



*Эта книга посвящается моему МВТИ  
онлайн-сообществу.*

*Тем, кто в прошлом году вместе  
со мной смеялся, учился и радовался  
нашим успехам.*

*Вы не представляете, как много  
вы для меня значите.*

*Все это было бы невозможно  
без вас.*



## ОГЛАВЛЕНИЕ

---

	Введение	13
Глава 1	Определяем тип	15
Глава 2	Подтверждаем тип: когнитивные функции	21
Глава 3	Порядок описания	40
Глава 4	Где вам нужно жить в соответствии с вашим типом личности	43
Глава 5	Как каждый тип личности ведет себя на вечеринке	53
Глава 6	Каким другом будет каждый тип личности	56
Глава 7	Вот почему вы до сих пор одиноки (исходя из вашего типа личности)	60

## Оглавление

Глава 8	Ваша самая привлекательная черта (исходя из вашего типа личности)	66
Глава 9	Что нужно сделать, чтобы привлечь разные типы личности	72
Глава 10	Вот кто, вероятно, к вам неровно дышит (согласно вашему типу личности)	77
Глава 11	Что делает каждый тип личности, когда вы ему нравитесь	87
Глава 12	Вот что вам нужно делать на первом свидании (согласно вашему типу личности)	90
Глава 13	Главная причина разорвать отношения для каждого типа личности	98
Глава 14	Самое лучшее в романтических отношениях с каждым из типов личности	106
Глава 15	Как ведут себя представители разных типов личности после того, как расстались с партнером	108

Глава 16	Какими были представители разных типов личности в детстве	111
Глава 17	Кем вы были в старшей школе (согласно вашему типу личности)	114
Глава 18	Что представитель каждого типа личности делает в колледже	122
Глава 19	Что представляет собой каждый тип личности как сотрудник	126
Глава 20	Что делает представитель каждого типа личности когда болеет	129
Глава 21	Как представитель каждого типа личности ведет себя в отпуске	132
Глава 22	Чем втайне гордятся представители разных типов личности	134
Глава 23	Что делает представитель каждого типа личности когда злится (и что ему следует делать вместо этого)	137

## Оглавление

Глава 24	На какое свое нежелательное поведение стоит обратить внимание представителю каждого типа личности	144
Глава 25	Как представители разных типов личности готовятся к праздникам	153
Глава 26	Вот что происходит, когда представитель того или иного типа личности дает себе обещание в Новый год	156
Глава 27	Вот что нужно разным типам личности, когда у них выдался плохой день	162
Глава 28	Что пугает представителей разных типов личности	164
Глава 29	Каков ваш ментальный возраст (согласно вашему типу личности)	171
Глава 30	Как, скорее всего, умрет представитель каждого типа личности	179
Глава 31	Что такое ад для представителя каждого типа личности	182

Глава 32	Что такое рай для представителя каждого типа личности	185
Глава 33	Что изматывает представителя каждого типа личности	188
Глава 34	Как мотивировать представителей разных типов личности	196
Глава 35	Слабое место каждого типа личности	203
Глава 36	В чем суперсила каждого типа личности	212
Глава 37	За что мы забываем сказать спасибо каждому типу личности	220
	Об авторе	222





## ВВЕДЕНИЕ

---

Вопрос, который мне чаще всего задают о типологии Майерс–Бриггс, звучит так: «Что за фигня?»

Точнее, разговор обычно начинается с вопроса: «Что это вообще за фигня?», а за этим обычно следует: «Ну и кто я по этой фигне?»

«Какого фига мне вам верить?» — спрашивают скептики. «Как мне применить эту фигню в жизни?» — допытываются прагматики.

Эта книга не ответит почти ни на один ваш вопрос.

Типология Майерс–Бриггс, разделяющая всех людей на шестнадцать типов личности и дающая научные знания по обращению с каждым из них, — это сложная система. Чтобы как следует разобраться в ней, нужны время, терпение и усердие.

Нужны дни, если не месяцы и годы, а то и десятилетия, чтобы разобраться, какие характеристики вашей личности относятся к четырехбук-

венному типу, определяющему индивидуальное поведение, а какие вы унаследовали от родителей.

Придется приложить огромные усилия, чтобы осознать и принять мир психологии личности... Но для того чтобы получить очень общее, ненаучное представление о нем, много времени не нужно.

Вот для чего предназначена эта книга.

Она написана, чтобы пролить свет на некоторые личностные тонкости, о которых мало говорят. Она выделит ваши сильные стороны и пошутит над вашими слабостями. Она загонит вас в рамки, а потом даст вам силу выйти из них. Она поможет вам посмеяться над собой и над всеми, кто похож на вас.

Я надеюсь, что, листая эту книгу, вы найдете что-то о себе на каждой странице. Вы узнаете некоторые из своих сильных сторон и осознаете сложности, с которыми вам приходится сталкиваться. Но прежде всего, я надеюсь, вы поймете, что вы не одиноки.

Кем бы вы ни были и где бы ни жили, есть целое сообщество людей, которые думают, чувствуют и воспринимают окружающее так же, как вы.

Так или иначе, все мы оказались в этой штуке по имени «жизнь» вместе.

## ГЛАВА 1

### ОПРЕДЕЛЯЕМ ТИП

---

Эта глава предназначена для тех, кто листает книгу на столике своего парня или девушки, ожидая своей очереди в душ.

«Ну, хорошо, — вероятно, говорите вы, — предположим, я соглашусь с существованием этих типов личности, о которых все время болтает моя дорогая/дорогой. Но при одном условии: если смогу определить, к какому из них отношусь я».

У меня для вас две новости: хорошая и плохая.

Плохая новость — чтобы точно и достоверно определить свой тип, нужно больше времени, чем человек обычно тратит на мытье головы. Хорошая — чтобы получить общее представление о том, к какому типу личности вы могли бы относиться, нужно около пяти минут. Так что, если ваш партнер или партнерша не слишком прене-