dans le monde intérieur pour traiter les concepts et visionner le futur.

Les fonctions de Perception

<p>Se Sensation extravertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Expérience sensorielle</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les détails perçus par les cinq sens • La stimulation sensorielle du monde extérieur • Ce qui est expérimenté dans le présent • Ce qui est réel et tangible <p>La Sensation Extravertie est la fonction Dominante chez les ESFP et les ESTP, et la fonction Auxiliaire chez les ISFP et les ISTP.</p> <p>Cette préférence a pour effet que les individus se concentrent sur la réalité du présent, sur ce qu'ils peuvent voir, toucher, goûter, entendre et sentir. Leurs observations sont détaillées et précises. Ils se montrent réalistes et dépendent leur énergie en appréciant le moment présent, en faisant des choses et en s'amusant. Les autres les voient comme des personnes réalistes. Ils peuvent éprouver des difficultés à faire confiance à leur imagination.</p>	<p>Ne Intuition extravertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Explorer les possibilités</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le fait de générer des possibilités pour le futur • Les modèles et les connexions • Les nouvelles idées et nouvelles manières de faire les choses • Ce qui sort de l'imagination <p>L'Intuition extravertie est la fonction Dominante chez les ENFP et les ENTJ, et la fonction Auxiliaire chez les INFP et les INTJ.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour l'Intuition extravertie se concentrent sur ce qui pourrait être plus que sur ce qui est. Ce stimulus externe enclenche leur imagination, qui leur fait alors voir de nombreuses possibilités nouvelles et différentes. Ils apprécient les brainstormings et essayer de nouvelles choses. Les autres les voient souvent comme des agents du changement. Ils peuvent éprouver des difficultés à traiter les réalités concrètes et à terminer les tâches.</p>
<p>Si Sensation introvertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Mémoire sensorielle</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les impressions éprouvées par l'expérience sensorielle dans le passé • La réalité interne et les sensations du corps • Ce qui est connu par l'expérience • La comparaison du présent avec l'expérience passée <p>La Sensation Introvertie est la fonction Dominante chez les ISFJ et les ISTJ, et la fonction Auxiliaire chez les ESFJ et les ESTJ.</p> <p>Cette préférence conduit les individus à comparer la réalité du présent aux impressions archivées du passé. Ils ont confiance en ce qu'ils connaissent par expérience et tenteront de résister au changement jusqu'à ce qu'ils soient convaincus que c'est utile ou que cela fonctionnera mieux. Les autres les verront souvent comme des observateurs paisibles. Ils peuvent avoir des difficultés à entrevoir de nouvelles manières et possibilités.</p>	<p>Ni Intuition introvertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Intuition visionnaires</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une vision de ce qui est possible • Des objectifs pour le futur • Des symboles et des images de l'inconscient • Un ensemble de modèles et systèmes <p>L'Intuition introvertie est la fonction Dominante chez les INFJ et les INTJ, et la fonction Auxiliaire chez les ENFJ et les ENTJ.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour l'Intuition introvertie voient les choses de manière symbolique. Ils possèdent une riche imagination abstraite et l'expriment souvent par des poèmes ou des métaphores. Ils focalisent leur énergie vers l'objectif fixé. Les autres les voient souvent comme des visionnaires, des gens perspicaces et des innovateurs. Ils peuvent avoir des difficultés à voir les choses comme elles sont dans le monde extérieur.</p>

La Dynamique des Types

Type	Fonctions	Type	Fonctions
ISTJ	SiTe	ISFJ	SiFe
ESTJ	SiTe	ESFJ	SiFe
ISTP	SeTi	ISFP	SeFi
ESTP	SeTi	ESFP	SeFi
INTJ	NiTe	INFJ	NiFe
ENTJ	NiTe	ENFJ	NiFe
INTP	NeTi	INFP	NeFi
ENTP	NeTi	ENFP	NeFi

La fonction dominante est la fonction que vous utilisez dans votre monde préféré

Les fonctions de Jugement

<p>Te Pensée extravertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Résultats logiques</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les tâches - ce qui doit être fait • Les buts, priorités, stratégies et procédures • L'organisation logique • La compétence et l'efficacité dans ce qu'ils entreprennent <p>La pensée extravertie est la fonction dominante chez les ESTJ et les ENTJ, et la fonction Auxiliaire chez les ISTJ et les INTJ.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour la Pensée extravertie sont pragmatiques, ils traduisent leurs pensées en possibilités d'applications et tiennent compte des buts et résultats. Ils organisent le monde extérieur en systèmes logiques. Ils analysent à voix haute les problèmes et utilisent la logique pour convaincre les autres. Les autres peuvent les considérer comme centrés sur les tâches. Ils peuvent éprouver certaines difficultés à comprendre les gens et à entrer en relation avec ceux qui travaillent à la tâche.</p>	<p>Fe Sentiment extraverti <input type="checkbox"/></p> <p><i>Harmonie avec les autres</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les besoins des gens • Le fait de créer l'harmonie et de faire plaisir aux autres • Un comportement approprié à chaque situation • Le fait de créer des liens avec des gens ou groupes particuliers <p>Le Sentiment extraverti est la fonction Dominante chez les ESFJ et les ENFJ, et la fonction Auxiliaire chez les ISFJ et les INFJ.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour le Sentiment extraverti essaient de créer une harmonie aussi bien au travail qu'à la maison. Ils se montrent motivés par l'affirmation personnelle et l'approbation. Ils négligent souvent leurs propres besoins et peuvent se perdre en tentant de répondre aux besoins des autres. Les autres peuvent les considérer comme étant axés sur autrui. Ils risquent d'éprouver des difficultés à gérer des conflits ou à voir les conséquences logiques des décisions.</p>
<p>Ti Pensée introvertie <input type="checkbox"/></p> <p><i>Analyse interne</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le pourquoi de ce qui a été fait • La construction de cadres et modèles dans le monde intérieur • La clarification et la précision • La compétence dans l'analyse, la classification et le classement <p>La Pensée introvertie est la fonction Dominante chez les ISTP et les INTP, et la fonction Auxiliaire chez les ESTP et les ENTP.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour la Pensée introvertie sont davantage concernés par les principes et les idées que par les résultats. Ils confrontent les nouvelles informations avec leurs cadres internes ou modèles. Ils remettent souvent en question les manières de penser établies. Les autres peuvent les considérer comme sceptiques. Ils peuvent avoir des difficultés avec le relationnel et le pragmatisme de leurs pensées.</p>	<p>Fi Sentiment introverti <input type="checkbox"/></p> <p><i>Valeurs universelles</i></p> <p>Focalisation sur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les valeurs universelles comme la paix, l'amour et la liberté • La défense des gens et des causes • Un comportement en accord avec leurs valeurs internes • La prise de décisions basées sur leurs valeurs. <p>Le Sentiment introverti est la fonction Dominante chez les ISFP et les INFP, et la fonction Auxiliaire chez les ESFP et les ENFP.</p> <p>Les individus qui ont une préférence pour le Sentiment introverti évaluent les choses selon leurs propres valeurs internes plutôt que selon les valeurs du groupe ou de la société. Ils sont non-conformistes. Ils ressentent le monde et peuvent être submergés par des sentiments de tristesse, de joie, de chagrin ou de culpabilité. Les autres peuvent les considérer comme non-conformistes ou têtus. Ils risquent d'éprouver des difficultés à exprimer clairement leurs valeurs.</p>

Styles de communication

Par chaque chose que nous faisons ou disons, nous communiquons un message aux autres. La communication a plusieurs visages : elle peut être verbale, écrite ou non verbale via le comportement et l'expression corporelle. Chaque préférence de notre type de personnalité aura un impact sur la communication. Lorsque nous communiquons par des mots, oralement ou par écrit, notre style de communication se base sur l'une ou plusieurs des huit fonctions décrites aux pages 6 et 7.

L'orientation des fonctions

Chaque type de personnalité comprend deux fonctions. L'une est orientée vers le monde extérieur (vers le « dehors ») et l'autre vers le monde intérieur (vers le « dedans »). La fonction que vous utilisez dans le monde extérieur est celle qui tend à prendre le dessus dans la communication. C'est pourquoi les quatre principaux styles de communication sont : Se, Ne, Te et Fe.

Si deux individus partagent le même style de communication, il est fort probable que leur conversation sera plus aisée et que chacun se sentira compris et entendu. Si deux individus ayant des styles de communication différents essaient de communiquer, l'interaction pourra sembler maladroite et frustrante, comme s'ils parlaient des langages différents. Leur communication s'améliorera si l'un s'adapte au style de communication de l'autre. Ceci peut se passer d'une manière inconsciente, mais parfois une personne peut consciemment choisir de passer de son style naturel de communication à un autre style, qui reflète le langage d'une autre personne.

Exemple: ENFP et ISTJ

Lorsqu'un ENFP parle à un ISTJ, ils peuvent, au premier abord, éprouver quelques difficultés à se comprendre. L'ENFP préfère l'Intuition extravertie et voudra explorer le sujet par le biais d'un brainstorming, en trouvant des connexions entre les différentes idées. Il ne voudra habituellement pas prendre de décision ou clore le sujet avant d'avoir exploré assez d'idées et généré de nombreuses possibilités. D'autre part, l'ISTJ préfère la Pensée extravertie et voudra conclure rapidement. Les ISTJ analyseront le sujet d'une manière logique, en utilisant les données disponibles, et pourront être frustrés par la focalisation des ENFP sur les possibilités futures plus que sur la réalité présente. Afin que la communication se fasse, l'un et l'autre ou les deux devront s'adapter mutuellement au style de communication de l'autre.

Style de communication	Types
(Se) Sensation extravertie	ESFP, ESTP, ISFP, ISTP
(Ne) Intuition extravertie	ENFP, ENTP, INFP, INTP
(Te) Pensée extravertie	ESTJ, ENTJ, ISTJ, INTJ
(Fe) Sentiment extraverti	ESFJ, ENFJ, ISFJ, INFJ

Communiquer avec les fonctions Perception

Comment communique le type Sensation extravertie:

Partage les faits et les détails.
Se concentre sur le moment présent.
Parle en langage littéral et donne des instructions détaillées.
Utilise des mots comme vrai, sens, faire, plaisir, faits.

Le Challenge: Visualiser la vue d'ensemble et la façon dont les choses se connectent entre elles. Voir les possibilités derrière les faits et ce qui est observable.

Communiquer avec le type Sensation extravertie:

Mettez l'accent sur l'expérience réelle de la vie ou sur des exemples.
Soyez spécifique - couleur, temps, forme, bruit, goût, etc.
Terminez vos phrases et indiquez lorsque vous changez de sujet.
Commencez par les détails et construisez la vue d'ensemble.
Donnez des instructions spécifiques.

Comment communique le type Intuition extravertie:

Partage des idées, concepts et théories, des vues d'ensemble.
Est axé sur le brainstorming de possibilités futures.
Parle en langage global, généralisations, métaphores.
Utilise des mots comme imagine, rêves, possible, idées.

Le Challenge: Etre spécifique et considérer les données basées sur la connaissance des faits. Se focaliser sur la réalité et l'expérience.

Communiquer avec le type Intuition extravertie:

Laissez-le explorer librement les idées et les possibilités.
Regardez au-delà des faits pour détecter les implications.
Ne le surchargez pas d'une foule de faits.
Commencez par la vue d'ensemble et montrez-lui comment les faits s'y intègrent.
Donnez des instructions globales sans spécifier chaque étape.

Les Attitudes E-I

Souvent, les attitudes d'Extraversion ou d'Introversion influencent la manière de communiquer, l'énergie et l'enthousiasme avec lesquels on exprime ses idées et ses sentiments, et indiquent quelle personne initie la communication.

Les individus qui préfèrent l'Extraversion entament souvent la conversation et expriment rapidement leurs pensées et sentiments. Ils ont souvent besoin d'exprimer leurs idées afin de les préciser, ce qui implique qu'ils changent parfois de point de vue au cours de la discussion. Ils pensent à haute voix. Le challenge pour les individus qui préfèrent l'extraversion est de passer plus de temps à réfléchir sur leur style de vie souvent très chargé. Sans réflexion, le danger d'une vie extravertie consiste en un manque de direction.

Les individus qui préfèrent l'Introversion attendront souvent d'être invités à participer à la conversation. Ils traitent habituellement leurs pensées et sentiments intérieurement et peuvent ne pas les exprimer vis-à-vis des autres. Ce processus intime n'est généralement pas évident pour l'entourage. Parfois, ils réfléchissent mentalement à une conversation et croient qu'ils ont eu cette conversation avec une autre personne. Le challenge pour les individus qui préfèrent l'Introversion est d'exprimer leurs idées et sentiments à haute voix afin que les autres puissent les comprendre. De cette manière, ils exerceront en outre un impact sur le monde extérieur.

Les Attitudes J-P

Les attitudes J-P influencent ce sur quoi la communication se concentre : la communication est-elle axée sur le résultat et l'objectif, ou plutôt sur le partage d'informations et d'expériences ?

Les individus qui préfèrent la Perception vont tenter de communiquer sans trop rechercher de conclusion, en rassemblant des informations qu'ils partageront également volontiers. Ils émettront peu de jugements et ne rechercheront habituellement pas la conclusion d'un sujet, donnant la préférence à l'exploration des données. Si vous écoutez un individu qui montre une préférence pour la Perception, faites attention car il donnera son opinion pendant la conversation, mais ne supposez pas pour autant qu'il ait déjà pris une décision. Il partagera généralement d'abord de nombreuses informations ou idées avant de prendre une décision. Ensuite, il sera toujours ouvert au changement.

Les individus qui préfèrent le Jugement se montrent habituellement plus déterminés et décidés lorsqu'ils communiquent. Ils expriment leurs opinions, émettent des jugements sur des sujets et recherchent une conclusion définitive pour clôturer le débat. Ils énoncent souvent une opinion afin d'engendrer des débats ou de nouveaux points de vue. Lorsqu'ils ont pris une décision, ils sont peu disposés à en changer. Si vous communiquez avec un individu qui montre une préférence pour le Jugement, ne présumez pas qu'il ne désire pas entendre votre point de vue. Et assurez-vous de disposer de toutes les informations nécessaires avant de décider.

Communiquer avec les fonctions Jugement

Comment communique le type Pensée extravertie:

Utilise la logique pour convaincre les autres.
Agence et séquence les idées.
Exprime des pensées logiques.
Utilise des mots comme pense, critère, logique, résultat, priorité.

Le Challenge: Comprendre les besoins des gens.
Savoir comment convaincre les gens à accepter leurs idées.

Communiquer avec le type Pensée extravertie:

Débattez et mettez ses idées au défi.
Présentez logiquement les faits et idées.
Soyez direct, parlez des résultats que vous envisagez.
Partagez vos sentiments mais ne perdez pas le contrôle de vos émotions.
Confirmez ses idées et compétences.

Comment communique le type Sentiment extraverti:

Crée une harmonie par l'utilisation de son langage personnel.
Entre en relation avec les gens par des mots et par le langage du corps.
Se concentre sur les sentiments et l'impact sur les gens.
Utilise des mots comme valeur, relation, sentir, aimable.

Le Challenge: Exprimer ses propres points de vue, même lorsqu'ils peuvent ne pas créer l'harmonie. Se détacher de ses émotions.

Communiquer avec le type Sentiment extraverti:

Utilisez un langage personnel pour établir la relation.
Expliquez les avantages pour les gens.
Faites preuve de tact lorsque vous donnez un feed-back.
Reconnaissez que les relations et sentiments sont importants.
Assurez-le que sa contribution est précieuse.

Le Stress et la fonction Inférieure

Définition du stress?

De nombreux événements ou personnes peuvent nous donner un sentiment de stress mais ces stimuli externes ne sont en fait pas du stress. Le stress provient de l'intérieur. Il s'agit d'un inconfort corporel ou physique que nous ressentons en réponse à ces événements ou personnes extérieures. Parfois, cette gêne peut être agréable, excitante, comme lorsque que l'on participe à une compétition pour gagner un prix ou une récompense. Parfois, ce malaise peut être déplaisant ou stressant, comme lors d'un conflit au travail ou en cas de difficultés financières. Nous pouvons prendre des mesures pour réduire le stress, mais nous devons d'abord en identifier la cause. Qui ou quel élément est à la base de ce stress? Pourquoi réagissons-nous de cette manière?

Les différences de personnalité ont un impact important sur la manière dont nous expérimentons le stress et dont nous y répondons. Certaines personnes ou situations peuvent déclencher en nous des sentiments d'inquiétude, de peur, de culpabilité ou d'impuissance, alors qu'une autre personne considèrera cette même situation comme captivante. La compréhension de votre type de personnalité vous permet de comprendre pourquoi certaines choses vous stressent et comment y remédier. Vous pouvez entreprendre des actions pour éliminer le stress de votre vie, changer le comportement qui le génère ou encore, changer la façon d'y répondre.

La fonction inférieure

Pour chaque type de personnalité, la quatrième fonction ou fonction inférieure est celle qui génère le plus de situations stressantes, quoique la fonction tertiaire puisse aussi y contribuer de temps en temps. La quatrième fonction est appelée la fonction inférieure lorsqu'elle est hors de contrôle. La fonction inférieure sera plus vraisemblablement hors de contrôle lorsqu'une personne est mise sous pression par des causes extérieures, comme la maladie ou la fatigue ou qu'elle est sous l'influence de la drogue. Tant que cette fonction sera faiblement développée, le comportement sera enfantin ou primitif et engendrera un processus de défense.

Lorsque la fonction inférieure prend le dessus, nous serons souvent trop sensibles à la critique, émotionnellement chargés et incapables de discuter de manière rationnelle. Parce que qu'elle est habituellement faiblement développée, elle reste en général dans l'inconscient. Elle est intimement liée à notre monde inconscient. Ce monde caché peut contenir des souvenirs refoulés du passé ou des peurs, et des aspects de nous-mêmes que nous n'avons pas gérés et préférons occulter. D'autre part, il peut aussi receler un potentiel inexploité, des capacités et talents que nous n'avons pas encore découverts. Lorsque la fonction inférieure perd le contrôle, certaines de ces choses cachées peuvent remonter à la surface. Cela nous donne l'opportunité de traiter ces problèmes, de telle sorte que nous ne devrions plus les craindre. La fonction inférieure joue par conséquent un rôle essentiel dans le développement de la personnalité.

Comment gérer la fonction inférieure

- Retournez dans votre monde préféré en utilisant votre fonction dominante ou tertiaire.
- Donnez-vous plus de temps. La fonction inférieure est plus lente que la dominante.
- Relativisez, jugez-vous avec humour.
- Reconnaissez que certaines choses peuvent être plus difficiles pour vous à cause de votre type de personnalité.
- N'utilisez pas votre fonction inférieure si vous êtes stressé.
- Soyez modeste. Demandez de l'aide si nécessaire.
- Jouez. Prenez le temps de développer votre fonction inférieure lorsque vous n'êtes pas stressé.
- Nourrissez la totalité de votre personne : l'esprit, le corps, les émotions.

Comportements que vous pouvez observer lorsque la fonction inférieure prend le contrôle.

Lorsque la Sensation extravertie (Se) est inférieure :

- Risque de sensiblerie ou de dépression
- Risque de se laisser submerger par des faits que l'on ne peut plus ignorer
- Risque de se lancer dans une quête sans fin de stimulation
- Risque d'hyper-organisation du monde extérieur

Lorsque la Sensation introvertie (Si) est inférieure :

- Risque d'ignorer les besoins corporels tels que le sommeil et la nourriture
- Risque d'intérêt excessif envers les soins corporels
- Risque de focalisation sur des détails sans importance
- Risque de dépression et de perte d'intérêt

Lorsque l'Intuition extravertie (Ne) est inférieure :

- Risque d'ignorer les faits et les détails
- Risque de confusion ou d'impulsivité
- Risque d'éprouver des difficultés à trouver des solutions à un problème
- Risque de focalisation sur les possibilités négatives

Lorsque l'Intuition introvertie (Ni) est inférieure :

- Risque d'anxiété et de peur du futur
- Risque de confusion intérieure et de désespoir
- Risque de dépression
- Risque de perte de mobilité physique

Lorsque la Pensée extravertie (Te) est inférieure :

- Risque de contrôle et de rigidité de la pensée
- Risque de juger que l'on est, ou que les autres sont incompetent(s)
- Risque de crainte d'une perte de contrôle
- Risque de condamner les autres et de critiquer de manière destructrice

Lorsque la Pensée introvertie (Ti) est inférieure :

- Risque d'éprouver des pensées négatives sur soi ou sur les autres
- Risque d'effondrement émotionnel
- Risque de tirer des conclusions irréalistes
- Risque de ne plus pouvoir penser clairement ou comprendre les concepts

Lorsque le Sentiment extraverti (Fe) est inférieur :

- Risque d'hypersensibilité ou de sentimentalisme
- Risque de devenir insensible aux autres
- Risque d'hypersensibilité ou d'éprouver la sensation de ne pas être apprécié
- Risque d'éprouver des difficultés à exprimer ses sentiments

Lorsque le Sentiment introverti (Fi) est inférieur :

- Risque d'hyper-focalisation sur les sentiments intérieurs
- Risque d'être accablé par les émotions
- Risque d'hypersensibilité aux critiques
- Risque d'éprouver un sentiment de solitude, d'inutilité ou d'incompétence

Les quatre Tempéraments

Depuis des siècles, l'homme essaie de comprendre et de décrire la personnalité. L'une des premières tentatives de description de la personnalité provient du savant grec Hippocrate, en 450 av. J.-C. Celui-ci décrivait quatre modèles de base de la nature humaine qui déterminent notre comportement, et qu'il appelait les tempéraments sanguin, lymphatique, nerveux et bilieux.

Dans le livre de David Keirsey et Marilyn Bates « Please Understand Me » (1984), on retrouve une version moderne de la théorie des tempéraments. Les auteurs appellent ces quatre tempéraments le Gardien, l'Artisan, l'Idéaliste et le Rationnel. Ils décrivent également la relation entre les quatre tempéraments et les seize types de personnalité établis par Isabel Myers. Bien que ces deux théories se soient développées à partir de deux histoires différentes et

se concentrent sur différents aspects de la nature humaine, elles donnent ensemble un riche aperçu des différentes personnalités et une explication du comportement humain.

Pour chacun des tempéraments, Keirsey et Bates décrivent les besoins particuliers qui dirigent notre comportement. Ce sont précisément ces comportements qui garantissent la satisfaction de nos besoins.

Chaque tempérament peut être lié à quatre types de personnalité:

Gardien:	ESFJ, ESTJ, ISFJ, ISTJ
Artisan:	ESFP, ESTP, ISFP, ISTP
Idéaliste:	ENFP, ENFJ, INFP, INFJ
Rationnel:	ENTP, ENTJ, INTP, INTJ

<h3>Gardien – Investigateur (SJ)</h3> <p>Responsable, fiable Se focalise sur le passé, les anciennes habitudes Désire sécurité, routine et prévisibilité Aime être utile Épargne et conserve Logique, pratique Apprécie les règles et l'autorité Se fie à l'expérience Apprécie les cérémonies et les prix Travaille dans le maintien de l'ordre et des institutions Attiré par le monde des affaires et des services</p> <p>Besoins: Structure et ordre Récompense Responsabilité Devoir</p> <p>Aversions: Désorganisation Manque de respect envers l'autorité</p>	<h3>Idéaliste – Catalyseur (NF)</h3> <p>Imaginatif, innovateur Se focalise sur le futur Désire l'approbation, l'harmonie et la coopération Initialise croissance et développement Authentique, empathique Romantique, idéaliste Possède un code d'éthique personnel exigeant Se fie à l'inspiration et à l'imagination Apprécie d'aider les autres à atteindre leur potentiel Travaille à développer le potentiel des autres Attiré par le travail avec les personnes</p> <p>Besoins: Signification Identité Harmonie Singularité</p> <p>Aversions: Hypocrisie Désaccord</p>
<h3>Artisan – Négociateur (SP)</h3> <p>Réaliste, factuel Se focalise sur le présent Veut un feed-back immédiat Négociateur naturel et dépanneur Spontané, impulsif Aime la variété Aime le mouvement et les activités qui impliquent une participation active Optimiste Apprécie l'amusement et le côté espiègle Travail souvent tactique - fait les choses Attiré par le travail actif, physique</p> <p>Besoins: Liberté Action Amusement Faire impression</p> <p>Aversions: Règles et hiérarchie Routine</p>	<h3>Rationnel – Inventeur (NT)</h3> <p>Analytique, inventif Se focalise sur le futur Autocritique, fixe ses propres standards Penseur indépendant Recherche la justice et l'impartialité Demande pourquoi ? Pourquoi pas ? Et si ? Aime les modèles et les théories Apprécie la connaissance et la compréhension Apprécie la recherche et la résolution de problèmes Travail impliquant souvent planning stratégique et conception Attiré par les sciences, la technologie et la recherche</p> <p>Besoins: Compétence Liberté intellectuelle Maîtrise Accomplissement</p> <p>Aversions: Incompétence Qu'on lui dise ce qu'il doit penser</p>

ESFP

Ordre des Fonctions:	Dominante	Se
	Auxiliaire	Fi
	Tertiaire	Te
	Inférieure	Ni
Tempérament:	Artisan (SP)	

Forces

Les ESFP sont réalistes, amusants, honnêtes et serviables. Ce sont des bons vivants pleins d'humour, qui recherchent constamment l'action et la stimulation. Négociateurs naturels, ils excellent à motiver les autres et à encourager les attitudes positives. Les ESFP aiment faire plusieurs choses en même temps et donner le meilleur d'eux-mêmes en cas de crise. Ils sont flexibles et spontanés, rapides pour analyser une situation et pour la traiter. Ils ont besoin d'action et de liberté, dans leur vie privée comme au travail.

La fonction dominante des ESFP est la Sensation extravertie. Cela leur permet de vivre dans le moment présent et d'absorber beaucoup d'informations détaillées du monde qui les entoure. La fonction de support des ESFP est le Sentiment introverti, ils basent dès lors leurs décisions importantes sur des valeurs personnelles profondes. Ils aiment avoir un bon nombre de gens autour d'eux pour interagir, et ont la capacité de les faire rire.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins préférées des ESFP sont la Pensée extravertie et l'Intuition introvertie. Les ESFP sont souvent impatients et peuvent agir avant de réfléchir. S'ils s'ennuient, ils seront facilement démotivés et peuvent commencer une série de tâches mais ne pas les terminer. Les ESFP ne sont pas naturellement des organisateurs. S'ils manquent de discipline, ils n'atteindront pas ce qu'ils désirent dans la vie. Ils peuvent éprouver des difficultés à avoir une vue d'ensemble. Les ESFP peuvent devenir confus s'il y a trop d'options, et avoir du mal à s'imposer, désirant plaire aux autres.

Communication

Le Sentiment extraverti des ESFP se concentre sur des faits, des détails et sur la réalité de la situation présente. Ils observent et se rappellent beaucoup de détails, y compris les aspects non-verbaux, mais s'ennuient avec trop de détails provenant des autres. Ils détestent les longues explications ou conférences, préférant aller au but rapidement.

Les ESFP sont confiants, enthousiastes, et aiment s'amuser. Ils adorent raconter des blagues, des histoires, des anecdotes et ont beaucoup d'humour. Ils préfèrent la communication honnête et franche. Leur langage tend à être réaliste, amical et littéral. Ils peuvent éprouver des difficultés avec les symboles et métaphores. Leur fonction de Sentiment étant introvertie, ils ont des difficultés à exprimer ce qu'ils ressentent. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, faites appel à leurs valeurs et négociez ou demandez-leur tout simplement ce que vous voulez.

Relations

Les ESFP aiment les relations chaleureuses, calmes, sans problèmes et espiègles. Dans leurs relations, ils apprécient l'honnêteté, le sens de l'humour et désirent qu'on leur fasse confiance. Ils attendent également des marques d'affection physique. Ils sont très sensibles aux sentiments des autres et essayeront généralement de faire plaisir aux autres et de maintenir l'harmonie. Ils finissent par connaître les personnes rapidement.

Les ESFP ont généralement beaucoup d'amis, mais ils peuvent ne se sentir proches que de quelques-uns et éprouver un sentiment de solitude. Vu qu'ils traitent leurs sentiments intérieurement, ils ont habituellement du mal à les extérioriser, mais se montrent très clairs quant à ce qu'ils apprécient. Ils éviteront souvent les conflits jusqu'à ce que quelqu'un viole l'une de leurs valeurs les plus profondes.

Style d'apprentissage

Les ESFP sont réalistes et pratiques. Ils apprennent plus en faisant qu'en écoutant ou en lisant. Ils perçoivent l'information par leur Sensation extravertie, recueillant les détails par le biais de ce qu'ils voient, touchent, goûtent, entendent ou sentent. Dans une salle de classe, ils s'ennuient s'ils n'ont pas quelque chose à faire et peuvent devenir distraits et difficiles. Les ESFP veulent apprendre rapidement et en s'amusant. Le contenu doit être lié aux expériences de la vie réelle, avec des résultats pratiques. Les ESFP apprennent mieux dans un environnement de support et d'interaction.

Les ESFP apprécient les sujets pratiques impliquant l'étude de manuels, et les sujets présentant une structure réglementée très claire, comme les langues. Ils aiment la musique, le chant, la danse ou le sport. Ils liront des choses qui les intéressent, comme des histoires avec beaucoup d'action, des livres décrivant le fonctionnement des choses ou des biographies. Ils peuvent trouver l'école difficile parce qu'ils s'ennuient quand il y a trop de théorie, trop de détails et de paroles. Ils peuvent avoir du mal avec la rédaction, et éprouver des difficultés à explorer la signification de quelque chose ou à imaginer quelque chose qu'ils n'ont pas expérimenté.

Au travail

Au travail, les ESFP apprécient les défis et les crises. Ils aiment avoir l'occasion de dépanner et ont un désir élevé de faire une différence dans le monde. Les ESFP peuvent travailler dans une structure aussi longtemps qu'il y a règne de la liberté. Ils ont besoin de liberté physique, de flexibilité, de variété et de spontanéité au travail. Leur besoin d'action peut parfois être confondu avec un besoin de conclusion. Les ESFP s'ennuient dans la routine et trouveront souvent des moyens de créer la stimulation et l'amusement.

Les ESFP se concentrent sur les résultats. Ils négocieront souvent ce qu'ils veulent obtenir et peuvent sortir des frontières ou des règlements. Les ESFP ne sont habituellement pas impressionnés par les règlements, la hiérarchie, la position ou le statut. Ils ignorent souvent les règlements s'ils n'ont pas de sens pour eux ou s'ils sont en conflit avec leurs valeurs. Ils ne violeront pas nécessairement les règlements mais aiment savoir qu'ils ont la liberté de le faire. Ils sont peu susceptibles de terminer leur travail s'ils n'en voient pas l'utilité.

Orientations professionnelles

Les ESFP se retrouvent souvent dans des carrières qui impliquent le dépannage, la médiation, la négociation ou l'activité physique. Ils peuvent se retrouver également dans des carrières comme la vente, la technique, le travail de maintenance, le commerce, la gestion de petites entreprises, l'assistance à l'enfance, les voyages, les loisirs, le marketing, le sport, la production, la sécurité et les arts du spectacle.

Rôle au sein de l'équipe

Les ESFP apportent amusement et encouragement dans une équipe. Ils raffolent des contacts avec les personnes et excellent à les motiver et à créer une sphère harmonieuse au sein de l'équipe. Bien qu'ils aient besoin de variété, ils aiment avoir une certaine routine dans leur travail afin de pouvoir se concentrer sur les personnes. Ils préfèrent les projets à court terme, puis souhaitent avancer. Ils peuvent parfois éprouver des difficultés à rester concentrés et à respecter les délais.

Style de leadership

En tant que managers ou superviseurs, les ESFP se concentreront sur les gens et sur la création d'une harmonie dans l'équipe. Ils ne sont habituellement pas autoritaires dans leur rôle de leader car ils préfèrent laisser de la liberté aux membres de l'équipe. Ils lanceront souvent un projet, puis trouveront quelqu'un qui a les qualifications pour le mener à bien tandis qu'eux-mêmes passeront à autre chose.

Les forces des ESFP incluent leurs capacités à motiver et à encourager les membres de leur équipe et à permettre à l'équipe de s'amuser tout en travaillant. Les difficultés peuvent se produire s'ils deviennent trop distraits ou trop amicaux et perdent de vue les résultats ou échéances.

Stress pour les ESFP

Causes de stress

Les principales causes de stress chez les ESFP sont la perte de liberté et la solitude. Ils détestent être liés ou contrôlés par des personnes ou des échéances et n'apprécient généralement pas les projets à long terme. Le fait que les ESFP aient besoin de liberté signifie qu'ils peuvent facilement se sentir stressés par des situations ou des personnes inflexibles. Ils peuvent éprouver des difficultés à rester dans les limites des contraintes financières.

La plus grande partie du stress chez les ESFP provient de l'utilisation de leurs fonctions les moins appréciées, l'Intuition et la Pensée. Trop d'informations, trop d'options ou trop de choses à faire immédiatement risquent de provoquer de la confusion chez eux, et ils oublieront alors des choses importantes, comme par exemple l'endroit où ils ont garé leur voiture. Ils sont souvent stressés par des relations conflictuelles, par des personnes à l'esprit limité ou critique, ou encore par les gens qui manquent de bon sens. Ils se montreront stressés par les gens qui ne peuvent pas prendre de décisions efficaces ou qui ne prendront pas les mesures nécessaires pour réaliser ce qu'ils veulent.

Comportement sous le stress

Quand les ESFP sont stressés, ils risquent de se sentir vulnérables et bouleversés, et de voir les choses sous un aspect bien pire qu'elles ne le sont en réalité. Ils peuvent craindre l'échec et se montrer inquiets de ce que les gens pensent à leur sujet. Ils peuvent se retirer et se sentir anxieux ou déprimés, ou exprimer leur colère et décider d'avancer. Les ESFP stressés perdent souvent leur spontanéité, deviennent confus, se sentent inappréciés et s'ennuient, ce qui peut les mener à la paresse ou à un comportement asocial. Si leur Intuition introvertie inférieure prend le dessus, ils risquent d'éprouver une crainte irréaliste de ce qui pourrait tourner mal. Dans certains cas, les ESFP peuvent ressentir une attirance soudaine envers une expérience mystique ou religieuse, ou envers une secte où les gens semblent s'amuser.

Si les gens ne gèrent pas leur problème de stress, ils risquent de se lancer dans des jeux psychologiques malsains afin de réduire les effets de ce stress. Les ESFP qui ne gèrent pas leur stress peuvent recourir au chantage ou à des jeux tels que la mauvaise humeur ou les accès de violence, un comportement à risque, l'ennui ou la dépression. La motivation inconsciente de ce comportement est de vouloir expérimenter la stimulation et la liberté, ou punir la personne qui les a privés de liberté. L'effet à long terme de ce comportement est qu'ils seront souvent privés de leur liberté.

Comment réduire le stress

Les ESFP auront souvent recours à l'activité physique, au divertissement, à la prise de risque ou aux nouvelles expériences pour réduire leur stress. Ils rechercheront habituellement la compagnie des autres, préférant l'interaction à la solitude. Il leur est utile de vérifier les faits et de se montrer réalistes dans une situation, de prendre du temps pour planifier, puis d'utiliser leurs valeurs pour décider de l'action appropriée avant d'agir. Pour rester en bonne santé et contrôler leur stress, il est essentiel que les ESFP valorisent leurs besoins fondamentaux de liberté et d'action.

Loisirs et divertissements

Les ESFP aiment l'amusement et le divertissement, préférant les événements sociaux décontractés. Ils recherchent la stimulation et l'interaction. Ils sont facilement démotivés s'ils ne sont pas activement impliqués. Ils apprécient souvent les activités extérieures ou celles qui les épuisent physiquement. Beaucoup s'engagent dans des sports d'équipe ou des sports parfois extrêmes comme le snowboard ou le parachutisme. Les ESFP peuvent exercer des activités en solitaire comme la moto, l'équitation, le surf ou la voile, en appréciant les aspects sensoriels de l'expérience. Ils aiment souvent la musique, la danse, les voyages, faire du shopping et jouer avec des enfants ou des animaux.

Les ESFP tendent davantage à lire des histoires réelles plutôt que des fictions. Ils aiment les histoires mouvementées avec de l'interaction. Ils préfèrent les films d'action et les comédies comme celles des « Marx Brothers », ou des histoires vécues de personnes qui luttent pour surmonter leurs problèmes, tels que les documentaires d'explorateurs. Pour les ESFP, la vie doit être amusante. Ils diront des choses comme « vous êtes ici pour prendre du bon temps, pas pour longtemps. Alors, tirez-en le meilleur ».

Développement des ESFP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ESFP sont habituellement espiègles et interactifs, intéressés par tout et chacun. La fonction dominante des ESFP est la Sensation extravertie, qui se développe pendant l'enfance. Les enfants ESFP sont constamment en activité, interagissant avec des personnes et des choses, et captant en grande quantité les faits et détails par le biais de leurs 5 sens. Ils sont actifs, demandent une stimulation constante, et s'ennuient rapidement s'ils n'ont rien à faire. Ils mettront beaucoup d'énergie dans une activité jusqu'à ce qu'ils n'en voient plus l'intérêt. Les ESFP interprètent le langage et les instructions littéralement et font confiance à ce qui est réel. Ils sont pleins d'humour, adorent être sous les feux de la rampe et s'amuser.

Les activités favorites des enfants ESFP se concentreront souvent sur les sports tels que le hockey, la natation, l'athlétisme, les activités en plein air et les jeux d'équipe, la collection de jouets, de pierres ou de cartes de héros, les comédies, l'assemblage de Lego, les jeux sur ordinateur ou les jouets qui se transforment, les plaisanteries et les tours de magie, le chant ou la pratique d'un instrument de musique. Ils préfèrent les activités qui impliquent l'interaction entre les personnes, les animaux ou les choses.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ESFP passeront du temps à réfléchir sur les choses qu'ils apprécient pendant qu'ils développent le Sentiment introverti. Ils prennent leurs décisions en utilisant des valeurs personnelles et traitent ces dernières intérieurement. Ils ont souvent du mal à exprimer leurs sentiments les plus profonds, et peuvent sembler timides. Ils se montrent honnêtes et sensibles à la douleur des autres, et aident volontairement leurs amis à résoudre leurs problèmes. Les ESFP ont besoin de beaucoup d'appui émotionnel. Ils ont également besoin de liberté et résisteront au contrôle. Ils répondent positivement aux conseils des adultes qui les comprennent et les encouragent à être eux-mêmes. Ils peuvent avoir des difficultés à s'affirmer et utilisent souvent l'humour pour éviter le conflit. Les ESFP ont généralement une vie sociale active et apprécient les activités comme le sport, la musique ou la danse. Ils peuvent trouver l'école frustrante en raison de l'accent qui y est mis sur la théorie plutôt que sur le travail pratique.

Trentaine (20 - 35 ans)

La troisième fonction, la Pensée extravertie, émerge pendant cette période. Le côté « bon vivant » des ESFP est toujours présent pendant cette période mais, comme la Pensée logique émerge, les ESFP deviendront plus assertifs, plus logiques dans leurs prises de décisions et moins préoccupés à éviter de blesser les autres. Ils peuvent même paraître agressifs lorsqu'ils commencent à prendre en charge leur vie et ressentir un degré plus élevé de liberté d'être eux-mêmes. Pendant cette période, certains ESFP vont envisager de nouveaux défis au travail ou dans les études. Ils peuvent se retrouver à démarrer des entreprises ou à entreprendre des études universitaires. Ils seront plus confiants dans l'expression de leur opinion et dans leurs prises de décisions.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À la quarantaine, les ESFP développent l'Intuition introvertie. Le style interactif « bon vivant » des ESFP est toujours présent, mais ils sont désormais plus à l'aise pour passer du temps à réfléchir seuls. Leurs réflexions intérieures sont des temps d'inspiration où ils se concentrent sur les possibilités et les visions du futur. Ils se montrent plus intéressés par une vue d'ensemble des concepts et des théories. Ils prêtent moins d'attention aux détails et aux réalités pratiques et peuvent même se prendre à rêvasser et à oublier certaines choses. Ils commenceront à se concentrer sur l'appréciation des symboles et la signification qui se cache derrière la réalité. Pendant qu'ils explorent leur Intuition introvertie, les ESFP peuvent se sentir attirés par l'interprétation des rêves ou par la méditation. Comme ils deviennent plus innovateurs pendant cette période, leur créativité est susceptible d'augmenter.

ESTP

Ordre des Fonctions:

Dominante	Se
Auxiliaire	Ti
Tertiaire	Fe
Inférieure	Ni

Tempérament:

Artisan (SP)

Forces

Les ESTP sont animés, réalistes, pragmatiques et bons-vivants. Ils apprécient la vérité et l'honnêteté, et ont constamment besoin d'action et de stimulation. Ils se montrent flexibles et spontanés, rapides pour juger une situation et pour la traiter. Ils sont en recherche constante d'action et de liberté, dans leur vie privée comme au travail. Leur attitude est telle qu'ils peuvent faire n'importe quoi.

La fonction dominante des ESTP est la Sensation extravertie. Celle-ci leur permet de vivre le moment présent et d'absorber beaucoup d'informations détaillées du monde qui les entoure. La fonction de support des ESTP est la Pensée introvertie. Cela signifie qu'ils tendront à baser leurs décisions sur la pensée logique intérieure. Ils sont inventifs et capables d'improviser, ce qui les rend actifs dans la résolution de problèmes et en fait d'excellents négociateurs. Ils sont motivés par une crise et peuvent prendre rapidement des décisions.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins préférées des ESTP sont le Sentiment extraverti et l'Intuition introvertie. Ils peuvent éprouver des difficultés à avoir une vue d'ensemble et devenir confus s'il y a trop d'options. Parfois, ils ne se rendent pas compte qu'ils peuvent blesser les autres par leurs paroles ou leurs actions. Les ESTP sont souvent inquiets et il leur arrive d'agir avant de penser à une idée. S'ils s'ennuient, ils peuvent être démotivés et entreprendre de nombreuses tâches sans les terminer. Les ESTP ne sont pas naturellement organisés. S'ils manquent de discipline, ils peuvent ne pas réaliser ce qu'ils veulent dans la vie.

Communication

La Sensation extravertie des ESTP se concentre sur les faits, les détails et la réalité actuelle. Ils notent et se souviennent de beaucoup de détails mais s'ennuient avec les détails des autres. Ils détestent les longues explications et préfèrent arriver rapidement au but. Les ESTP sont doués pour interpréter le langage du corps et pour écouter leurs sentiments instinctifs. Les ESTP apprécient le feedback immédiat, honnête et direct. Ils aiment discuter des idées liées à des informations concrètes. Ils aiment traiter un problème, puis avancer. Ce sont souvent des négociateurs nés. Le langage des ESTP tend à être réaliste, impersonnel et littéral. Quand ils sont remis en question, ils se demandent s'ils ont raison ou tort en épluchant à nouveau les choses. Si vous voulez changer leurs idées ou comportements, donnez-leur des raisons logiques et négociez.

Relations

Les ESTP ont en général beaucoup d'amis mais peuvent éprouver des difficultés à nouer des relations intimes et se sentir seuls. Les gens peuvent avoir du mal à se rapprocher d'eux ou penser qu'ils n'ont pas de sentiments. Ils ignorent souvent les attentes sociales. Les femmes ESTP se sentent souvent plus à l'aise en compagnie d'hommes.

Les ESTP apprécient le feedback immédiat, honnête et direct. Ils aiment discuter des idées liées à des informations concrètes. Ils aiment traiter un problème, puis avancer. Ce sont souvent des négociateurs nés. Le langage des ESTP tend à être réaliste, impersonnel et littéral. Quand ils sont remis en question, ils se demandent s'ils ont raison ou tort en épluchant à nouveau les choses. Si vous voulez changer leurs idées ou comportements, donnez-leur des raisons logiques et négociez.

Style d'apprentissage

Les ESTP apprennent davantage par l'action que par l'écoute ou la lecture. Leur Sensation extravertie récolte l'information détaillée à travers ce qu'ils voient, touchent, goûtent, entendent ou sentent. Les ESTP sont souvent curieux de savoir comment les choses fonctionnent et aiment résoudre les problèmes. Ils veulent apprendre rapidement et, dans une salle de classe, ils risquent de s'ennuyer s'ils n'ont pas quelque chose à faire. S'ils s'ennuient, ils deviendront facilement distraits et difficiles. Les ESTP ont besoin d'interactions régulières et d'un professeur compétent, sinon ils seront rapidement démotivés.

Les ESTP apprécient en général les sujets pratiques et apprennent « sur le tas ». Ils aiment les matières comme les langues et la chimie, qui affichent une structure très claire et des règles. Ils apprécient souvent la musique ou le sport. Ils liront seulement si le sujet les intéresse. Il s'agira souvent de récits d'aventures avec beaucoup d'action ou de livres décrivant le fonctionnement des choses. Enfants, ils trouvent souvent l'école difficile parce la théorie avec trop de détails et trop de conversations avec le professeur les ennueie. Certains ESTP peuvent trouver la rédaction de textes difficile et éprouver des difficultés quand on leur demande d'explorer la signification de quelque chose ou d'imaginer une chose qu'ils n'ont pas expérimentée. Ils préfèrent parler de la réalité.

Au travail

Au travail, les ESTP aiment les défis et les crises. Ce sont des penseurs latéraux qui préfèrent avoir un bon nombre de choses à faire et résoudre des problèmes. Ils ont besoin de liberté physique, de flexibilité, de variété et d'occasions d'être spontanés. Leur besoin d'action rapide dans une situation peut être confondu avec un besoin de conclusion. La routine ennueie les ESTP et ils trouveront souvent une manière ou l'autre de l'interrompre. Ils peuvent fonctionner dans un environnement structuré aussi longtemps qu'ils y trouvent une certaine liberté.

Les ESTP se concentrent sur les résultats. Ils se donneront beaucoup de peine pour obtenir ce qu'ils veulent et peuvent sortir des frontières ou des règles. Les ESTP ne sont en général pas impressionnés par les règles, la hiérarchie, le statut ou la position. Ils ignorent souvent les règles s'ils n'en voient pas la logique. Ils ne violeront pas nécessairement les règles mais aiment savoir qu'ils ont la liberté de le faire. S'ils ne voient pas l'utilité de la tâche qu'ils doivent accomplir, ils sont peu susceptibles de la mener à bien.

Orientations professionnelles

Les ESTP se retrouvent souvent dans des métiers ou carrières qui impliquent le dépannage, la médiation ou la négociation. Cela peut inclure des activités comme la technique, le travail de maintenance, le commerce, la gestion de petites entreprises, l'entrepreneuriat, les loisirs, le marketing, le sport, les voyages, la production, la sécurité et les arts du spectacle.

Rôle au sein de l'équipe

Au sein d'une équipe, les ESTP contribuent à l'ambiance « fun » et à la clarté des idées. Ils aiment travailler dans une équipe qui a des objectifs clairs. Les ESTP se montrent très créatifs dans l'urgence. Ils recueillent une foule de données et les utilisent pour trouver de nouvelles manières de résoudre les problèmes. Une fois qu'un problème est résolu, ils passent à autre chose. De nombreux ESTP ne gardent le même emploi que pendant un ou deux ans. Ils peuvent parfois se montrer difficiles ou insolents et avoir des difficultés à respecter les délais.

Style de leadership

En tant que managers ou superviseurs, les ESTP se concentreront habituellement sur le résultat final et s'assurent que le travail est fait. Ils ne sont pas autoritaires dans le rôle de chef et préfèrent laisser une certaine liberté aux gens. Souvent, ils lanceront un projet et trouveront quelqu'un qui a les qualifications pour le mener à bien, tandis qu'eux-mêmes passeront à autre chose.

Les forces des ESTP incluent leurs capacités à recueillir et stocker de nombreuses informations, à lancer des projets et à faciliter le travail de l'équipe durant tout le projet. Les difficultés peuvent survenir s'ils agissent sans disposer de suffisamment d'informations, s'ils ne respectent pas les délais ou s'ils ne sont pas sensibles aux sentiments des autres.

Stress pour les ESTP

Causes de stress

Les principales causes de stress chez les ESTP sont la perte de liberté ou son opposé : trop de possibilités. Le besoin de liberté des ESTP signifie qu'ils peuvent facilement être stressés par des situations ou par des gens qui ne sont pas flexibles. Ils détestent être dominés ou commandés et peuvent éviter de s'engager ou même d'acheter une maison par crainte de perdre leur liberté.

Une grande partie du stress chez les ESTP provient de l'utilisation de leurs fonctions les moins appréciées, l'Intuition et le Sentiment. Trop de choses à faire ou trop de possibilités peuvent mener les ESTP à la confusion et ils s'inquiéteront excessivement de savoir s'ils font le bon choix. Les ESTP peuvent être également stressés par des gens qui affichent un comportement basé davantage sur les sentiments que sur la logique ou le bon sens. Par exemple, ils seront irrités par des personnes bouleversées au sujet de quelque chose mais qui ne changent rien à cette situation ou par des gens qui se montrent critiques sans connaître les faits.

Comportement sous le stress

Sous le stress, les ESTP peuvent devenir rigides, argumenter à l'excès ou déprimer. Ils se concentreront souvent sur les possibilités négatives, attendant que le pire se produise. Si leur fonction inférieure, l'Intuition introvertie, prend le dessus, ils peuvent éprouver une crainte irréaliste de ce qui pourrait mal tourner ou même avoir des prémonitions quant aux choses négatives qui pourraient se produire. Dans certains cas, ils se sentiront attirés par une expérience mystique ou religieuse. Ils peuvent tomber dans l'anxiété et la dépression ou exprimer leur colère et passer à tout autre chose. Les ESTP stressés perdront souvent leur spontanéité, se sentiront dépréciés et s'ennuieront. L'ennui engendra souvent la paresse ou un comportement difficile.

Si les gens ne gèrent pas leur stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire ce stress. Les ESTP qui ne font pas face au stress peuvent recourir au chantage, à des jeux tels que la mauvaise humeur ou des accès violents, un comportement risqué qui peut constituer un danger comme la délinquance, l'ennui ou une sérieuse dépression. Les motivations inconscientes de ce comportement sont l'envie d'expérimenter l'excitation et la liberté ou de punir la personne qui les a privés de liberté. A long terme, ce comportement risque souvent de les priver de leur liberté.

Comment réduire le stress

Les ESTP auront souvent recours à l'activité physique, à la prise de risque ou aux nouvelles expériences pour réduire le stress. Ils chercheront habituellement la compagnie des autres, préférant l'interaction à la solitude. Il leur sera utile de vérifier les faits et de faire preuve de réalisme quant à une situation ; de ce fait, ils utiliseront leur logique intérieure pour décider quelle est l'action la plus appropriée avant d'agir. Pour être en bonne santé et contrôler leur stress, il est essentiel que les ESTP respectent leur besoin fondamental de liberté et d'action.

Loisirs et divertissements

Les ESTP sont de bons vivants et des personnes amusantes. Ils recherchent la stimulation et apprécient le risque. Ils aiment être activement impliqués ou ils seront rapidement démotivés. Les ESTP apprécient souvent le grand air ou les activités qui épuisent leur énergie ; beaucoup s'engagent dans des sports extrêmes comme le snowboard ou le parachutisme. Ils peuvent faire des choses seuls comme la moto et l'équitation, en appréciant les aspects sensoriels de l'expérience. Ils aiment souvent la musique et la danse. Pour les ESTP, le « chemin pour y arriver » est la partie la plus amusante. Une fois à destination, par exemple lors d'une visite au Grand Canyon, ils s'exclameront « Je l'ai vu maintenant, allons ailleurs ! ».

Les ESTP préfèrent souvent les films d'action ou les récits d'aventures. Ils ont tendance à lire des livres traitant de situations réelles comme l'histoire, les domaines techniques qui les intéressent, les manuels sur le fonctionnement des choses ou des récits réalistes.

Développement des ESTP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ESTP sont habituellement très actifs et interactifs, intéressés par chacun et par tout. Ils sont énergiques, aiment s'amuser et prennent plaisir à être au centre de l'attention. La fonction dominante, La Sensation extravertie, se développe pendant cette période. Ainsi, les enfants ESTP sont constamment en activité, en interaction avec les personnes et les choses, et captent de grandes quantités d'informations par leurs 5 sens. Ils recueillent des faits et détails concernant la réalité. Ils ont besoin d'une stimulation constante et s'ennuient rapidement s'ils n'ont pas quelque chose à faire. Ils mettront beaucoup d'énergie dans une activité jusqu'à ce qu'ils n'en voient plus l'intérêt. Les ESTP interprètent le langage et les instructions littéralement et s'en remettent à ce qui est vrai. Ils sont pleins d'humour et aiment être sous les feux de la rampe.

Les activités favorites des enfants ESTP se concentrent habituellement sur des activités réelles et concrètes. Celles-ci incluent souvent le sport, les activités en plein air, les collections de jouets, de pierres ou de cartes de football, l'assemblage de choses mécaniques, les « Lego » ou les puzzles ; les jeux d'ordinateur ou les jouets qui se transforment ; jouer des tours, les pièces de théâtre. Ils préfèrent les activités qui ont un but, par exemple monter à cheval pour ramener le bétail. Les ESTP s'identifient souvent aux héros sportifs ou à des personnages d'action comme « Spiderman » ou « Bart Simpson ».

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ESTP consacrent plus de temps à la réflexion et à l'analyse intérieure puisque qu'ils développent leur pensée introvertie. Ils prennent leurs décisions en utilisant la logique, mais les autres peuvent ne pas comprendre leur processus de pensée car celui-ci est intérieur. Ce qu'ils observent, c'est que les ESTP sont honnêtes et vrais et disent ce qu'ils pensent. Ils ont besoin de liberté et résistent au contrôle. Ils répondent positivement aux conseils des adultes qui les comprennent et les encouragent à être eux-mêmes. Ils ont en général une vie sociale active mais peuvent trouver l'école frustrante en raison de l'importance donnée à la théorie plutôt qu'au travail pratique. A cette période, les ESTP peuvent sembler timides, sérieux et peu disposés à partager leurs émotions.

Trentaine (20 - 35 ans)

La troisième fonction, le Sentiment extraverti, émerge pendant cette période. Cette période peut être confuse pour les ESTP qui se sentent plus à l'aise avec la prise de décision logique et sont maintenant plus sensibles aux sentiments des autres. Ils se concentreront plus sur les valeurs et les relations à ce moment de leur vie et se rendront plus vite compte de ce qui est important pour eux. Leurs décisions seront désormais influencées par des valeurs personnelles aussi bien que par la logique. Les ESTP réagiront avec plus de tact, deviendront parfois sentimentaux et plus facilement susceptibles. Bien qu'ils s'intéressent davantage aux relations personnelles et à l'intimité, ils peuvent souvent trouver pesant de se rapprocher de quelqu'un.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À la quarantaine, les ESTP développent leur Intuition introvertie. Leur style interactif, « qui profite de la vie », est toujours présent, mais ils se sentiront désormais plus à l'aise pour passer du temps seuls à réfléchir. Leurs réflexions intérieures sont des périodes d'inspiration où ils se concentrent sur les possibilités du futur et sur les vues d'ensemble des concepts et théories. Ils prêtent moins attention aux détails et aux réalités pratiques et peuvent se prendre à rêvasser et oublier certaines choses. Ils peuvent même commencer à apprécier les symboles et la signification qui se cache derrière la réalité. Certains ESTP trouveront qu'explorer leur monde intuitif intérieur est un peu effrayant et risque de les conduire au plus profond de leur psyché. La créativité des ESTP peut augmenter pendant cette période puisqu'ils deviennent plus innovateurs. Ils auront leurs meilleures inspirations quand ils seront seuls.

ENFP

Ordre des Fonctions:	Dominante	Ne
	Auxiliaire	Fi
	Tertiaire	Te
	Inférieure	Si
Tempérament:	Idéaliste (NF)	

Forces

Les ENFP sont spontanés, enthousiastes, optimistes, innovateurs et centrés sur les gens. Ils sont idéalistes et apprécient les relations et l'intimité. Ils ont besoin de savoir qu'ils font une différence dans la vie des gens et dans le monde.

La fonction dominante des ENFP est l'Intuition extravertie, ils ont dès lors besoin de nombreuses interactions et apprécient les nouvelles expériences. Ils « scannent » leur environnement pour y trouver des idées et connexions, et sont constamment en quête de changement. Les ENFP travaillent par à-coups d'inspiration et croient que tout est possible. La fonction auxiliaire des ENFP étant le Sentiment Introverti, ils basent leurs décisions importantes sur des valeurs personnelles profondes. Ils aiment avoir de nombreuses personnes dans leur entourage pour interagir, et s'efforcent d'aider les gens à atteindre leur potentiel.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins prisées des ENFP sont la Pensée extravertie et la Sensation introvertie. Les ENFP sont souvent impatients et il leur arrive d'agir avant de penser. Ils ont des difficultés à s'imposer car ils veulent éviter les conflits et maintenir l'harmonie. Beaucoup d'ENFP éprouvent des difficultés avec les détails et les questions pratiques, et peuvent ne pas voir la réalité. Souvent, ils s'engagent trop et ont ensuite des difficultés mener à bien leurs projets ou à respecter les délais. Ils n'ont pas un sens inné de l'organisation et s'ils manquent de discipline, ils risquent de ne pas arriver à atteindre leurs objectifs.

Communication

Le langage des ENFP tend à être global, positif, spontané et souvent teinté d'humour. Leur Intuition extravertie voit des connexions dans chaque chose et désire confronter leurs idées avec celles des autres. Souvent, ils s'interrompent sans le vouloir car leurs idées arrivent trop rapidement. Ils parlent librement d'eux-mêmes, mais ne partagent leurs sentiments profonds qu'avec des proches. Leur fonction Sentiment étant introvertie, ils ont besoin de temps pour réfléchir avant de pouvoir parler de sujets importants. Les ENFP veulent s'affirmer pour ce qu'ils sont. Ils attendent une communication honnête et ouverte et ont souvent des difficultés à communiquer avec les gens négatifs et obtus. Si vous désirez changer leurs idées ou leur comportement, explorez les possibilités avec eux et montrez-leur comment un changement peut être bénéfique.

Relations

Dans une relation, les ENFP recherchent l'intimité et l'authenticité ainsi que la prévenance et l'humour. Entretenir de bonnes relations est la chose la plus importante dans la vie des ENFP. Ils feront l'impossible pour qu'une relation fonctionne. Il est très important pour eux d'être appréciés pour ce qu'ils sont et d'avoir la liberté d'être eux-mêmes. Les ENFP félicitent beaucoup, donnent de nombreux signes d'affection mais aiment également en recevoir. Ils recherchent constamment la réciprocité, les encouragements et le soutien.

Les ENFP sont habituellement sensibles aux sentiments d'autrui et aiment rendre service aux personnes qui leur sont chères. Ils comprennent intuitivement les sentiments ou les besoins des autres, qu'ils placent souvent avant tout. Puisque leur fonction Sentiment est introvertie, il leur est difficile d'exprimer leurs sentiments profonds à haute voix, mais ils se montrent très clairs sur ce qu'ils apprécient. Ils peuvent avoir besoin d'un temps de réflexion avant d'exprimer ce qu'ils ressentent. Les ENFP éviteront les conflits, sauf si une personne va à l'encontre de l'une de leurs valeurs profondes.

Style d'apprentissage

Les ENFP sont imaginatifs et étudient d'une manière très conceptuelle. Ils aiment la complexité, les théories et les concepts, mais ont besoin d'être inspirés pour maintenir leur intérêt en éveil. Ils ont habituellement un excellent langage verbal et excellent souvent dans des sujets où ils peuvent exprimer leurs idées oralement ou par écrit. La rédaction d'essais est assez facile pour eux. Ils travaillent par à-coups d'inspiration et adorent étudier ce qui stimule leur imagination. Les ENFP utilisent leur Intuition extravertie pour explorer les idées et établir des liens. Souvent, ils ont besoin de discuter des idées pour les comprendre et adoreront dès lors un travail de groupe interactif. Leur Sentiment Introverti se focalise sur l'intérêt des personnes et leurs valeurs.

Les ENFP sont généralement d'excellents lecteurs et se montrent attirés par l'étude de presque tous les domaines. Ils sont souvent intéressés par les langues, l'histoire, les beaux-arts, la philosophie, la psychologie, la musique, l'astrologie, la métaphysique et la médecine naturelle. Certains excellent également dans les sciences et les mathématiques. Les ENFP apprennent facilement dans les livres, dans le cadre de groupes de travail et en participant à des groupes de projet. Ils se développent s'ils ont l'opportunité d'être créatifs. Dans une salle de cours, les ENFP perdent rapidement leur motivation si le travail n'est pas captivant, s'il n'y a pas assez d'interaction ou si la relation avec le professeur n'est pas bonne. Ils ont souvent des difficultés à respecter les échéances des missions.

Au travail

Au travail, les ENFP recherchent l'interaction, la diversité, la flexibilité et l'harmonie. Ils adorent le changement et sont constamment à la recherche de nouvelles directions et de nouvelles manières de faire les choses. Ils travaillent par à-coups d'enthousiasme et ont besoin d'être inspirés pour donner le meilleur d'eux-mêmes. Les ENFP foisonnent d'idées, prennent de nombreuses initiatives et aiment mener de front plusieurs choses en même temps.

Les ENFP ont besoin d'autonomie, d'être libres de suivre leur propre chemin et de créer le changement pour les autres. Ils n'ont pas besoin de beaucoup de structure ou d'ordre car ils possèdent une structure intérieure très claire. Ils aiment travailler sur des projets bien définis, mais ne peuvent conclure que lorsqu'ils sont prêts et risquent dès lors d'éprouver des difficultés à respecter les délais. Les ENFP sont anticonformistes et entreront en conflit avec l'autorité si leurs valeurs sont violées.

Orientations professionnelles

Les ENFP aiment aider les personnes à atteindre leur potentiel. Ils choisissent souvent des carrières dans l'éducation, le conseil, la religion, la médecine naturelle, la psychologie, la consultance et la gestion des ressources humaines. Dans leur carrière, beaucoup d'ENFP s'orientent dans des domaines qui leur donnent l'opportunité de développer leur créativité comme le journalisme, la publicité, le marketing et le spectacle. Les ENFP peuvent réussir dans tout autre type d'activité s'ils aiment ce qu'ils font.

Rôle au sein de l'équipe

Les ENFP sont des catalyseurs naturels qui créent le changement pour les autres. Ils travaillent bien en équipe lorsqu'il y a de l'harmonie, de la flexibilité, du soutien, et qu'ils jouissent d'une certaine autonomie. En tant que membres d'une équipe, ils se montrent flexibles, énergiques, créatifs et compatissants. Des difficultés peuvent surgir s'ils ne respectent pas les délais, s'ils sont trop sensibles à la critique ou s'ils ne traitent pas les conflits.

Style de leadership

En tant que leaders, les ENFP endossent souvent le rôle de conseiller. Ils indiquent la direction, donnent des conseils et laissent une autonomie. Ils permettent aux gens de faire les choses à leur manière. Les ENFP s'entendent habituellement bien avec les autres. Ils se montrent très serviables et aiment faciliter les choses pour une équipe. Ils aiment travailler en collaboration. Ils sont en général d'excellents communicateurs et, lorsqu'ils sont au meilleur de leur forme, peuvent devenir des leaders charismatiques.

La force des ENFP réside dans leurs capacités à voir toutes les facettes d'un problème et à encourager les autres à créer le changement, ainsi que dans leur bonne entente avec les gens. Des difficultés peuvent surgir s'ils dispersent leur énergie dans trop de projets, s'ils négligent les aspects pratiques ou s'ils ne sont pas assez assertifs.

Stress pour les ENFP

Causes de stress

Les ENFP ont besoin d'avoir des relations significatives et de savoir qu'ils sont appréciés et qu'ils contribuent à la vie des autres. Ils seront stressés s'ils éprouvent des problèmes relationnels ou s'ils sont incapables d'être eux-mêmes.

Puisque les ENFP préfèrent l'Intuition et le Sentiment, la plus grande partie de leur stress viendra de l'utilisation de leurs fonctions les moins prisées telles que la Pensée et la Sensation. Les ENFP ont tendance à entreprendre trop de choses et peuvent devenir stressés en essayant de respecter les délais et en se consacrant à des tâches pratiques comme le classement, le tri ou les faits et les chiffres. Les ENFP ont souvent des difficultés à se montrer assertifs avec les personnes critiques, inflexibles, négatives, qui contrôlent ou qui ne sont pas ouvertes au changement. Souvent, ils ne feront face à un problème que lorsque celui-ci sera devenu grave. Les ENFP éprouvent généralement des difficultés à rester seuls pendant de longues périodes, préférant de loin l'interaction.

Comportement sous le stress

La Sensation Introvertie est généralement la fonction la moins développée et celle qui sera la plus probablement hors de contrôle en cas de stress. En situation de stress, les ENFP perdront souvent des choses comme leurs clés de voiture, oublieront de faire des choses ou encore essaieront de se calmer en allant faire des courses. Ils risquent de négliger leur santé et d'être préoccupés par une situation, la ressassant sans cesse dans leur tête. Si leur fonction inférieure, la Sensation introvertie, prend le dessus, ils peuvent perdre de vue le schéma d'ensemble et focaliser toute leur attention sur des faits et des détails insignifiants. Ils risquent de se sentir perdus, bouleversés ou préoccupés par leurs besoins physiques. Sous un stress important, ils peuvent s'abandonner à la colère ou devenir émotionnellement épuisés ou déprimés.

S'ils ne parviennent pas à supporter le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de celui-ci. Les ENFP qui ne peuvent faire face au stress ont tendance à ignorer les symptômes ou à refouler leurs sentiments, et s'illusionnent en pensant qu'ils peuvent s'en sortir. La motivation inconsciente de ce comportement est de vouloir cacher leurs sentiments aux autres et à eux-mêmes pour éviter de faire face au problème. A long terme, ce comportement peut entraîner une difficulté à entretenir une relation sincère et honnête.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ENFP se lanceront souvent dans des activités physiques comme le grand nettoyage des armoires... Ils recherchent souvent la compagnie de personnes pour discuter d'un problème. Pour certains ENFP, il est utile de passer du temps à se détendre ou à méditer. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel que les ENFP respectent leur besoin vital de signification et d'appréciation. Ils ont besoin de se focaliser à nouveau sur le schéma d'ensemble, et sur ce en quoi ils font une différence dans le monde.

Loisirs et divertissements

Les ENFP apprécient une large variété d'activités de loisirs. Ils préfèrent habituellement les activités où ils peuvent interagir avec les gens. Ils aiment apprendre quelque chose qui aidera les autres ou qui les aidera à comprendre les gens. Leur intérêt se porte plutôt sur des domaines tels que l'art, la musique, le chant, l'art dramatique, le surf, l'astrologie, la métaphysique, les voyages, la médecine naturelle, les fêtes, les dîners entre amis, les ateliers de week-end ou le sport. Souvent, ils ressentent une forte connexion avec l'océan. Certains ENFP sont intéressés par des domaines très spécifiques comme la famille royale russe, l'aviation de la Seconde Guerre mondiale ou encore la musique de danse anglaise des années 1930. Ne seront au courant que ceux qui partagent leurs intérêts.

La lecture des ENFP se concentrera sur l'imagination et les possibilités pour les personnes et l'humanité. Ils liront des romans classiques et romantiques comme *Orgueil et Préjugés*, et des livres traitant d'histoire, de fantaisie, de spiritualité, de bien-être, de voyages, des livres de développement personnel et des sujets « New Age ». Les ENFP ne liront pas nécessairement un livre du début à la fin, mais parcourront souvent d'abord le chapitre qui les intéresse.

Développement des ENFP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ENFP se montrent enthousiastes, imaginatifs, sensibles, attentionnés et recherchent constamment l'interaction. La fonction dominante, l'Intuition extravertie, se développe pendant l'enfance et ils passent dès lors beaucoup de temps avec les autres, dans des activités qui engagent leur imagination. Ils apprécient particulièrement les activités nouvelles et créatives. Les enfants ENFP peuvent se trouver une variété inépuisable d'occupations créatives, comme l'art, la musique, la danse, l'art dramatique et la lecture d'histoires sur des personnes ou des endroits magiques, se déguiser, jouer la comédie et rêver du futur. Beaucoup d'enfants ENFP chantent ou jouent devant leurs amis ou sur scène. Ils se font facilement des amis et n'aiment pas les conflits entre leurs amis ou au sein de leur famille.

Même si les ENFP aiment généralement lire à cet âge, ils sont souvent trop occupés pour y passer beaucoup de temps. Les ENFP ont souvent du mal à faire attention aux tâches pratiques et sont facilement ennuyés par la routine ou le silence. Ils peuvent s'engager dans un sport ou dans des jeux pratiques mais on les retrouvera souvent au beau milieu de leurs rêveries. Ils aiment être créatifs mais ont besoin d'une interaction constante avec les autres.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ENFP consacreront du temps à la réflexion et aux choses qu'ils apprécient, lorsqu'ils développent leur Sentiment introverti. Ils réfléchiront beaucoup à la façon dont ils pourraient contribuer à améliorer le monde. Ils liront souvent des livres de psychologie, d'aide ou de spiritualité. Ils prendront leurs décisions en se basant sur leurs valeurs personnelles, mais il arrive que les autres ne comprennent pas la profondeur de leurs valeurs intimes. Pendant cette période, les ENFP peuvent paraître timides et ont des difficultés à s'affirmer. Les autres observeront qu'ils sont honnêtes et sensibles à la douleur d'autrui. Les ENFP ont besoin de la liberté d'être eux-mêmes. Ils résisteront au contrôle et peuvent se révolter. Ils répondent positivement aux conseils des adultes qui les comprennent et les encouragent à être eux-mêmes. Les ENFP ont une bonne vie sociale et se débrouillent habituellement bien à l'école.

Trentaine (20 - 35 ans)

Cette période marque l'émergence de la troisième fonction, la Pensée extravertie. Le côté « bon vivant » des ENFP est toujours présent à l'âge adulte mais, comme la pensée émerge, ils deviendront plus assertifs et plus logiques dans leurs décisions, et se soucieront moins d'éviter de blesser les autres. Ils peuvent même apparaître agressifs lorsqu'ils commencent à prendre en charge leur vie et se sentent davantage libres d'être eux-mêmes. Pendant cette période, certains ENFP envisageront de nouveaux défis au travail ou dans le domaine des études. Ils peuvent se retrouver à démarrer une entreprise ou commencer à étudier la psychologie, les affaires ou la gestion. Ils seront plus confiants dans l'expression de leur opinion et dans leur prise de décision.

Mi-vie (35 - 55 ans)

C'est pendant cette période que la quatrième fonction, la Sensation introvertie, se développe. La personnalité extravertie, idéaliste des ENFP continuera à se développer pendant l'âge adulte, mais désormais, leur attention se porte sur le monde intérieur de la réalité, les faits, les détails et l'expérience sensorielle. Ils rechercheront plus de tranquillité et se concentreront plus sur leurs problèmes de santé et sur des activités pratiques. Pendant cette période, beaucoup d'ENFP s'impliqueront dans des activités comme l'art, l'artisanat, le massage, la méditation, la médecine naturelle, le jardinage, les travaux ménagers, le sport ou la danse. Certains ENFP seront intéressés par l'écriture afin de partager leur expérience de vie avec les autres. Certains se feront les avocats des personnes défavorisées. A la mi-vie, les ENFP vivront plus facilement avec la réalité et réaliseront souvent qu'ils apprécient leur propre compagnie.

ENTP

Ordre des Fonctions:

Dominante	Ne
Auxiliaire	Ti
Tertiaire	Fe
Inférieure	Si

Tempérament:

Rationnel (NT)

Forces

Les ENTP sont spontanés, énergiques, innovateurs et non-conformistes. Ils valorisent la connaissance et la compétence et ont besoin d'autonomie et de liberté intellectuelle.

La fonction dominante des ENTP est l'Intuition extravertie, ce qui les conduit à apprécier de nombreuses interactions, de nouvelles expériences et à trouver de nouvelles solutions. Ils scrutent leur environnement pour y trouver des idées et des connexions et recherchent constamment le changement. Les ENTP travaillent par à-coups d'inspiration. Comme la fonction auxiliaire des ENTP est la Pensée Introvertie, ils basent leurs décisions importantes sur leur logique interne. Ils aiment les problèmes complexes et construisent des modèles internes afin de trouver des solutions. Les ENTP sont des questionneurs infatigables, qui cherchent des moyens d'améliorer tout ce à quoi ils sont mêlés.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins développées des ENTP sont le Sentiment extraverti et la Sensation introvertie. Les ENTP ne se rendent pas toujours compte des sentiments d'autrui et risquent, sans mauvaise intention, de dire des choses qui offenseront les autres. Leurs exigences élevées peuvent les amener à se montrer trop critiques. Les ENTP perdent tout intérêt envers des projets quand la routine s'en mêle et ont des difficultés à terminer ce qu'ils ont commencé. Ils sont souvent impatients. Ils peuvent prendre des décisions spontanées qui engendrent de grands changements, avant d'y avoir pensé de manière approfondie. Beaucoup d'ENTP oublient les détails et perdent des choses.

Communication

Le mode de communication des ENTP est généralement direct, logique et inventif, spontané et humoristique. Leur fonction Intuition Extravertie en dominante leur fait adorer le brainstorming et le partage des connaissances. Leur logique interne les incite à poser de nombreuses questions, parfois d'une manière malicieuse, comme « Pourquoi le mot abréviation est-il si long ? » ou « Pourquoi le mot phonétique ne s'épelle-t-il pas comme il se prononce ? ». Ils adorent débattre et peuvent se montrer très convaincants même quand ils ont tort. Ils ont besoin de liberté intellectuelle et veulent déterminer leurs propres idées. Ils peuvent résumer une longue conversation complexe en une seule phrase. Les ENTP désirent une communication honnête et ouverte et peuvent avoir du mal à communiquer avec quelqu'un d'émotionnel ou d'obtus. Ils éprouvent parfois des difficultés à partager leurs sentiments. Leur langage tend à être global, impersonnel et logique. Si vous désirez changer leurs idées ou leur comportement, donnez-leur des raisons logiques et préparez-vous à discuter et à débattre des solutions.

Relations

Dans leurs relations, les ENTP désirent de l'humour, de la réflexion, ainsi que des conversations intellectuelles. Ils aiment aussi l'insolite et l'inattendu. Ils aiment partager un but commun mais ont aussi besoin d'autonomie. Comme partenaires, les ENTP sont souvent forts, amoureux et excessifs. Leur façon de se préoccuper des autres est basée sur le fait de les traiter de manière correcte plutôt qu'amicale. Ils attachent de l'importance aux sentiments mais ceux-ci ne sont pas toujours leur priorité. C'est la raison pour laquelle il arrive aux ENTP de manifester beaucoup d'émotion et d'oublier de dire « Merci ».

Les ENTP désirent être respectés pour leurs compétences dans une relation et ils analyseront les personnes afin de comprendre comment se comporter avec elles. Lorsque leur Sentiment extraverti se développera à l'âge adulte, ils ressentiront plus de compassion pour les autres et se montreront plus à l'aise pour exprimer leurs sentiments.

Style d'apprentissage

Les ENTP sont d'éternels étudiants avec un appétit insatiable pour la connaissance et la compétence. Ils sont très conceptuels, apprennent par eux-mêmes et manifestent un certain goût pour une approche originale des problèmes. Ils travaillent selon l'inspiration du moment, établissent facilement des connexions et adorent résoudre des problèmes. Les ENTP utilisent leur Intuition extravertie pour explorer les idées et voir les connexions. Ils doivent discuter et critiquer les idées afin de les comprendre, ils prennent du plaisir à débattre le pour et le contre d'un problème. Leur Pensée introvertie se développe pendant l'adolescence et leur permet d'évaluer rapidement l'information de façon logique, suivant un modèle interne. Comme leur Pensée est introvertie, il peut leur être difficile d'expliquer par des mots comment et pourquoi ils arrivent à une conclusion particulière.

De façon générale, les ENTP lisent continuellement tous les sujets de nature théorique. Leurs intérêts sont variés et ils sont souvent attirés par l'étude de domaines tels que la technologie, le droit, les sciences, la musique, les arts, la technologie de l'information, les langues, etc. Ils apprennent facilement par les livres, les groupes de travail, l'Internet, les débats et s'épanouissent s'ils ont l'occasion d'être créatifs. Dans une salle de cours, les ENTP s'ennuient rapidement si le travail n'est pas intellectuellement intéressant, s'il n'y a pas assez d'interaction ou si le professeur n'est pas compétent. S'ils sont démotivés, ils deviennent parfois turbulents.

Au travail

Au travail, les ENTP veulent de l'interaction, de la variété, de la flexibilité et de l'amusement. Ils adorent le changement et l'innovation et réinventent constamment leur travail, eux-mêmes et leur organisation. Les ENTP apprennent et appliquent continuellement de nouvelles théories dans leur organisation. Une fois qu'ils ont maîtrisé quelque chose, ils s'ennuient et passent à autre chose. Les ENTP travaillent par à-coups d'activité, ils ont besoin d'autonomie, d'être libres de travailler à leur manière afin que les choses se réalisent.

Les ENTP ont besoin de problèmes à résoudre et d'occasions de montrer leurs compétences. Ils sont capables de voir les différentes options d'une situation et ont besoin d'interagir et d'explorer leurs idées avec les autres. Ils sont anticonformistes dans la mesure où ils défient les idées et pratiques existantes. Ils peuvent s'opposer à l'autorité s'ils ne respectent pas le dirigeant ou les règles. Les ENTP peuvent avoir des difficultés à terminer les projets à temps et parlent souvent avant de réfléchir.

Orientations professionnelles

Les ENTP désirent des opportunités de générer le changement et d'apprendre de nouvelles choses. Ils changeront d'orientation s'ils considèrent que leur carrière ne leur permet plus de relever des défis. Les ENTP travaillent souvent dans les relations industrielles, la gestion du changement, le développement des ressources humaines, la planification stratégique, l'informatique, la vente, l'enseignement, le marketing et la publicité et le développement de carrière. Il est possible pour un ENTP d'effectuer sa carrière dans tous ces domaines.

Rôle au sein de l'équipe

Les ENTP sont des agents naturels du changement et de la motivation. Ils travaillent bien en équipe lorsque celle-ci a des objectifs à court terme et peuvent obtenir des résultats immédiats. Ils ont besoin d'avoir l'occasion de montrer leurs compétences et de résoudre des problèmes et en général, il faudra dans leur équipe d'autres personnes pouvant s'occuper des détails. Des difficultés peuvent surgir s'ils négligent les sentiments des autres ou s'ils ne respectent pas les délais.

Style de leadership

Les ENTP sont des managers actifs qui endossent un rôle de mentor et fournissent direction et guidance. Ils encouragent l'autonomie permettant aux autres de faire les choses à leur manière. Les ENTP ont un vrai plaisir à former des équipes dans le but de résoudre un problème. Ils donnent un feedback précis et peuvent être d'un grand soutien, se montrant durs mais justes. Si une personne ne s'acquitte pas de sa tâche, ils insisteront pour qu'elle s'améliore.

Les forces des ENTP résident dans leur grande énergie et leur capacité à voir toutes les facettes d'une situation et à motiver les autres à créer le changement. Des difficultés se produiront s'ils dispersent leur énergie dans de trop nombreux projets, s'ils négligent les aspects pratiques ou s'ils ne sont pas sensibles aux sentiments d'autrui.

Stress pour les ENTP

Causes de stress

Les ENTP ont un besoin vital de compétence et de liberté intellectuelle et ressentiront du stress s'ils perdent leur autonomie ou s'ils se sentent incompetents. Ils sont stressés par les personnes à l'esprit obtus et par des situations où ils voient une solution mais où il leur est demandé de ne pas la mettre en œuvre.

Puisque les ENTP préfèrent l'Intuition et la Pensée, leur stress viendra principalement de l'utilisation de leurs fonctions les moins appréciées, le Sentiment et la Sensation. La Sensation introvertie est normalement la fonction la moins développée et celle qui sera la moins contrôlée sous le stress. Les ENTP ont tendance à entreprendre trop de choses et peuvent devenir stressés en essayant de respecter les délais et de se consacrer à des tâches pratiques comme le classement et le tri, ou les faits et les chiffres. Les ENTP ont souvent des difficultés à gérer des émotions fortes et seront stressés par des personnes qui contrôlent et ne sont pas logiques ou qui les jugent injustement. Ils sont habituellement irrités par la politique interne et les commérages et peuvent se montrer stressés s'ils restent seuls pendant de longues périodes.

Comportement sous le stress

Lorsqu'ils sont stressés, les ENTP perdront souvent des choses comme leurs clés de voiture ou oublieront de faire des choses. Ils risquent de négliger leur santé et de rester préoccupés par une situation, l'analysant encore et encore. Ils peuvent porter leur attention sur une tâche, établissant des listes et priorités, ou s'en désengager. Si la fonction inférieure, la Sensation Introvertie, prend le dessus, ils risquent de perdre la vue d'ensemble et des possibilités. Ils peuvent se préoccuper de leurs besoins physiques. Ils sont également susceptibles de se mettre en colère et de devenir irrationnels en critiquant les autres ou en racontant des blagues qui peuvent les blesser.

Si les gens ne parviennent pas à gérer le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ENTP qui ne savent pas faire face au stress peuvent se fermer à toute émotion en la chassant comme quelque chose d'inapproprié. Ils leur arrive également d'éviter des situations où ils se sentent incompetents. Les motivations inconscientes de ce comportement sont de vouloir regagner une impression de contrôle et de compétence, ainsi que de donner aux autres l'impression d'être quelqu'un de compétent. L'effet à long terme de ce comportement est que la peur de l'échec viendra entraver l'apprentissage et mènera à l'incompétence.

Comment réduire le stress

Les ENTP auront souvent recours à une activité physique comme le jogging ou le sport en salle pour réduire le stress. Ils recherchent habituellement la compagnie d'autres personnes, préférant l'interaction à la solitude. Ils peuvent juger bon de réduire le montant des activités et consacrer du temps à poser des priorités et à en discuter avec quelqu'un. Ils ont besoin de se concentrer sur le schéma d'ensemble et de reconnaître leurs succès. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel pour les ENTP de respecter leur besoin vital de compétence.

Loisirs et divertissements

Les ENTP adorent faire des choses extraordinaires et provocantes et aiment remporter des prix tant au niveau national qu'international. Ils aiment voyager, découvrir de nouvelles cultures et apprendre une nouvelle langue. Ils aiment les films qui les font réfléchir et analyseront l'action et la technique cinématographique. Ils aiment souvent l'art dramatique et voient les gens qui jouent dans une pièce comme des acteurs pratiquant leur métier plutôt que comme des personnes. Ils aiment les jeux de mots et les jeux stratégiques comme les échecs. D'autres loisirs peuvent inclure le sport, des activités extérieures comme les promenades en forêt, le triathlon ou le canoë, la peinture ou la préparation d'un dîner pour des amis. Ils aiment l'humour, particulièrement les Monty Python ou l'humour noir.

La lecture des ENTP comprend des romans, des magazines, des romans policiers, des journaux sur le business et des systèmes de pensée comme « La théorie du Chaos et de la Complexité ». Les ENTP parcourent souvent des livres ou lisent des résumés. Lorsque les ENTP lisent un roman, ils sont davantage intéressés par l'analyse de l'utilisation du langage ou de la construction de l'intrigue que par le développement des personnages.

Développement des ENTP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ENTP sont énergiques, sociables, imaginatifs, indépendants et recherchent constamment l'interaction. La fonction dominante, l'Intuition extravertie, se développe pendant l'enfance et ils passent beaucoup de temps avec d'autres dans le cadre d'activités qui engagent leur imagination. Ils apprécient particulièrement les activités nouvelles et créatives qui peuvent inclure la lecture de livres, le récit très convaincant d'histoires imaginaires ou de grandes aventures qu'ils ont vécues, comme jouer avec des tigres en Inde ! Beaucoup d'enfants ENTP chantent ou jouent devant leurs amis ou sur scène. Ils se font facilement des amis mais peuvent ne pas trop s'y attacher. Les enfants ENTP sont des penseurs indépendants qui possèdent un sens profond de la justice. Ils s'opposent à l'autorité s'ils croient que leurs droits ne sont pas respectés ou si leurs professeurs font preuve d'incompétence.

Les ENTP ont l'esprit curieux et ont souvent lu énormément pour obtenir les informations qu'ils jugent pertinentes. Par exemple, un ENTP lira chaque livre de la bibliothèque régionale traitant de l'arpentage et mesurera ensuite son jardin en utilisant une clé de géomètre. Les ENTP aiment aussi souvent jouer aux échecs, faire de la musique, pratiquer un sport ou jouer avec des animaux. Ils s'engageront dans de nombreuses activités différentes et s'efforceront d'obtenir la reconnaissance pour leurs compétences. Ils pourraient facilement accéder au prix du « Meilleur en Tout ».

Adolescence (13 - 20 ans)

Les ENTP développent la Pensée introvertie pendant l'adolescence et leur quête d'indépendance devient évidente. Ils analysent et questionnent tout. Ils contestent souvent leurs parents sur des questions de principe. Certains défieront ouvertement le système d'éducation s'il est trop rigide ou s'il ne pourvoit pas aux besoins de l'étudiant. D'autres personnes peuvent voir les ENTP comme des extrémistes ou des anarchistes. En fait, ce sont des penseurs indépendants qui développent leur logique interne. Ils ont besoin de liberté intellectuelle et résisteront au contrôle. Ils répondent positivement aux conseils des adultes qu'ils respectent s'ils sont compétents. Bien qu'ils aspirent à une certaine tranquillité pendant l'adolescence, les ENTP désirent interagir et ont généralement une vie sociale active. Ils peuvent ne pas être sensibles aux sentiments des autres et sembler plus soucieux de prendre le dessus dans un débat que de s'entendre avec les gens.

Trentaine (20 - 35 ans)

La troisième fonction, le Sentiment extraverti, émerge pendant cette période. Cette phase peut paraître confuse pour les ENTP qui se sentent plus à l'aise avec la prise de décision logique et sont désormais plus sensibles aux sentiments des autres. Ils feront plus souvent preuve de tact, se montreront parfois sentimentaux et plus facilement blessés. Il peut arriver à certains d'éprouver de fortes émotions ou d'avoir les larmes aux yeux lorsqu'ils parlent de sujets qui leur tiennent à cœur. Bien qu'ils soient maintenant plus intéressés par les relations et les complicités, il est possible qu'ils sentent qu'ils n'ont pas encore créé de liens avec les gens. Certains ENTP se tourneront vers les livres ou les études pour trouver des réponses, d'autres prendront des cours de psychothérapie, de psychologie des enfants ou des relations.

Mi-vie (35 - 55 ans)

Cette période marque l'émergence de la quatrième fonction, le Sentiment Introverti. La personnalité extravertie et logique des ENTP est toujours existante à l'âge adulte mais leur attention se porte désormais sur le monde intérieur de la réalité, des faits, des détails et des expériences sensorielles. Ils se focaliseront davantage sur d'autres choses que l'esprit, comme la santé ou leur condition physique en allant probablement à la gym ou en apprenant le massage, en reprenant un sport ou une activité extérieure, comme le jardinage. A mi-vie, les ENTP aspirent à plus de tranquillité et peuvent se mettre à la méditation ou passer du temps à rester simplement assis ou à se relaxer. Ils seront parfois fascinés par des choses futiles comme les listes des « Top 10 ». Beaucoup d'ENTP se sentiront plus à l'aise avec la réalité et auront plus d'ordre chez eux.

ENFJ

Ordre des Fonctions:

Dominante	Fe
Auxiliaire	Ni
Tertiaire	Se
Inférieure	Ti

Tempérament:

Idealiste (NF)

Forces

Les ENFJ sont énergiques, sociables, imaginatifs et idéalistes. Ils aiment avoir des gens autour d'eux et apprécient le fait de pouvoir les aider à se développer. Ils veulent faire une différence dans le monde et s'assurer qu'ils se développeront pour atteindre leur plein potentiel.

La fonction dominante des ENFJ est le Sentiment extraverti. Ils ont ainsi besoin de se rallier à des personnes et considèrent les contacts comme plus importants que les règles ou les plans. Ils veulent créer l'harmonie dans le monde et combattent pour protéger les droits des autres. La fonction auxiliaire des ENFJ est l'Intuition introvertie. Ils entrevoient ce qui est possible dans le futur et produiront rapidement de nouvelles idées. Ils apprécient habituellement les symboles, les histoires, les mythes et les rêves.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins prisées des ENFJ sont la Sensation extravertie et la Pensée introvertie. Ils risquent dès lors de ne pas suffisamment s'occuper de la réalité ou des détails, et d'éprouver des difficultés à connecter les idées d'une manière logique. Parfois, les ENFJ sont excessivement sensibles et il leur arrive de voir des problèmes où il n'y en a pas. Ils leur arrive d'essayer par tous les moyens de plaire ou de gagner l'approbation. Ils ont souvent des difficultés à dire « non » et consacrent trop de temps et d'énergie aux autres, ce qui finit par les épuiser.

Communication

Les ENFJ sont des communicateurs enthousiastes. Leur langage se concentre sur les sentiments et les concepts. Ils se montrent stratégiques, établissant le meilleur mode de communication pour faire passer leur message. Dans les conversations, ils tendent à partager des histoires personnelles ou à employer des analogies plutôt que de donner des détails ou des faits. Ils sont attentifs au non-verbal et recherchent la congruence entre le langage, le comportement et le non-verbal. Les ENFJ saisissent la moindre occasion pour communiquer avec le commerçant local, avec des amis autour d'un café ou en attendant de recevoir leur courriel. Ils deviennent parfois émotifs en parlant d'eux-mêmes, et se sentent vulnérables. Dès lors, ils ne partageront leurs expériences personnelles qu'avec des gens en qui ils ont confiance. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, faites appel à leurs valeurs. Expliquez avec tact que leur comportement néglige les sentiments ou les droits des autres.

Relations

Les ENFJ sont sociables et se lient en général facilement avec autrui. Ils veulent établir un rapport authentique avec les autres, pour pouvoir être eux-mêmes et savoir qu'ils sont acceptés et soutenus. Ils ne se lient pas avec des gens critiques, intolérants ou qui ne viennent pas en aide aux autres. Ils peuvent habituellement sentir lors de la première rencontre si une personne est digne de confiance. La confiance est importante pour les ENFJ. Ils tendent à faire confiance spontanément, croyant que chacun est bon. Dès lors, si cette confiance est brisée, ils se sentiront trahis. Ils peuvent pardonner, mais ne feront plus jamais confiance.

Les ENFJ se consacrent à leur famille et la considèrent comme leur force vitale. Ils se font facilement des amis lorsque ceux-ci respectent leurs valeurs. Ils sont naturellement romantiques, recherchant souvent la relation parfaite. Ils aiment être amoureux. La fonction de Sentiment des ENFJ est extravertie. Ainsi, ils aiment maintenir l'harmonie et évitent la confrontation. Ils sont très encourageants, attentifs et sensibles aux besoins des autres. Ils aiment offrir des cadeaux à ceux à qui ils tiennent.

Style d'apprentissage

Les ENFJ sont des étudiants imaginatifs et conceptuels, qui apprennent mieux dans un environnement interactif et de support. Leur intuition est introvertie; ils apprécient les concepts abstraits et les théories en relation avec les personnes. Ils essaient constamment de voir des modèles et de rechercher la signification des mots. Une fois qu'ils ont une vue globale, ils peuvent perdre l'intérêt pour les détails. Ils sont habituellement des lecteurs fervents, avec de très bonnes capacités linguistiques. Les ENFJ sont organisés et aiment tout terminer. Ils fonctionnent au mieux s'ils sont inspirés. Ils voient facilement des connexions et prennent plaisir à apprendre les choses qui stimulent leur imagination et qui mettent l'accent sur les personnes.

Les ENFJ essaient d'atteindre l'excellence et réussissent habituellement bien pendant leurs études. Ils sont souvent attirés par des secteurs tels que l'histoire, l'anthropologie, la mythologie, la musique, les langues, la psychologie, l'art, la poésie et d'autres formes d'écriture. Ils s'épanouissent dans des classes où règnent harmonie et coopération, et où ils ont l'occasion d'être créatifs. Les ENFJ perdront leur intérêt envers les études si leur imagination n'est pas stimulée ou si il n'y a aucun soutien personnel.

Au travail

Les ENFJ ont besoin d'un environnement de travail qui soit conforme à leurs valeurs personnelles, émotives et spirituelles. Ils introduiront souvent des scènes de la nature, des photographies et de la musique sur leur lieu de travail. Ils aiment aider les autres dans leur développement et croient que les gens forment le capital principal d'une organisation. Lorsqu'ils doivent gérer des tâches avec des résultats spécifiques, ils se concentreront sur les personnes, sachant que les résultats seront réalisés. Ils aiment savoir qu'ils ont fait une différence.

Les ENFJ aspirent beaucoup à l'harmonie, mais ils affronteront les problèmes et se dresseront contre l'injustice. Ils sont organisés et consciencieux et préfèrent leur intégrité à une récompense financière. Ils peuvent avoir des difficultés avec les détails et risquent de s'épuiser s'ils en font trop.

Orientations professionnelles

Les ENFJ ont besoin de travailler avec des personnes, et plus particulièrement avec celles qui ont des difficultés à résoudre leurs problèmes. Ils jouent souvent le rôle de professeur ou de thérapeute et sont heureux quand la personne avec qui ils travaillent réussit. Les carrières les plus répandues pour les ENFJ sont la réinsertion professionnelle, la formation, la musique, la religion, la psychologie, le développement de l'enfant, le conseil, le journalisme, les métiers d'orateur, les soins infirmiers, l'art, le coaching et la médecine.

Rôle au sein de l'équipe

Les ENFJ aiment travailler en équipe. Ils comprennent les autres et communiquent facilement, fournissant inspiration et support. Ils font confiance aux autres membres de l'équipe et apportent l'harmonie. Les ENFJ ont besoin d'autonomie et de conclure, et s'assureront que les projets sont accomplis à temps. Des difficultés peuvent surgir s'ils se lancent dans un travail trop important, s'ils perdent de vue la réalité ou s'ils oublient les détails et par conséquent, tirent de fausses conclusions.

Style de leadership

Les ENFJ sont des leaders enthousiastes et encourageants qui inspirent habituellement leur équipe. Ils ne se montrent pas autoritaires, préférant accorder une certaine autonomie aux membres de l'équipe. Ils endossent souvent un rôle de mentor dans une équipe et peuvent motiver les personnes à atteindre les objectifs et travailler ensemble. Ils se concentrent sur la création d'une harmonie dans l'équipe et fournissent l'appui nécessaire aux individus pour se développer. Les ENFJ sont protecteurs vis-à-vis de leur équipe et généreux en ce qui concerne les récompenses.

Les forces des ENFJ incluent leur capacité à développer le potentiel des gens, leur intégrité personnelle et leur capacité à se projeter dans l'avenir. Des difficultés peuvent surgir en cas de conflit de valeurs, s'ils négligent les besoins pratiques de l'organisation ou s'ils ne se montrent pas assez assertifs.

Stress pour les ENFJ

Causes de stress

Les ENFJ ont besoin d'avoir des rapports harmonieux et de savoir qu'ils apportent une valeur ajoutée à la vie d'autrui. Ils seront stressés par un conflit, spécialement en face-à-face, ainsi que par un manque d'harmonie, une perte de contrôle et un conflit de valeurs, par le fait de rester seuls trop longtemps ou par une simulation sensorielle trop importante.

Puisque les ENFJ préfèrent le Sentiment et l'Intuition, une grande part de leur stress est susceptible de venir de l'utilisation de leurs fonctions les moins préférées, la Sensation et la Pensée. Les ENFJ ont souvent des difficultés à s'affirmer et sont sensibles à la critique. Ils peuvent être irrités par des personnes intolérantes ou critiques, ou qui ont des préjugés. Ils sont souvent stressés par la routine, les détails, la répétition, le non-respect des délais et le désordre.

Comportement sous le stress

La Pensée introvertie est habituellement la fonction la moins développée chez les ENFJ et celle qui, sous le stress, leur fait perdre leur self-control. En cas de stress élevé, les ENFJ risquent de devenir impersonnels, froids et inflexibles. Ils peuvent éclater et dire des choses dures ou cruelles aux autres, qu'ils regretteront ensuite. S'ils se sentent blessés ou critiqués, les ENFJ risquent de se replier sur eux-mêmes et garder leurs sentiments pour eux. Ils éprouvent parfois des difficultés à maintenir l'ordre. Ils peuvent souffrir d'insomnie chronique, restant éveillés la nuit pour planifier les détails de la journée suivante. S'ils sont stressés, ils déploient beaucoup d'énergie émotionnelle et se fatiguent. Dans des cas extrêmes, ils risquent de se renfermer et même, de « se dissocier de leur corps ». Les ENFJ lutteront souvent seuls contre leur stress plutôt que de demander de l'aide.

Si les gens ne gèrent pas le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ENFJ qui n'y font pas face peuvent ignorer les symptômes ou réprimer leurs sentiments. Ils peuvent se voiler la face en pensant qu'ils sont honnêtes vis-à-vis d'eux-mêmes. La motivation inconsciente de ce comportement réside dans le fait de vouloir cacher leurs sentiments et de ne pas être sincères. A long terme, ce comportement engendrera des difficultés à entamer une relation vraiment significative et honnête.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ENFJ ont souvent recours à la méditation ou lisent des manuels qui peuvent les aider, y recherchant clarté et inspiration. Ils trouvent que la musique ou le contact avec la nature ou les gens leur sont utiles. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel que les ENFJ écoutent leur besoin fondamental de signification et leur sens de l'identité. Il leur est souvent utile de se recentrer sur l'image globale et sur ce en quoi ils font une différence dans le monde.

Loisirs et divertissements

Les ENFJ apprécient souvent les activités sociales et les divertissements liés à la réflexion. Ils doivent pouvoir être en contact avec des gens et utiliser leur imagination. Parmi leurs activités favorites, on peut citer les week-ends à l'extérieur, les dîners, la marche dans les bois, les sports d'équipe, les films, la natation ou la plage. Les ENFJ aiment les films et les livres dont on a tiré un film et prennent plaisir à voir comment un livre a été transposé à l'écran. Ils vont au cinéma pour être émus. Les images des livres et des films les aident à comprendre leur fonction de Sentiment extraverti. Les ENFJ apprécient les belles choses comme les roses, les couchers de soleil, la musique, les peintures, l'eau et la forêt. Cela stimule leur intuition et peut les inspirer à écrire de la poésie. Les ENFJ aiment écouter de la musique, prêtant rarement attention aux mots à moins qu'ils n'aient un rapport avec leurs relations. Ils aiment souvent les activités tranquilles comme la lecture, la méditation, le yoga, la visualisation et l'imaginaire.

D'habitude les ENFJ lisent des livres auto-éducatifs, livres où il faut résoudre des mystères, livres spirituels, de la poésie et des classiques du genre "les soeurs Bonté". La science-fiction n'est par leur truc en général. Question humour, ils apprécient les jeux de mots.

Développement des ENFJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ENFJ sont enthousiastes, imaginatifs, bavards et inquiets. Leur fonction dominante, le Sentiment extraverti, se développe pendant l'enfance. Les ENFJ sont dès lors naturellement tournés vers le monde extérieur. Ils ont besoin de se soucier des personnes et d'interagir avec elles. Ils bouillonnent souvent d'enthousiasme et se présentent aux étrangers. Ils prennent plaisir à aider les autres et à s'occuper des enfants et des animaux. A l'école, ils prendront place à côté de quelqu'un qui est seul. Les ENFJ sont souvent des leaders parmi leurs amis, organisant les jeux ou poussant les autres enfants à se produire ensemble. Ils prennent plaisir à se montrer attentionnés et à partager, et s'exhiberont parfois. Ce sont des enfants coopératifs, désireux de plaire. Ils ont besoin d'harmonie et d'approbation et se retireront souvent en cas de conflit.

Les enfants ENFJ apprécient habituellement le chant, la danse, l'art, les discussions, les contes de fées, construire des châteaux de sable, les jeux de rôles, parler aux groupes et ils peuvent avoir des amis imaginaires. Leurs jouets favoris sont souvent des matériaux d'art et d'artisanat, et des nounours qu'ils peuvent caresser. Ils aiment lire, écrire et écouter des histoires.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ENFJ développent l'Intuition introvertie. Ils ont alors une vie imaginative riche en rêves : romances, endroits lointains, manières d'aider les gens dans le besoin... Certains s'intéressent à la mythologie ou à la littérature, ou peuvent lire ou écrire de la poésie. Beaucoup développent un intérêt pour leur vie spirituelle et prennent la décision de faire quelque chose d'utile de leur vie. A l'école, ils se mélangent à beaucoup de groupes d'enfants et sont souvent attirés par les leaders. Ils protègent d'autres enfants. Ils peuvent même en arriver à s'élever contre des règles ou des structures politiques injustes. Les ENFJ investissent souvent beaucoup de temps, en tant qu'organiseurs, dans les fêtes, danses, groupes de théâtre, mouvements de jeunesse. Ils ont besoin d'autonomie et réussissent souvent brillamment à l'école. Ils répondent positivement aux conseils des adultes qui les comprennent et les encouragent à rester eux-mêmes.

Trentaine (20 - 35 ans)

La Sensation extravertie se développe pendant cette période. Désormais, les ENFJ tournent leur attention vers le monde extérieur de la réalité, des faits, des détails et de l'expérience sensorielle. Ils observent davantage les détails de la nature et peuvent s'engager dans des activités qui stimulent les sens comme la vue, l'ouïe, l'odorat. Certains s'engageront dans des exercices physiques et des promenades extérieures, même un trekking au Népal, tout en appréciant l'expérience sensorielle. Ils peuvent se lancer dans de nouvelles activités pratiques comme la cuisine, les motifs compliqués de tricot ou la tapisserie médiévale, souvent en inventant leurs propres dessins ou différentes techniques. Parfois, ces activités les pousseront à écrire de la poésie. Les ENFJ seront plus à l'aise en vivant dans le présent et en s'occupant de la réalité quotidienne et prendront plaisir à créer des environnements harmonieux. A cet âge, beaucoup d'ENFJ choisiront de s'investir dans des professions où ils peuvent aider les gens et marquer une différence dans la vie des autres.

Mi-vie (35 - 55 ans)

La quarantaine voit émerger la quatrième fonction, la Pensée introvertie. Les ENFJ passent beaucoup de temps à réfléchir aux choses. Ils analysent les situations et prennent des décisions plus logiques alors qu'ils deviennent plus indépendants. Ils sont désormais en mesure de justifier logiquement leurs décisions, précédemment basées sur des sentiments instinctifs. Ils se rendent compte également de la tension existant entre le fait de maintenir l'harmonie et celui de suivre ses propres croyances et idéaux. La personnalité extravertie et attentionnée des ENFJ reste toujours présente mais, comme la pensée émerge, ils auront un grand désir de s'affirmer, au point parfois de verser dans la provocation. Ils se soucient moins d'éviter d'offenser les autres puisqu'ils commencent à prendre leur vie en main et à ressentir une plus grande liberté d'être eux-mêmes.

ESFJ

Ordre des Fonctions:

Dominante	Fe
Auxiliaire	Si
Tertiaire	Ne
Inférieure	Ti

Tempérament:

Gardien (SJ)

Forces

Les ESFJ sont des individus attentionnés, pratiques et occupés, qui ont un sens développé de la vie sociale. Ils ont besoin d'interaction avec les autres et tiennent à participer à la création d'une communauté attentionnée et encourageante. Ils accordent une grande valeur aux traditions et sont très fidèles à leurs amis et à leur famille.

La fonction dominante des ESFJ est le Sentiment extraverti. C'est pourquoi ils ont besoin de se mettre en contact avec d'autres personnes et aiment les diriger. Ils apprécient les plannings, les calendriers et les listes. Ils aiment faire plaisir aux personnes, créer une harmonie et ont des difficultés à dire « non ». Comme la fonction de support des ESFJ est la Sensation introvertie, ils sont dès lors pratiques et réalistes et sont capables de traiter les faits et les détails. Ils font confiance à ce qu'ils connaissent par l'expérience et ont une grande capacité à se rappeler les détails sensoriels du passé.

Difficultés potentielles

Les ESFJ ont des difficultés à fonctionner sans harmonie et sans support. Les fonctions les moins préférées des ESFJ sont l'Intuition extravertie et la Pensée introvertie. Dès lors, ils éprouvent généralement des difficultés à traiter un conflit et peuvent se retirer plutôt que s'affirmer. Ils leur arrive d'essayer de faire trop plaisir aux autres ou de gagner leur approbation. Ils ont souvent du mal à dire « non » et consacrent trop de temps et d'énergie aux autres. Ils sont parfois impatients et peuvent agir avant de réfléchir. Beaucoup d'ESFJ ont des difficultés à visualiser ce qui est possible dans le futur.

Communication

Les ESFJ sont des communicateurs enthousiastes. Leur langage tend à se concentrer sur les sentiments et les faits concernant les personnes. Ils pensent souvent tout haut et expriment les choses avant de réaliser ce qu'ils ont dit. Ils aiment connaître de nombreux détails, c'est pourquoi ils posent beaucoup de questions. Les ESFJ aiment les instructions claires et spécifiques. Ils ont tendance à interpréter le langage littéralement et peuvent avoir des difficultés avec les symboles et les métaphores. Ils apprécient l'affirmation. Les ESFJ adorent parler et veulent conclure quand ils discutent de quelque chose. Ils emploient souvent des images, des couleurs ou touchent les personnes pour communiquer. Par exemple, des cœurs sur leur bijou ne seront pas uniquement des symboles mais révéleront l'importance de l'amour dans leur vie. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, expliquez-leur pourquoi cette démarche est importante et l'effet qu'elle peut avoir, et montrez-leur que vous vous en souciez.

Relations

Les ESFJ sont sociables et se lient facilement avec les gens. Ils ont généralement beaucoup d'amis et aussi des amis proches qu'ils connaissent depuis l'enfance. Ils veulent que les personnes se sentent à l'aise et ils impliqueront les autres dans leur conversation. Les ESFJ ont besoin d'affection, d'honnêteté et de sécurité dans les rapports personnels. Ils mettent beaucoup d'énergie dans leurs amitiés et leurs amours et font plaisir à ceux à qui ils s'intéressent. Ils ne s'entendent pas avec les personnes critiques et ressentiront une énorme déception si un ami les laisse tomber.

La famille est très importante pour les ESFJ. Ils apprécient les photographies et les souvenirs qui leur rappellent le passé. Ils aiment créer une atmosphère chaleureuse à la maison avec un éclairage tamisé, des bougies et de la couleur. Ils ont besoin d'être entourés d'amis et de leur famille lors d'occasions spéciales. La fonction de Sentiment chez les ESFJ se concentre sur le maintien de l'harmonie ; ainsi ils évitent la confrontation. Ils sont encourageants, d'un grand soutien et sensibles aux besoins des autres.

Style d'apprentissage

Les ESFJ apprennent par l'expérience et par l'interaction. Ils apprennent mieux dans un environnement de soutien, ordonné et rangé. Ils ont une bonne mémoire des faits, particulièrement des faits en rapport avec des personnes. Ils perçoivent principalement par leurs sens et ont donc bien plus besoin d'expériences sensorielles pratiques que de théorie. Ils s'adaptent bien dans le système scolaire car ils sont coopératifs et aiment les règles, la structure, les programmes et les uniformes.

Les ESFJ sont des étudiants consciencieux qui font leurs devoirs de plein gré et travaillent pour améliorer leurs qualifications. Ils aiment apprendre ce qui est clair et mesurable, comme l'histoire moderne, les sciences économiques, l'économie intérieure, la musique, les mathématiques, les interprétations dramatiques, la danse et le sport. Ils progresseront dans les classes où règnent harmonie, interaction et participation active. Les ESFJ seront démotivés si l'étude n'est pas en prise avec la vraie vie ou s'il y a un manque de soutien personnel. Ils peuvent avoir des difficultés à terminer leurs études si l'enseignement est trop théorique ou si les instructions ne sont pas assez spécifiques.

Au travail

Les ESFJ sont assidus et ont besoin de structure, d'interaction et d'harmonie sur leur lieu de travail. Ils se soucient des personnes avec qui ils travaillent et veulent les aider à se développer, mais ils sont également très impliqués dans l'exécution du travail. Ils se montrent organisés, ordonnés, dignes de confiance et s'impliqueront jusqu'à ce que le travail soit terminé. Ils travailleront seulement pour une société s'ils croient en ce qu'elle fait pour ainsi être en mesure de lui être fidèles.

Les ESFJ aiment que leur environnement de travail soit agréable. Ils apportent souvent sur leur lieu de travail des objets qui symbolisent une relation personnelle ou qui rendent leur environnement plus confortable, comme des jouets en peluche, des cartes de remerciements, des bougies parfumées ou des photos de leurs enfants. Les ESFJ sont souvent stressés par les jeux politiques au travail et démissionnent s'ils ne peuvent pas changer les choses.

Orientations professionnelles

Les ESFJ ont besoin de travailler avec des personnes et aiment les aider à se réaliser et à se développer. Ils prennent souvent le rôle du professeur ou du coach et aiment créer un environnement harmonieux qui favorise la franchise et le partage. Les carrières qui attirent les ESFJ incluent le développement des ressources humaines, la formation, l'enseignement scolaire, l'orientation professionnelle, la coiffure, l'administration, le secteur bancaire, les soins, la radio et l'hôtellerie.

Rôle au sein de l'équipe

Les ESFJ adorent travailler en équipe et prennent plaisir à faciliter le travail au groupe. Ils se sentent proches des besoins d'autrui, s'intéressent aux membres de l'équipe et gardent souvent le contact avec eux après avoir quitté l'organisation. Ils créent l'harmonie, s'occupent des détails pratiques et s'assurent que les projets sont accomplis à temps. Des difficultés peuvent surgir s'ils mènent trop de projets de front, s'ils dominent les autres ou s'il n'y a aucun plan ou résultat clair.

Style de leadership

Les ESFJ sont des chefs diplomates qui apportent leur soutien. Ils sont capables de déléguer afin de terminer leurs tâches à temps et ils s'assurent que les questions pratiques sont prises en compte. En tant que leaders, ils endossent souvent un rôle d'enseignant ou de mentor et aident les personnes à travailler ensemble. Ils se concentrent sur les gens, créant l'harmonie et fournissant le support nécessaire pour aider chacun à se développer. Les ESFJ protègent et soutiennent leur équipe. Ils créent la stabilité et fournissent des plans de travail clairs, des procédures et des résultats explicites.

Les forces des ESFJ résident dans leur capacité d'organisation, leur attention vis-à-vis des détails et leur support envers leur personnel. Des problèmes peuvent se poser s'ils évitent les conflits et ne s'imposent pas si nécessaire, s'ils n'accordent pas aux autres suffisamment d'autonomie ou s'ils entreprennent trop de choses et oublient de déléguer.

Stress pour les ESFJ

Causes de stress

Les ESFJ ont besoin d'interaction avec des personnes qui les soutiennent, qu'elles soient de leur famille ou d'un groupe extérieur. Ils seront souvent stressés par un désaccord, un manque d'appui ou s'ils restent seuls trop longtemps. Ils se montrent sensibles à la critique et trouvent les conflits stressants, surtout les conflits interpersonnels. Les ESFJ seront stressés par une perte de contrôle ou une indécision.

Comme les ESFJ préfèrent le Sentiment et la Sensation, une grande part de leur stress survient lorsqu'ils utilisent leurs fonctions les moins appréciées : l'Intuition et la Pensée. Ils peuvent être stressés par un manque de détails, de directives claires ou par un trop large éventail de possibilités. Ils ont souvent des difficultés à se montrer assertifs et peuvent être stressés par des personnes injustes ou critiques ou lorsqu'on leur demande des raisons ou explications logiques. Ils sont stressés par la politique interne du bureau et par des gens qui ne prennent pas leurs responsabilités ou ne tiennent pas parole.

Comportement sous le stress

La Pensée introvertie et l'Intuition extravertie sont généralement les fonctions les moins développées chez les ESFJ et celles qui leur font perdre tout contrôle en cas de stress. Quand les ESFJ sont stressés, ils s'inquiètent constamment de ce qui pourrait tourner mal. Ils peuvent avoir des pensées négatives sur eux-mêmes, ce qui risque de les mener à la dépression. Ils peuvent se plaindre souvent, cacher leurs sentiments et ne rien montrer. En cas de stress intense, il leur arrive de perdre leur calme et de crier. S'ils sont blessés ou critiqués, les ESFJ tenteront souvent un revirement de situation vis-à-vis des autres, mais si cela ne fonctionne pas, ils s'en iront. S'ils sont stressés parce qu'ils ont trop à faire, les ESFJ continueront généralement à travailler jusqu'à ce que leur tâche soit terminée.

Si les gens ne gèrent pas leur stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques maisains pour réduire les effets de ce stress. Les ESFJ qui ne font pas face au stress peuvent devenir agaçants, dépressifs ou se montrer excessivement protecteurs et critiquer leurs proches. La motivation inconsciente de ce comportement est de manipuler les autres en leur consacrant de l'attention et en provoquant chez eux un sentiment d'appartenance. A long terme, ce comportement aura pour effet que les autres s'éloigneront et qu'ils perdront alors leur sentiment d'appartenance.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ESFJ se détendent souvent en dînant avec des amis ou en fréquentant un bar ou un pub. Ils s'engagent souvent dans des activités physiques telles que la gymnastique ou le fitness en salle, la boxe, la marche avec un ami, le jardinage ou simplement respirer le parfum des roses. Ils aiment parler de la situation à un ami ou à un collègue de travail. Les ESFJ peuvent trouver que la musique, le contact avec la nature ou avec les gens leur sont bénéfiques. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel pour les ESFJ d'être à l'écoute de leur besoin fondamental de structure et d'appartenance.

Loisirs et divertissements

Les ESFJ apprécient généralement d'avoir une vie sociale occupée. S'ils ont besoin de contacts avec les gens, ils prennent également plaisir à pratiquer une activité physique. Les activités favorites des ESFJ entre amis ou en famille peuvent inclure des dîners, des week-ends à l'extérieur, des barbecues, des pique-niques, des films avec une fin heureuse, la marche, la bicyclette, le tennis, les voyages, regarder ou pratiquer du sport, nager, aller à la pêche ou à la plage. Les ESFJ apprécient également certaines activités sans interaction, comme le jardinage, la cuisine, écouter ou jouer de la musique, les jeux de mots, la lecture, passer du temps avec leurs animaux ou la méditation. Les ESFJ terminent généralement leur travail avant de passer au divertissement. Ils prévoient les vacances à l'avance et célèbrent souvent les événements spéciaux de manière traditionnelle. Ils investissent beaucoup d'énergie dans l'organisation et la préparation des événements sociaux et font en sorte que tous les détails soient prévus et que les invités se sentent pris en charge.

Les ESFJ lisent habituellement des livres qui parlent de personnes comme les autobiographies ou les livres qui font passer un message. Ils apprécient souvent les romans d'auteurs classiques comme Charles Dickens et peuvent apprécier les livres de jardinage et de voyage.

Développement des ESFJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ESFJ sont bavards, réalistes, attentionnés et désireux de faire plaisir. Leur fonction dominante, le Sentiment extraverti, se développe pendant l'enfance. Dès lors, les enfants ESFJ se montrent extravertis et ont besoin de s'intéresser aux autres et d'interagir avec eux. Ils aiment aider les personnes, s'occuper des enfants et des animaux, rendre visite à des gens dans un hôpital. Les enfants ESFJ aiment organiser et veulent souvent tout contrôler. Ils peuvent être perçus comme autoritaires et aiment parfois faire de l'esbroufe. Ils ont besoin d'harmonie et d'approbation mais se retireront en cas de conflit. Les ESFJ aiment organiser leurs propres affaires et maintenir tout à la bonne place. Leurs livres sont souvent classés par ordre alphabétique.

Les enfants ESFJ apprécient habituellement le chant, la danse, la musique, les chants scolaires, l'artisanat, le sport, l'athlétisme, la cuisine, aider leurs parents à la maison, grimper dans les arbres ou organiser des concerts avec les enfants du voisinage. Ils gardent souvent leurs jouets favoris jusqu'à l'âge adulte. Ils préfèrent en général les livres traitant d'histoires ou des faits de la vie réelle aux histoires issues de l'imaginaire.

Adolescence (13 - 20 ans)

Les ESFJ développent la Sensation introvertie pendant l'adolescence et prennent généralement plaisir à faire des choses pratiques et tangibles pour les gens, ou à s'adonner à des activités physiques comme le hockey, le basket-ball, l'athlétisme, le tennis, les claquettes, le ballet jazz, l'art dramatique ou à la pratique d'un instrument de musique. Ils reçoivent souvent des prix de bonne citoyenneté ou sont élus capitaines ou responsables de classe. Les ESFJ prennent leurs responsabilités très au sérieux et veillent à ce que les autres enfants suivent les règles, même si celles-ci n'ont pas beaucoup de sens pour eux-mêmes. A cette période, les ESFJ deviennent souvent plus réfléchis que pendant l'enfance et peuvent être heureux avec un ou deux vrais amis. Ils organisent leurs devoirs et étudient de manière à avoir terminé dans les temps. Le besoin des ESFJ d'être en contact avec des gens est toujours présent. Ils ont ainsi généralement une bonne vie sociale à ce moment de leur vie. Beaucoup de leurs activités se concentreront toutefois sur la famille.

Trentaine (20 - 35 ans)

La troisième fonction, l'Intuition extravertie, se développe pendant cette période. Désormais, les ESFJ se concentrent plus sur les possibilités du futur. Ils apprécient davantage les discussions et les séances de réflexion et voient facilement les liens et les connexions. Ils peuvent commencer à oublier les détails et à devenir étourdis et distraits au fur et à mesure que leur imagination devient plus active. Les ESFJ de cet âge sont généralement très occupés et il leur arrive de ne pas passer beaucoup de temps à réfléchir et ce, jusqu'à l'approche de la quarantaine. Souvent, ils se mettent au sport ou font partie de groupes sociaux, travaillant parfois en tant que volontaires dans des organisations humanitaires. Les ESFJ peuvent également connaître une hausse de créativité pendant cette période. Ils peuvent avoir de nouvelles inspirations et sensations et passer du temps à rêvasser et à regarder vers le futur.

Mi-vie (35 - 55 ans)

La quarantaine voit émerger la quatrième fonction, la Pensée introvertie. Les ESFJ passeront beaucoup de temps à penser, à analyser des situations et à prendre des décisions plus logiques car ils deviennent plus indépendants. Désormais, ils peuvent se rendre compte que certaines décisions doivent être logiques et n'auront généralement plus peur du conflit qui peut en résulter. Ils sont maintenant en mesure de donner des instructions claires étayées par des motifs logiques ainsi qu'un feed-back objectif. La personnalité sociable et attentionnée des ESFJ est toujours présente, mais comme la Pensée émerge, ils auront une forte envie de s'affirmer, quitte à provoquer un conflit. Ils se soucient moins de blesser les autres puisqu'ils prennent en charge leur propre vie et commencent à éprouver davantage la liberté d'être eux-mêmes.

ENTJ

Ordre des Fonctions:	Dominante	Te
	Auxiliaire	Ni
	Tertiaire	Se
	Inférieure	Fi
Tempérament:	Rationnel (NT)	

Forces

Les ENTJ sont spontanés, visionnaires, systématiques, indépendants et peuvent réaliser n'importe quoi si le but est clair et s'ils sont motivés. Ils sont compétitifs, déterminés et excellent à résoudre des problèmes complexes.

La fonction dominante des ENTJ est la Pensée extravertie et ils tendent dès lors à baser leurs décisions sur la logique. Les ENTJ se concentrent sur les tâches et aiment l'ordre, la structure et l'autonomie. Ils adorent organiser et sont des planificateurs stratégiques nés. Ils apprécient l'honnêteté et l'équité. La fonction de support des ENTJ est leur Intuition introvertie. Ils voient ainsi les modèles et les connexions, et s'intéressent d'abord au cadre général, puis aux détails. Ils ont recours à l'intuition pour trouver des solutions et sont souvent au courant des choses avant qu'elles ne se produisent.

Difficultés potentielles

Les ENTJ éprouvent des difficultés à fonctionner en cas de manque d'organisation, si les buts ne sont pas clairs ou s'ils travaillent trop longtemps tout seuls. Leurs fonctions les moins appréciées sont la Sensation extravertie et le Sentiment introverti. Dès lors, ils ne sont pas toujours sensibles à l'impact de leurs décisions sur les autres et peuvent éprouver des difficultés à comprendre les gens. Parfois, ils peuvent se montrer inflexibles et critiques. Ils risquent d'avoir des difficultés avec les détails et les problèmes pratiques et peuvent ne pas toujours être en possession de faits pour étayer leurs points de vue.

Communication

Les ENTJ sont des communicateurs enthousiastes. Intuitifs, leur langage tend à être global, traitant des idées et des concepts. Ils peuvent ne pas finir leurs phrases lorsqu'ils sont énervés. Leur fonction de Pensée est extravertie, ils expliquent dès lors les choses logiquement et défient les idées des autres en espérant se surpasser. Les ENTJ ont besoin de liberté intellectuelle, de la liberté de penser et d'exprimer leurs propres idées. Ils sont directs et francs. Ils s'attendent à une communication honnête et ouverte et peuvent avoir des difficultés à communiquer avec les gens émotifs ou renfermés. Au cours des discussions, ils se dirigent vers des conclusions et des solutions plutôt que vers une exploration sans fin. Ils parlent rarement de leurs émotions, particulièrement sur le lieu de travail. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, faites-leur d'abord part de vos objectifs puis donnez-leur des raisons logiques et montrez-vous prêt à discuter et débattre des problèmes.

Relations

Les ENTJ se font beaucoup d'amis mais ne sont proches que de quelques-uns. Ils investissent énormément dans leurs relations, ce que d'autres peuvent ne pas reconnaître. Ils ressentent les choses profondément mais ne veulent pas les examiner ni en discuter parce que les sentiments les submergent le plus souvent. Ils doivent se sentir compétents dans leurs relations.

Les ENTJ n'ont aucune difficulté à séparer travail et vie de famille. Au travail, ils tendent à utiliser la fonction de Pensée lorsqu'ils traitent avec d'autres personnes et considèrent les accès d'émotion comme non professionnels. A la maison, ils sont plus à l'aise avec leurs sentiments et valeurs et se montrent affectueux avec leurs proches. Les ENTJ ne sont habituellement pas à l'aise avec les marques d'affection parce qu'ils pensent que les actes en disent plus long que les mots. S'ils se sentent trahis ou blessés dans une relation, ils seront souvent brisés ou impuissants. Ils encouragent l'indépendance chez leurs enfants et se montrent très cohérents dans leurs rapports avec eux.

Style d'apprentissage

Les ENTJ sont des étudiants imaginatifs et conceptuels, qui apprennent mieux dans un environnement générateur de défis et interactif. La combinaison de l'intuition et de la logique les mène à prendre du plaisir à traiter des concepts abstraits et des théories et à penser de manière stratégique. Ils aiment apprendre pour le plaisir et résoudre des problèmes complexes. Ils ne sont habituellement pas intéressés par les détails, mais veulent souvent appliquer leur apprentissage au monde extérieur. Ils sont généralement passionnés par la lecture et ont d'excellentes capacités linguistiques. Ils sont organisés et aiment terminer ce qu'ils entreprennent.

Les ENTJ sont des réalisateurs efficaces qui essaient d'atteindre l'excellence et réussissent bien pendant leurs études. Dès leur plus jeune âge, ils reçoivent souvent des récompenses pour leurs succès. Ils sont souvent attirés par des secteurs tels que la science, l'anthropologie, la paléontologie, la linguistique, la musique, les affaires, la politique et l'éthique. Les ENTJ sont stimulés par le défi intellectuel et par le fait d'apporter une valeur ajoutée au processus d'apprentissage. Ils ont besoin de liberté intellectuelle et n'aiment pas quand on leur dit ce qu'ils doivent faire ou penser. Ils seront démotivés si la matière enseignée n'est pas source de défis ou si le professeur est incompetent.

Au travail

Les ENTJ sont organisés et se focalisent sur les tâches. Ils se fixent des standards élevés de rendement, pour eux-mêmes comme pour les autres. Pour les ENTJ, le succès implique la quête d'amélioration. Ils aiment développer des systèmes et recherchent continuellement de nouvelles perspectives ou de nouvelles manières d'améliorer ce qu'ils font. Les ENTJ attachent de l'importance à leur position au sein de l'organisation et attendent de la reconnaissance pour leurs accomplissements. Ce sont des penseurs stratégiques et des planificateurs qui ont un besoin élevé de compétence.

Les ENTJ ont besoin de liberté pour trouver leurs propres solutions. Ils aiment influencer l'organisation dans laquelle ils sont actifs. Au travail, ils se montrent plus intéressés par l'atteinte des objectifs que par l'interaction sociale. Ils peuvent être frustrés par un manque de conclusion, par des personnes qui ne respectent pas les échéances ou encore si d'autres personnes les considèrent comme des arrivistes.

Orientations professionnelles

Les ENTJ aiment être responsables. Ils apprécient les carrières leur permettant de diriger les autres ou d'organiser les ressources. Ils aiment les emplois impliquant beaucoup de planification stratégique. Les carrières qui attirent les ENTJ incluent la gestion de projets, l'administration, le marketing, l'informatique, la consultance, la gestion des personnes, la vente, le développement organisationnel et la médecine.

Rôle au sein de l'équipe

Les ENTJ préfèrent fonctionner au sein d'équipes de projet plutôt qu'en solitaire. Dans une équipe, ils préfèrent être leaders et fixer les délais et les objectifs. Il leur faut de l'autonomie et de l'espace pour réfléchir et ils éprouvent le besoin de résoudre des problèmes complexes. Dans une équipe, ils exigent de la clarté quant aux objectifs et aux résultats et préfèrent être respectés plutôt qu'aimés. Des difficultés peuvent surgir s'il n'y a aucun résultat clair ou en cas de contrôle extérieur trop important.

Style de leadership

Les ENTJ aiment être responsables et savoir ce qui se passe. Ils prennent plaisir à travailler avec une vue globale, en rassemblant les ressources et en planifiant les directions futures. S'ils n'ont pas l'expertise nécessaire, ils trouveront quelqu'un qui en dispose et l'intégreront à l'équipe. Les ENTJ peuvent voir clairement le résultat final et pousseront l'équipe à réaliser les objectifs. Ils exigent un niveau élevé de la part de leur équipe. Les ENTJ organisent systématiquement les tâches et les gens, et endossent souvent un rôle de mentor.

Les forces des ENTJ résident dans leur capacité à visualiser le futur de l'organisation, leur talent pour lancer les choses et faire en sorte qu'elles se réalisent, et pour suivre un projet jusqu'à son accomplissement. Des problèmes peuvent survenir si d'autres personnes les trouvent intimidants ou dominants et plus particulièrement s'ils se concentrent tellement sur leurs objectifs qu'ils n'arrivent plus à montrer une certaine flexibilité si nécessaire.

Stress pour les ENTJ

Causes de stress

Les ENTJ ont besoin d'organisation, d'autonomie, de compétence et de réussite. Ils seront stressés par un échec personnel, la non-réalisation de leurs objectifs, une perte d'autonomie ou par leur manque de compétence ou celui des personnes avec lesquelles ils travaillent.

Les ENTJ préfèrent la Pensée et l'Intuition, de telle sorte que leur stress vient de l'utilisation de leurs fonctions les moins appréciées : la Sensation et le Sentiment. Ils seront stressés par des directives peu claires, par un manque d'efficacité et par le fait de devoir effectuer des tâches routinières ou impliquant de nombreux détails. Puisqu'ils s'organisent avec logique, ils éprouvent souvent des difficultés lorsqu'ils sont confrontés à de fortes émotions et à l'injustice, et seront stressés par un manque d'organisation et par le fait de n'avoir aucun choix. Les ENTJ peuvent être irrités par des Managers qui ne savent pas ce qu'ils veulent, par un manque d'objectifs ou par des jeux de politique interne.

Comportement sous le stress

Le Sentiment introverti est généralement la fonction la moins développée chez les ENTJ et celle qui, en cas de stress, leur fera perdre leur self-control. Une fois soumis au stress, ils peuvent éprouver de fortes émotions qui risquent de les bouleverser et leur faire craindre de perdre le contrôle. Dans de rares occasions, si cela se produit, ils peuvent devenir bruyants et critiques et se mettre en colère. En général cependant, si les ENTJ sont en colère, ils se retireront. Quand ils sont stressés, ils organiseront souvent les choses encore plus que d'habitude pour qu'elles soient terminées et pourront prendre le groupe en main. Ils risquent de souffrir de troubles du sommeil, d'être malades ou impatients et de commencer à douter d'eux-mêmes. Ils peuvent paraître plus confiants dans leurs capacités qu'ils ne le sont vraiment.

Si les gens ne gèrent pas le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ENTJ qui ne font pas face au stress peuvent éliminer toutes leurs émotions, les considérant comme non pertinentes. Ils peuvent également éviter les situations où ils se sentent incompetents. La motivation inconsciente de ce comportement est de vouloir regagner le sentiment de contrôle, de compétence et apparaître comme une personne compétente aux yeux des autres. L'effet à long terme de ce comportement est que la crainte de l'échec les empêchera d'apprendre et les mènera à l'incompétence.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ENTJ ont besoin d'interaction régulière, principalement en vaquant à des occupations liées à la Sensation ou au Sentiment comme aller manger à l'extérieur. Ils peuvent trouver utiles les CD de relaxation ou le fait de posséder ou de voir quelque chose de beau. L'humour peut également aider les ENTJ. S'ils sentent qu'ils perdent le contrôle, les ENTJ peuvent estimer nécessaire de prêter attention aux détails pratiques ou d'établir un plan pour reprendre le contrôle de la situation. S'ils sont blessés par un ami, ils peuvent trouver utile de demander l'avis d'une personne de confiance, s'ils se sentent capables de lui en parler. A long terme, il est important que les ENTJ respectent leur besoin fondamental de compétence, d'organisation et de réussite.

Loisirs et divertissements

Les ENTJ apprécient habituellement les activités dans lesquelles ils peuvent interagir avec les autres et en particulier avec des gens de différentes cultures. Certains peuvent exercer des activités physiques comme la bicyclette, la marche, le surf ou la plongée sous-marine. D'autres ENTJ estiment que le jardinage et la cuisine les aident à se relaxer. D'autres encore choisiront une activité comme le découpage de pierres précieuses, ce qui constitue un défi et qui, de plus, est beau. Les ENTJ sont compétitifs et veulent maîtriser les compétences qu'ils utilisent. Toutefois, dès qu'ils auront atteint un niveau élevé de compétence dans un domaine, ils s'en désintéresseront. Ils aiment souvent écouter la radio ou les programmes scientifiques, ou regarder la chaîne « National Geographic » à la télévision.

Les ENTJ prennent souvent plaisir à lire à la maison mais peuvent trouver cela ennuyeux au travail. Ils lisent rapidement et feuilletent le livre à la recherche d'idées nouvelles. Ils aiment les textes qui élargissent leurs connaissances et leur fournissent des idées dans les domaines de la science, la psychologie ou l'anthropologie par exemple. Ils apprécient souvent les livres anciens et peuvent lire des romans condensés sur des sujets qui les intéressent.

Développement des ENTJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ENTJ sont organisés, bavards, directs, imaginatifs et logiques. Pendant l'enfance, ils développent leur fonction dominante, la Pensée extravertie. Ils essaient ainsi d'organiser leur monde logiquement. Par exemple, ils rangeront tous leurs jouets selon le poids et le sexe. Les ENTJ posent un bon nombre de questions et peuvent discuter logiquement de leur point de vue, même à cet âge. Ils se montrent généralement francs, confiants et très intéressés par la résolution de problèmes. Ils ont un besoin élevé de réussite et travaillent habituellement bien à l'école, aussi longtemps qu'ils sont motivés. Ils prennent souvent plaisir à résoudre des problèmes de logique ou de mathématique, pour s'amuser. Ils peuvent être frustrés par un manque d'ordre.

Les ENTJ sont souvent les leaders parmi leurs amis. Ils donnent des directives aux autres enfants. Ils prennent plaisir à lire et converser, et peuvent apprécier le chant, la danse, la mythologie et le monde de l'imaginaire. Organiser une chose, quelle qu'elle soit, est souvent leur activité favorite.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ENTJ développent l'Intuition introvertie et deviennent plus réfléchis. Ils font preuve d'une imagination débordante et aiment se projeter dans le futur ainsi que se fixer des objectifs. Ils sont souvent impliqués dans des activités telles que l'organisation du journal de l'école, des débats ou le rôle de représentant au conseil de classe. A cet âge, ils se montrent plus intéressés par les théories, l'étude et les livres, et moins par les activités d'équipe. Ils exercent souvent une activité créative pendant cette période. Ils sont sensibles à l'injustice et peuvent s'élever contre la discrimination, qui fait naître en eux un sentiment de fureur. Certains étudiants participeront à des programmes d'échange, ce qui leur permettra de voyager et de découvrir le monde. Les ENTJ ont besoin d'autonomie et sont tout à fait capables de prendre leurs propres décisions.

Trentaine (20 - 35 ans)

Pendant cette période, la troisième fonction, la Sensation extravertie, se développe. Désormais, les ENTJ se tournent vers le monde extérieur de la réalité, des faits, des détails et de l'expérience sensorielle. Ils seront plus observateurs des détails et peuvent s'engager dans des activités qui stimulent les sens comme la vue, l'ouïe, le goût et l'odorat. Ils peuvent s'engager dans l'exercice physique et les promenades extérieures tout en appréciant l'expérience sensorielle ou encore, se diriger vers de nouvelles activités comme l'artisanat, en concevant souvent leur propre manière de faire les choses. Parfois, ces activités les stimuleront à écrire dans un journal ou à tenir un journal intime. Les ENTJ se sentiront plus à l'aise pour vivre dans le présent et s'occuper de la réalité. Beaucoup tendront à se concentrer sur la réalisation d'objectifs et l'obtention de la reconnaissance pour leurs efforts. L'accent sera principalement mis sur l'accomplissement de leur travail étant donné qu'ils développent leurs qualifications professionnelles.

Mi-vie (35 - 55 ans)

La quarantaine voit émerger la quatrième fonction, le Sentiment introverti. Ainsi les ENTJ passeront-ils plus de temps à réfléchir et à étudier les choses qu'ils apprécient. A cette période, ils commencent à accepter plus facilement les personnes différentes d'eux-mêmes et sont plus conscients de ressentir de la compassion envers les autres. Ils peuvent constater qu'ils éprouvent parfois des émotions qui les submergent et ils se sentiront perdre totalement le contrôle. Cela se produira alors qu'ils commencent à être plus à l'aise avec leurs sentiments et leurs valeurs les plus profondes. Les ENTJ peuvent rechercher des moyens d'aider les gens ou peut-être de servir la communauté. Ils baseront encore plus leurs décisions sur la logique mais commenceront maintenant à tenir compte de l'impact que leurs décisions peuvent avoir sur les autres. Tout cela doit avoir du sens pour eux. Ils accorderont plus de valeur au temps, à la famille, aux vacances et moins au travail. Durant cette période, les relations et l'intimité deviendront plus importantes pour les ENTJ.

ESTJ

Ordre des Fonctions:	Dominante	Te
	Auxiliaire	Si
	Tertiaire	Ne
	Inférieure	Fi
Tempérament:	Gardien (SJ)	

Forces

Les ESTJ sont des personnes directes, pratiques, systématiques, responsables, qui aiment que le travail soit fait correctement dès la première fois. Ce sont des gardiens dévoués et tenaces. Ils aiment maintenir les traditions et font preuve d'une grande loyauté envers leurs amis et leur famille.

La fonction Dominante des ESTJ est la Pensée extravertie. Ils basent dès lors leurs décisions sur la logique. Ils aiment l'ordre, la structure, la routine et les choses prévisibles. Les ESTJ sont très orientés vers les tâches. Ils adorent organiser et ont tendance à se fier aux idées et visions d'autres personnes. Leur fonction de support est la Sensation introvertie. Ils sont dès lors observateurs et se remémorent souvent les détails sensoriels du passé. Ils font confiance à l'expérience et travaillent volontiers avec des détails. Ils sont réalistes, soigneux, ordonnés, et excellent dans la logistique.

Difficultés potentielles

Il est difficile pour les ESTJ de fonctionner avec un manque d'organisation, surtout si les objectifs ne sont pas clairs ou s'ils travaillent trop longtemps seuls. Leurs fonctions les moins préférées sont l'Intuition extravertie et le Sentiment introverti. Ils ne sont dès lors pas toujours sensibles à l'impact de leurs décisions sur les autres et peuvent avoir des difficultés à comprendre les émotions. Ils risquent de ne pas voir les possibilités et se focalisent souvent sur ce qui pourrait ne pas fonctionner. Ils résistent au changement jusqu'à ce qu'ils voient l'évidence d'un meilleur fonctionnement dans la pratique.

Communication

Le langage des ESTJ est détaillé, logique et littéral. Leur fonction de Pensée est extravertie. Ils ont dès lors tendance à expliquer les choses logiquement et fournissent des faits pour étayer leur point de vue. Ils posent de nombreuses questions pour obtenir des informations, et aiment donner des explications détaillées. Les ESTJ apprécient les instructions spécifiques et peuvent avoir des difficultés avec les symboles ou métaphores. Dans les discussions, ils veulent des conclusions et des solutions, plus que de l'exploration. Ils ont habituellement un sens de l'humour assez mordant qui peut ne pas être évident à moins de bien les connaître. Ils oublient quelquefois de communiquer à un niveau personnel et parlent rarement de sentiments. Si vous désirez changer leurs idées ou comportement, démontrez-leur l'évidence et les raisons logiques de ce désir de changement. Si vous leur fournissez une preuve, ils changeront rapidement.

Relations

Dans leurs relations, les ESTJ apprécient l'action et aiment prévoir les choses. Ils ont besoin d'une communication honnête et d'affection. Ils adorent parler et demandent souvent les raisons logiques de ce qui se passe. Ils contrôlent leurs émotions et parlent rarement de leurs sentiments, même avec leur famille et leurs amis. Vous devrez passer beaucoup de temps avec eux pour savoir ce qu'ils ressentent. Les ESTJ analysent leurs sentiments intérieurement, mais ne les racontent souvent à personne. Les gens se confient facilement aux ESTJ qui sont très discrets et garderont les secrets.

Certains jeunes ESTJ n'aiment pas être pris dans les bras et peuvent avoir des difficultés à comprendre les preuves d'affection. Lorsqu'ils deviennent adultes, ils se sentent plus à l'aise avec les signes d'affection. Les ESTJ endossent souvent un rôle traditionnel dans la famille et ont un sens élevé des responsabilités. Certaines femmes ESTJ s'inquiètent indûment de ne pas être d'assez bonnes mères. Les ESTJ expriment leurs sentiments par ce qu'ils font. Ils structurent le monde pour s'occuper de vous.

Style d'apprentissage

Les ESTJ apprennent par l'expérience et sont plus intéressés par des applications pratiques que théoriques. Ils ont besoin d'interaction et posent dès lors souvent des questions pour obtenir la transparence. En effet, ils perçoivent principalement par leurs sens. Ils ont d'abord besoin d'expériences pratiques, sinon la théorie n'aura aucun sens. Ils ont une excellente mémoire pour les choses qu'ils trouvent intéressantes. Les ESTJ utilisent et interprètent le langage textuellement. Ils éprouveront des difficultés si on leur demande d'imaginer ou de décrire une chose qu'ils n'ont pas expérimentée, et peuvent avoir du mal à interpréter des informations symboliques. Souvent, ils n'aiment pas écrire sur des sujets abstraits. Ils réaliseront davantage si le travail est lié à la vie réelle, si les instructions sont spécifiques et s'ils respectent le professeur comme étant compétent.

Les ESTJ préfèrent les sujets pratiques basés sur la réalité, comme la physique, la chimie, les mathématiques, le travail du bois, l'art industriel, l'histoire, l'enseignement ménager et le sport. Ce sont des étudiants consciencieux qui font leurs devoirs de plein gré et travaillent pour améliorer leurs qualifications et développer leurs talents. Ils s'épanouissent dans des classes où ils trouvent de l'ordre, de la routine et du feedback, et s'ennuient facilement si le travail n'est pas pertinent.

Au travail

Les ESTJ sont des travailleurs acharnés et concentrés sur les tâches. Ils font les choses de manière traditionnelle et font confiance à ce qu'ils connaissent par expérience. Ils apprécient l'organisation et l'ordre et établissent des plans détaillés. Ils sont fiables, systématiques et travaillent pas à pas jusqu'au parachèvement de la tâche. Ils établissent des listes de choses reprenant les échéances, qu'ils révisent régulièrement. Ils seront frustrés par un manque de conclusion ou par le non-respect des délais. Les ESTJ sont motivés par le pouvoir, le prestige et l'argent.

Les ESTJ préfèrent travailler avec d'autres personnes et se focaliser sur une ou quelques tâches à la fois. Ils sont pratiques, réalistes et peuvent travailler avec une foule de détails. Ils veulent énormément d'interaction mais ne sont habituellement pas intéressés par une interaction sociale au travail. De nombreux ESTJ éprouvent des difficultés avec les changements, à moins qu'ils aient lieu par petites étapes. Ils ont besoin d'évidence pour supporter les changements et pour y croire.

Orientations professionnelles

Au travail, les ESTJ ont besoin de défis, de diversité et d'opportunités de leadership. Les carrières qui intéressent souvent les ESTJ comprennent la gestion de projets, les relations industrielles, le secrétariat, l'administration, la navigation aérienne, le développement organisationnel, le contrôle de qualité, le commerce, la logistique, la gestion des affaires, la biochimie, la formation professionnelle, l'armée et l'ingénierie électrique ou mécanique.

Rôle au sein de l'équipe

Les ESTJ aiment les équipes de travail cohérentes. Ils sont organisés et travaillent bien avec les détails et la logistique. Les ESTJ planifient et organisent les tâches avec facilité. Ils respectent le programme, même sous la pression. Ils sont courageux et fiables. Dans une équipe, ils doivent clairement percevoir les objectifs et responsabilités. Ils ont plus besoin d'être respectés qu'appréciés. Des difficultés peuvent surgir en cas d'absence d'un programme de travail clairement établi et de résultats évidents.

Style de leadership

Les leaders ESTJ excellent à conduire des initiatives. Ils restructurent souvent les lieux de travail pour une gestion plus efficace. Ils établissent d'abord les attentes et ensuite, parlent des détails. Ils se concentreront afin que le travail soit fait correctement, et dans les délais. Les ESTJ créent la stabilité, fournissent des programmes de travail clairs, des rôles et procédures, et des résultats définitifs. Ils sont conscients de la contrainte du temps et peuvent organiser systématiquement les tâches et les personnes. Ils ont tendance à connaître une kyrielle d'informations sur l'organisation.

La force des ESTJ réside dans leur habilité à organiser, à poursuivre jusqu'à la conclusion, à être attentifs aux détails, et à se préoccuper de la justice. Des difficultés peuvent survenir s'ils prennent trop de choses en charge et qu'ils n'accordent pas aux autres suffisamment d'autonomie, s'ils se montrent insensibles aux sentiments des autres, s'ils sont trop susceptibles aux critiques ou s'ils résistent aux nouvelles idées.

Stress pour les ESTJ

Causes de stress

Les ESTJ ont besoin de structure, d'ordre, d'interaction et d'appartenance. Ils seront stressés par un travail en solitaire, par des émotions fortes, par un manque d'efficacité ou d'information, et par la crainte de perdre le contrôle.

Puisque les ESTJ préfèrent la Pensée et la Sensation, la majorité de leur stress vient du fait de devoir utiliser les fonctions les moins appréciées : l'Intuition et le Sentiment. Ils seront stressés par des instructions vagues, trop d'options, des directives imprécises, un manque d'attention pour les détails et un changement rapide. Parce qu'ils s'organisent d'une manière logique, ils peuvent éprouver des difficultés à gérer les émotions fortes, l'injustice, l'insubordination et le manque d'organisation. Ils peuvent être irrités par les gens qui ne les prennent pas au sérieux ou qui ignorent les habitudes et les règles, ceux qui ne travaillent pas durement ou ne disent pas la vérité.

Comportement sous le stress

Le Sentiment Introverti est en général la fonction la moins développée chez les ESTJ et celle qui, sous le stress, leur fait le plus souvent perdre leur self-control. Lorsqu'ils sont stressés, ils travailleront simplement plus dur, examineront toutes les informations et ensuite présentant un programme pour que les choses soient faites. Ils s'impliquent fortement dans leur travail. En cas de stress intense, les ESTJ peuvent expérimenter de fortes émotions qui risquent de les écraser et de les accabler, leur faisant perdre leur self-contrôle. Dans de rares occasions, ils peuvent perdre le contrôle et devenir explosifs, critiques et se fâcher. Néanmoins, les ESTJ restent généralement sous contrôle.

Si les personnes ne parviennent pas à gérer le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ESTJ qui ne parviennent pas à faire face au stress vont se plaindre, se quereller et critiquer ou devenir dépressifs. Ils peuvent également ressentir le stress comme une douleur physique corporelle. La motivation inconsciente de ce comportement est de manipuler les autres en leur donnant ce qu'ils veulent pour qu'ils ressentent un sentiment de possession. A long terme, ce comportement aura pour effet que les gens les quitteront et dès lors, ils perdront leur sentiment de possession.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ESTJ ont besoin d'interaction régulière et de temps de relaxation. Certains ESTJ peuvent se mettre consciemment dans un état de relaxation. S'ils ont trop à faire, les ESTJ trouveront utile de se concentrer sur le résultat qu'ils souhaitent et travailleront régulièrement pas à pas. Si le stress provient de pensées négatives, ils peuvent trouver utile de faire de l'exercice physique, comme de la marche, pour se détendre. A long terme, il est important que les ESTJ fassent connaître aux personnes leurs réalisations et leurs besoins. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel qu'ils respectent leurs besoins de structure et d'appartenance.

Loisirs et divertissements

Les ESTJ aiment généralement les loisirs qui impliquent des interactions avec les gens, mais s'ils veulent se détendre ou s'entraîner, ils le feront souvent seuls. Ils sont compétitifs et aiment savoir qu'ils ont maîtrisé les compétences qu'ils utilisent, même dans des activités de loisirs. Ils seront souvent démotivés après avoir maîtrisé quelque chose. Les ESTJ aiment les sports comme le golf, le tennis, la natation ou la course à pied. Ils aiment partir en vacances dans un lieu inhabituel, pour pouvoir en parler. Ils apprécient le bricolage, la construction et réparer des choses. D'autres intérêts peuvent inclure la cuisine, les puzzles, le scrabble, le modélisme et la collection de maquettes de voitures, ainsi que les films mettant en scène la vie de tous les jours.

Les ESTJ aiment lire, spécialement des livres sur des sujets pratiques et des biographies. Souvent, ils éprouvent des difficultés avec l'imagination dans les romans. Ils peuvent aussi lire des livres de voyage, de cuisine ou sur des domaines techniques liés à leurs hobbies. Ils organiseront habituellement leurs livres ou magazines par ordre alphabétique ou chronologique.

Développement des ESTJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ESTJ sont organisés, directs et logiques. Pendant leur enfance, ils développent leur fonction Dominante, la Pensée extravertie, et dès lors se montrent très curieux et veulent des raisons logiques pour faire ce qu'on leur demande. Leurs décisions sont basées sur l'analyse logique et non sur le désir de plaire à autrui. Ils aiment guider, mais peuvent se montrer réticents à suivre les directions des autres. Ils sont souvent directs et expriment facilement leur désaccord avec les opinions des adultes. Les ESTJ organisent leurs affaires et maintiennent chaque chose à sa place. Ils font preuve d'un degré élevé d'accomplissement et d'activité et obtiennent de bons résultats à l'école à moins qu'ils ne s'y ennuiant.

Les ESTJ sont réalistes et sont souvent les leaders parmi leurs amis. Il leur est difficile de comprendre pourquoi des personnes s'embrassent et pourquoi certains enfants font semblant de faire des choses dans leurs jeux. Les ESTJ aiment les activités pratiques comme le sport, l'informatique, les jeux, la musique, figoler et collectionner des choses, et aider les parents pour les travaux pratiques liés à la maison. Même dans les jeux, ils aiment endosser la responsabilité de leader.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ESTJ développent leur Sensation introvertie. Ils tendent dès lors à se montrer plus réfléchis, et apprécient de réaliser des choses pratiques comme collectionner, trier, classer, fabriquer ou réparer des objets. Ils aiment souvent les sports comme le hockey, le basket-ball, l'athlétisme, le tennis, ou tout autre passe-temps actif comme les claquettes, le ballet jazz ou encore, jouer d'un instrument de musique. Ils se montrent coopératifs et très responsables. Ils sont souvent choisis comme délégués de classe. Ils assument leurs responsabilités très sérieusement. Pendant cette période, les ESTJ organisent leurs devoirs et temps d'étude pour terminer le travail à temps. Les ESTJ ont encore besoin d'interaction et ont dès lors une bonne vie sociale. Ils sont souvent sensibles à la justice et vont tenir tête aux personnes qui font subir des brimades. Les ESTJ ont besoin d'endosser des responsabilités et recherchent des possibilités de développer leurs compétences.

Trentaine (20 - 35 ans)

La troisième fonction, l'Intuition extravertie, se développe à cette période. Désormais, les ESTJ vont commencer à trouver le changement intéressant et souvent, jugeront les discussions stimulantes. Ils prennent plaisir à écouter des idées et possibilités qu'ils ne pourraient pas générer eux-mêmes. Ils peuvent commencer à essayer de nouvelles choses comme des cuisines différentes. Ils peuvent également commencer à se passer de détails et en oublier ou même, se montrer distraits à mesure que leur imagination devient plus active. Vers 20 ans, les ESTJ sont habituellement très occupés et peuvent ne pas consacrer trop de temps à la réflexion. Ils font souvent partie de clubs de sport ou d'associations, et peuvent même devenir bénévoles dans des organisations de bienfaisance. Les ESTJ peuvent expérimenter une hausse de créativité à cette époque, accompagnée de nouvelles inspirations et de nouveaux pressentiments. Ils peuvent passer du temps à rêver du futur.

Mi-vie (35 - 55 ans)

La quarantaine voit émerger la quatrième fonction : le Sentiment Introverti. Les ESTJ passeront plus de temps à réfléchir et à tenir compte des choses qu'ils apprécient. A cette période, ils acceptent plus facilement les personnes différentes d'eux-mêmes, et se montrent plus enclins à ressentir de la compassion envers les autres. Ils peuvent avoir l'impression d'expérimenter des émotions qui les submergent parfois, et de perdre le contrôle lorsque cela arrive. Cela se passe quand ils se sentent plus à l'aise avec leurs sentiments profonds et leurs valeurs. Les ESTJ baseront encore plus leurs décisions sur la logique, mais commencent désormais à prendre en considération l'impact de leurs décisions sur les autres. Le sentiment de bien-être doit primer. Ils accorderont plus de valeur au temps, à la famille, aux vacances, et moins au travail. A ce moment, les questions de relations et d'intimité deviendront plus importantes pour les ESTJ. Ils liront souvent des livres sur le développement personnel, ou en écriront eux-mêmes.

ISFJ

Ordre des Fonctions:	Dominante	Si
	Auxiliaire	Fe
	Tertiaire	Ti
	Inférieure	Ne

Tempérament: Gardien (SJ)

Forces

Les ISFJ sont des personnes pratiques, organisées et secrètes qui désirent prendre soin des autres et bâtir une communauté de soutien. Ils sont très souvent considérés comme des gardiens. Ils aiment maintenir les traditions et sont très loyaux envers les amis et la famille.

La fonction dominante des ISFJ est la Sensation introvertie, ils sont dès lors pratiques et réalistes. Ils font confiance en ce qu'ils ont expérimenté et ont une grande capacité à se souvenir de détails sensoriels du passé. Pour les ISFJ, le passé forme le présent. La fonction de support des ISFJ est le Sentiment extraverti qui les amène à aider et défendre les autres. Ils adorent plaire aux gens et créer un environnement harmonieux. Les ISFJ planifient tout pour s'assurer des besoins d'autrui et des tâches à accomplir. Ils essaient d'être ordonnés, raisonnables et corrects à la maison et au travail.

Difficultés potentielles

Il est difficile pour les ISFJ de travailler sans harmonie ou soutien. Leurs fonctions les moins prisées sont la Pensée introvertie et l'Intuition extravertie, c'est la raison pour laquelle il leur est difficile de régler des conflits et de discuter logiquement. Ils peuvent se retirer plutôt que de s'expliquer. Ils peuvent essayer de plaire trop aux autres ou de gagner leur approbation. Il leur est difficile de dire « Non », et ils placeront en général les besoins des autres avant les leurs. Les ISFJ peuvent avoir des difficultés à concevoir des possibilités et solutions. Souvent, ils se sous-estiment.

Communication

Les ISFJ désirent entrer en relation avec les gens, préférant souvent écrire ou téléphoner. Leur style est détaillé, cordial et littéral. Ils aiment connaître une foule de détails, c'est la raison pour laquelle ils posent beaucoup de questions. Les ISFJ aiment les informations claires et spécifiques et peuvent rencontrer des difficultés avec les symboles et les métaphores. Ils acceptent beaucoup des autres mais, étant des personnes secrètes, ils peuvent ne pas partager leurs propres besoins et sentiments. Les ISFJ prendront souvent l'initiative de l'interaction en vue de rencontrer des personnes et de leur donner leur avis et opinion sur tout. Ils détestent les conflits ou les débats et sont souvent d'accord avec les gens pour avoir la paix. Si vous souhaitez changer leurs idées ou leur attitude, il faut procéder gentiment tout en démontrant le bien-fondé ou l'impact affectif sur les gens.

Relations

Les ISFJ sont réservés et ne partagent pas facilement leurs émotions, c'est pourquoi il faut du temps pour les connaître. Ils se préoccupent des besoins d'autrui et montrent leur attention en faisant des choses concrètes plutôt que par des mots ou des étreintes. Ils soutiennent et consolident les autres, et il émane d'eux de l'affection et du réconfort. Dans leurs relations intimes, ils ont besoin de confiance, et d'être appréciés en tant que personnes. Dans la mesure où l'on peut compter sur eux et où ils font tant pour les autres, on finit par trouver cela normal et de ce fait, ils sont déçus. La plupart des ISFJ ont des amis proches qu'ils connaissent depuis leur enfance.

Les ISFJ placent leur famille avant eux et prennent soin d'être de bons parents ou partenaires. Ils acceptent souvent un rôle traditionnel au sein de la famille, et font preuve d'un grand sens des responsabilités. À la maison, ils utilisent des bougies, couleurs, éclairages et photos pour créer une atmosphère chaleureuse. La fonction Sentiment des ISFJ est extravertie, c'est la raison pour laquelle ils maintiennent l'harmonie et évitent les confrontations.

Style d'apprentissage

Les ISFJ apprennent par leurs expériences et apprennent davantage dans un environnement stimulant. Dans la mesure où ils perçoivent les choses par leur compréhension, ils ont besoin d'expériences pratiques avant la théorie, qui, sans cela, n'aurait pas de sens. Ils ont une bonne mémoire des faits, et spécialement des faits concernant les personnes. La plupart des ISFJ ont des difficultés si on leur demande d'imaginer ou d'écrire sur quelque chose qu'ils n'ont pas expérimenté. Leur but sera mieux atteint si le travail correspond à la vraie vie et si les instructions sont spécifiques. Ils trouvent souvent les aides visuelles très utiles.

Les ISFJ préfèrent en général les matières qui sont pratiques ou basées sur la réalité, comme l'histoire, la géologie, la biologie, la menuiserie, l'artisanat, l'économie domestique, la musique, le théâtre, la danse et le sport. Ce sont en général des étudiants consciencieux qui font volontiers leurs devoirs scolaires et s'exercent à améliorer leurs aptitudes. Ils sont souvent bavards en classe, mais préfèrent étudier seuls. Ils s'adaptent bien dans le système scolaire car ils sont coopératifs et friands de règlements, d'organisation, horaires et uniformes. Ils excellent dans les classes où règnent l'harmonie et de bons contacts avec le professeur.

Au travail

Les ISFJ sont de gros travailleurs, qui ont besoin d'un environnement structuré et harmonieux. Ils travaillent avec zèle à l'arrière-plan et entreprendront n'importe quelle tâche qui leur est demandée. Ils apprécient généralement les façons traditionnelles d'exécuter les choses et font confiance à leur expérience. Les ISFJ planifient en profondeur, ils sont fiables, systématiques et travaillent pas à pas jusqu'à ce qu'une tâche soit accomplie. Ils peuvent travailler en détail et sont pratiques et réalistes.

Les ISFJ font attention à ceux avec qui ils travaillent et ne demandent qu'à les aider. Ils ont besoin d'assurance et de soutien et les offrent de même aux autres. Ils trouvent les systèmes d'évaluation difficiles et sont souvent stressés par la compétition. Ils respectent l'autorité ; dès lors, s'ils ont un problème avec leur employeur, ils auront tendance à démissionner. Les ISFJ trouvent très souvent les changements difficiles à moins que ceux-ci ne se présentent que petit à petit.

Orientations professionnelles

Les ISFJ apprécient les professions qui leur permettent d'être utiles aux autres ou à la communauté. Ils aiment les métiers dans lesquels ils peuvent enseigner, organiser pour autrui ou prendre soin des autres d'une façon pratique. Ils acquièrent rapidement des compétences et s'emploient à créer une atmosphère chaleureuse et amicale. Parmi les professions appréciées par les ISFJ, on retrouve les soins de santé, le professorat, la médecine de famille, l'éducation professionnelle, les ressources humaines, le secrétariat, l'administration, les petites entreprises, le commerce, le coaching, le conseil et l'horeca.

Rôle au sein de l'équipe

Les ISFJ s'intéressent particulièrement aux membres de leur équipe et les encouragent constamment. Ils créent l'harmonie, font attention aux détails pratiques et s'assurent que les projets sont achevés à temps. Il leur faut des informations claires et ils souhaitent souvent être invités à partager leurs idées. Les difficultés peuvent surgir s'ils se chargent de trop de travail, ou s'il n'existe aucun plan de travail à suivre.

Style de leadership

Les ISFJ préfèrent généralement avoir le second rôle plutôt qu'être le leader. S'ils doivent vraiment assumer un rôle de commandement, ils l'envisageront plutôt sous forme de service aux autres. En tant que responsables, ils cherchent essentiellement à aider les personnes à atteindre leur but et à travailler en bonne collaboration. Ils cultivent généralement une atmosphère amicale et conviviale au travail. Ils créent une stabilité, procurant des plans, des méthodes de travail et des résultats clairs et bien définis. Ils voient les solutions à apporter et ce qu'il y a lieu de faire, mais peuvent avoir des difficultés à déléguer les tâches s'ils pensent que cela créera des difficultés pour quelqu'un d'autre.

La force des ISFJ comprend leur aptitude à organiser et placer leur attention sur les détails, et à soutenir leur équipe. Des difficultés peuvent se présenter s'ils évitent les conflits et s'ils ne sont pas suffisamment sûrs d'eux-mêmes, s'ils ne permettent pas aux autres suffisamment d'autonomie, s'ils omettent de déléguer, ou s'ils se concentrent trop sur la réalité et refusent les nouvelles idées.

Stress pour les ISFJ

Causes de stress

Les ISFJ ont besoin de structure, d'ordre et d'intimité, et ont besoin d'appartenir à un groupe ou une famille qui les soutient. Ils seront stressés par trop d'interaction avec des tiers, un manque d'harmonie, des conflits, ou la peur de possibilités négatives.

Les ISFJ préférant la Sensation et le Sentiment, une grande partie de leur stress vient du fait de devoir utiliser les fonctions qu'ils prisent moins : la Pensée et l'Intuition. Ils seront stressés par des instructions vagues, trop d'options, des directives imprécises ou l'indécision. Ils éprouvent des difficultés à se montrer catégoriques ou à participer à des conflits, et sont souvent sensibles aux critiques des autres. Les ISFJ peuvent être irrités par les personnes qui ignorent les règles et les coutumes, qui se montrent agressives ou protectrices, ou celles qui ne les prennent pas en considération.

Comportement sous le stress

L'Intuition extravertie est en général la fonction la moins développée chez les ISFJ et celle qui, le plus probablement, leur fait perdre leur self-control sous l'influence du stress. Lorsqu'ils sont stressés, les ISFJ tendront à se tourmenter constamment au sujet de possibilités négatives, de ce qui pourrait aller mal, et peuvent avoir un très mauvais jugement d'eux-mêmes qui risque de les mener à la dépression. Mais si un changement est requis, ils se forceront à le réaliser. En cas de stress intense, ils voient plus difficilement l'étape suivante. Parfois ils se mettent en colère. Ils se retirent très souvent et s'apitoient sur eux-mêmes. S'ils sont critiqués ou blessés, les ISFJ quitteront les personnes qui les entourent et peuvent expérimenter des maux physiques causés par la tension des muscles. Ils peuvent penser que personne ne tient compte d'eux et leur monde s'écroule.

Si les gens ne parviennent pas à gérer le stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ISFJ qui ne peuvent pas faire face au stress vont se plaindre très souvent, devenir ennuyeux ou dépressifs, ou ressentir le stress comme une douleur physique corporelle. La motivation inconsciente de ce comportement est de manipuler les autres en attirant leur attention afin d'éprouver un sentiment d'appartenance. À long terme, cela poussera les autres à les quitter, et ils perdront leur sentiment d'appartenance.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ISFJ ont besoin de temps pour focaliser leur attention. S'ils ont trop à faire, certains ISFJ trouveront utile de se concentrer sur ce qu'ils font et de travailler pas à pas sérieusement. Si le stress vient de pensées négatives, ils peuvent trouver opportun de porter leur attention ailleurs, comme sur leur maison ou sur l'avenir, ou de voir le côté amusant des choses et de rire. Ils trouveront que la musique, la nature ou les exercices relaxants sont utiles. Il est important que les ISFJ apprennent à être sûrs d'eux et fassent connaître aux autres leurs compétences. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel que les ISFJ respectent leur besoin de structure et d'appartenance.

Loisirs et divertissements

Les ISFJ jouissent de leur temps libre, mais leur Sentiment extraverti les pousse à voir d'autres personnes, spécialement la famille et les amis. Ils aiment la nature et le grand air, et passeront le plus possible de leur temps libre dans l'eau, dans les bois ou sur une île tranquille. Les ISFJ aiment également les activités physiques comme la natation, la danse, le basket, le golf, les promenades ou le football. Ils aiment aussi regarder du sport ou entraîner les autres au sport. Les ISFJ aiment jardiner, planter en rangées, surtout des roses. Les ISFJ apprécient en outre les activités intérieures comme les métiers manuels, la cuisine, le bridge, le tricot, jouer de la musique, les collections comme les poupées en porcelaine, regarder des ballets et classer des photos dans un album. La plupart des ISFJ ont du mal à rester assis à ne rien faire.

Les ISFJ aiment souvent lire ou regarder des films concernant des personnes auxquelles ils peuvent s'identifier, surtout des personnes qui surmontent des obstacles. Ils apprécient généralement les guides de voyages, les biographies et les romans historiques rédigés par des auteurs tel que Wilbur Smith.

Développement des ISFJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ISFJ sont calmes, obéissants, attentionnés et responsables. Durant l'enfance, les ISFJ développent la Sensation introvertie ; ils se montrent dès lors généralement réalistes et apprécient de faire des choses pratiques. Ils trouvent souvent difficile d'imaginer et d'inventer des histoires ou des jeux. Ils préfèrent jouer à des jeux qui ont déjà des règles. Certains ISFJ sont très impliqués dans des groupes sportifs ou organisations telles que les Scouts ou les Guides, et deviennent souvent organisateurs. Ils recevront souvent des gratifications pour leurs performances ou pour leur attitude responsable. Les enfants ISFJ paraissent habituellement plus âgés et responsables que d'autres enfants de leur âge. Ils aiment rendre service aux gens qui les entourent.

Les enfants ISFJ aiment souvent les activités telles que la lecture, la natation, fabriquer des choses, cuisiner, tricoter, danser, jouer d'un instrument de musique, faire du sport et aider leurs parents. Parfois, ils gardent leur jouet favori tout au long de leur maturité. Ils aiment les livres relatant de vraies vies ou des faits réels, plutôt que la fantaisie.

Adolescence (13 - 20 ans)

Le Sentiment extraverti se développe durant l'adolescence, et les enfants ISFJ deviennent alors plus extravertis et ont besoin d'être attentionnés et d'interagir avec les gens. Ils aiment aider les personnes et prendre soin des enfants et des animaux. Les ISFJ aiment organiser ce qui leur appartient et gardent tout à leur place. Leurs livres sont souvent rangés sur une étagère par ordre alphabétique. Ils travaillent fort à l'école moyenne et réussissent souvent très bien. Ils organiseront leur travail scolaire et évalueront leur temps d'étude pour achever leurs devoirs à temps. Les ISFJ sont coopératifs et prennent leurs responsabilités au sérieux. Ils pourraient très aisément être décrits comme « l'enfant qui se comporte le mieux ». Durant l'adolescence, certains ISFJ liront des biographies ou des romans historiques plutôt que de la fiction. Les ISFJ ont en général une excellente vie sociale dans cette phase de leur vie, mais la plupart de leurs activités se polariseront sur la famille.

Trentaine (20 - 35 ans)

Cette période voit émerger, la troisième fonction, la Pensée introvertie. Les ISFJ vont passer beaucoup de temps à penser aux choses, à analyser les situations et prendre des décisions plus logiques dans la mesure où ils deviennent plus indépendants. Ils sont désormais en mesure de reconnaître que certaines décisions doivent être logiques et ils ont moins peur des conflits qui peuvent en découler. Ils sont à présent capables de donner des instructions claires amenées par des raisons logiques et suivies de réactions objectives, même aux autorités. Certains ISFJ s'interrogeront sur les règles et croyances selon lesquelles ils ont vécu. Les ISFJ se montrent toujours attentionnés mais, étant donné que la Pensée émerge, ils considéreront leurs propres besoins avant de donner leur accord à quelque chose. Ils deviennent plus fermes et moins concernés par le fait d'offenser les autres puisqu'ils commencent à prendre en charge leur propre vie et ressentent davantage la liberté d'être eux-mêmes.

Mi-vie (35 - 55 ans)

Durant l'âge adulte, la quatrième fonction, l'intuition extravertie, se développe. Désormais, les ISFJ vont se focaliser davantage sur les possibilités du présent et du futur. Ils peuvent commencer à apprécier les discussions et les séances de réflexion, plus qu'auparavant. Ils risquent aussi de commencer à oublier certains détails, à avoir la mémoire courte et même, à se montrer distraits dès lors que l'imagination devient plus active. Ils s'occupent parfois des choses en dernière minute, mais seront toujours dans les temps. Ils trouvent plus facilement des significations aux symboles. Certains ISFJ développeront un intérêt dans la méditation et la fantaisie. À cet âge, les ISFJ peuvent expérimenter une autre sorte de créativité, l'innovation. Ils peuvent avoir de nouvelles inspirations et des intuitions et passer du temps à méditer sur le futur. C'est souvent là une phase de changement dans leur style de vie ou leur carrière car les ISFJ deviennent de mieux en mieux informés de leur identité, séparée des autres.

ISTJ

Ordre des Fonctions:

Dominante	Si
Auxiliaire	Te
Tertiaire	Fi
Inférieure	Ne

Tempérament:

Gardien (SJ)

Forces

Les ISTJ sont des personnes secrètes, pratiques, systématiques, responsables et sur lesquelles on peut compter au travail. Ils sont perçus comme protecteurs et gardiens. Ils aiment maintenir les traditions et font preuve de loyauté envers leurs amis et leur famille.

La fonction dominante des ISTJ est la Sensation Introversive. Ce sont de calmes observateurs qui travaillent bien avec les détails. Ils sont pratiques et réalistes. Ils font confiance à leur expérience et ont une grande capacité à se rappeler les détails sensoriels du passé. Ils introduisent le passé dans le présent. La fonction auxiliaire des ISTJ est la Pensée extravertie. Ainsi, ils se montrent résolus et basent leurs décisions sur la logique. Les ISTJ se concentrent sur leurs tâches et sont assidus. Ils apprécient l'ordre, la structure, la routine et la prévisibilité. Ils sont ordonnés et aiment le rangement, à la maison comme au travail.

Difficultés potentielles

Les ISTJ estiment qu'il est difficile de fonctionner s'il y a un manque d'organisation, trop de bruit, si le travail est interrompu ou si les objectifs sont peu clairs. Leurs fonctions les moins prisées sont le Sentiment introverti et l'Intuition extravertie. Ils ne sont pas toujours sensibles à l'impact de leurs décisions sur les autres et éprouvent parfois des difficultés à les comprendre. Ils peuvent avoir du mal à entrevoir les possibilités qu'offre une situation, et à envisager ce qui pourrait mal tourner. Les ISTJ résisteront au changement jusqu'à ce qu'ils soient convaincus que cela fonctionnera mieux ainsi.

Communication

Le langage des STJ est habituellement détaillé, logique et littéral. Leur fonction Pensée étant extravertie, ils essaient d'expliquer les choses logiquement et de fournir des informations détaillées pour soutenir leur point de vue. Ils aiment donner des explications complètes et précises. Ils apprécient les instructions claires et spécifiques et peuvent éprouver des difficultés avec les symboles et métaphores. Ils préféreront souvent écouter ou communiquer par écrit, notamment par courriel. Au cours d'une discussion, ils veulent arriver à une conclusion et à des solutions, au lieu d'explorer le sujet. Les ISTJ ont habituellement un sens de l'humour très sec, qui n'est pas évident, à moins que vous les connaissiez bien. Ils n'initient pas souvent l'interaction et parlent rarement de sentiments. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, vous devez leur démontrer l'évidence et les raisons logiques de ces changements, et leur donner le temps d'y réfléchir. Quand ils verront les preuves, ils changeront rapidement.

Relations

Les ISTJ ont des règles définies concernant leurs relations. Ils attendent l'uniformité, la loyauté et la vérité. Ils doivent pouvoir prévoir où mènera une relation, en se basant sur ce qui se passe dans le présent. Si quelqu'un trahit leur confiance, ils mettront un terme définitif à la relation, et ne penseront souvent plus à cette personne. Les ISTJ jouent un rôle traditionnel dans la famille et ont un sens des responsabilités très développé.

Les ISTJ tendent à contrôler leurs émotions, et ne parlent généralement pas de leurs sentiments, ni à la famille, ni aux amis. Ils ne pleurent pas aux enterrements, mais pleureront seuls. Souvent, leur famille et leurs amis ne les connaissent pas vraiment. Les ISTJ expriment leurs sentiments dans ce qu'ils font. Ils travailleront dur pour fournir une sécurité à leur famille ou feront une collecte d'argent au travail pour celui qui part. Les ISTJ structurent le monde pour prendre soin des autres.

Style d'apprentissage

Les ISTJ apprennent par l'expérience et préfèrent souvent travailler seuls. Ils ont une bonne mémoire des faits et des détails. Puisqu'ils perçoivent principalement par le biais de leurs sens, ils ont besoin d'expérience pratique avant la théorie, autrement cette dernière n'aura aucune signification pour eux. Les ISTJ éprouvent souvent des difficultés quand on leur demande d'imaginer ou d'écrire une chose pour laquelle ils n'ont pas d'expérience. Ils tendent à utiliser et interpréter le langage textuellement, et peuvent avoir quelques difficultés avec les symboles et métaphores. Les ISTJ réaliseront plus de choses si le travail est lié à la vie réelle, si les instructions sont spécifiques, et si l'instructeur s'avère compétent.

Les ISTJ préfèrent habituellement les sujets pratiques ou basés sur la réalité tels que la chimie, les mathématiques, le travail du bois, les arts industriels et le sport. Ce sont des étudiants consciencieux qui font leurs devoirs de plein gré et travaillent en vue d'améliorer leurs compétences. Ils s'adaptent bien au système scolaire car ils sont coopératifs et aiment les règles, la structure, les horaires et les uniformes. Ils excellent dans les classes où règnent ordre, routine et feedback.

Au travail

Les ISTJ sont de gros travailleurs. Ils ont un grand sens de l'organisation et de l'ordre. Ils aiment les règles et les procédures de travail bien définies. Ils pensent d'une manière traditionnelle et ont confiance dans leur propre expérience. Ils planifient consciencieusement. Tout est systématiquement et soigneusement arrangé, organisé et enregistré. Ils sont fiables, systématiques et fonctionnent point par point jusqu'à ce que la tâche soit accomplie. Ils seront frustrés par un manque de conclusion ou par des personnes ne respectant pas les délais.

Les ISTJ préfèrent travailler seuls et se concentrer sur une tâche à la fois. Ils sont pratiques et réalistes et peuvent travailler dans les détails. Ils ne sont habituellement pas intéressés par l'interaction sociale au travail. Beaucoup de ISTJ n'aiment pas le changement à moins qu'il ne se produise par petites étapes. Ils ont besoin d'évidence avant d'être d'accord sur le changement.

Orientations professionnelles

Les ISTJ aiment souvent travailler avec des informations détaillées. Ils comparent un niveau de performance avec certaines normes, ou rassemblent les informations, les vérifient à plusieurs reprises en y recherchant les contradictions. On retrouve les ISTJ en grand nombre dans l'administration, le commerce, le développement d'organisations, la carrière militaire, la gestion des petites entreprises, l'audit, la comptabilité, l'éducation professionnelle, la police de la route, le secrétariat, le droit et l'ingénierie.

Rôle au sein de l'équipe

Les ISTJ préfèrent souvent travailler seuls plutôt qu'en équipe. Dans une équipe, ils se montrent assidus, travailleurs, sérieux et très protecteurs. Ils peuvent facilement planifier, organiser et respecteront la planification même sous la pression. Pour fonctionner en équipe, ils ont besoin d'instructions claires et d'être respectés plutôt qu'aimés. Des difficultés peuvent surgir s'ils ne reçoivent pas un plan clair à suivre ou s'ils ont plusieurs tâches à exécuter en même temps.

Style de leadership

Les ISTJ préfèrent avoir le second rôle plutôt qu'être le leader. S'ils endossent un rôle de conduite, ils se concentreront pour s'assurer que le travail est fait correctement et à temps. Ils créent la stabilité en fournissant des plans de travail clairs, des rôles, des procédures et des résultats définis. Ce sont des administrateurs nés et ils apprécient ce rôle. Ils sont très conscients des contraintes du temps et peuvent systématiquement organiser les tâches et les gens. Ils disposent de beaucoup d'informations sur l'organisation.

La force des ISTJ réside dans leur capacité à organiser à suivre une mission jusqu'au bout tout en restant attentifs aux détails, et à se concentrer pendant des heures. Le tout dans un souci de justice équitable. Les difficultés surgissent s'ils ne communiquent pas suffisamment avec leur personnel, s'ils ne sont pas sensibles au désaccord, s'ils ne laissent pas assez d'autonomie, ou s'ils résistent à de nouvelles idées.

Stress pour les ISTJ

Causes de stress

Les ISTJ ont besoin de structure, d'ordre, d'intimité et d'appartenance. Ils seront stressés par trop d'interaction, de bruit, des émotions fortes, un manque d'organisation et la crainte de perdre le contrôle.

Les ISTJ préférant la Sensation et la Pensée, une grande part de leur stress vient du fait qu'ils utilisent les fonctions qu'ils apprécient le moins : le Sentiment et l'Intuition. Ils seront stressés par des instructions vagues, trop d'options, des directives peu claires, un changement rapide et un manque d'attention envers les détails. Puisqu'ils organisent avec logique, ils éprouveront souvent des difficultés à gérer de fortes émotions, l'injustice et l'insubordination. Ils sont souvent irrités par des personnes qui ignorent les règles et coutumes, les personnes agressives ou autoritaires et celles qui ne les prennent pas en considération.

Comportement sous le stress

L'Intuition extravertie est habituellement la fonction la moins développée chez les ISTJ et celle qui se manifeste le plus sous le stress. En cas de stress, les ISTJ tendront à se tourmenter constamment au sujet des possibilités négatives, de ce qui pourrait mal tourner, et risquent d'avoir des pensées négatives envers eux-mêmes qui peuvent les mener à la dépression. Sous un stress intense, ils voient difficilement la prochaine étape. Si un changement est exigé, ils se forceront à le faire eux-mêmes. Parfois ils se mettent en colère et se retireront pour s'apitoyer sur eux-mêmes. S'ils ont trop de choses à faire, ils travailleront tard ou resteront au travail jusqu'à ce que tout soit sous contrôle. Ils se montrent dévoués et tenaces.

Si les gens ne gèrent pas leur stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ISTJ qui ne font pas face au stress vont se plaindre, devenir ennuyeux ou sombrer dans la dépression. Ils peuvent ressentir le stress sous forme de douleur physique, par exemple des maux de tête. Leur motivation inconsciente est de manipuler les autres en attirant leur attention afin de ressentir un besoin d'appartenance. À long terme, ce comportement aura pour effet que les personnes les quitteront et qu'ils perdront leur sens d'appartenance.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les ISTJ ont besoin de temps à eux pour recentrer leur attention. S'ils ont trop à faire, certains d'entre eux trouveront une grande aide en se focalisant sur ce qu'ils font et sur ce qui fonctionne bien. Si le stress amène des pensées négatives, ils peuvent trouver opportun de se concentrer sur autre chose ou de faire de l'exercice physique comme la marche ou la respiration contrôlée pour se détendre. Ils peuvent trouver que la musique ou même le contact avec la nature est utile. À long terme, il est important que les ISTJ fassent connaître leurs réalisations et leurs besoins. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel qu'ils respectent leurs besoins basiques de structure et d'appartenance.

Loisirs et divertissements

Les ISTJ apprécient généralement de consacrer du temps à la lecture ou à une activité physique. Ils pratiquent souvent un sport de compétition, le considérant comme un travail et y prenant plaisir. Ils adorent la nature, les promenades dans les bois, la natation, et les activités physiques telles que le cyclisme, la danse, le basket-ball, le golf, le hockey ou le football. Ils aiment regarder du sport ou donner des leçons de sport particulières à des tiers. Les ISTJ aiment jardiner et planter des rangées de légumes ou de fleurs. Ils apprécient les activités d'intérieur comme l'artisanat, la cuisine, la création, ou réparer des choses. Ils aiment aussi jouer d'un instrument de musique, coudre et collectionner des timbres ou des pierres. Les ISTJ adorent les vacances, les voyages, prenant généralement plaisir à les planifier. Ils retournent souvent dans les restaurants et les endroits de vacances qu'ils ont appréciés.

Les ISTJ aiment lire des biographies, des livres sur les voyages, des livres pratiques concernant leurs loisirs, des livres sur les phénomènes sociaux ou éthiques et des livres concernant des personnes qui fixent des objectifs et les réalisent, par exemple l'expédition de Scott en Antarctique. Les ISTJ apprécient les films classiques comme *Casablanca*, la comédie "Three Stooges" ou "Seinfeld".

Développement des ISTJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ISTJ sont calmes, obéissants, observateurs et responsables. Pendant l'enfance, les ISTJ développent la Sensation introvertie. Ils se montrent pratiques et prennent plaisir à faire des choses. Ils aiment l'ordre, la prévisibilité et le rangement, et rajusteront même les tapis sur le plancher. Ils semblent souvent beaucoup plus adultes et responsables que d'autres enfants de leur âge. Certains ISTJ sont impliqués dans des groupes ou des organismes sportifs comme les scouts ou les guides. Ils reçoivent souvent des récompenses pour leurs performances ou leur attitude responsable. Les enfants ISTJ sont réalistes et pratiques et éprouvent des difficultés à imaginer, inventer des histoires ou des jeux. Ils donnent la préférence aux jeux qui ont des règles bien définies.

Les enfants ISTJ apprécient généralement les activités comme la lecture, la natation, la création, la cuisine, le tricot et la danse. Ils aiment également jouer d'un instrument de musique, faire du sport et aider leurs parents à la maison. Beaucoup d'ISTJ font des collections de timbres, de cartes de football ou de pierres. Ils aiment les livres relatant des vies ou des faits réels, davantage que la fantaisie.

Adolescence (13 - 20 ans)

Durant cette période, la Pensée extravertie émerge. Les ISTJ passent beaucoup de temps à organiser, planifier et prendre des décisions logiques. Ils aiment organiser leurs affaires et maintenir tout à leur juste place. Leurs livres sont souvent classés sur une étagère par ordre alphabétique. Ils travaillent dur au lycée et réussissent généralement bien. Ils organiseront leurs devoirs et étudieront de manière à terminer leurs travaux à temps. Les ISTJ sont coopératifs et prennent leurs responsabilités au sérieux. Durant cette période, les ISTJ liront plus souvent des livres techniques ou scientifiques que des livres de fiction. Leur vie sociale se polarisera sur la famille. Les ISTJ de cet âge sont francs, assertifs et peuvent aisément expliquer leurs décisions et discuter de leur point de vue logiquement. Ils ont habituellement un très grand sens de la justice et de l'honnêteté. Ils occupent souvent des positions de responsabilité à l'école, comme celle de délégué de classe.

Trentaine (20 - 35 ans)

Le Sentiment Introverti se développe pendant cette période, et les ISTJ passeront plus de temps à réfléchir et considérer les choses qu'ils apprécient. Ils peuvent constater qu'ils éprouvent des émotions qui les accablent parfois, et dès lors ils se sentiront infiniment en perte de contrôle. Ils commencent à accepter les personnes qui sont différentes d'eux-mêmes, et sont plus conscients de ressentir de la compassion vis-à-vis des autres. Ils consacreront souvent leur temps à travailler dans une organisation de services communautaires, habituellement celle qui respecte des valeurs traditionnelles. Les ISTJ prendront leurs décisions en fonction de la logique, mais commenceront à présent à tenir compte de l'impact que ces décisions peuvent avoir sur les autres. À cette période, tout ce qui touche aux relations et à l'intimité devient très important pour les ISTJ.

Mi-Vie (35 - 55 ans)

À l'âge adulte, la quatrième fonction, l'Intuition extravertie, se développe. Les ISTJ tendront davantage à se concentrer sur les possibilités et moins à se préoccuper des règles ou des coutumes. Ils désirent généralement plus d'autonomie, tirer davantage de la vie, et souhaitent un développement plus personnel. Pour beaucoup, c'est une phase de recherche de sens, comme s'ils se sentaient plus concernés par eux-mêmes et par leur potentiel. Certains ISTJ apprécieront les discussions et les séances de réflexion plus qu'auparavant. Ils risquent également de commencer à oublier certains détails et à avoir la mémoire courte, et se montrent mêmes distraits dès lors que l'imagination devient plus active. Ils voient plus facilement la signification des symboles. À cette période, ils commencent à devenir plus flexibles et moins intéressés par les délais et les horaires, bien qu'ils honoreront quand même les échéances. C'est souvent au moment d'un changement de style de vie ou de carrière que les ISTJ deviennent plus concernés par leur propre identité et par l'équilibre entre le travail et la vie de famille.

INFJ

Ordre des Fonctions:	Dominante	Ni
	Auxiliaire	Fe
	Tertiaire	Ti
	Inférieure	Se
Tempérament:	Idéaliste (NF)	

Forces

Les INFJ sont réfléchis, imaginatifs, attentionnés et idéalistes. Leur vie est une recherche de signification et d'authenticité. Ils ont une vision claire de leur monde intérieur et concentrent leur énergie pour aider les gens à atteindre leur potentiel. Ils sont secrets et indépendants.

La fonction dominante des INFJ est l'Intuition introvertie, de telle sorte qu'ils génèrent rapidement de nouvelles idées et ce, de préférence seuls. Ils voient dans le présent et visualisent le fil rouge d'une histoire, ses conséquences et ses dénouements possibles. Cette intuition fonctionne dans les domaines où ils se sont plongés. Ils apprécient l'activité imaginative des gens, les symboles, les images, les histoires, mythes et rêves. Leur fonction auxiliaire est le Sentiment extraverti, de telle sorte qu'ils apprécient les gens et les interconnexions de la vie sous toutes ses formes. Ils s'impliquent pour aider les gens à atteindre leur potentiel.

Difficultés potentielles

Les INFJ se sentent confortables dans leur monde intérieur et trouvent souvent que leur énergie est épuisée par un comportement extraverti. Les fonctions les moins appréciées des INFJ sont la Pensée introvertie et la Sensation extravertie, de telle sorte qu'ils peuvent ne pas remarquer la réalité et les détails autour d'eux. Ils se focalisent parfois sur une idée et prennent une décision trop rapidement. Ils veulent parfois trop plaire aux autres ou tentent de gagner leur approbation, et peuvent éviter de traiter les conflits.

Communication

Le langage des INFJ tend à se concentrer sur des concepts et des sentiments. Il leur est parfois difficile de parler, car les idées leur viennent si rapidement qu'ils n'arrivent pas à les exprimer. Ils sont souvent les derniers à s'exprimer dans les discussions, car ils ont besoin de tout absorber pour obtenir une image aussi complète que possible. Parfois, ils n'entendent pas ce que disent les autres, car ils sont perdus dans leur monde intérieur. Les INFJ sont ouverts aux gens, mais peu de personnes les connaissent intimement. Ils préfèrent habituellement écrire, trouver les mots pour toucher le cœur des gens.

Les INFJ sont des personnes secrètes, qui préfèrent une conversation profonde avec une personne qu'ils connaissent, ou l'écriture de journaux intimes ou de poèmes. Ils n'aiment pas recevoir trop de détails, et veulent seulement en connaître suffisamment pour découvrir un modèle global. Si vous voulez changer leurs idées ou leur comportement, expliquez-leur comment leurs actions vous affectent ou vous blessent. S'ils vous font confiance, ils feront tout ce qu'ils peuvent pour changer.

Relations

Les INFJ ont besoin de relations authentiques pour pouvoir partager une partie de leur monde intérieur, et s'attendent à ce que cela soit réciproque. Ils apprécient les relations en tête-à-tête et ils ne laisseront pénétrer dans leur monde intérieur que les personnes en qui ils ont confiance. La famille est très importante pour les INFJ, elle représente leur source de force. Ils ont besoin d'une connexion spirituelle avec leur partenaire, d'être son âme sœur. Ils aiment s'occuper et jouer avec des enfants.

Les gens se confient souvent aux INFJ. Les INFJ connaissent l'importance d'écouter une personne. Ils sont sensibles à la souffrance des autres et peuvent devenir très émotionnels lorsqu'ils écoutent l'histoire personnelle de quelqu'un. La fonction Sentiment est extravertie de telle sorte qu'ils aiment maintenir l'harmonie. Ils peuvent éviter les conflits en s'effaçant, mais vont affronter le problème si leurs valeurs sont violées.

Style d'apprentissage

Les INFJ sont des étudiants imaginatifs, conceptuels et indépendants. Comme leur Intuition introvertie se développe pendant l'enfance, ils ont tendance à se montrer imaginatifs et aiment les théories et les concepts. Ils travaillent le mieux lorsqu'ils sont inspirés, et prennent plaisir à apprendre des choses qui stimulent leur imagination ou révèlent les modèles ou la dynamique derrière les événements. Ils peuvent mémoriser un nombre important d'informations en visualisant le modèle global et en faisant des résumés en images ou en diagrammes. Ce sont d'excellents lecteurs, ils ont un véritable talent pour les langues et excellent habituellement dans des sujets où ils ont la possibilité d'exprimer leurs idées par écrit.

Les INFJ réussissent habituellement leurs études avec brio. Ils sont souvent attirés par l'apprentissage de matières telles que l'histoire, l'archéologie, l'art, la mythologie, la musique, les mathématiques, les sciences, les langues, la psychologie, la poésie et toute autre forme d'écriture. Ils établissent des standards très élevés pour leur travail et tendent à être perfectionnistes. Les INFJ perdront l'intérêt si l'enseignement ne stimule pas leur imagination ou s'il n'y a pas un environnement harmonieux.

Au travail

Au travail, les INFJ veulent aider les gens à se développer ; ils choisiront l'organisation pour laquelle ils travailleront en fonction de ses valeurs. Ils ont besoin de travailler avec les gens. Lorsqu'ils travaillent sur un projet, les INFJ pensent constamment à l'avantage que les personnes en retireront ou à la façon de présenter ce projet d'une manière qui le reliera aux expériences des gens. Ils aiment trouver des solutions aux problèmes liés aux personnes, et ont la conviction que s'occuper des personnes bénéficiera finalement à l'organisation. Ils s'opposeront à l'autorité si les pratiques de travail sont néfastes pour les gens et l'environnement.

Les INFJ ont besoin d'objectifs et de priorités au travail. Ce sont des travailleurs organisés et consciencieux qui respectent facilement les délais, souvent en avance. Ils ne sont pas intéressés par les détails à moins que cela ne soit important pour voir les modèles. Si le travail devient routinier, ils voudront avancer. Les INFJ ont besoin d'harmonie et peuvent rencontrer des difficultés s'ils veulent trop faire plaisir aux autres et ne règlent pas les conflits.

Orientations professionnelles

Les INFJ aiment le travail qui se concentre sur le développement, le bien-être et la guérison. Ils endossent souvent le rôle de professeur ou de thérapeute et sont emballés lorsque la personne avec laquelle ils travaillent réussit. Les INFJ sont plus intéressés par la formation que par l'information. Ils se concentrent sur le fait d'entretenir leur passion de l'apprentissage dans leur domaine d'expertise, et de ce fait, l'amour de l'apprentissage en général. Les carrières qui attirent les INFJ sont l'écriture, le conseil, les ministères religieux, la psychologie, l'enseignement, la formation, le travail avec les enfants, l'art, le travail social et la santé.

Rôle au sein de l'équipe

Les INFJ sont des membres d'équipe attentionnés qui inspirent et se soucient de l'harmonie du groupe. Ils préfèrent souvent travailler seuls ou en petits groupes. Ils comprennent les gens et peuvent apporter des idées susceptibles de leur être utiles. Ils ont besoin d'harmonie, d'autonomie et de prendre du temps pour eux-mêmes. Des difficultés peuvent surgir s'ils travaillent trop dur, s'ils résistent aux règles de l'organisation ou si trop d'interactions drainent leur énergie.

Style de leadership

Les INFJ sont des leaders visionnaires qui inspirent leur équipe. Ils se concentrent sur l'accomplissement de la tâche en impliquant les personnes appropriées. Ils ne sont pas autoritaires, préférant allouer une certaine autonomie aux membres de l'équipe. Ils prendront souvent un rôle de mentor et savent motiver les gens à vouloir atteindre quelque chose et à travailler ensemble. Ils cultivent l'harmonie au sein de l'équipe et soutiennent les personnes dans leur développement.

Les forces des INFJ incluent leur aptitude à la concentration sur le développement du potentiel individuel, leur intégrité personnelle et leur capacité à traduire la situation actuelle en une vision des possibilités futures. Des difficultés peuvent survenir si leurs valeurs sont en conflit avec d'autres, s'ils négligent les besoins pratiques de l'organisation, s'ils ne sont pas assertifs lorsque cela s'avère nécessaire ou s'ils se sentent frustrés par les défauts des autres ou de l'organisation.

Stress pour les INFJ

Causes de stress

Les INFJ ont besoin de relations significatives et harmonieuses, et de savoir qu'ils contribuent à la vie des gens. Ils ont également besoin d'intimité et peuvent trouver que leur énergie s'épuise à l'écoute des histoires des autres et au partage de leur souffrance. Ils seront également stressés par le conflit, le bruit, le manque de structure ou le conflit de valeurs.

Comme les INFJ préfèrent l'Intuition et le Sentiment, une grande partie de leur stress provient de l'utilisation des fonctions qu'ils apprécient moins, la Pensée et la Sensation. Ils sont souvent stressés par la routine, les détails, le fait d'être en retard, et par des choses pratiques comme le classement ou le fait de remplir des formulaires. Trop de désordre ou d'encombrement s'avérera également stressant. Les INFJ travaillent souvent très dur et peuvent ne pas réaliser les effets physiques sur leur corps. Ils ont des difficultés à se montrer assertifs et sont irrités par des personnes qui portent des jugements catégoriques, qui sont manipulatrices, inconséquentes ou dogmatiques.

Comportement sous le stress

La Sensation extravertie est habituellement la fonction la moins développée des INFJ et celle qui se manifestera probablement le plus sous le stress. Lorsqu'ils sont stressés, les INFJ peuvent perdre la notion de l'espace et devenir confus ou se focaliser sur des détails sans importance. Souvent, ils se retireront jusqu'au moment où ils trouveront comment réagir. Ils peuvent aller dormir, regarder énormément la TV ou pleurer seuls. Sous un stress extrême, les INFJ peuvent avoir des accès de colère, faire des listes sans fin ou s'atteler à de nombreuses activités physiques comme le grand nettoyage de la maison. Si cela arrive, ils vont perdre de l'énergie et peuvent avoir des problèmes d'insomnies ou de modifications de leur poids. Ils peuvent devenir émotionnellement épuisés ou même malades, et dès lors, nécessiter de longues périodes de repos pour se rétablir.

Si les gens ne gèrent pas le stress, ils peuvent s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets du stress. Les INFJ qui ne font pas face au stress peuvent ignorer les symptômes ou refouler leurs sentiments, ou encore, s'illusionner en pensant qu'ils l'ont maîtrisé. La motivation inconsciente de ce comportement est de cacher leurs sentiments aux autres et à eux-mêmes. L'effet à long terme de ce comportement sera la difficulté d'entrer dans une relation significative et honnête.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les INFJ s'engageront souvent dans des activités physiques comme les promenades, le yoga et le jardinage. Ils ont besoin de passer du temps seuls à réfléchir et peuvent en profiter pour écouter de la musique, demeurer près de l'eau ou dans la nature et partager leur histoire avec quelqu'un. Afin de rester en bonne santé et de gérer leur stress, il est essentiel que les INFJ respectent leurs besoins basiques et trouvent un sens à leur propre identité. Ils trouvent souvent utile de s'atteler à marquer une différence dans le monde et à réfléchir à la symbolique de la transformation qui les aide à se positionner dans ce monde.

Loisirs et divertissements

Les INFJ aiment varier leurs activités de loisirs, préférant celles qu'ils peuvent pratiquer seuls ou avec quelques personnes. Ils apprécient les activités qui stimulent leur imagination comme la musique, l'écriture de poèmes, la photographie, l'art, la rédaction d'un journal, la lecture, la rêverie, la méditation, la danse et l'art dramatique. Ils aiment les médecines naturelles, le développement personnel, les retraites, le yoga, les massages, les films ou les bruits de l'océan. Ils peuvent également apprécier la marche, le surf, le ski, et sont souvent attirés par de beaux endroits. Il leur arrive d'aimer certaines activités d'équipe ou de groupe si le groupe est fortement lié. Ils trouvent souvent la TV envahissante, de même que les films, préférant laisser émerger des images de leur propre inconscient. Ils aiment les films contenant beaucoup de symbolisme comme *The Fisher King*, et l'humour de *Fawlty Towers*.

Les INFJ lisent des histoires remplies de symbolisme ou de messages concernant la recherche d'amour et de signification. Ils apprécient les mythes, légendes, poésies et les romans classiques. Ils aiment souvent voir leurs idées représentées d'une manière insolente comme dans *Winnie l'Ours*. Les INFJ lisent des romans reprenant des crimes détaillés, fascinés par la présence de la beauté au milieu de la laideur de la réalité.

Développement des INFJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants INFJ sont calmes, indépendants, sensibles et très imaginatifs. Leur fonction dominante, l'Intuition introvertie, se développe pendant l'enfance. Par conséquent, ils passent beaucoup de temps seuls, et leur imagination les emmène dans des royaumes magiques, des lieux lointains ou dans d'autres mondes. Ils ont souvent une place favorite dans leur chambre où ils peuvent être seuls. Beaucoup d'enfants INFJ ont des camarades de jeux imaginaires et parlent aux fées dans le jardin. Ils aiment faire des choses qui sont en relation avec leur fantaisie, dessiner en suivant leur imagination ou donner des noms à leurs amis imaginaires. Ils ont souvent des sensations intenses, comme des dragons et des monstres qui viennent des profondeurs et qu'ils doivent apprendre à maîtriser.

Les enfants INFJ aiment lire des livres, lire et écrire des poèmes, le théâtre et rêver du futur et de ce qui peut être amélioré pour les êtres humains. Ils ne sont pas toujours intéressés par les jouets et peuvent ne se souvenir que de peu de détails concernant leur enfance. Ils peuvent faire preuve de désintérêt envers les tâches pratiques et la routine.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les INFJ deviennent plus extravertis lorsqu'ils développent leur Sentiment extraverti. Ils sont souvent populaires et apprécient les fêtes, mais trouveront que cette interaction consomme leur énergie. À cet âge, ils ont besoin de se connecter à d'autres personnes et se sentent très responsables des gens. Ils peuvent être perturbés lorsqu'ils entendent des histoires tragiques, et en souffrir. Certains se porteront volontaires pour faire du bénévolat. À ce moment, leurs valeurs se développent et ils apprennent à prendre leurs décisions sur la base de leurs valeurs personnelles. Ils commencent à s'interroger sur les valeurs de leurs parents ou professeurs. Les INFJ considèrent souvent leur future carrière comme une vocation, se concentrant sur ce qu'ils peuvent faire pour les autres par le conseil, l'enseignement ou le travail spirituel. Ils ont besoin d'autonomie et répondent positivement aux conseils des adultes qui les comprennent et les encouragent à être eux-mêmes. Ils sont souvent engagés dans l'art dramatique et ont habituellement une vie sociale bien remplie. Ils réussissent bien à l'école.

Trentaine (20 - 35 ans)

Pendant cette période, la fonction tertiaire, la Pensée introvertie, émerge. Les INFJ passeront beaucoup de temps à réfléchir sur de nombreuses choses, à analyser des situations et à prendre plus de décisions logiques en devenant plus indépendants. Ils peuvent maintenant justifier d'une manière logique des décisions qui pouvaient être basées auparavant sur des sentiments instinctifs. Ils peuvent ressentir une tension entre le maintien de l'harmonie et la poursuite de leurs propres croyances et idéaux. La personnalité sensible et tendre des INFJ continuera pendant l'âge adulte, mais désormais, les INFJ se montreront souvent plus assertifs, et moins préoccupés de blesser les autres. Parfois, ils peuvent même sembler agressifs lorsqu'ils commencent à prendre leur propre vie en charge et ressentent une plus grande liberté à être eux-mêmes.

Mi-vie (35 - 55 ans)

Pendant cette partie de la vie, la quatrième fonction, le Sentiment extraverti, se développera. Désormais, les INFJ tournent leur attention vers la réalité extérieure des faits, détails et expériences sensorielles. Ils observeront plus de détails dans la nature et peuvent s'engager dans des activités qui stimulent les sens, comme planter des arbres ou de la lavande, collectionner des pierres précieuses ou des fossiles, faire du sport ou travailler le bois. Dans certains cas, ces activités les inspireront à écrire des poèmes. Parfois, le Sentiment s'exprimera de manière étonnante et on les verra danser sur des tables ou s'exprimer avec un humour coquin. Les INFJ doivent faire attention à ce que toutes ces activités ne les conduisent pas à un surmenage. Les INFJ arrivés à mi-vie prendront plus de plaisir à vivre dans le présent et à créer un environnement harmonieux, éliminant le désordre dans celui-ci et utilisant des couleurs qui contribuent à l'harmonie.

INTJ

Ordre des Fonctions:	Dominante	Ni
	Auxiliaire	Te
	Tertiaire	Fi
	Inférieure	Se
Tempérament:	Rationnel (NT)	

Forces

Les INTJ sont indépendants, imaginatifs, logiques et réservés. Ils ont une vision claire de leur monde intérieur et focalisent leur énergie pour atteindre leurs buts. Ils donnent le meilleur d'eux-mêmes lorsqu'ils peuvent résoudre des problèmes complexes et trouver des moyens d'améliorer les choses.

La fonction dominante des INTJ est l'intuition introvertie, de telle sorte qu'ils ont une vision claire du présent et aussi des possibilités dans le futur. Ils génèrent rapidement de nouvelles idées, de préférence seuls. L'imagination des INTJ s'exprime en symboles, images, histoires et rêves. Leur fonction auxiliaire est la Pensée extravertie, de telle sorte qu'ils basent leurs décisions sur la logique. Ils aiment l'organisation ainsi que les plannings stratégiques pour atteindre des résultats visibles. Ils valorisent la justice et la compétence.

Difficultés potentielles

Les INTJ ont besoin de passer beaucoup de temps seuls, et sont difficiles à cerner. Ils se sentent bien dans leur monde intérieur et ressentent souvent que leur énergie s'épuise par un comportement envers le monde extérieur. Leurs fonctions les moins prisées étant le Sentiment introverti et la Sensation extravertie, ils peuvent éprouver des difficultés à se concentrer sur la réalité, les détails et les tâches pratiques. Ils peuvent avoir du mal à comprendre les gens et ne sont pas toujours sensibles à l'impact de leurs décisions sur les autres.

Communication

Le style de communication des INTJ est conceptuel et logique. Ils aiment que les conversations soient conceptuellement stimulantes. Leurs idées arrivent si rapidement l'une après l'autre qu'il leur est parfois difficile de s'exprimer. Ils exposent souvent fermement leurs idées afin d'être entendus et d'encourager les gens à envisager et à débattre d'autres opinions. Les INTJ ont une vision claire des possibilités, mais peuvent éprouver des difficultés à exprimer leur savoir. Il leur arrive de ne pas écouter ce que les autres disent, car ils sont perdus dans leur monde intérieur. Les INTJ sont des personnes qui ont besoin d'intimité et préfèrent avoir des conversations avec des gens qu'ils connaissent, ou écrire dans des journaux et revues. Ils n'aiment généralement pas les banalités et préfèrent parler avec des personnes compétentes. Si vous désirez changer leurs idées ou leur comportement, donnez-leur des raisons logiques et concentrez-vous sur les grandes lignes. Soyez direct et focalisez-vous sur les problèmes principaux.

Relations

Les INTJ respectent la compétence et la franchise. Dans une relation, ils veulent que l'autre personne ait des idées et opinions. Les INTJ apprécient les relations en tête-à-tête, mais il faudra du temps pour apprendre à les connaître. Ils se montrent parfois effrayés par l'intimité, sauf avec la famille. Ils sont loyaux envers leurs amis, tissent souvent des liens avec des personnes qui partagent leurs intérêts et se sentent plus à l'aise avec d'autres personnes de type Pensée. Les INTJ savent généralement dès le début d'une relation s'ils vont s'entendre avec l'autre.

Les INTJ ressentent les choses profondément, mais ne discutent habituellement pas de leurs émotions car ils peuvent être submergés par celles-ci. Comme les INTJ se concentrent sur l'usage de leur Pensée extravertie pour communiquer, leurs sentiments peuvent ne pas être apparents au travail. Ils sont plus à l'aise chez eux avec les sentiments et les valeurs. Ils encouragent l'indépendance chez leurs enfants et sont cohérents dans leur façon de les traiter. Souvent, ils montrent qu'ils se soucient des autres en trouvant des solutions à leurs problèmes.

Style d'apprentissage

Les INTJ sont des élèves imaginatifs, conceptuels et indépendants. Ils apprennent le mieux dans un environnement stimulant où ils trouvent de nombreuses occasions de calme. Leur intuition est introvertie et ils apprécient de ce fait les concepts abstraits et les théories. Ce sont des penseurs stratégiques. Les INTJ apprécient l'apprentissage en tant que tel et aiment résoudre des problèmes complexes. Ils se concentrent sur la vue d'ensemble et ne sont habituellement pas intéressés par les détails ou par des applications pratiques, sauf s'ils les aident à comprendre les concepts. Les INTJ sont d'excellents lecteurs et se montrent généralement doués pour les langues. Ils apprécient souvent les nuances d'une langue, et peuvent également aimer la structure et les sons d'une langue comme le latin.

Les INTJ recherchent la plus haute performance et l'excellence et sont habituellement de bons élèves à l'école. Souvent, ils aiment apprendre dans des domaines comme l'histoire, les langues, la psychologie, la musique, l'écriture, la philosophie, la religion, les technologies de l'information, la bioéthique et l'art. Ils ont besoin d'une liberté intellectuelle pour développer leurs propres idées. Ils perdront l'intérêt si l'apprentissage n'est pas stimulant ou si le professeur n'est pas compétent.

Au travail

Les INTJ sont des penseurs et planificateurs stratégiques qui recherchent la compétence. Ils remettent constamment les structures et les règles en question. Ils aiment développer des systèmes et sont continuellement en quête d'amélioration. Ils placent la barre de la performance à un niveau très élevé, tant pour eux-mêmes que pour les autres. Les INTJ ont confiance dans leurs décisions qui sont calculées logiquement. Ils apprécient la justice dans leur environnement de travail. Ils attachent autant d'importance à chaque fonction et accordent plus de respect à la compétence d'une personne qu'à sa position hiérarchique.

Les INTJ ont besoin d'autonomie, de liberté pour trouver leurs propres solutions. Ils ont souvent l'impression de porter le poids de la société sur leurs épaules et sont irrités par les personnes qui ne semblent pas travailler dur. Ils se montrent organisés et focalisés sur les tâches. Ils sont frustrés si les autres ne terminent pas les choses ou s'ils ne respectent pas les délais.

Orientations professionnelles

Les INTJ sont des performeurs tranquilles qui apprécient les carrières impliquant un planning stratégique, mais préfèrent se concentrer sur la vision plutôt que sur les objectifs. Les carrières susceptibles d'attirer les INTJ incluent les relations industrielles, la gestion de projets, le management, le développement organisationnel, la technologie de l'information, le conseil en vision d'entreprise, le coaching, l'enseignement universitaire et la psychologie. Ils aiment avoir la possibilité de créer une amélioration à grande échelle.

Rôle au sein de l'équipe

Les INTJ préfèrent travailler seuls ou de manière indépendante. Souvent, ils lancent des projets ou développent des stratégies. Il leur faut beaucoup d'autonomie et de calme pour penser et résoudre les problèmes. Dans une équipe, ils ont besoin d'objectifs clairs et de résultats. Ils ont plus besoin d'être respectés qu'appréciés. Des difficultés peuvent surgir s'ils doivent traiter beaucoup de détails et s'il n'y a pas d'objectifs clairs.

Style de leadership

Les INTJ ne cherchent habituellement pas à être leaders, mais les autres les reconnaissent souvent dans ce rôle. Certains apprécient de jouer un rôle de premier plan comme leader ou coach. Ils aiment avoir une vue d'ensemble et planifier les directions futures. Ils peuvent créer des systèmes pour atteindre leurs objectifs. Ils élaboreront d'abord la structure, avant de déléguer les tâches. Ils laissent énormément d'autonomie. Les INTJ auront tendance à déléguer à la personne qui possède de l'expertise, en ne considérant ni son âge ni sa position.

Les points forts des INTJ sont leur capacité à entrevoir les possibilités, leur faculté à développer des systèmes logiques, leur talent pour fixer des objectifs et suivre un projet jusqu'à sa conclusion. Des difficultés peuvent survenir si d'autres personnes les trouvent intimidants ou écrasants, ou s'ils deviennent tellement concentrés sur leurs objectifs qu'ils ne font plus preuve de flexibilité lorsque cela s'avère nécessaire.

Stress pour les INTJ

Causes de stress

Les INTJ ont besoin d'intimité, d'organisation, d'autonomie et de compétences. Ils seront stressés par trop d'interactions avec des tiers, par un manque de structure et par une absence de compétences chez eux ou chez les personnes avec lesquelles ils travaillent.

Comme les INTJ préfèrent l'Intuition et la Pensée, une bonne partie de leur stress provient de l'utilisation de leurs fonctions les moins prisées, le Sentiment et la Sensation. Ils seront stressés par des directives peu claires, un manque d'efficacité, et par un travail routinier et exigeant beaucoup de détails. Parce qu'ils s'organisent en toute logique, ils ont souvent des difficultés à gérer les émotions fortes et l'injustice. Ils se montreront stressés par un manque d'organisation et de possibilités. Les INTJ peuvent être irrités par le manque d'objectifs ou par la politique interne, ou encore par des leaders qui ne savent pas ce qu'ils veulent.

Comportement sous le stress

La Sensation extravertie est habituellement la fonction la moins développée des INTJ et celle qui sera le plus rapidement hors de contrôle sous le stress. Lorsqu'ils sont stressés, les INTJ peuvent perdre le sens de l'espace et devenir confus ou se focaliser sur des détails sans importance. Souvent, ils se retireront jusqu'au moment où ils auront découvert comment réagir. Ils peuvent être submergés par l'émotion ou hantés par des images qu'ils ne peuvent contrôler. Ils peuvent se mettre en colère et devenir critiques, faire des excès de table et être obsédés par les microbes. Lorsque les INTJ sont stressés, ils ne remarquent pas nécessairement l'impact de ce stress sur leur corps. Ils peuvent s'épuiser émotionnellement ou tomber malades, ce qui demandera alors de longues périodes de repos.

Si les gens ne gèrent pas leur stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets du stress. Les INTJ qui ne font pas face au stress peuvent éliminer toutes les émotions, les bannissant comme étant hors de propos. Ils peuvent également éviter les situations où ils se sentent incompetents. Les motivations inconscientes de ce comportement sont de reconquérir la sensation d'être maître de la situation, de se sentir compétent et de paraître compétent vis-à-vis des autres. L'effet à long terme de ce comportement est que la crainte de l'échec peut les empêcher d'apprendre et entraîner l'incompétence.

Comment réduire le stress

Pour réduire le stress, les INTJ ont régulièrement besoin de passer du temps seuls à réfléchir, et de se concentrer à nouveau sur une vue d'ensemble. Ils profiteront d'activités qui engagent leur intuition, comme écrire un journal, méditer, écouter de la musique ou regarder quelque chose de beau. Il peut s'avérer nécessaire pour les INTJ, s'ils sentent qu'ils perdent le contrôle, de faire attention à leurs émotions et d'exprimer fortement leurs sentiments et préoccupations. À long terme, il est important que les INTJ tiennent compte de leurs besoins basiques de compétences, d'organisation et de résultats.

Loisirs et divertissements

Les INTJ aiment habituellement les activités qu'ils peuvent pratiquer seuls ou avec peu de personnes plutôt qu'avec un grand groupe. Certains apprécient les activités physiques extérieures comme la marche, le travail du bois, le golf, le ski ou la voile. Ils aiment souvent les activités qui sont stimulantes et exigent la maîtrise de certaines compétences, comme la voile en solitaire. Lorsqu'ils veulent se détendre, ils peuvent entreprendre un grand projet comme la construction d'un planeur. Ils trouvent généralement la nature relaxante et rajeunissante et, en vieillissant, se concentrent davantage sur les détails de la nature que sur les processus de réflexion. Les INTJ ne prennent pas d'énormes risques dans leurs loisirs et n'aiment habituellement pas les fêtes.

Les INTJ aiment la lecture et l'écriture. Ils préfèrent les livres qui accroissent leurs connaissances et mettent leur esprit au défi, comme les livres de psychologie, de science, d'anthropologie, de philosophie, les mystères des crimes ou les livres sur le futur. Certains INTJ préfèrent les romans policiers qui se passent au Moyen-Âge car ils se situent à un autre moment et dans un autre lieu et sont donc plus complexes. Certains INTJ aiment les livres anciens et rares, d'autres lisent des romans sur des sujets spécifiques comme les batailles navales. Ils aiment classer leurs livres par ordre alphabétique ou par auteurs.

Développement des INTJ

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants INTJ sont calmes, organisés, indépendants et très imaginatifs. Leur fonction dominante, l'Intuition introvertie, se développe pendant l'enfance de telle sorte qu'ils passent beaucoup de temps seuls, visitant des mondes imaginaires comme le pays des Vikings. Ils peuvent rester de nombreuses heures seuls dans leur chambre ou sur un cheval à bascule, visitant ces lieux lointains et s'imaginant en guerriers puissants. Les gens les considèrent souvent comme des rêveurs. Ils racontent rarement leur vie imaginaire à quelqu'un. Certains enfants INTJ voient des images dans les choses familières, comme des visages dans les rideaux ou des chiens sur les fenêtres. Ils vivent des sensations intenses qui viennent souvent des profondeurs, comme des dragons et des monstres qu'ils ont appris à contrôler.

Les enfants INTJ aiment habituellement les activités créatives comme lire des livres, écrire des poèmes, de la musique ou des pièces de théâtre. Ils ne sont pas très intéressés par les jouets, les tâches pratiques ou par la routine. Ils ne se souviennent généralement que de peu de détails concernant leur enfance.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les INTJ deviennent plus extravertis car ils développent leur Pensée extravertie. Ils organisent leur monde de manière logique et débattent en toute confiance de sujets avec des adultes, certains d'avoir raison. À cette période, les INTJ sont souvent surpris par leurs propres facultés intellectuelles, car ils apprennent à baser leurs décisions sur la logique. Ils deviendront souvent les leaders de leur groupe d'amis, et peuvent être élus comme responsables de classe ou d'école. Ils sont habituellement concernés par les problèmes de justice et peuvent à ce moment s'engager dans l'organisation de campagnes comme celle « de la faim dans le monde ». Lorsqu'ils envisagent leur carrière future, ils s'imagineront souvent en leaders. Ils sont généralement bons élèves et ont un bon contact social, mais n'apprécient pas les fêtes. Les INTJ ont besoin d'autonomie et réagissent positivement aux conseils des adultes qui leur permettent d'être indépendants.

Trentaine (20 - 35 ans)

Pendant cette période, le Sentiment introverti émerge, et les INTJ passeront plus de temps à réfléchir sur les choses qu'ils apprécient. À cette période, ils commencent à se montrer plus tolérants vis-à-vis des gens différents d'eux, et plus attentifs à faire preuve de compassion envers les autres. Ils peuvent se rendre compte qu'ils expérimentent des émotions qui les submergent parfois, et se sentiront totalement en perte de contrôle lorsque cela arrivera. Mais cela leur passera lorsqu'ils deviendront plus à l'aise avec leurs sentiments profonds et leurs valeurs. Dans cette phase de leur vie, les INTJ peuvent rechercher différentes manières d'aider les gens ou de servir la communauté. Ils baseront toujours leurs décisions sur la logique, mais commenceront à prendre en considération l'impact de ces décisions sur les autres. Le sentiment de bien-être doit primer. Ils accorderont plus de valeur au temps libre, à la famille et aux vacances, et moins au travail. Les sujets des relations et de l'intimité gagneront maintenant en importance pour les INTJ.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À la mi-vie, la quatrième fonction, la Sensation extravertie, se développera. Les INTJ tourneront désormais leur attention vers le monde extérieur de la réalité, des faits, des détails et des expériences sensorielles. Ils observeront plus les détails et s'engageront plus souvent dans des activités qui stimulent les sens : la vue, l'ouïe et l'odorat. Certains peuvent pratiquer des exercices physiques comme les promenades en plein air, appréciant les expériences sensorielles. Ils peuvent s'intéresser davantage à leur santé et à maintenir leur corps en bonne condition. Ils peuvent s'adonner à de nouvelles activités comme l'artisanat, concevant souvent leur propre manière de faire les choses. Parfois, ces activités les stimuleront à écrire des articles ou à tenir un journal. Les INTJ seront désormais plus à l'aise pour vivre dans le présent et pour s'occuper de la réalité, mais ils se concentreront toujours sur la fixation et l'atteinte d'objectifs et l'obtention d'une reconnaissance pour leurs efforts. Ils aimeront toujours vivre de manière organisée et ordonnée.

ISTP

Ordre des Fonctions:	Dominante	Ti
	Auxiliaire	Se
	Tertiaire	Ni
	Inférieure	Fe
Tempérament:	Artisan (SP)	

Forces

Les ISTP sont réservés, réalistes, francs et logiques. Ils sont bons dans le dépannage et la négociation et aiment analyser comment les choses fonctionnent. Les ISTP apprécient de passer beaucoup de temps seuls et n'aiment pas être le centre d'attention. Ils sont flexibles et spontanés. Ils cherchent l'action constante et ont besoin de souplesse et de liberté dans leur vie et leur travail.

La fonction dominante des ISTP est la Pensée introvertie. Ils basent dès lors leurs décisions importantes sur leur propre système logique. Ils prennent plaisir à résoudre des problèmes, particulièrement des problèmes pratiques, mécaniques ou techniques. Ils construisent souvent mentalement des modèles ou des projets. La fonction auxiliaire des ISTP est la Sensation extravertie ; ils vivent dès lors dans l'instant présent et peuvent absorber beaucoup d'informations détaillées dans le monde qui les entoure.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins prisées des ISTP sont l'Intuition introvertie et le Sentiment extraverti. Ils peuvent avoir des difficultés à percevoir une idée globale, à envisager ce qui est possible ou à traiter ce qui est abstrait. Les ISTP éprouvent souvent des difficultés dans leurs relations interpersonnelles, et ont du mal à exprimer leurs sentiments et leurs besoins. Ils préfèrent agir que discuter et peuvent passer à l'action avant d'avoir bien réfléchi. Ils se déchargent souvent des tâches qu'ils n'aiment pas. S'ils s'ennuient, ils perdront rapidement l'intérêt et peuvent ne pas terminer une tâche.

Communication

Les ISTP voient beaucoup mais partagent peu. Leur Sensation extravertie se concentre sur des faits et sur la réalité dans la situation présente. Ils sont observateurs, notant et mémorisant les détails, y compris dans le domaine du non-verbal, mais peuvent être irrités par beaucoup de détails chez les autres. Ils détestent les longues explications, préférant arriver au but rapidement. Leur langage est précis, logique et littéral. Les ISTP se sentent vulnérables quand ils parlent devant un groupe, préférant les conversations en tête-à-tête. Ils sont souvent perçus comme froids et distants, mais se décrivent eux-mêmes comme réservés, partageant l'information avec discernement. Ils parlent davantage de leurs expériences que de leurs sentiments car ils ne sentent pas à l'aise s'ils évoquent leurs émotions. Si vous voulez changer leur comportement, vous devez leur donner des raisons logiques et des exemples spécifiques, puis négocier avec eux sans émotions.

Relations

Dans une relation, les ISTP cherchent la liberté, l'indépendance et une personne en qui ils peuvent avoir confiance. Ils veulent une relation chaleureuse et sympathique où ils seront appréciés tels qu'ils sont. Ils apprécieront quelqu'un qui écoute sans les critiquer et ils détestent les excès d'émotions. Ils éviteront habituellement la confrontation en se retirant. Les ISTP ne percevront pas nécessairement les attentes liées aux différents rôles sociaux.

Les ISTP ont habituellement un petit cercle d'amis proches et aiment généralement la solitude. Ils ont souvent des difficultés à développer des relations intimes et peuvent se sentir seuls. Les gens peuvent avoir du mal à se rapprocher d'eux et penser qu'ils n'ont pas de sentiments. Ils partageront leurs sentiments avec quelqu'un qu'ils connaissent bien et en qui ils ont confiance. Leur fonction Sentiment se développe à la mi-vie, et les ISTP peuvent éprouver des difficultés à exprimer leurs sentiments ou même à savoir ce qu'ils ressentent avant cette période de leur vie.

Style d'apprentissage

Les ISTP apprennent plus par l'action qu'en écoutant et en lisant. Ils perçoivent un bon nombre d'informations détaillées par leur Sensation extravertie, par ce qu'ils voient, touchent, goûtent, entendent ou sentent. Les ISTP sont curieux de savoir comment les choses fonctionnent et aiment résoudre des problèmes. Leur Pensée introvertie se développe à l'enfance et leur permet d'évaluer logiquement l'information. Ils veulent apprendre rapidement, et dans une salle de classe, ils s'ennuieront et perdront l'intérêt s'ils n'ont pas quelque chose à faire. Les ISTP ont besoin d'un professeur compétent et préfèrent travailler seuls.

Les ISTP aiment apprendre ce qui est pratique, utile et manuel. Ils apprécient les structures très claires et bien réglées, comme le français et la chimie, les sujets analytiques tels que les mathématiques, les sciences, la géométrie et les sports ou les sciences sportives. Ils liront seulement si le sujet les intéresse, habituellement des histoires d'aventure avec beaucoup d'action ou des livres décrivant le fonctionnement des choses. Les enfants ISTP trouvent souvent l'école difficile parce qu'ils s'ennuient avec la théorie et les conversations du professeur. Ils peuvent éprouver des difficultés à écrire des essais ou si on leur demande d'explorer la signification de quelque chose ou d'imaginer une chose qu'ils n'ont pas expérimentée. Ils peuvent voir le fait de copier d'un livre ou de recourir à l'imagination comme une tricherie, à moins que la permission leur soit accordée. Ils préfèrent la réalité.

Au travail

Les ISTP sont des penseurs latéraux qui préfèrent avoir un bon nombre de choses à faire et des problèmes à résoudre. Au travail, ils apprécient les crises, mais s'ennuient avec la routine et veulent avancer dès qu'un problème est résolu. Leur action rapide peut être confondue avec un besoin de conclusion, mais ils ne finissent pas toujours les tâches qu'ils ont commencées. Ils aiment la variété et ont besoin d'échéances pour terminer les choses. Les ISTP peuvent fonctionner dans une structure s'il y a de la flexibilité.

Les ISTP se concentrent sur l'exécution correcte de leur travail. Ils ne sont pas impressionnés par les règles, la hiérarchie, la position ou le statut, et ils ignoreront les règles s'ils n'en voient pas la logique. Ils aiment savoir qu'ils ont la liberté de casser les règles s'ils le veulent. Ils sont peu susceptibles de terminer une tâche s'ils n'en voient pas l'utilité. Ils n'aiment pas être contrôlés et préfèrent la responsabilité individuelle. Les ISTP excellent en logistique et dans un travail qui exige un bon nombre de détails. Ils préfèrent souvent travailler seuls.

Orientations professionnelles

Les ISTP se retrouvent dans des métiers ou des carrières qui exigent activité et sens pratique ou qui impliquent la gestion de crise ou le dépannage au sens large. Ceux-ci se retrouvent dans des secteurs tels que les hautes technologies et la maintenance, le secteur militaire, le commerce, les sports en plein air, le coaching individuel, la biomécanique, les centres de crise, l'agriculture, les affaires et le sport professionnel.

Rôle au sein de l'équipe

Les ISTP ne sont pas naturellement des membres d'équipe, car ils préfèrent travailler seuls. Ils sont destinés à la gestion de la qualité totale où ils ont une responsabilité individuelle. Ils sont bons dans l'analyse des problèmes et pour trouver des solutions. Ils sont doués pour poser les bonnes questions, de telle sorte que s'ils travaillent dans une équipe, ils y apporteront la clarté des idées. Ils aiment les objectifs précis et la liberté de les atteindre à leur façon.

Style de leadership

Les ISTP ne cherchent pas nécessairement des rôles de leadership. Habituellement, ils n'aiment pas diriger les autres et ne forceront pas les autres à accomplir des tâches. Lors d'une crise, ils assument la direction et prennent des décisions rapides. Par exemple, ils dirigent et s'attendent à ce que les autres suivent. Les ISTP sont plus à l'aise comme leaders que comme managers.

La force des ISTP réside dans le fait qu'ils peuvent recueillir et stocker beaucoup d'informations. Ils sont capables d'analyser logiquement, se montrent pragmatiques et s'assurent que le travail est fait, et ils permettent aux personnes de fonctionner sans interférence. Des difficultés peuvent surgir s'ils ne voient plus l'image globale, s'ils ne respectent pas les échéances ou s'ils demeurent à distance et ne réussissent pas à nouer de bonnes relations avec les personnes impliquées.

Stress pour les ISTP

Causes de stress

Les principales causes de stress chez les ISTP sont liées au respect des échéances, aux relations interpersonnelles, particulièrement en groupe, et au manque de flexibilité ou de liberté. Ils ont des difficultés à rester trop longtemps en groupe, préférant intervenir en face-à-face. Les échéances sont souvent utiles pour les ISTP, mais elles engendreront le stress s'il n'y a pas assez de temps pour bien terminer le travail ou si les choses tournent mal et les empêchent de respecter la date limite. Les ISTP peuvent être stressés s'ils doivent exécuter à nouveau une tâche après qu'une nouvelle information a été présentée.

Une grande partie du stress chez les ISTP provient de l'utilisation de leurs fonctions les moins prisées, l'Intuition et le Sentiment. Les ISTP peuvent être stressés par des personnes qui s'avèrent étroites d'esprit, critiques, têtues, émotives ou non logiques. Les ISTP ont besoin de liberté et peuvent se laisser stresser par des situations ou des gens qui se montrent inflexibles ou qui contrôlent. Ils peuvent également être stressés par trop d'options ou en essayant de générer des possibilités.

Comportement sous le stress

Les ISTP peuvent devenir turbulents quand ils sont stressés, ou bien se retirer pour réfléchir. Quand le stress est très élevé, les ISTP risquent de se montrer émotifs et de crier ou pleurer, et de se comporter généralement d'une manière irraisonnable. Ils se concentreront souvent sur la tâche en ignorant les gens ou peuvent s'immerger totalement dans le problème qui provoque le stress. Ils s'engagent souvent dans un travail manuel pour évacuer leur stress.

Si les gens ne gèrent pas sérieusement leur stress, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ISTP qui ne font pas face au stress peuvent tomber dans des jeux de chantage tels que des accès de colère ou des éclats violents, des comportements à risque, la délinquance, l'ennui ou la dépression sérieuse. La motivation inconsciente de ce comportement est d'expérimenter l'excitation, la sensation de liberté, ou la punition de la personne qui s'est emparée de leur liberté. À long terme, ce comportement peut résulter en une perte de liberté pour les ISTP.

Comment réduire le stress

Les ISTP recourent souvent à l'activité physique comme la course à pied ou le travail manuel pour réduire leur stress. Ils éviteront habituellement la compagnie d'autres personnes, préférant rester seuls, et parfois se relaxeront et ne feront rien. Ils peuvent souvent remettre le travail au lendemain. Dès qu'ils sont stressés, ils doivent vérifier les faits et se montrer réalistes par rapport à la situation, puis employer leur logique pour décider quelle est l'action appropriée avant d'agir. Pour être en bonne santé et gérer leur stress, il est essentiel que les ISTP respectent leur besoin fondamental de liberté et d'action.

Loisirs et divertissements

Les ISTP aiment souvent passer leur temps à lire, pratiquer des sports ou des activités physiques dans lesquelles ils construisent, jardinent, fabriquent ou rénovent. Les ISTP apprécient de nombreux sports, tels que l'aviation, le football, le basket-ball, la plongée sous-marine, le rafting, le marathon, le parapente ou les exercices en salle de gymnastique. Ils prennent plaisir à s'entraîner et aiment la compétition au niveau national ou international. Leurs passe-temps sont variés et incluent diverses choses comme le bricolage, le théâtre, les arts martiaux, la gastronomie et l'œnologie, les échecs, la cuisine, le travail d'art du verre en plomb, les jeux de cartes, le tissage, le jardinage, la couture, la menuiserie, et toutes sortes de musiques. Les ISTP prennent souvent plaisir à regarder le sport ou les documentaires et à écouter la radio.

Les ISTP aiment les livres qui stimulent leur réflexion ou qui fournissent des informations pratiques. Cela peut inclure des matières telles que la science, la science-fiction, le jardinage, la rénovation de maisons, le fonctionnement des choses, ou les livres concernant d'autres cultures. Les histoires doivent être empreintes d'action ou d'aventure. Les ISTP aiment faire les choses bien. Ils diront des choses comme « Faites-le à la perfection ou pas du tout » ou « Faites-le donc ! ».

Développement des ISTP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ISTP sont habituellement très calmes, actifs, logiques et heureux de rester seuls une grande partie du temps. Ils ont besoin d'activité et de faire une variété de choses. Ils ont confiance en ce qui est réel et interprètent le langage et les instructions littéralement. Leur fonction dominante, la Pensée introvertie, se développe pendant cette période. Ainsi les enfants ISTP passeront-ils leur temps à réfléchir et analyser mentalement pendant qu'ils développent leur logique. Ils sont particulièrement intéressés par le fonctionnement des choses, par la façon d'obtenir de la musique sur un CD. Les autres peuvent ne pas voir leurs capacités logiques et analytiques car elles se produisent intérieurement. Ce qu'ils verront, c'est un enfant tranquille et franc, qui veut tout essayer et qui est heureux de passer son temps seul. Les ISTP ont besoin de flexibilité et de liberté. Ils perdent l'intérêt s'ils n'ont rien à faire.

Les activités favorites des enfants ISTP incluent souvent la pratique d'un sport ou assister à un sport, les activités en plein air, faire ou assembler des choses mécaniques, les jeux sur ordinateur, le tissage, observer les gens, bricoler, résoudre des problèmes mathématiques. Les ISTP sont habituellement compétitifs dans le sport et privilégient en général les sports individuels. Ils préfèrent une activité qui a un but, comme fabriquer, solutionner ou réparer des choses.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les ISTP développent la Sensation extravertie et sont constamment en activité, emmagasinant de vastes quantités d'informations grâce à leurs sens. Ils recueillent des faits et des détails au sujet des choses. Ils mettront beaucoup d'énergie dans une activité jusqu'à ce qu'ils perdent l'intérêt. Leur comportement pendant cette période peut paraître extraverti pendant que leur activité est plus focalisée vers le monde extérieur, mais ils auront besoin de solitude. Les ISTP ont besoin de liberté et d'action et résisteront au contrôle. Ils répondront positivement aux conseils des adultes qu'ils respectent. Ils peuvent trouver l'école frustrante en raison de l'importance donnée à la théorie plutôt qu'au travail pratique, et parce que beaucoup de ce qu'ils apprennent n'est pas pertinent pour eux. Si un conflit surgit, ils se retireront souvent ou garderont leur avis pour eux-mêmes afin d'éviter toute confrontation désagréable. Rarement, ou pratiquement jamais, ils ne parleront de sentiments.

La trentaine (20 - 35 ans)

Pendant cette période, la troisième fonction, l'Intuition extravertie, se développe. La personnalité tranquille et logique des ISTP continue de s'affirmer à cette période, mais désormais leurs réflexions intérieures sont des moments d'inspiration. Ils se concentreront plus sur les possibilités du futur et sur la vision d'ensemble des grands concepts et théories. Ils commenceront à apprécier les symboles et la signification qui se cache derrière la réalité. Ils peuvent prêter moins d'attention aux détails et aux réalités pratiques, et se mettre à rêvasser ou à oublier des choses. Certains ISTP peuvent être attirés par l'interprétation des rêves ou la méditation pendant qu'ils explorent leur Intuition intérieure. Ils trouveront habituellement leurs meilleures inspirations quand ils sont seuls. Les ISTP peuvent connaître une augmentation de la créativité dans cette période, devenant plus innovateurs et tournant davantage leur attention vers le futur.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À la mi-vie, les ISTP développent le Sentiment extraverti. Pendant cette période, ils deviennent plus sensibles aux sentiments des autres. Ils seront plus conscients du besoin de s'affirmer vis-à-vis des autres et feront preuve de plus de tact. Parfois sentimentaux, ils se sentiront plus facilement blessés. Bien qu'ils soient plus intéressés par les relations personnelles et intimes durant cette période, ils peuvent encore éprouver des difficultés à se rapprocher des autres, et à ressentir des émotions. Au fur et à mesure que la fonction Sentiment se développe, ils se rendront compte de leurs propres sentiments, de ce qui est important pour eux et du besoin d'harmonie. Les décisions seront maintenant influencées autant par leurs valeurs personnelles que par la logique.

INTP

Ordre des Fonctions:	Dominante	Ti
	Auxiliaire	Ne
	Tertiaire	Si
	Inférieure	Fe
Tempérament:	Rationnel (NT)	

Forces

Les INTP sont des penseurs réservés, analytiques, conceptuels, créatifs. Ils aiment passer beaucoup de temps seuls et n'aiment pas être au centre de l'attention. Ils apprécient la connaissance de la vérité et ont besoin d'autonomie et de liberté intellectuelle.

La fonction dominante des INTP est la Pensée introvertie. Ils basent dès lors leurs décisions importantes sur leur logique intérieure. Ils aiment les problèmes complexes, apparemment insolubles et considéreront chaque problème à partir de multiples angles différents avant de tirer des conclusions. Les INTP construisent des modèles ou des plans dans leur tête, cherchant toujours une cohérence logique. La fonction de support des INTP est l'Intuition extravertie. Ils génèrent dès lors de nombreuses idées et peuvent apprécier beaucoup de théories différentes. Les INTP peuvent souvent faire deux ou trois choses en même temps.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins prisées des INTP sont la Sensation introvertie et le Sentiment extraverti. Ils trouvent généralement la routine ennuyeuse et peuvent avoir des difficultés à se rappeler les détails et ce qui touche à la réalité. Les INTP ont souvent un bon nombre d'idées innovantes, mais peuvent ne pas les mettre en application. Ils éprouvent souvent des difficultés dans leurs relations avec les gens et également des difficultés à comprendre leurs sentiments. Ils tendent à négliger les sentiments qui sont incompatibles avec leur pensée.

Communication

Les INTP ont l'esprit ouvert. Leur Intuition extravertie apprécie les « brainstormings » d'idées ou l'écoute des personnes qui discutent. Les INTP sont fortement conceptuels et ils apprécient la précision du langage. Ils s'interrogent souvent sur l'utilisation de mots particuliers et peuvent paraître pédants. Puisque le langage a ses limites, certains INTP préfèrent communiquer en musique. Le langage des INTP est global, analytique et interrogatif. Ils ont souvent des difficultés à exprimer leurs sentiments et trouvent la communication difficile avec quelqu'un qui est émotif. Quand ils essaient de se focaliser sur ce que dit quelqu'un, ils peuvent paraître distraits ou cacher quelque chose. La pression des autres à donner une réponse peut interrompre leur pensée et ralentir le processus. Les INTP trouvent les esprits fermés irritants et les discussions sur la pluie et le beau temps non pertinentes. Si vous voulez changer leur comportement, présentez-leur vos idées sans émotion, donnez-leur des raisons logiques et du temps pour traiter ce que vous avez dit.

Relations

Dans une relation, les INTP attendent de la liberté et du soutien pour ce qu'ils désirent réaliser. Ils veulent quelqu'un qui les comprenne et respecte leur besoin d'espace personnel. Les INTP ont besoin d'affection et d'attention, mais ils se sentent souvent inconfortables avec les manifestations extérieures d'affection. Les INTP entrent en relation avec les autres sur la base de leur expertise. Ils trouvent habituellement les relations proches difficiles et tendent à dire que les gens au travail ne les connaissent en général pas du tout. Les INTP ont des difficultés à connaître une personne jusqu'à ce qu'ils lui fassent confiance. Une fois qu'ils ont confiance, ils peuvent devenir très proches, mais si la confiance est cassée, leur relation se termine. Pour les INTP, la fonction Sentiment se développe à la mi-vie, dès lors ils auront souvent des difficultés à exprimer leurs sentiments profonds ou même à savoir ce qu'ils ressentent avant cette période. Ils montreront souvent qu'ils s'inquiètent en voulant aider leurs partenaires à résoudre des problèmes et à trouver des solutions.

Style d'apprentissage

Les INTP sont des étudiants perpétuels, développant leurs connaissances pour le plaisir. Ils sont fortement conceptuels et emploient leur Intuition extravertie pour explorer des idées et des connexions. Leur Pensée introvertie se développe à l'enfance et leur permet d'évaluer logiquement l'information selon un modèle ou cadre. Ils ont besoin de liberté pour explorer des idées, les démonter et les critiquer afin de les comprendre. Puisque leur pensée est introvertie, ils auront du mal à expliquer par des mots pourquoi ils sont arrivés à une conclusion particulière.

Les INTP lisent sans interruption sur presque n'importe quelle matière à caractère théorique. Ils sont attirés par l'étude d'une variété de domaines tels que la science, l'architecture, la musique, la linguistique, l'anglais, l'histoire, les langues, la politique et la technologie de l'information. Les INTP ont une passion pour la connaissance et la compréhension, et pour trouver la vérité. Ils aiment résoudre des problèmes complexes et demander continuellement pourquoi ? ou pourquoi pas ? Ils passeront des heures à rédiger un essai pour le rendre crédible. Dans une salle de classe, ils s'ennuient si le travail n'est pas intellectuellement stimulant et perdront totalement leur intérêt si le professeur n'est pas compétent. Les INTP fixent des standards élevés pour eux-mêmes et les autres.

Au travail

Les INTP apprécient le travail qui est intellectuellement stimulant. Ce sont des penseurs créatifs qui désirent résoudre des problèmes complexes. Ils ont besoin d'autonomie pour pouvoir travailler de leur propre manière en vue d'une solution. Les INTP peuvent voir n'importe quelle situation depuis de nombreux angles différents et ont besoin d'explorer et de partager leurs idées avec les autres. Ils prennent plaisir à se montrer créatifs et originaux. Ils ont besoin de beaucoup d'espace personnel, particulièrement s'ils travaillent sur quelque chose qu'ils n'aiment pas.

Les INTP tendent à trop vouloir s'engager au travail et peuvent avoir beaucoup de projets inachevés parce qu'ils essaient toujours d'améliorer ce qu'ils ont fait. Ils ne se fixent habituellement pas d'objectifs, et ont besoin d'échéances afin de terminer les tâches. Ils peuvent se montrer indécis en ce qui concerne les problèmes de travail, et éprouver des difficultés à organiser et classer l'information ou le matériel. Ils classent souvent en piles et peuvent vivre dans un degré élevé de désordre. Souvent, ils ne voient pas l'encombrement. Les INTP semblent peut-être parfois critiquer les autres, mais se critiquent eux-mêmes davantage.

Orientations professionnelles

Les INTP sont souvent attirés par des carrières relatives à la recherche, la théorie, la conception ou l'enseignement. Cela peut inclure des secteurs très divers comme la science, les mathématiques, la psychologie, les beaux-arts, la consultance environnementale, la publicité, la technologie de l'information, l'architecture, la philosophie, la musique, l'hypnothérapie, l'enseignement universitaire et la planification stratégique.

Rôle au sein de l'équipe

Les INTP préfèrent fonctionner seuls, mais prennent plaisir à l'interaction et au partage d'idées avec les autres. Dans une équipe, ils se révèlent habituellement créatifs, calmes et d'excellents planificateurs stratégiques. Ils ont parfois des difficultés à communiquer avec d'autres membres de l'équipe, et ont besoin de personnes autour d'eux qui peuvent s'occuper des détails.

Style de leadership

Les INTP ne cherchent habituellement pas les rôles de leadership. Ils n'aiment pas diriger les autres et ne forceront pas les personnes à faire des choses. Dans une crise, ils assument le leadership et prennent des décisions rapidement. Ils dirigent par l'exemple et s'attendent à ce que les autres suivent. Les INTP sont plus à l'aise en tant que leaders que comme managers.

Les forces des INTP sont leurs capacités à avoir une vue d'ensemble, à générer des possibilités et à développer des stratégies pour trouver des solutions. Ils apportent de la clarté, et encouragent la compétence et l'autonomie. Des difficultés peuvent survenir s'ils ne délèguent pas une partie des tâches pratiques, s'ils ne respectent pas les délais, ou s'ils demeurent à distance et ne tissent pas de bonnes relations avec les personnes impliquées.

Stress pour les INTP

Causes de stress

Les INTP ont des besoins de compétences et de liberté intellectuelle, et seront souvent stressés si leurs compétences sont remises en cause par eux-mêmes ou par d'autres. Puisque les INTP préfèrent l'Intuition et la Pensée, une grande partie de leur stress résultera du fait d'utiliser leurs fonctions les moins prisées, la Sensation et le Sentiment.

Le Sentiment extraverti est habituellement la fonction la moins développée chez les INTP et celle qui se manifesterait très probablement le plus sous le stress. Les INTP ont souvent des difficultés à gérer des émotions fortes et peuvent être frustrés par des personnes qui veulent tout contrôler, qui sont inflexibles ou illogiques. Ils peuvent se montrer stressés par des situations ou par des personnes quand la réalité entre en conflit avec le modèle théorique. Les INTP éprouvent habituellement des difficultés à rester trop longtemps avec des groupes de personnes. Les INTP préfèrent les possibilités illimitées de l'intuition et présentent souvent de véritables difficultés à gérer leur temps et les détails pratiques. Les échéances sont souvent utiles pour les INTP, cependant elles généreront du stress s'il n'y a pas assez de temps pour bien faire le travail.

Comportement sous le stress

Sous l'influence du stress, les INTP peuvent vivre une explosion émotionnelle, élever la voix ou pleurer et, généralement, se comporter de manière irrationnelle. Ils se concentreront souvent sur la tâche, en ignorant les gens, ou ils s'immergeront totalement dans le problème causé par le stress. Ils peuvent devenir défensifs et désorganisés quand ils sont stressés, ou se retirer pour penser aux choses.

S'ils ne gèrent pas le stress sérieusement, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Un INTP qui ne fait pas face au stress peut éliminer ses émotions, en les écartant comme étant hors de propos, et éviter toute situation dans laquelle il se sentira incompetent. Les motivations inconscientes de ce comportement sont de regagner la sensation d'avoir les choses sous contrôle et d'être compétents, et de paraître compétents envers les autres. Ce comportement aura comme effet à long terme une crainte de l'échec qui empêchera l'apprentissage et mènera à l'incompétence.

Comment réduire le stress

Les INTP utiliseront souvent l'activité physique pour réduire le stress, telle que la course ou le travail manuel. Ils ont besoin de beaucoup d'espace personnel quand ils sont stressés, et s'éloignent souvent de la compagnie d'autres personnes. Ils ont besoin de temps pour vider leur esprit, pour retrouver une vision globale et regarder de façon réaliste leurs accomplissements et compétences. Souvent, ils trouvent utile de se relaxer et de ne rien faire, d'écouter de la musique, de recourir à la méditation ou au chant pour se détendre. Pour être en bonne santé et contrôler leur stress, il est essentiel que les INTP respectent leur besoin de compétences.

Loisirs et divertissements

Les INTP passent beaucoup de temps seuls à vaquer à des activités tranquilles telles que la lecture, la musique, les exercices sportifs, le jardinage, les films, l'informatique, la tapisserie ou les voyages dans des endroits peu communs. Pour leurs loisirs, les INTP ont souvent des intérêts divers tels que l'art dramatique et le théâtre, lire, jouer de la musique, spécialement de la musique classique et du jazz, assister à des conférences, les sports individuels de performance comme la plongée sous-marine, le squash, le surf ou les arts martiaux. Pour les INTP, le travail est souvent un jeu.

Les INTP apprécient les livres qui stimulent la pensée, augmentent leurs connaissances et ajoutent une valeur à leurs modèles internes. Ils ont un choix étendu de lectures, incluant les secteurs scientifiques, la science-fiction, la philosophie, la psychologie, l'humour noir, l'art de guérir et la métaphysique. Les sujets peuvent inclure des choses telles que le fonctionnement de l'esprit, la façon dont l'utilisation du langage affecte le cerveau, la physique quantique, la médecine quantique, le Zen, l'histoire de l'Homme et la théorie du chaos. Ils liront souvent sept ou huit livres en même temps et beaucoup accumuleront graduellement une bibliothèque personnelle énorme.

Développement des INTP

Enfance (6 - 12 ans)

L'INTP est habituellement un enfant solitaire, heureux de rester seul une grande partie du temps. La fonction dominante, la Pensée introvertie, se développe pendant l'enfance ; ainsi, les enfants INTP passeront leur temps à observer et analyser, tout en développant leur logique interne. Ils sont souvent inspirés par des modèles dans la nature, comme le mouvement d'un escargot, les saisons changeantes ou le comportement d'une personne. À cet âge, les INTP sont capables de penser de manière abstraite et d'interroger de manière philosophique. Ils poseront des questions sur tout puisqu'ils établissent un cadre interne, essayant de comprendre ce qu'ils voient. D'autres peuvent ne pas identifier leur processus logique parce qu'il se produit intérioritément. Beaucoup de INTP, à l'âge de 10 ou 11 ans, ont été profondément offensés par un professeur qui a douté de leur travail original parce qu'il était très avancé pour leur âge.

La lecture est habituellement l'activité favorite des enfants INTP. Ils recherchent la connaissance pour la compréhension, souvent, en considérant l'auteur d'un livre comme plus expert que les parents ou les professeurs. Ils aiment souvent utiliser l'ordinateur, surfer sur Internet ou jouer à des jeux informatiques. Les autres activités peuvent inclure la musique ou le théâtre, les arts, les arts martiaux et, parfois, le sport.

Adolescence (13 - 20 ans)

Pendant l'adolescence, les INTP développent leur Intuition extravertie et montrent de l'intérêt à apprendre de nouvelles choses et à partager leurs idées et modèles. Ils passeront beaucoup de temps à discuter de quelque chose qui les intéresse et sont souvent perçus comme intellectualisant trop. Ils peuvent apprendre beaucoup de nouvelles choses, mais une fois qu'ils en ont maîtrisé une, ils passeront souvent à quelque chose de nouveau. À cette période, les INTP peuvent apparaître extravertis car leurs activités se focalisent plus vers le monde extérieur, mais ils auront encore besoin d'être seuls. Bien qu'ils puissent interagir beaucoup avec les autres, ils n'ont pas besoin de gens autour d'eux. Ils passent beaucoup de temps à rêvasser et auront habituellement des difficultés avec le respect des échéances et la nécessité d'être ordonnés. Les INTP ont besoin de liberté intellectuelle et résisteront au contrôle. Ils répondront positivement aux conseils des adultes qu'ils considèrent comme compétents. Ils peuvent trouver l'école frustrante si le travail ne leur donne pas assez de défis à relever, et ils préféreront souvent travailler seuls.

Trentaine (20 - 35 ans)

Pendant cette période, les INTP développent la Sensation introvertie. La personnalité calme et logique des INTP se confirme à l'âge adulte, mais désormais, leur attention se tourne vers le monde intérieur de la réalité, des faits, des détails et de l'expérience sensorielle. Ils se concentreront sur des choses autres que l'esprit, telles que la santé et la condition physique, allant probablement à la salle de gymnastique ou apprenant l'art du massage. Ils peuvent choisir comme passe-temps le métier à tisser, la couture, la décoration intérieure, le jardinage, les voyages ou les livres concernant des faits. Ils ont plaisir à prendre une idée et à la transformer en réalité. Ils peuvent ressentir que, durant cette période, leur mémoire des faits et des détails augmente.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À la mi-vie, les INTP développent le Sentiment extraverti. Pendant cette période, ils deviennent plus sensibles aux sentiments des autres. Ils feront plus souvent preuve de tact, deviendront parfois sentimentaux et plus facilement blessés. Bien qu'ils soient plus intéressés par les relations personnelles et intimes à cette période, ils considèrent encore les émotions comme un défi. Ils sont souvent intéressés par la vie des gens et la façon dont ils y font face. Ils peuvent essayer d'assister ces gens en les aidant à clarifier ce qui est important pour eux. Pendant que leur fonction Sentiment se développe, ils se montrent plus attentifs à ce qui est important pour eux et deviendront plus conscients de leurs sentiments. Leurs valeurs personnelles commenceront à avoir plus d'influence sur leurs prises de décisions qu'auparavant.

ISFP

Ordre des Fonctions:	Dominante	Fi
	Auxiliaire	Se
	Tertiaire	Ni
	Inférieure	Te
Tempérament:	Artisan (SP)	

Forces

Les ISFP sont réservés, gentils, attentionnés, gais et pratiques. Ils se concentrent sur les gens, les soutenant et les encourageant. Ils se montrent flexibles, spontanés et naturellement négociateurs. Ils ont besoin de flexibilité aussi bien dans leur vie qu'au travail.

La fonction dominante des ISFP est le Sentiment introverti, et leurs décisions se basent dès lors sur de profondes valeurs personnelles. Ils défendent les droits des autres et désirent changer la vie des gens. Ils font beaucoup de bien sans que cela soit remarqué, travaillant avec joie au service des autres. Les ISFP aiment passer beaucoup de temps seuls et n'aiment pas se faire remarquer. La fonction de support des ISFP est la Sensation extravertie. Ils vivent dans le moment présent et absorbent une foule d'informations détaillées dans le monde qui les entoure. Ils sont continuellement à la recherche d'activités, souvent à un rythme tranquille.

Difficultés potentielles

Les fonctions les moins prisées des ISFP sont l'Intuition introvertie et la Pensée extravertie. La plupart des ISFP éprouvent des difficultés à s'affirmer, désirant maintenir l'harmonie et plaire aux autres. Ils trouvent difficile de convaincre logiquement les autres de soutenir leur cause. Les ISFP préfèrent faire les choses plutôt que de parler, et peuvent agir avant même d'avoir bien réfléchi. Ils mettent souvent de côté les tâches déplaisantes et risquent de ne pas terminer celles-ci si elles manquent d'intérêt. Ils peuvent se focaliser sur des détails et ne pas voir la globalité. Les ISFP évitent d'être le centre d'attention et sont capables d'éviter le succès afin de ne pas être les seuls à recevoir des louanges.

Communication

Les ISFP voient beaucoup de choses, mais partagent peu. Leur Sensation extravertie se focalise sur les faits et la réalité de la situation présente. Ils sont observateurs, remarquant et se souvenant de détails comme la gestuelle, mais se lassent d'écouter des détails provenant des autres. Ils détestent les longues explications, préférant aller rapidement droit au but. Les ISFP sont de bons négociateurs et on les considère souvent comme des pacifistes. Leur langage est réaliste, amical et littéral. Les ISFP sont vulnérables lorsqu'ils doivent s'exprimer en public, préférant les conversations en tête-à-tête. Ils trouvent souvent difficile d'expliquer ce qu'ils ressentent aux personnes logiques et préfèrent poser des questions. Si vous désirez changer leur comportement, tâchez de leur montrer calmement comment celui-ci peut avoir un impact négatif sur l'autre, donnez-leur quelques alternatives et montrez-leur les bienfaits pratiques d'un changement.

Relations

Dans une relation, les ISFP désirent la liberté, l'égalité et une personne en qui ils peuvent avoir confiance. Ils souhaitent être aimés et acceptés comme ils sont. Ils sont très sensibles aux sentiments d'autrui et essaieront de plaire le plus possible aux autres et de les rassurer. Eux aussi ont besoin d'être rassurés, mais souvent par une seule personne. Ils sont vulnérables et facilement blessés par les autres, et éviteront la confrontation en s'effaçant.

Les ISFP connaissent en général beaucoup de monde, mais ressentent souvent de la solitude. Quand ils font confiance et se confient à quelqu'un, ils peuvent en devenir très proches. Leur fonction Sentiment est introvertie et dès lors, ils éprouvent des difficultés à exprimer leurs sentiments ou même à savoir ce qu'ils ressentent vraiment. Mais ils sont très clairs quant à ce qu'ils apprécient. Ils aiment souvent réaliser des choses manuellement et les offrir à quelqu'un qui leur est spécial.

Style d'apprentissage

Les ISFP apprennent en faisant et en mémorisant. Leur Sensation extravertie rassemble des informations détaillées sur ce qu'ils voient, touchent, goûtent ou sentent. Dans une classe, ils risquent de s'ennuyer s'ils n'ont pas quelque chose à faire, et peuvent devenir distraits et perdre tout intérêt envers leurs études. Les ISFP ont besoin de calme pour se concentrer. Ils apprennent le mieux dans un environnement amical et de soutien où le contenu est en relation avec les expériences réelles de la vie et où l'apprentissage a aussi des applications pratiques.

Les ISFP aiment les matières manuelles, pratiques ou expérimentales, telles que le sport, l'artisanat, la botanique, la biologie, l'interprétation et la musique. Ils aiment apprendre en visionnant des films et des vidéos. Ils liront sur les sujets qui les intéressent, comme des romans biographiques ou des histoires pleines d'action. Enfants, ils trouveront souvent l'école difficile car la théorie les ennue, de même que les longues explications du professeur. Ils peuvent éprouver des difficultés quand on leur demande d'approfondir la signification de quelque chose ou d'imaginer quelque chose qu'ils n'auraient pas expérimenté. Ils préfèrent écrire sur la réalité.

Au travail

Au travail, les ISFP apprécient les moments de crise et l'opportunité d'utiliser leur aptitude à résoudre les problèmes. Ils ont besoin de liberté physique, de variété, de flexibilité et de l'occasion d'être spontanés. Ils peuvent travailler dans une structure s'il y règne une certaine liberté. Les ISFP sont capables de se concentrer un long moment sur des sujets qui les passionnent. Ils s'ennuient dès qu'il y a trop de routine et préfèrent un job où les jours ne se ressemblent pas. Ils aiment être occupés et s'amuser.

Les ISFP se focalisent sur le résultat. Ils vont souvent négocier afin d'obtenir ce qu'ils désirent et peuvent tout aussi bien contourner les règles. Ils ne sont pas impressionnés par les normes, la hiérarchie, le poste ou le statut. Ils remettent souvent en question les règles si ces dernières n'ont pas de sens à leurs yeux ou si elles sont en contradiction avec leurs valeurs. Ils veilleront souvent à ce que l'organisation agisse avec compassion. Ils sont capables de ne pas terminer une tâche s'ils n'en voient pas la nécessité.

Orientations professionnelles

On retrouve souvent les ISFP dans des jobs ou des professions nécessitant médiation ou négociation. Ils ont un grand désir de rendre le monde différent, ils choisissent donc des professions où ils peuvent aider les gens de manière concrète. Cela peut inclure les soins de santé, l'enseignement, le conseil, l'éducation spécialisée, les petites entreprises, le commerce, l'horeca, le travail de maintenance et le métier de fleuriste. Vous pouvez aussi les trouver dans des professions liées au sport ou aux animaux.

Rôle au sein de l'équipe

Les ISFP apportent plaisir et encouragements au sein d'une équipe. Ils excellent à motiver les gens en créant un groupe de travail décontracté et harmonieux. Ils aiment avoir la liberté de faire les choses à leur façon. Ils peuvent éprouver des difficultés à respecter les échéances, et avoir plus d'une tâche en cours. Leur attitude peut apparaître extravertie, mais ils trouveront toujours du temps pour se retrouver seuls.

Style de leadership

Les ISFP cherchent rarement des positions d'autorité ou de leadership, préférant rester à l'arrière-plan ou en seconde position. Lorsqu'ils se trouvent dans une position de leadership, ils tentent de former une équipe de leaders. Ils se focalisent sur les personnes et sur la façon de créer une équipe harmonieuse. Ils construisent des relations individuelles et les utilisent pour motiver et apporter du soutien. Les ISFP accordent une certaine liberté aux personnes, alors qu'ils agissent en tant que négociateurs. Ils entameront souvent un projet, et trouveront ensuite quelqu'un avec les aptitudes requises pour prendre leur place et leur permettre de faire autre chose entre-temps.

Les atouts des ISFP incluent leur talent de médiateurs, de négociateurs et leur capacité de permettre au groupe de contribuer à leurs idées, ainsi que leur aptitude à traiter une crise. Des difficultés peuvent survenir s'ils se montrent trop aimables et conciliants lors de conflits, ou s'ils ne font pas attention à la vision globale du problème.

Stress pour les ISFP

Causes de stress

Les principales causes de stress pour les ISFP sont les conflits, le fait de se retrouver au centre de l'attention et la perte de liberté. Bien que le contact avec les gens soit important à leurs yeux, ils peuvent se montrer très stressés s'ils deviennent le centre de l'attention. Certains ISFP feront tout pour éviter d'être mis sous les feux de la rampe.

Le stress chez les ISFP résulte en grande partie du fait d'utiliser leurs fonctions les moins prisées, à savoir la Pensée et l'Intuition. Ils ont de l'aversion pour les conflits et confrontations, et sont irrités par la critique, le manque d'attention ou l'agressivité des gens. Le besoin de liberté des ISFP implique qu'ils seront stressés par des situations ou des personnes inflexibles. Ils ont horreur d'être liés ou contrôlés par des gens ou des échéances, et détestent en général les projets à long terme. Ils peuvent être stressés par des théories qui ne sont pas fondées sur la réalité.

Comportement sous le stress

Lorsque les ISFP sont stressés, ils peuvent se sentir visés et risquent d'être sur la défensive et de mal interpréter les actions et les paroles de tiers. Même le regard d'une personne peut être considéré comme une critique. Ils perdront souvent leur spontanéité et se sentiront dépréciés, ce qui les poussera à se retirer. Les ISFP peuvent devenir très anxieux et sous un stress intense, ils risquent de paniquer. Si la Pensée inférieure extravertie prend le dessus, les ISFP auront des difficultés à penser clairement et peuvent s'auto-critiquer ou critiquer les autres. Parfois, s'ils sont très stressés, ils auront des éclats de colère, ce qui les épuise.

S'ils ne sont pas capables de gérer un stress important, ils risquent de s'engager dans des jeux psychologiques malsains pour réduire les effets de ce stress. Les ISFP qui ne gèrent pas le stress peuvent avoir recours à des jeux de chantage comme l'ennui ou une sérieuse dépression, afficher des attitudes risquées ou s'offenser eux-mêmes pour blesser les autres. Les motivations inconscientes de cette attitude sont d'expérimenter l'excitation et la liberté, ou de punir la personne qui les prive de liberté. À long terme, cette attitude peut causer la perte de leur liberté.

Comment réduire le stress

Pour réduire leur stress, les ISFP pratiqueront très souvent une activité physique, un loisir, prendront des risques ou vivront de nouvelles expériences. En général, ils évitent la compagnie d'autres personnes, préférant la solitude. Il est utile pour eux de vérifier les faits et de se montrer réalistes quant à la situation, avant d'utiliser leurs valeurs intérieures pour décider de l'action à prendre, puis d'agir. Pour être en bonne santé et contrôler leur stress, il est essentiel que les ISFP respectent leur besoin fondamental de liberté et d'action.

Loisirs et divertissements

Souvent, les ISFP aiment passer du temps seuls à lire, prendre un bain à bulles ou se promener dans la nature. Ils apprécient également la compagnie des enfants ou des animaux, et se sentent souvent plus à l'aise avec les enfants qu'avec les adultes. Ils adorent la nature et le grand air, et la plupart de leur temps libre se passera dans l'eau, à se promener le long de la plage ou dans les bois, à faire du sport ou de l'athlétisme. Généralement, les ISFP aiment les activités telles que la moto, la danse, la descente en rappel, le vol en montgolfière, les longues promenades, le triathlon, l'athlétisme, le shopping ou simplement, taper avec un ballon contre un mur. Les ISFP sont souvent de talentueux athlètes et ils aiment la compétition.

Les ISFP adorent les activités d'intérieur comme jouer avec des outils ou des gadgets, expérimenter de nouvelles recettes, crocheter, réaliser des couvertures en patchwork, coudre, jouer de la musique, jouer la comédie, pratiquer des activités manuelles, s'adonner aux plaisanteries et rendre des services à la communauté. Les ISFP aiment lire ou regarder des films, préférant les histoires romantiques, les aventures ou les comédies comme Harpo Marx. Pour les ISFP, la vie doit être amusante. Ils diront par exemple : « Pourquoi en parler ? Faisons-le ! »

Développement des ISFP

Enfance (6 - 12 ans)

Les enfants ISFP se montrent en général très calmes et avides de plaire. Ils sont tendres et aiment la compagnie des personnes ou des animaux. Les ISFP interprètent tout littéralement et croient ce qui est vrai. La fonction dominante, le Sentiment introverti, se développe durant l'enfance, ce qui rend les ISFP très sensibles et vulnérables à la souffrance. Ils cherchent l'approbation des adultes importants dans leur vie. Ils détestent les conflits et essaient de créer l'harmonie autour d'eux. Les ISFP sentent la peine des autres et sont rassurants et encourageants. Dans cette phase de leur vie, ils commencent à développer des valeurs personnelles sur lesquelles seront basées leurs décisions futures.

Les enfants ISFP aiment ce qui est amusant et ont besoin d'activités variées. Ils s'ennuieront rapidement s'ils n'ont pas quelque chose à faire. Les activités favorites des enfants ISFP incluent les sports individuels comme l'athlétisme, la natation et les jeux d'équipe; les activités extérieures; la collection de jouets, pierres ou cartes de leurs héros; l'assemblage d'éléments mécaniques; les jeux d'ordinateurs; les plaisanteries, les tours de magie; le dessin, le chant ou jouer d'un instrument de musique. En général, ils préfèrent les activités mêlant des personnes ou des animaux, et aiment être seuls.

Adolescence (13 - 20 ans)

Durant l'adolescence, les ISFP développent leur Sensation extravertie et sont constamment actifs, recueillant plein d'informations par le biais de leurs sens. Ils rassemblent des faits et détails sur les gens. Ils mettront beaucoup d'énergie dans une activité jusqu'à ce qu'ils perdent tout intérêt. Leur attitude durant cette période est souvent très extravertie étant donné que leur activité est focalisée essentiellement sur le monde extérieur, mais ils auront toujours besoin de moments de solitude. Les ISFP ont besoin de liberté et d'action, et résisteront au contrôle. Ils répondront favorablement à l'avis des adultes qui les comprennent et les encouragent à être eux-mêmes. Ils sont en général actifs et ont une bonne vie sociale. Ils trouvent souvent que l'école est frustrante dans la mesure où on y accorde trop d'importance à la théorie et pas assez au travail pratique. Si un conflit surgit, ils s'effacent ou gardent leur opinion pour eux afin d'éviter toute confrontation désagréable.

Trentaine (20 - 35 ans)

À cette époque, la troisième fonction, l'Intuition introvertie, se développe. La personnalité calme et gaie des ISFP demeure tout au long de leur maturité, mais désormais, les réflexions intérieures constituent des moments d'inspiration. C'est à ce moment qu'ils commencent à faire confiance à leurs intuitions. Ils se focalisent davantage sur les possibilités futures, les idées plus larges et les théories. Ils attacheront moins d'importance aux détails et aux réalités pratiques et peuvent se mettre à rêver et oublier certaines choses. Certains ISFP peuvent se sentir attirés par le travail sur les rêves ou la méditation car ils explorent leur intuition introvertie. Durant cette période, ils peuvent s'apercevoir que leur créativité se développe. Ils trouveront un maximum d'inspiration lorsqu'ils sont seuls.

Mi-vie (35 - 55 ans)

À cette période, les ISFP développent la Pensée extravertie. Ils deviennent alors plus assertifs et logiques lorsqu'ils prennent des décisions. Ils peuvent commencer à faire des projets et se sentiront plus libres d'être eux-mêmes et d'accepter des missions. Ils relativiseront le fait d'offenser les autres, réalisant que certaines personnes seront froissées quoi qu'ils fassent. La plupart des ISFP à ce moment de leur vie réalisent qu'ils sont beaucoup plus confiants dans leur jugement et ont le courage de le défendre. Ils peuvent s'intéresser à leurs finances, diriger une affaire ou investir.