

# DŮVĚRNÉ MATERIÁLY

## PSYCHODIAGNOSTIKA - VYHODNOCENÍ

z 21.04.2010

Kód probanda	2890001108
Příjmení	Ukázková
Jméno	Helena
Věk	27 let
Objednavatel	
Účel testování	

Sériové číslo:	BFC6BCAE8289
Verze číslo:	4.0.2
Vyhodnoceno:	Mgr. Lenka Vybíralová

Výsledky testování může interpretovat pouze osoba s psychologickým a psychodiagnostickým vzděláním, v souladu se Standardy pro pedagogické a psychologické testování, Testcentrum Praha, 2001.



# *Dotazník typologie osobnosti – GPOP*

Česká adaptace Golden Personality Type Profiler™  
autor John P. Golden

Závěrečná zpráva o výsledku pro

Helena Ukázková

Číslo: 2890001108

Profil: INFP

Copyright © Hogrefe - Testcentrum 2009

Copyright © 2002, 2004 – Golden, LLC. Estero, FL USA. The Golden Personality Type Profiler™ is licensed to Verlag Hans Huber, Bern under Agreement with Golden, LLC. All rights reserved.



Váš HR partner  
www.dyada.cz

Kontakt  
tel.: 602/18 27 18  
e-mail: vybiralova@dyada.cz

# OBSAH

Úvod	4
Základní informace	4
Vysvětlení výstupu z diagnostiky	5
Zpráva o vašem výsledku	6
Globální škály (procenta)	10
Odkud čerpáte svou psychickou energii	11
Jak zpravidla vnímáte skutečnost	13
Jak se zpravidla rozhodujete	15
Životní styl - co je patrné navenek	17
Jak reagujete na stres	19
Tabulka osobnostních typů	21
Krátké popisy 16 typů	22



# ÚVOD

**Dotazník typologie osobnosti – GPOP** vám umožní lépe porozumět vaší osobnosti a získat nový pohled na svou vlastní osobu.

Osobnost popisuje to, co z vás činí jedinečnou bytost a co je pro vás charakteristické. Osobnost se zviditelňuje v tom, co říkáte, jak se chováte a jak se rozhodujete. Porozumět lépe vlastní osobě je předpokladem osobnostního vývoje. Pokud správně reflektujete vlastní chování a pokud víte, jak reagujete na lidi a věci, získáte v kontaktu s okolním světem vyšší kompetence.

## ZÁKLADNÍ INFORMACE

GPOP je spolehlivým nástrojem, který je teoreticky podložený a zakládá se na vědeckém základním výzkumu.

Vychází z následujících předpokladů:

- Rozdíly v osobnosti se projevují různými sklony, resp. preferencemi.
- Různé sklony se dají přiřadit deseti globálním škálám, které jsou kombinovány do dvojic:
  - extraverte (E) a introverte (I)
  - smysly (S) a intuice (N)
  - myšlení (T) a cítění (F)
  - orientace na rozhodování (J) a orientace na vnímání (P)
  - napětí a uvolnění

Na základě vašich odpovědí budou stanoveny hodnoty jednotlivých škál a podle celkového výsledku bude vybrán váš osobnostní typ ze 16 osobnostních vzorců. Každé dimenzi je přiřazeno vždy pět konstruktů (pomocné škály), které popisují individuální rozdíly ještě přesněji.



# VYSVĚTLENÍ VÝSTUPU Z DIAGNOSTIKY

- *Důkladný popis vašeho profilu (zpráva o vašem výsledku):*  
Na základě vašich odpovědí získáte odpovídající popis profilu (s návodem k možné práci s textem). Výsledky jsou přiřazeny vám individuálně, některé se ovšem vztahují k vašemu typu jako skupině. Proto jsou ty výsledky, které se více vztahují k celé skupině, popisem toho, jak se osobnosti tohoto typu chovají obvykle. Detailní popisy jsou zaměřeny na charakteristické projevy chování a prožívání. To samozřejmě nemusí za všech okolností platit pro vás.
- *Vaše hodnoty v globálních škálách (přehled):*  
Diagram ukazuje váš výsledek v procentech (PR). Možná si všimnete, že při součtu nedají obě škály jedné dimenze vždy přesně 100%.  
Příklad: Procento 84% na škále extraverte znamená, že 84% dotazovaných má nižší nebo stejný výsledek jako vy a 16% dotazovaných má výsledek na škále extraverte vyšší. Procento 2% na škále introverte znamená, že 2% dotazovaných má nižší nebo stejný výsledek jako vy a 98% dotazovaných má výsledek na škále introverte vyšší.
- *Globální škály a příslušné pomocné škály:*  
Po krátkém vysvětlení globálních škál najdete komentář, který vám má pomoci při interpretaci grafického výstupu.  
Např. **"Výsledky ukazují na preferenci extraverte."**  
Možné komentáře jsou:

- není preferován ani jeden z uvedených pólů (není rozdíl)
- výsledky naznačují tendenci k preferenci (velmi malý rozdíl)
- výsledky ukazují tendenci k preferenci (malý rozdíl)
- výsledky ukazují na preferenci (jasný rozdíl)
- výsledky ukazují na výraznou preferenci (výrazný rozdíl)
- výsledky ukazují na velmi výraznou preferenci (velmi výrazný rozdíl)

Tyto rozdíly se určí tak, že od vyšší hodnoty globální škály se odečte nižší hodnota.

V popisu škál najdete projevy chování a prožívání charakteristické pro příslušný typ osobnosti.

Na základě uvedených popisů lépe poznáte:

- odkud čerpáte svou psychickou energii
- jak zpravidla vnímáte skutečnost
- jak se zpravidla rozhodujete
- svůj životní styl
- jak reagujete na stres

- Barvy v diagramech mají následující význam:



Sklon k výraznějšímu projevu je označen modře.



Sklon k málo výraznému projevu je označen zeleně.



Oranžově jsou vyznačené pomocné škály, které leží mimo vzorce, které můžeme očekávat na základě hodnot globálních škál.



# ZPRÁVA O VAŠEM VÝSLEDKU

## Váš osobní profil:

### **INFP**

Introverze (I)

Intuice (N)

Cítění (F)

Orientace na vnímání (P)

Parametr	Hrubý skór	Standardní skór	Kritický rozdíl
<b>Globální škály</b>			
Typ osobního profilu	INFP		
Energie	-89		Výsledky ukazují na velmi výraznou preferenci introverze.
Vnímání	-88		Výsledky ukazují na velmi výraznou preferenci intuitivního vnímání.
Rozhodování	-42		Výsledky ukazují na preferenci hodnotového rozhodování (cítění).
Životní styl	-54		Výsledky ukazují na výraznou preferenci orientace na vnímání (flexibilita, přizpůsobení a bezprostřednost).
Stres	-51		Výsledky ukazují na preferenci uvolnění.

## Krátký popis typu

**INFP** – Spolehliví; odpovědní se smyslem pro povinnost – z přesvědčení. Pokoušejí se porozumět a očekávají pochopení. Soustředí se na projekty, které pro ně mají hlubší smysl. Druhé řídí nepřímo, ze zákulisí. Usilují o jednotu a harmonii. Dbají na to, aby nápady byly uskutečnitelné. Zajišťují inspiraci.

Navenek projevují spíše intuitivnost, vnitřně se spoléhají spíše na hodnotové rozhodování.



## Detailní popis profilu

*Prosím, pečlivě si přečtete následující popis. Poznačte si následující aspekty:*

- *to, co vás dobře vystihuje, označte vykřičníkem (!),*
- *to, co je sporné, označte otazníkem (?),*
- *to, co se vám zdá naprosto neodpovídající, označte vlnovkou (~).*

*Rozhodující je váš osobní názor.*

Lidé typu INFP jsou velmi citliví. Jejich emocionální kapacita je velmi vysoká. Střeží a chrání si ji. Musí člověka velmi dobře znát, aby mu projevili trochu osobního tepla, dali důvěru a otevřeli své obranné valy. Vztahy jsou pro tento typ ústředním tématem. Pokoušejí se pochopit druhého na hlubší úrovni a očekávají, že to udělá i protistrana a projeví tak svou lásku a náklonnost.

Lidé typu INFP si váží vnitřního života více než vnějšího vzhledu. Vaše činy a postoje jsou řízené pevným vnitřním hodnotovým systémem, nezávisle na úsudku druhých lidí. Máte výrazný smysl pro spolehlivost, odpovědnost a závazky vůči lidem i událostem, které jsou vám blízké. Také vaše vlastní představy o morálce a hodnotách působí, že svou odpovědnost berete vážně. Upřímnost a vážnost je pro vás velmi důležitá. Instinktivně vycítíte, jak se dostat blíž k lidem a jak jim vysvětlit vlastní pocity. Lépe než lidé dalších typů dokážete vyjádřit pocity a tak svým druhem komunikace dojmout nebo pohnout posluchače.

Pokud se musíte výrazně přizpůsobit jedné skupině, bere vám to sílu a unavuje vás to. Zároveň si nedovedete představit život v izolaci. Lidé typu INFP dávají přednost klidnému pracovnímu prostředí – i když jsou rádi s dalšími lidmi, brzy zjistí, že se jim pracuje nejlépe o samotě. Mají mimořádně rádi kontakty s lidmi – úzké, intimní, v malých projektových skupinách nebo ve dvojici. Lidé typu INFP důvěřují své vnitřní vizi a jsou ochotní jednat podle svého instinktu. Zaměřují se na budoucnost. Charakteristická je pro ně tvořivost. U všeho, co dělají, jsou duší i tělem – a tak mají pocit, že ze sebe musí vydat vždy jen to nejlepší.

Vášim centrálním požadavkem je harmonie. Stále se snažíte podporovat jednotu a kooperaci. Lidé typu INFP dokáží mistrně vyslovovat komplimenty a povzbuzující slova. Pro člověka typu INFP není vůbec těžké přejít z jednoho úkolu na jiné téma. Pokud skutečně věří tomu, co dělají, tak jsou ve svém živlu. Ať už se rozhodnete pro cokoliv, váš styl INFP se vyznačuje upřímným nadšením, které má kořeny ve výrazném pocitu odpovědnosti vůči svému povolání.



## **VÁŠ PŘÍSPĚVEK V RÁMCI ORGANIZACE**

- Jste tvořivý/á a vnímáte širší souvislosti.
- Přednostně pracujete na několika málo projektech, které pro vás mají hlubší smysl.
- Máte rád/a spolupracující kolegy a usilujete o to, aby se lidé rozvíjeli.
- Jste zaměřen/a na koncepce.
- Jde vám stále o vaše hodnoty.
- Nemáte strach ze změn a umíte dobře zacházet s ambivalencí.
- Samota vám nevadí a dokážete se velmi intenzivně soustředit na své projekty.
- Zaměřujete se na ideje a vyhledávání stále nových možností.
- Přejete si nezávislost na strukturách, abyste mohl/a rychle reagovat na různé situace.

## **STYL VEDENÍ, KTERÉMU DÁVÁTE PŘEDNOST**

- Druhé vedete nepřímou, jemnou, s nadšením a za vlastní účasti na práci.
- Vnímáte přínos každého jednotlivce a podporujete týmové aktivity.
- Máte svou zcela individuální metodu, jak dosáhnout určitého výsledku.
- Máte rád/a výzvy, nacházíte řešení a neobáváte se podstupovat riziko.
- V krizových situacích myslíte především na postižené lidi.

## **KOMUNIKAČNÍ STYL, KTERÉMU DÁVÁTE PŘEDNOST**

- Svou energii a pozitivní napětí před ostatními skrýváte.
- Dříve než odpovíte, přemýšlíte a čekáte, až z vás někdo začne odpověď lákat.
- Raději mluvíte s jednotlivci než se skupinami lidí.
- Užíváte spíše globální a obraznou řeč a nezacházíte tolik do detailu.
- Mluvíte o ideálech, hodnotách a o širších souvislostech.
- Přesvědčujete a necháváte se přesvědčit, pokud je mluvené propojené s emocí a osobním tónem.
- Mluvíte o osobních zkušenostech, abyste něco zprostředkoval/a.

## **CO VÁS MOTIVUJE A DEMOTIVUJE**

- Máte rád/a projekty, které jsou zábavné, ale v klidném prostředí.
- Přejete si nezávislost na strukturách a pravidlech, vyhovuje vám flexibilní časové rozvržení a volná organizace jednotlivých pracovních kroků.
- Nejlépe se cítíte v kontaktu s jednotlivci nebo v malých skupinách.
- Vyhledáváte práci, která je smysluplná a nějakým způsobem vylepšuje život člověka.
- Vážíte si osobního uznání.
- Nechcete konflikty, rutinu bez smyslu a práci, při které se musí zacházet s celou řadou detailů.
- Potřebujete zajímavé projekty, ale ne plný plánovací kalendář.





## **VÁŠ PŘÍSPĚVEK V TÝMU**

- Do skupiny vnášíte klidný, zdravý humor. Dokážete navodit pocit jednoty a harmonie.
- Přinášíte provokativní nápady a pohled z ptačí perspektivy.
- Držíte se zpátky, jste přátelský/á, bedlivě nasloucháte ostatním a povzbuzujete je.
- Inspirujete lidi a motivujete je tím, že se pohnou ze svého stávajícího status quo.
- Dodáváte vize a zaměřujete se na ideály a hodnoty.
- Vyhovuje vám práce s lidmi, kteří jsou otevření novým nápadům a možnostem a kteří jsou schopní připustit různost názorů.
- Úzkoprsost druhých členů týmu vás často popuzuje.

## **VÁŠ OSOBNÍ STYL UČENÍ**

- Dáváte přednost flexibilnímu prostředí, kde je žádoucí představivost a tvořivost.
- Učíte se nejlépe na přednáškách a studiem písemných podkladů, ale nikoliv tím, že byste se učil/a něco z paměti.
- Vyhovuje vám abstrakce a svět idejí.
- Vážíte si trenérů, kteří projeví o vás osobní zájem.

## **NĚKOLIK TIPŮ PRO OSOBNÍ ROZVOJ**

- Naučte se rozlišovat, zda vaše vize a plánování jsou praktické a využitelné.
- Pokuste se zaměřit více na činy a méně na reflexi a rozjímání.
- Zacházejte opatrně se svým časem, abyste psychicky nevyhořel/a; jste velmi empatický/á, což může vést k tomu, že opominete vlastní osobní potřeby.
- Učte se dávat druhým lidem konstruktivní, kritickou zpětnou vazbu, která nebude tolik emocionálně zabarvená.
- Mluvte o svých idejích, snech a vizích tak, aby vás ostatní mohli při realizaci následovat.

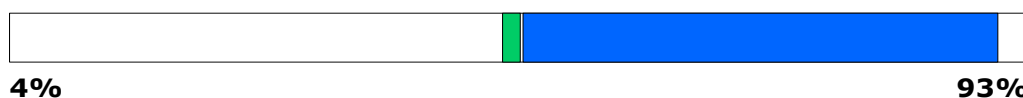


# GLOBÁLNÍ ŠKÁLY (PROCENTA)

## Energie

E - extraverze

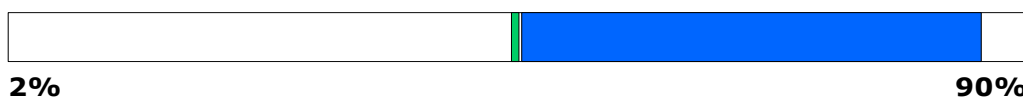
I - introverze



## Vnímání

S - smysly

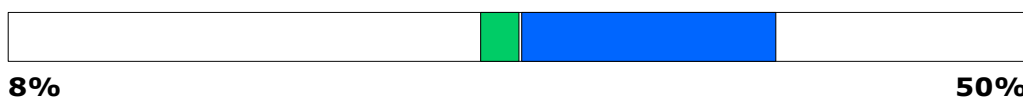
N - intuice



## Rozhodování

T - myšlení

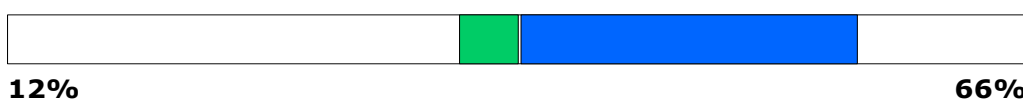
F - cítění



## Životní styl

J - orientace na rozhodování

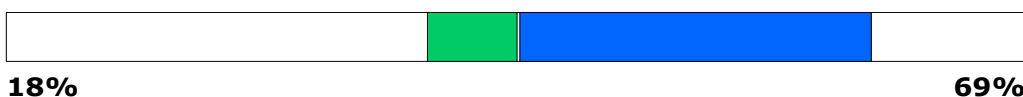
P - orientace na vnímání



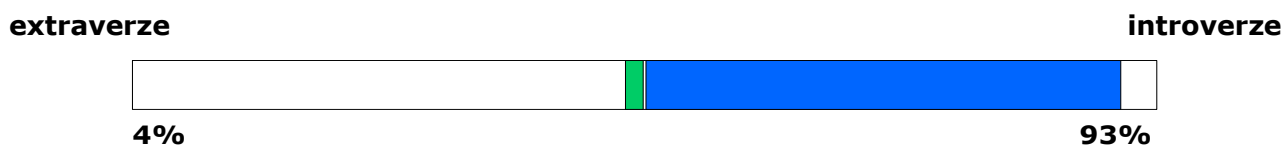
## Stres

A - napětí

G - uvolnění



# ODKUD ČERPÁTE SVOU PSYCHICKOU ENERGII



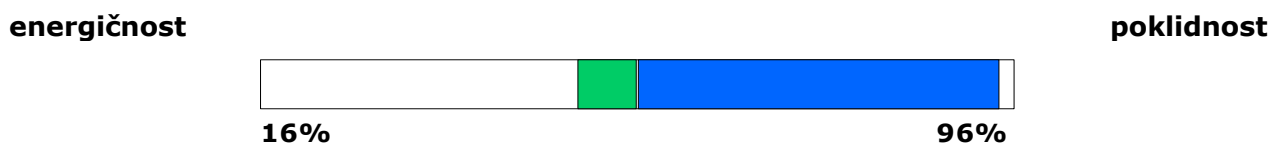
Lidé s převahou extraverze se obracejí navenek, pokud chtějí čerpat energii.

Lidé s převahou extraverze svou pozornost zaměřují na druhé lidi a na věci okolo sebe. Většina z nich má ráda společnost, ráda mluví a zaměřuje se na své sociální prostředí. Jsou spíše aktivní a neobracejí se často do svého nitra.

Lidé s převahou introverze nacházejí zdroj energie především sami v sobě. Soustředí se na vlastní myšlenky, nápady a pocity. Dávají přednost udržování několika málo přátelských vztahů, které jsou velmi blízké. Takoví lidé se stahují sami do sebe, nejdříve o svých představách pečlivě přemýšlejí a pak je teprve sdělí ostatním. Potřebují čas pro sebe, stranou všeho hluku a ruchu.

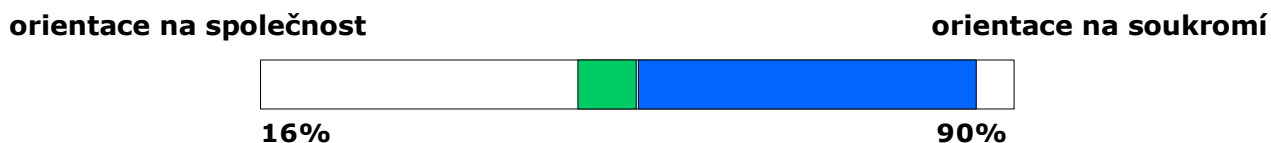
**Výsledky ukazují na velmi výraznou preferenci introverze.**

## Škály rysů pro extraverzi a introverzi



- Přístupnost a přátelský vztah k lidem
- Aktivní a hovorný/á v kontaktu
- Vyzařuje energii a má nezaměnitelný, zřetelný projev

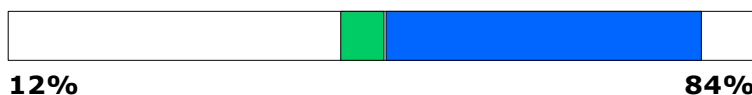
- Chová se zdrženlivěji
- Působí přemýšlivě
- Vyzařuje vnitřní klid a působí tichým dojmem



- S radostí sdílí společnost mnoha lidí
- Dává přednost podnětům přicházejícím z okolí
- Tráví svůj volný čas rád/a ve společnosti

- Pracuje raději sám/sama
- Potřebuje soukromou sféru a možnost uchýlit se na klidné místo
- Tráví svůj volný čas rád/a doma



**družnost****rezervovanost**

- Působí přátelsky
- Rád/a vyhledává kontakty
- Rychle vytváří nové vztahy

- Zachovává si odstup
- Obrácený/á do sebe
- Navázání vztahu vyžaduje určitý čas

**podnikavost****zdrženlivost**

- K cizím lidem přistupuje s otevřeností
- Podněcuje kontakty
- Podílí se s radostí na zábavě

- Chová se zdrženlivě vůči neznámým lidem
- Drží se spíše v pozadí
- Zabývá se rád/a vlastními záležitostmi

**spontánnost****uvážlivost**

- Obratný/á v řeči a pohotový/á
- Rád/a se seznamuje s novými lidmi

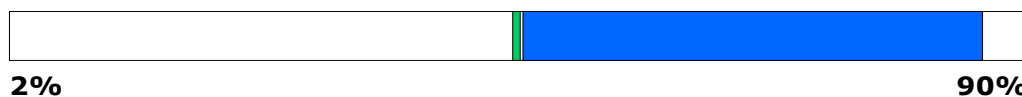
- Má rád/a, když má dost času na přemýšlení
- Odpočine si při činnostech, jako je například četba knihy



# JAK ZPRAVIDLA VNÍMÁTE SKUTEČNOST

**smysly**

**intuice**



Smyslově vnímající lidé věří více informacím, které jsou přístupné prostřednictvím některého ze smyslů. Takoví lidé žijí spíše v přítomnosti, řídí se podle konkrétních faktů a spoléhají se na to, co je uchopitelné a známé.

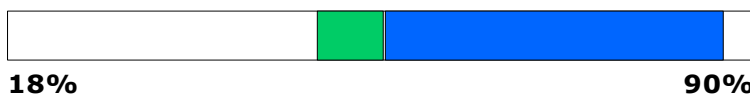
Intuitivně vnímající lidé používají informace přicházející skrze smysly jako výchozí body, ze kterých zjišťují další možnosti. Tito lidé jsou zaměřeni spíše na budoucnost, jsou otevření a dávají přednost teoriím a vytváření koncepcí.

**Výsledky ukazují na velmi výraznou preferenci intuitivního vnímání.**

Škály rysů pro smysly a intuici

**praktičnost**

**inovátorství**

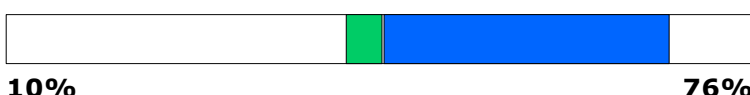


- Drží se faktů
- Dává přednost osvědčeným metodám
- Působí konvenčně a udržuje hodnoty

- Sleduje nové trendy
- Vyhledává nové metody
- Působí nekonvenčně a vynalézavě

**konkrétnost**

**abstraktnost**



- Orientuje se na objektivní realitu
- Zaměřuje se na praktické předměty
- Preferuje obecné a ustálené hodnoty

- Orientuje se na ideály a vize
- Přemýšlí o různých teoriích
- Preferuje nové a jedinečné hodnoty



**realističnost****imaginativnost****14%****90%**

- Klade důraz na zdravý lidský rozum
- Dává přednost jasnému způsobu vyjadřování
- Dává přednost přesnému popisu

- Klade důraz na fantazii a tvořivost
- Cení si originálního způsobu vyjadřování
- Vyhovuje mu/jí vyjadřování v metaforách

**odměny konkrétní****odměny abstraktní****58%****93%**

- Reaguje na zajímavé podněty zvnějšku
- Klade důraz na přímý užitek a okamžitý zisk

- Reaguje na intelektuální výzvy
- Hledá napínavé a náročné výzvy

**stabilita****změna****42%****58%**

- Dává přednost stabilitě
- Rád/a dodržuje pravidla
- Vyhovují mu/jí tradice

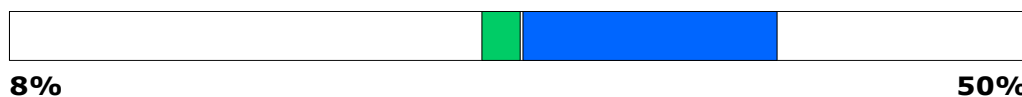
- Je otevřený/á ke změnám
- Pevné struktury považuje za omezující
- Rád/a rozvíjí nové nápady a přístupy



# JAK SE ZPRAVIDLA ROZHODUJETE

## myšlení (analytické rozhodování)

## cítění (hodnotové rozhodování)



Lidé, kteří se rozhodují na základě myšlení, dávají přednost objektivním a logickým argumentům. Mají sklon k tomu, nezabývat se osobně lidmi a věcmi v okolí.

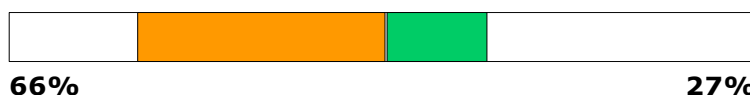
Lidé, kteří se rozhodují na základě cítění, dávají přednost osobnímu zjišťování subjektivních hodnot a různých úhlů pohledu na věc. Stále přemýšlí o tom, jaké důsledky bude rozhodnutí mít pro druhého.

## Výsledky ukazují na preferenci hodnotového rozhodování (cítění).

## Škály rysů pro myšlení a cítění

### distancovanost

### empatie

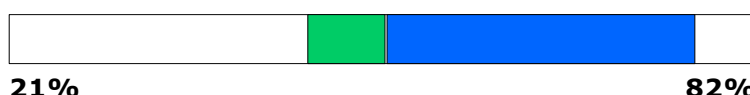


- Působí velmi nezáujatě
- Chová se racionálně i ve velmi emocionálně vypjatých situacích

- Působí empaticky
- Dokáže ve většině situací projevit pochopení a soucit

### objektivita

### subjektivita



- Dává přednost logicky zdůvodnitelnému stanovisku
- Rozhoduje se převážně analyticky
- Působí věcně

- Dává přednost stanovisku, pro které se nadchne
- Rozhoduje se ohleduplně
- Hodně mu/jí záleží na lidech



## autonomie

## autenticita



31%

54%

- Klade důraz na kompetence a schopnost logického myšlení
- Kritizuje ostatní, pokud to je nutné
- Zaměřuje se na obecné principy

- Klade důraz na autenticitu a osobní angažovanost
- Dokáže ocenit druhého
- Orientuje se podle osobních hodnot

## vůdcovství

## adaptabilita



7%

76%

- Má dobře vyvinutou schopnost prosadit se
- Hledá co nejefektivnější způsoby řešení situace
- Dává přednost soutěžím a konkurenčnímu prostředí

- Má dobře vyvinutou schopnost přizpůsobit se
- Zaměřuje se především na poskytování emocionální opory
- Dává přednost situacím, ve kterých se všichni vzájemně podporují.

## kritičnost

## akceptace



24%

66%

- Má jasnou představu a je skeptický/á
- Soustředí se na nedostatky
- Dává přímou zpětnou vazbu

- Je ochotný/á ke kompromisu
- Soustředí se na zdůraznění pozitivních stránek
- Dává přednost diplomatickému způsobu vyjadřování

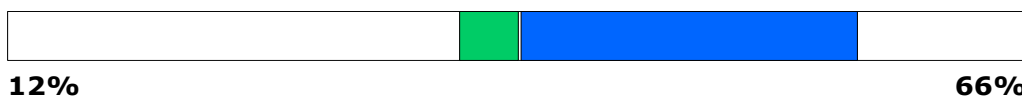




# ŽIVOTNÍ STYL - CO JE PATRNÉ NAVENEK

**orientace na rozhodování (řád, organizování a struktura)**

**orientace na vnímání (flexibilita, přizpůsobení a bezprostřednost)**



Lidé, kteří se orientují na rozhodování, ovládají řád a strukturu také vše rádi organizují, upřednostňují systematicky uspořádaný životní styl a mají v oblibě plánování.

Lidé, kteří se orientují na vnímání, dávají přednost flexibilitě a bezprostřednosti mají pružný, otevřený životní styl. Vyčkávají, než se rozhodnou. Shromažďují všechny přicházející informace, dávají přednost relativně nestrukturovanému prostředí a jsou většinou velmi spontánní a přizpůsobiví.

**Výsledky ukazují na výraznou preferenci orientace na vnímání (flexibilita, přizpůsobení a bezprostřednost).**

## Škály rysů pro orientaci na rozhodování a orientaci na vnímání

**zaměřeni na cíl**

**zaměřeni na proces**

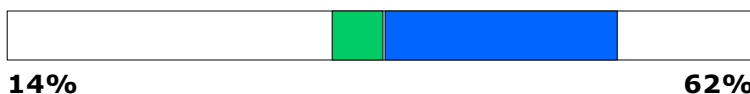


- Klade důraz na pečlivé plánování
- Vše řeší s rozhodností a v předstihu
- Vytváří plány, jak bude něco probíhat
- Preferuje cíl před cestou

- Dává přednost rámcovému plánování
- Potřebuje volný prostor a spontánnost
- Plány přizpůsobuje se novým okolnostem
- Preferuje cestu před cílem

**strukturovanost**

**impulzivita**



- Dává přednost strukturovanému průběhu činností
- Preferuje přesně provedenou práci
- Při práci působí velmi soustředěně

- Dává přednost volnému prostoru pro změnu plánu
- Radost z úkolu je na prvním místě
- Nechá se snadno rozptýlit



## spolehlivost

## uvolněnost



46%

58%

- Věci vyřizuje okamžitě, nic neodkládá na později
- Klade důraz na přesnost
- Čeká s vyřízením úkolu často až do poslední minuty
- Klade důraz na pružnost

## smysl pro detail

## smysl pro celek



21%

58%

- Nevadí mu/jí rutinní úkoly
- Má sklony k opatrnosti
- Dává přednost postupu po jednotlivých krocích
- Smysl pro detail
- Rychle pocítí nudu při vykonávání rutinních úkolů
- Je spíše důvěřivý/á
- Zároveň sleduje několik cílů
- Smysl pro celek

## stálost

## otevřenost příležitostem



14%

84%

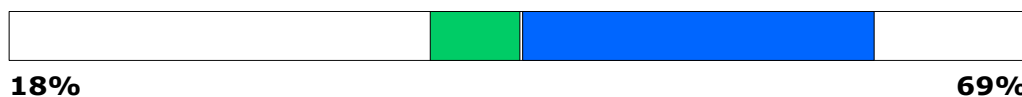
- Dává přednost stabilnímu prostředí
- Řídí se podle vědeckých zjištění a faktů
- Preferuje stálé a konformní prostředí
- Cítí se dobře v proměnlivém prostředí
- Rád/a se rozhoduje podle situace
- Preferuje nekonformní, proměnlivé prostředí



# JAK REAGUJETE NA STRES

**napětí**

**uvolnění**



Vysoká hodnota „napětí“ ukazuje, že takoví lidé si snadno dělají starosti nebo dostanou strach, pokud se objeví nečekaná situace, běh věcí je narušen bezohlednými lidmi nebo nečekanými událostmi.

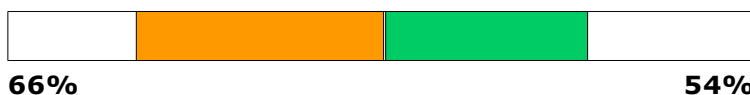
Vysoká hodnota „uvolnění“ ukazuje, že takoví lidé i v průběhu událostí, které nejsou zcela příjemné, zůstává zpravidla v klidu a myslí optimisticky.

**Výsledky ukazují na preferenci uvolnění.**

## Škály rysů pro napětí a uvolnění

**skepticismus**

**důvěřivost**

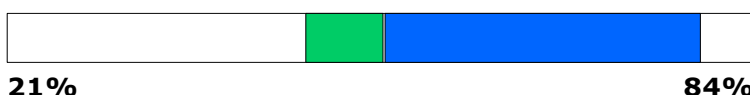


- Často si dělá starosti o budoucnost
- Vnímá spíše negativní stránky života

- Hledí do budoucnosti s důvěrou
- Vnímá spíše pozitivní stránky života

**nejistota**

**vyrovnanost**



- Často přemýšlí o problémech
- Hodně věcí si bere osobně, často reaguje podrážděně

- Málokdy myslí na problémy
- Ostatní ho/ji nedokážou vyvést z vnitřního klidu

**opatrnost**

**smělost**



- Vnímá svou nesmělost
- Působí bojácně

- Vnímá své sebevědomí
- Působí vesele a bezstarostně



## negativní naladění

## pozitivní naladění



54%

90%

- Běžné problémy i nečekané změny jsou prožívané jako nepříjemnost
- Nečekané změny i řešení problémů jsou vnímány jako šance

## pesimismus

## optimismus



62%

62%

- Vnímá své okolí i sebe sama spíše pesimisticky, někdy i nepřiměřeně negativně
- Vnímá věci pozitivně a za tím, co dělá, si sebevědomě stojí



## TABULKA OSOBNOSTNÍCH TYPŮ

Tabulka osobnostních typů poskytuje přehled o všech 16ti profilech. Váš osobní profil je barevně zvýrazněný.

Tento přehled můžete použít při práci ve skupině, abyste s poradcem resp. poradkyní mohli rozebrat dynamiku v týmu. Také můžete nahlédnout na vlastní osobnostní vývoj: Jedna z dimenzí S, N, T nebo F, která se neobjevuje ve vašem profilu, může naznačit cestu pro váš osobní rozvoj (coaching); prostřednictvím další dimenze, které nedáváte přednost, na vás pravděpodobně působí stres (stres).

<b>ISTJ</b> Coaching: cítění (F) Stres: intuice (N)	<b>ISFJ</b> Coaching: myšlení (T) Stres: intuice (N)	<b>INFJ</b> Coaching: myšlení (T) Stres: smysly (S)	<b>INTJ</b> Coaching: cítění (F) Stres: smysly (S)
<b>ISTP</b> Coaching: intuice (N) Stres: cítění (F)	<b>ISFP</b> Coaching: intuice (N) Stres: myšlení (T)	<b>INFP</b> Coaching: smysly (S) Stres: myšlení (T)	<b>INTP</b> Coaching: smysly (S) Stres: cítění (F)
<b>ESTP</b> Coaching: cítění (F) Stres: intuice (N)	<b>ESFP</b> Coaching: myšlení (T) Stres: intuice (N)	<b>ENFP</b> Coaching: myšlení (T) Stres: smysly (S)	<b>ENTP</b> Coaching: cítění (F) Stres: smysly (S)
<b>ESTJ</b> Coaching: intuice (N) Stres: cítění (F)	<b>ESFJ</b> Coaching: intuice (N) Stres: myšlení (T)	<b>ENFJ</b> Coaching: smysly (S) Stres: myšlení (T)	<b>ENTJ</b> Coaching: smysly (S) Stres: cítění (F)



## KRÁTKÉ POPISY 16ti TYPŮ

**ISTJ** – Střízliví; spolehliví; přesní; ustálení. Mají silný smysl pro realitu, vyžadují měřitelné výsledky. Vyhovuje jim struktura, řád a stálost. Jejich pozornost je obrácena k bezprostředním potřebám organizace. Mohou být nepružní. Myslí na konkrétní úkoly, které je čekají. Ptají se po tom, co přináší konkrétní užitek.

Navenek projevují spíše analyticky hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na realističnost a smyslové vnímání.

**ISFJ** – Pilní; pečliví; odpovědní. Starají se o stabilitu a důvěryhodnost. Podporují, pomáhají, přikládají ruku k dílu a vykonávají, co je třeba. Využívají své zkušenosti, mají zájem o okamžitě, viditelné výsledky. Vyhýbají se abstraktním konceptům. Dbají na jasný směr, chtějí mít jasný rámec a zaručují spolehlivost.

Navenek projevují spíše subjektivně hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na realističnost a smyslové vnímání.

**INFJ** – Tvořiví a vytrvalí. Angažují se pro druhé – nenápadně, účinně, osobně. Vyhovují jim komplexní problémy, které mají co dělat s lidmi i věcmi. Věří tomu, o co se zasazují. Dokáží se upnout k určité vizi. Dbají o široký přehled v souvislostech. Mají koncepty orientované na budoucnost a potřebují jasné struktury.

Navenek projevují spíše subjektivně hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na intuitivní vnímání.

**INTJ** – Originální v myšlení; vytrvalí, pokud jde o vlastní ideje a cíle. Soustředí se na kritická témata. Jsou nezávislí; plánují koncepčně na abstraktní úrovni; mistrovsky ovládají ideje a systémy. Plánují strategicky. V komunikaci se soustředí jen na podstatné, můžou ztratit ze zřetele emocionální stránku člověka. Jsou to novátoři.

Navenek projevují spíše analyticky hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na intuitivní vnímání.

**ISTP** – Bdělí a pozorní pozorovatelé. Nohama stojí pevně na zemi. Ptají se, co se stane, jak se to stane a jestli to bude k užtku. Užívají si přítomného okamžiku. Rádi řeší konkrétní problémy. Jsou prakticky založení. Milují skrytý humor. Někdy si nedokáží uvědomit dlouhodobé důsledky. V myšlení jsou konkrétní a přímočaří. Jsou pružní a rychle reagují.

Navenek projevují spíše realističnost, vnitřně se spoléhají spíše na analytické rozhodování.

**ISFP** – Přívětiví; vřelí. Jsou citliví; upřímní, přímí, precizní. Dokáží se dobře vžít do druhých, v krizích jsou schopní utřídit informace. Jsou loajální spolupracovníci svých organizací. Termíny jsou pro ně jen příležitostné záchytné body. Dávají přednost konkrétním projektům, ve kterých jsou požadovány konkrétní činy a měřitelné výsledky.

Navenek projevují spíše realističnost, vnitřně se spoléhají spíše na hodnotové rozhodování.

**INFP** – Spolehliví; odpovědní se smyslem pro povinnost – z přesvědčení. Pokoušejí se porozumět a očekávají pochopení. Soustředí se na projekty, které pro ně mají hlubší smysl. Druhé řídí nepřímou, ze zákulisí. Usilují o jednotu a harmonii. Dbají na to, aby nápady byly uskutečnitelné. Zajišťují inspiraci.

Navenek projevují spíše intuitivnost, vnitřně se spoléhají spíše na hodnotové rozhodování.

**INTP** – Geniální teoretici; originální; hledají poznání; neprosazují se. Dokáží dobře pojmenovat základní principy komplexního systému. Stále se snaží doplňovat své znalosti a kompetence. Musí dbát na to, aby do svých představ započítali i ostatní lidi. Vysoce hodnotí expertní znalosti a jsou stratégové – vizionáři.

Navenek projevují spíše intuici, vnitřně se spoléhají spíše na analytické rozhodování.



**ESTP** – Věcní; „spěchej pomalu“; spontánní; praktičtí. Přistupují k věcem s optimismem, snaží se je zvládnout; dávají přednost věcem, které lze uchopit, rozebrat a znovu složit. Zkušenosti jsou pro ně důležitější než teorie. Vyžadují vyšší tempo a pružnost. Dbají na priority a cíle. Dobře se přizpůsobují.

Navenek projevují spíše realističnost, vnitřně se spoléhají spíše na analytický úsudek.

**ESFP** – Otevření; veselé povahy; spontánní. Snadno přemluví lidi ke spolupráci. Dávají přednost pracím, které jsou konkrétní, uchopitelné a praktické. Chtějí dosáhnout užitku „pro lidi“. Dobře vyjednávají. Musí udržovat rovnováhu mezi naléhavými pracovními úkoly a společenským životem. V týmu udržují společného ducha. Práce jim musí přinášet radost.

Navenek projevují spíše realističnost, vnitřně se spoléhají spíše na subjektivně hodnotící stránku.

**ENFP** – Duchaplní; tvořiví; spontánní. Stále vyhledávají nové možnosti. Působí inspirujícím dojmem. Často se spoléhají na schopnost improvizace, přesvědčují svým sebevědomím. Hovoří energicky a s nadšením. Potřebují určitou strategii postupu. Život je pro ně napínavým dobrodružstvím.

Navenek projevují spíše intuici, vnitřně se spoléhají spíše na subjektivně hodnotící stránku.

**ENTP** – Dynamičtí; orientovaní na budoucnost; podnikaví. Působí inspirujícím dojmem. Jejich cíle leží za viditelným horizontem. Přebírají iniciativu a uvádí do chodu různé změny. Přicházejí s tvořivými nápady. Mají rádi otevřené, komplexně položené otázky. Za určitých okolností se zaplétají do detailů. Od svého okolí očekávají postoj zaměřený na nalézání řešení.

Navenek projevují spíše intuici, vnitřně se spoléhají spíše na analytický úsudek.

**ESTJ** – Praktičtí; realističtí. Plánují a organizují různé akce. Musí si dát pozor na to, aby nezapomněli na osobní potřeby druhých lidí. Jsou experty na to, jak operativně něco uskutečnit. Za směrodatné považují pouze výsledky. Jsou přímí a vystupují rezolutně. Problémy řeší přímo a rozhodně.

Navenek projevují spíše analyticky hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na realističnost.

**ESFJ** – Přátelští; společenští; dbají o vztahy. Oživí profesionální setkání o osobní rozměr. Dokážou dobře organizovat a jsou zakotveni v realitě. Dbají o dodržování dohod. Nenechají se snadno odradit od osobního názoru. Vkládají hodně energie do vytvoření atmosféry spolupráce. Navenek projevují spíše subjektivně hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na realističnost.

**ENFJ** – Cení si harmonických vztahů, mají silné ideály. Jsou loajální k zaměstnavateli, k partnerovi resp. k partnerce. Dokážou zprostředkovat nadšení. Jsou schopní vést diskusi ohleduplně a s taktem. Musí dávat pozor, aby na sebe nepřevzali příliš mnoho úkolů z ohledu na druhé lidi. V lidech dokážou probudit to nejlepší. Jsou pečliví při plánování.

Navenek projevují spíše subjektivně hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na intuici.

**ENTJ** – Rázní; ovládají formu a strukturu. Chtěli by se ujímat vedení. Nemají pochopení pro nízkou výkonnost. Chtějí, aby se s nimi zacházelo spravedlivě, jsou málo tolerantní k nedokonalosti. Mistrovsky zvládají analýzu a objektivní kritiku. Dlouhodobě plánují a dávají přednost koncepčním návrhům. Pohybují se na úrovni idejí. Jsou otevření kritické zpětné vazbě.

Navenek projevují spíše analyticky hodnotící stránku, vnitřně se spoléhají spíše na intuici.



Hrubý skór	St. Skór	GPOP - Dotazník typologie osobnosti - (GPOP)																			
		Český standardizační soubor – studenti VŠ - percentily rozdíl (Základ: Konzistence, pravděpodobnost: 95%)																			
		min	0,5	2	5	10	-s	20	30	40	m	50	60	70	80	+s	90	95	98	99,5	max
<b>Extraverze</b>																					
3	1																				
0	6																				
2	8																				
1	2																				
0	5																				
0	9																				
<b>Introverze</b>																					
36	95																				
10	96																				
11	96																				
4	87																				
8	95																				
3	64																				
<b>Smysly</b>																					
1	2																				
0	3																				
0	10																				
0	8																				
0	31																				
1	30																				
<b>Intuice</b>																					
44	95																				
16	99																				
4	53																				
9	90																				
10	91																				
5	70																				
<b>Myšlení</b>																					
5	13																				
4	73																				
1	26																				
0	20																				
0	11																				
0	7																				
<b>Čtění</b>																					
25	36																				
6	10																				
6	65																				
5	49																				
3	37																				
5	74																				
<b>Orientace na rozhodování</b>																					
13	14																				
2	14																				
1	11																				
8	57																				
0	8																				
2	26																				





										<b>Orientace na vnímání</b>		
30	68											P Orientace na vnímání
16	83											P Zaměření na proces
6	63											P Impulzivita
3	43											P Uvolněnost
4	68											P Smysl pro celek
1	63											P Otevřenost příležitostem
										<b>Napětí</b>		
2	14											A Napětí
1	60											A Skepticismus
1	16											A Nejistota
0	15											A Opatrnost
0	17											A Negativní naladění
0	37											A Pesimismus
										<b>Uvolnění</b>		
29	82											G Uvolnění
9	56											G Důvěřivost
3	77											G Vyrovnanost
4	84											G Smělost
7	97											G Pozitivní naladění
6	54											G Optimismus

