MENS SANA

Ihr persönliches Ergebnis als

Detail-Genießer·in

- Wie Information von Ihnen wahrgenommen und verarbeitet werden?
- Wieviel Information und Struktur sind für Sie Ihr Wohlgefühl notwendig?
- Wo haben Sie Entwicklungspotenziale und wie können Sie diese ausschöpfen?

MENS SANA

Herzlichen Glückwunsch, Sie sind ein·e **Detail-Genießer·in (ISTP)**

Detail-Genießer·innen mit ISTP-Präferenzen sind kühl, ruhig und kritisch. Aufmerksam registrieren sie, was um sie herum passiert. Ihre Zeit oder Energie verschwenden sie ungern mit langer Rede. Sie sind realistisch, praktisch veranlagt und rege. Ihre analytischen Fähigkeiten helfen ihnen, schnell die Erfordernisse einer Situation zu erfassen und sofort tatkräftig zuzupacken, um ihre Pläne umzusetzen. Dabei bringen sie die Dinge zuerst ins Laufen und schließen sie dann auch ab.

Obwohl ISTPs ein ausgeprägtes Gerechtigkeitsgefühl besitzen, gilt ihr Interesse eher Daten und Dingen als Situationen und Menschen. Sie interessieren sich besonders für Fakten und Details, von denen sie sich direkt vor Ort ein Bild machen können. Der Umgang mit komplexen Ideen und Theorien liegt ihnen dagegen nicht so sehr.

ISTPs sind auf eine unaufdringliche Art wissbegierig und können oft mit einem geradezu lexikalischen Wissen aufwarten. Sie können sich so sehr in eine Arbeit oder Aufgabe vertiefen, dass sie für andere wie abwesend wirken.

Erscheinen ISTPs zunächst etwas kühl und reserviert, wirken sie verwandelt, wenn Themen zur Sprache kommen, an denen sie interessiert sind und mit denen sie sich bereits eingehend beschäftigt haben. Dann schöpfen sie aus ihrem in manchen Gebieten profunden Wissen und teilen sich gern mit.

ISTPs entscheiden sehr genau, wie weit sie sich für jemanden öffnen und bis zu welchem Punkt sie bei einer Sache mitgehen wollen. Verletzt jemand diese Grenzen, so reagieren sie, indem sie sich verschließen. Dann wirken sie unwirsch und abweisend. Sie gehen dann ihren eigenen Weg weiter.

ISTPs können sehr konzentriert und genau arbeiten. Im Umgang mit Daten und Fakten machen sie selten Fehler. Sie mögen es, wenn ihr gut gelerntes Wissen und ihre praktische Erfahrung bei der Erledigung einer Aufgabe gefordert ist. Häufig haben sie ein ausgeprägtes Interesse an Werkzeugen, Maschinen und Technik. Sie arbeiten gut unter Zeitdruck oder in Krisensituationen.

ISTPs benötigen Zeit für sich, um ihr Leben nach ihren Vorstellungen zu leben. Sie lieben es, wenn sie frei entscheiden und aus dem Impuls heraus handeln können. Sie spüren so den direkten Kontakt zum Leben, der für sie sehr wichtig ist und oftmals das Glück bedeutet. ISTPs laufen Gefahr, eigene Bedürfnisse, oder der anderen Menschen in ihrer allernächsten Umgebung, zu übersehen.

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany

ISTPs beschließen aufgrund logischer Analyse, was im Moment wichtig ist und was nicht. Ist die Entscheidung gefallen, können sie sich so sehr auf ein Ziel konzentrieren, dass sie vieles nicht mehr wahrnehmen, was zeitgleich passiert – oder es einfach ignorieren. Sie müssen darauf Acht geben, dass sie auf diese Weise nicht zu häufig ihre eigenen Gefühle und Bedürfnisse, oder die ihrer Mitmenschen, vernachlässigen.

ISTPs sollten versuchen sich zu öffnen und ihre Sorgen öfter mit vertrauten Menschen zu teilen. Im Umgang sollten sie lernen, nicht nur die Fehler im System zu finden und zu reklamieren, sondern auch das, was gut läuft zu schätzen und anderen gegenüber diese Wertschätzung auch auszudrücken. Für ISTPs ist es wichtig, die gesteckten Ziele im Privatund Berufsleben nicht aus den Augen zu verlieren.

Menschen mit ISTP-Typenprofil sind:

- kühl
- ruhig
- kritisch
- geistig rege
- wirklichkeitsnah
- Herr der Situation
- vor allem durch logische Argumente zu überzeugen

Das Verhalten der ISTP-Persönlichkeit wird von ihrem Bedürfnis nach Selbstbestimmung und Gerechtigkeit geprägt:

- sie lässt den Menschen um sie herum viel Freiheit
- übt auch in Führungspositionen nur ein Mindestmaß an Kontrolle aus
- führt durch vorbildliches Handeln
- reagiert schnell auf plötzliche Schwierigkeiten
- setzt sich für Gleichheit ein
- ist sehr handlungsorientiert

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany

ISTPs fühlen sich besonders wohl, wenn ihr Umfeld

- Unabhängigkeit fördert
- projektorientiert ist
- es ermöglicht, selbst mit anzupacken
- viele plötzliche auftretende Probleme bietet, die zu lösen sind

Besondere Stärken, die die ISTP-Persönlichkeit im Alltag und Berufsleben einbringt, ...

- sind geprägt von ihrem analytischen Denken
- den praktischen Fähigkeiten und
- der Sicherheit bei plötzlich auftretenden Schwierigkeiten
- sie verfügen häufig über ein geradezu lexikalisches Wissen
- sie sind wie eine wandelnde Datenbank
- erledigen Dinge trotz und nicht auf Grund von Vorschriften
- bleiben in Krisensituationen ruhig und gelassen
- sind gute Krisenmanager
- erfassen die Erfordernisse einer Situation, um sie zu bewältigen
- handeln dementsprechend
- haben ein angeborenes Talent für Technik

ISTPs können ihre Stärken ausbauen, indem sie ihr Verhalten auf die folgenden Muster hin kritisch überprüfen. Sie neigen dazu, ...

- unentschlossen und ziellos zu erscheinen
- wichtige Dinge für sich zu behalten, auch wenn sie andere etwas angehen
- sich neuen Dingen zuzuwenden, ehe die alten abgeschlossen sind

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany

Ansätze zur persönlichen Entwicklung von ISTPs bestehen darin, ...

- sich im privaten und beruflichen Bereich Aufgaben zuzuwenden, bei denen sie ihre Sachkenntnis anwenden können
- sich um Projekte zu bemühen, an denen sie lange und intensiv arbeiten können
- auf die eigenen Potenziale zu vertrauen, wie die profunde Sachkenntnis und ihre Objektivität
- diese Potenziale auch anderen gegenüber deutlich zu machen
- Ausdauer zu entwickeln
- zu lernen, sich selbst Ziele zu setzen
- zu planen und ausdauernd daran zu arbeiten, die gewünschten Ergebnisse zu erreichen
- sich anderen gegenüber mehr zu öffnen

Folgende Produkte werden Sie beim Genießen Ihres Wissenshungers unterstützen können – probieren Sie's doch einfach mal aus!

B12 lingua MensSana

Vitaldrink Erwachsene MensSana

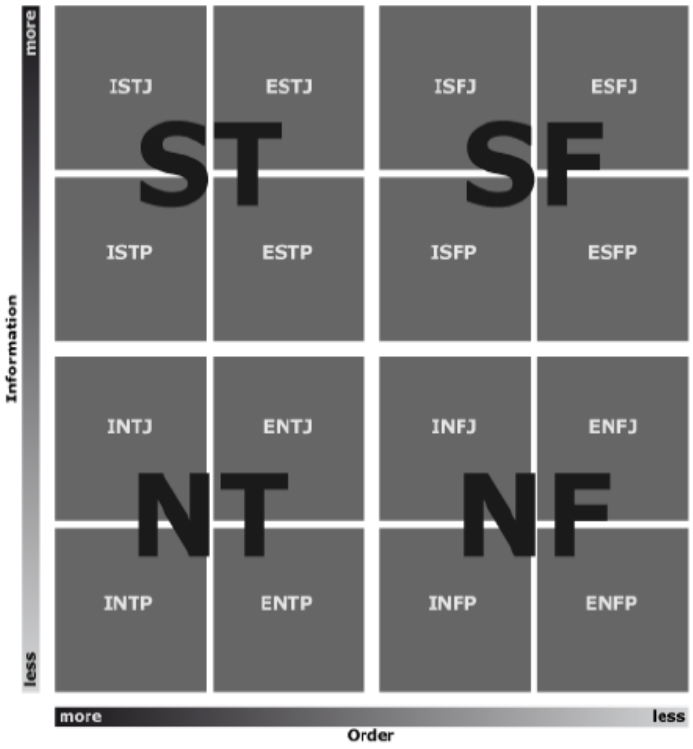
Omega-DHA MensSana

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany

MENS SANA

Wissenswertes zur Umfrage

Diese Umfrage basiert auf den Erkenntnissen des Schweizers Analytikers C.G. Jung, der die analytische Psychologie schon in den 1930er Jahren begründet und das menschliche Unterbewusstsein in 16 Typologien unterteilt hat. Jede dieser Typologien unterscheidet sich in der Art, wie Informationen am besten wahrgenommen werden (Detailgrad, Struktur), wie diese verarbeitet werden und wie damit umgegangen wird (bewerten, sortieren, wirken lassen, zu neuen Inhalten zusammensetzen, kombinieren usw.). Die Unterschiede zwischen den 16 Typologien lassen sich in einem Achsenraster in 4 x 4 (16) Kategorien bzw. verschiedene Typkombinationen einteilen. Das bedeutet je nachdem, wie die einzelnen Aufgaben in der Umfrage angegangen wurden, lässt sich daraus die bevorzugte Art und Weise, wie die Person mit Informationen umgeht, ableiten. Die Ausprägungen der Eigenschaften teilen sich in für Struktur- und Informationsgrad in jeweils 4 Cluster ein. Die Farben beim Ergebnis geben Aufschluss über die Stärke der Ausprägung der jeweiligen (Charakter-) Eigenschaft.



Rot steht für eine starke Ausprägung der Eigenschaft und grün für eine geringere Ausprägung.

E: Extrovertiert – Die Person erholt sich und füllt ihre emotionalen Energiespeicher dadurch auf, dass sie sich unter Menschen begibt und in den Austausch geht. Extrovertierte Menschen „laden sich durch äußere Impulse und Einflüsse auf." Gleichzeitig bedeutet das nicht, dass sie extrovertiert im Sinne von „nur im Rampenlicht fühle ich mich wohl" unterwegs sind.

I: Introvertiert – Die Person kann sich am besten erholen und innerlich wieder aufladen, wenn sie sich zurückzieht, ein Buch liest oder alleine Musik hört. Introvertierte Menschen beziehen neue Energie vor allem aus sich selbst heraus. Das muss jedoch nicht bedeuten, dass sie introvertiert im Sinne von „scheu" sind.

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany

S: Sensing – Erfassen – Zuallererst geht es um den Inhalt, die tatsächliche Qualität einer Sache, eines Bildes oder einer Aussage, unabhängig davon, was damit „womöglich" noch alles gemacht werden kann. Ein Bild vom Mount Everest löst in Menschen mit einem „S" in ihrer Typologie erstmal aus: Höchster Berg der Welt.

N: Intuitiv – Die Person nimmt zuerst wahr, welches Potenzial in einer Sache steckt, bevor sie sich über das „ist es realistisch oder sachlich betrachtet?" Gedanken macht. Ein Bild vom Mount Everest versetzt Menschen mit einem „N" in ihrer Typologie zunächst mal in die Vorstellung, was für ein Abenteuer die Besteigung dieses Berges sein muss.

T: Thinking – denkend – Menschen begegnen ihrer Umwelt zunächst einmal rational. Mit einem „T" in ihrer Typologie sind sie sehr schnell darin zu erkennen, was ein Sachverhalt oder eine Situation bedeutet und können so auch beeindruckend schnell entwickeln, „was jetzt zu tun ist."

F: Feeling – fühlend – Das „F" in einer Typologie verdeutlicht, dass Menschen mit einem solchen Profil eher die Gefühlswelt in einer Situation ausloten und sehr schnell „spüren", welche Emotionen bei ihnen selbst und auch bei anderen entstehen können.

J: Judging – bewertend/urteilend – Die Fähigkeit, zum Beispiel blitzschnell einen Fehler zu entdecken, Muster zu erkennen oder Ableitungen und Konsequenzen formulieren zu können, zeichnet Menschen mit einem „J" in ihrer Typologie aus.

P: Perceiving – wahrnehmend – Menschen mit einem „P" in ihrer Typologie sind erstmal zurückhaltend und lassen sich kaum zu spontanen Bewertungen oder gar Urteilen bewegen. Sie nehmen zuallererst auf und möchten das Wahrgenommene erst verarbeiten, bevor sie zu einem Entschluss kommen.

Aus diesen Einzel-Buchstaben setzen sich nun also die 16 Typologien zusammen. Dadurch wird deutlich, dass wir gleichermaßen all diese Eigenschaften unterbewusst in uns tragen – jedoch in ganz unterschiedlich starken Ausprägungen. Das nimmt großen Einfluss darauf, wie wir unsere Umwelt wahrnehmen, worauf wir beim Zuhören oder auch beim Sprechen achten, was uns leicht oder auch schwerfällt. Während die einen spielend komplexe Aufgaben lösen, können andere aus einem Kugelschreiber eine Rakete bauen, andere wiederum aus dem Stegreif Geschichten erfinden oder für eine tolle Atmosphäre in einer Gruppe sorgen.

© 2023 All Rights Reserved. Data to Decision Hamburg/Germany