

D'où tirez-vous votre énergie ? Du monde extérieur ou de votre monde intérieur ? Préférez-vous les relations ou la réflexion ?

Les personnes « extraverties » privilégient le contact avec les autres. Dynamiques, elles aiment parler et agir, elles sont essentiellement en lien avec le monde extérieur. Les personnes « introverties », plus calmes, préfèrent réfléchir avant l'action, elles aiment la solitude et ne parlent que des sujets qu'elles connaissent bien, elles sont prioritairement en lien avec leur monde intérieur.

Connaître son profil typologique permet de prendre conscience de ses propres particularités et ainsi découvrir que nous ne fonctionnons pas tous de la même façon.

DANS LE CADRE PROFESSIONNEL :

Lors d'une animation, les personnes « extraverties » voudront plutôt s'exprimer et être dans l'action, les « introverties » préféreront l'écoute et la réflexion. Pour pouvoir satisfaire les deux typologies, il est préférable de créer des moments de solitude et de concentration en alternance avec des activités d'échanges. Lors d'une discussion, un « extraverti » s'exprimera naturellement sur beaucoup de sujets tandis qu'un « introverti » ne s'exprimera que si nous lui demandons.

FAITES LE TEST :

Pour connaître votre profil, remplissez le questionnaire page suivante... (Êtes-vous en majorité sur l'un des profils ou un peu des deux ?)

En répondant aux questionnaires des quatre fiches « typologie comportementale » (Extraverti ou introverti. Structuré ou flexible. Penseur ou sentimental. Sensitif ou intuitif), vous pourrez créer votre profil typologie complet.

Chaque résultat de test vous donne deux lettres de référence (I ou E, N ou S, T ou F, J ou P). Vous choisirez la lettre qui correspondra au pourcentage de réponses le plus élevé, ainsi vous obtiendrez une série de quatre lettres (exemple : ISTJ). Puis en vous référant au tableau de la fiche « tous différents » vous obtiendrez ainsi votre profil typologique.

POUR ALLER PLUS LOIN :

- Une description complète des différentes typologies MBTI sur le site www.16personalities.com
- La force des introvertis : de l'avantage d'être sage dans un monde survolté, L. Hawkes

Doit-on obliger un introverti à s'exprimer en public ?
Doit-on forcer un extraverti à l'inaction ? Nous aurons tendance à diriger les autres vers notre profil personnel. Savoir qui nous sommes nous permettra de prendre du recul et ainsi plus facilement accepter les différences.

À vous de jouer... (Choisissez entre deux affirmations opposées)

VOUS ÊTES PLUTÔT EXTRAVERTI OU INTROVERTI?

• Vous pouvez être facilement distrait	• Vous savez vous concentrer
• Vous êtes dynamique	• Vous êtes calme
• Vous n'aimez pas la solitude	• Vous aimez être seul
• Vous aimez parler	• Vous aimez écouter
• Vous pensez à voix haute	• Vous réfléchissez posément
• Vous faites plusieurs choses à la fois	• Vous ne faites qu'une chose à la fois
• Vous aimez les nouveaux contacts	• Vous aimez approfondir vos contacts
• Vous avez un discours parfois changeant	• Vous êtes indépendant
• Vous préférez parler plutôt qu'écrire	• Vous êtes plutôt secret et réservé
• Vous agissez, puis pensez	• Vous pensez, puis agissez

EXTRAVERTI = /10 (E)

INTROVERTI = /10 (I)

Allez courage!

Mais j'ose pas,
en plus j'ai l'impression
d'être tout nu quand je
m'exprime en public

Je te signale
qu'on est des
Animaux, Alors
oui! t'es tout
nu!

