**تست شناخت همسر**

****

**درون گرایی و برون گرایی**

یکی از مفاهیمی که امروزه مورد توجه روانشناسان قرا دارد مفهوم درون‌گرایی و برون گرایی است. کارل گوستاو یونگ برای نخستین بار این دو مفهوم را بیان کرد. یونگ معتقد بود که افراد درون گرا، انرژی، انگیزه و دغدغه هایشان را در درون خود می یابند. اما افراد برون گرا انرژی خود را از جمع می گیرند. این مفهوم دارای دو بعد متضاد است که یکی بر دیگری غلبه می‌کند. افراد به صورت مطلق درون گرا یا برون گرا نیستند بلکه همه‌ی افراد هر دو بعد را دارا هستند منتها چیزی که شخصیت افراد را تشکیل می دهد غلبه یکی بر دیگری است.

**ویژگی افراد درون‌گرا**

به طور کلی می توان گفت ویژگی های افراد درون‌گرا عبارتند از:

* دوستان کمی دارند اما دوستی‌های آن‌ها عمیق و پایدار است.
* این افراد به محیط‌های شلوغ علاقه ایی ندارند و سر و صدای زیاد آن‌ها را خسته می کند.
* معمولأ با افراد خجالتی اشتباه گرفته می‌شوند اما آن‌ها شنوندگان بسیار خوبی هستند و کم صحبت می‌کنند.
* شاید به نظر برسد که افرادی منفعل هستند که نظر خاصی ندارند اما آن‌ها ابتدا به صحبت‌های دیگران گوش می‌دهند و سپس نظر خود را می‌گویند.
* گرچه این افراد کارهای مستقل و آزاد را به کارهای تیمی ترجیح می‌دهند اما اگر در کار تیمی بتوانند توانمندی‌هایشان را نشان دهند، فرد تأثیرگذاری هستند.
* این افراد معمولأ به دنیای ذهنی خود متمرکز هستند.

**ویژگی افراد برون‌گرا**

به طور کلی می‌توان گفت افراد برون‌گرا دارای ویژگی‌های زیر هستند:

* این افراد در بیان احساسات خود بسیار راحت هستند و هیجان آن‌ها را به آسانی می‌توان حدس زد.
* نظراتشان را به راحتی در جمع عنوان می‌کنند و اگر مخالفتی با دیگران داشته باشند به راحتی آن را بیان می‌کنند.
* به محیط‌های شلوغ علاقه دارند و تفریحات دسته جمعی را ترجیح می‌دهند.
* این افراد تعداد زیادی دوست دارند و انرژی خود را از بودن با جمع می‌گیرند.

**تست MBTI پیش از ازدواج چه فایده‌ایی دارد؟**

تست MBTI به افراد کمک می کند تا شخصیت همسر آینده خود را بهتر بشناسند تا بتوانند با آگاهی بیشتری انتخاب کنند. معمولأ افرادی که دارای شخصیت متضاد هستند در ابتدا جذب همدیگر می‌شوند اما بعد از مدتی متوجه می‌شود که ازدواج افراد با شخصیت یکسان چالش‌های کمتری دارد. این به این معنا نیست که افراد قطعأ باید با شخصیت همسان با خود ازدواج کنند بلکه در هر قاعده‌ایی موارد استثنا هم وجود دارد. محققان دریافته اند که تفاوت برون‌گرایی و درون‌گرایی بیشترین عامل اختلاف و جدایی بین همسران است. این اختلاف به ویژه در مردان برون‌گرا که همسرانی درون‌گرا دارند بیشتر دیده می‌شود.

تست MBTI، ابزار مناسبی است که به افراد کمک می‌کند تا با شناخت تیپ شخصیتی همسر خود، ارتباط بهتر و مؤثر تری داشته باشند. در مشاوره پیش از ازدواج به افراد کمک می‌کند تا انتخاب درست‌تری داشته باشند و ازدواج موفق‌تری را تجربه کنند.

**چالش همسران درون‌گرا و برون‌گرا**

شیوه‌ی علملکرد افرادی که درون‌گرا هستند با افرادی که برون‌گرا هستند بسیار متفاوت است. همین امر سبب ایجاد سوءتفاهم بین همسران می‌شود. زمانی که همسر درون‌گرا می‌خواهد تنها باشد تا خودش را پیدا کند، همسر برون‌گرا او را سرد و بداخلاق می‌بیند. یا طمانی که همسر درون‌گرا نمی‌خواهد خلوت و آرامش همسر خود را از بین ببرد، همسر برون‌گرا او را سرد و بی‌تفاوت می بیند. از سوی دیگر گاهی نیاز به معاشرت برون‎‌گراها به سمج بودن سوء برداشت می‌شود. یا شلوغ بودن این افراد به این نحو برداشت می‌شود که آن‌ها افراد پر سر و صدایی هستند.