Will and Jungian Typology
Volontà e Tipologia Junghiana

Rachel Charles (*)

Jean Hardy comments that Assagioli was in contact with a number of leading thinkers during the 1920s and 30s including Jung, to whom he felt particularly close (1989, p.15). Indeed, it is well known that as a young medical student he contributed to the official psychoanalytic Jahrbuch alongside Freud and Jung and formed part of the pioneer study group in Zurich. Moreover, Assagioli makes reference to Jung's typology in his work The Act of Will (1974/1984 pp. 255-6). It is not surprising, therefore, to discover a similarity between Assagioli's 'star' diagram and Jung's cruciform model of the four psychological functions. Indeed, these same four functions, thinking, feeling, sensation and intuition reappear in Assagioli's diagram, along with impulse/desire, imagination and will.

The aims of the models are quite different, however. Jung had selected these four functions as the foundation for his typology. He was unable to present any a priori reason for these particular ones, except that he considered that they could not be related or reduced to one another (C.W. 6, para. 731). In contrast, a capacity such as fantasy can manifest itself in all four. If one of the functions predominated, then a personality type could be determined. For example, if thinking was mostly in evidence, then that person could be referred to as a thinking type, as demonstrated in the following model:

THINKING (primary/dominant function)
INTUITION (auxiliary function)
SENSATION (auxiliary/tertiary function)
FEELING (inferior function)

Additionally, Jung had noticed, after many years of observing patients and acquaintances, that most people preferred one of two attitudes, in which the energy flowed mainly either outwards towards the external world, a process which he termed extraversion, or inwardly towards the inner being, known as introversion. When the prevailing attitude was combined with the predominant function, eight personality types were formed, so that an individual might be described as an introverted thinker or an extraverted sensation type, and so on.

Assagioli's purpose in presenting the 'star' diagram is quite different, however. It was designed to assist awareness of 'the relationship between the self and the

Secondo Jean Hardy, nel corso degli anni '20 e '30 Assagioli era in contatto con un certo numero di importanti pensatori, compreso Jung, col quale sentiva una particolare affinità. In effetti, si sa che da giovane, quando era uno studente di medicina, Assagioli contribuì, insieme a Freud e Jung, allo Jahrbuch psicoanalitico ufficiale, e che fece parte del gruppo di Zurigo, che si dedicava a ricerche sperimentali. Inoltre, nella sua opera L'Atto di Volontà (1974, pagg. 187-190), Assagioli fa riferimento alla tipologia junghiana. Non deve sorprendere, quindi, la somiglianza tra la stella delle funzioni assagioliana e il modello cruciforme delle quattro funzioni psicologiche. In realtà, le stesse quattro funzioni - pensiero, sentimento, sensazione e intuizione - riappaiono nel modello assagioliano insieme all'impulso-desiderio, all'immaginazione e alla volontà.

Le finalità dei due modelli sono comunque piuttosto diverse. Jung aveva scelto quelle quattro funzioni come fondamento della sua tipologia e non era in grado di fornire alcuna spiegazione a priori della sua scelta, tranne il fatto che riteneva che non potessero essere correlate o ricondotte l'una all'altra, mentre una qualità come la fantasia poteva, per esempio, manifestarsi in tutte e quattro. Solo se una delle funzioni era predominante si poteva determinare un certo tipo di personalità. Se ad esempio la funzione pensiero era estremamente evidente, allora si poteva definire quella persona come una tipologia "pensiero", come dimostra l seguente modello:

PENSIERO (funzione primaria/dominante)
INTUIZIONE (funzione ausiliaria)
SENSAZIONE (funzione ausiliaria/terziaria)
SENTIMENTO (funzione inferiore)

Jung aveva notato inoltre, dopo aver osservato per molti anni pazienti e conoscenti, che la maggior parte delle persone privilegiava uno dei due atteggiamenti: o quello in cui l'energia fluiva principalmente verso il mondo esterno, - un processo che chiamava estroversione -, oppure quello rivolto verso l'essere interiore, noto come introversione. Quando l'atteggiamento prevalente si combinava con la funzione dominante si formavano otto tipologie di personalità, cosicché l'individuo può essere descritto come tipo pensiero introverso, come tipo sensazione estroverso e così via. Tuttavia il modello assagioliano di una "stella" delle funzioni ha

will on the one hand and the various other psychological functions on the other' (1974/1984, p. 12). He was not concerned with a typology, but rather with the general dynamics of the human personality. He placed the will at the centre of his diagram, to show the direct connection with the personal self, with the core of one's being. Here the will is seen to be fundamental among a person's inner powers, offering the potentiality of choices. He proposed the idea that one not only has a will, but is a will, a willing self (1974/1984, p. 7).

For Jung, however, volition or will was of secondary importance to the psychological functions, as was attention, although he failed to explain his reasons for this view (C.W. 6, para. 731). He equated will with the amount of psychic energy at the disposal of consciousness (C.W. 6, para. 844). This is linked with his theory of the opposites, as demonstrated in his typological model, in which extraversion is opposed to introversion, thinking to feeling, and intuition to sensation (see model above). While Assagioli places the same four functions at opposite points of his star diagram, he does not adopt Jung's theory of opposites, but rather numbers the functions as shown below.

Both writers set their models of the psyche within a transpersonal framework. Jung had proposed the difficult concept of the numinosum, a dynamic agency independent of the will, an invisible presence 'that causes a peculiar alteration of consciousness' (C.W. 11, para. 6). The person is thus taken over by the numinosum. At the same time it implies individual value and meaning and appears to convey a compelling message. It has been compared with religious encounters, or in humanistic terms with the 'peak experiences' described by Maslow (1970/1976). The four functions are affected by the way in which the numinal accent falls.

Assagioli reminds his readers that the personal self depicted in his star diagram is a reflection of the Transpersonal (or Higher) Self, as represented in his 'egg' model. The will is thus a direct expression of both the personal and transpersonal self. The transpersonal will operates at a superconscious level, experienced by the personal self as a 'pull' or a 'call' (1974/1984, p. 113). Like Jung, he also emphasized the importance of meaning and purpose to an individual. When the will is aligned with purpose, there is a sense of ease about the way forward.

The development of the MBTI from Jung's typology

Around the time of World War I an American, Katharine C. Briggs, was spending much of her spare time studying psychological types. Her daily observations led her to conclude that it was possible to classify people according to their preferred way of operating, in particular how they perceive things and subsequent-

uno scopo abbastanza diverso, poiché ha il compito di favorire la coscienza del "rapporto tra l'io e la volontà da una parte e le varie funzioni psichiche dall'altra" (Atto di Volontà, pag.17). Assagioli non si preoccupava tanto di elaborare una tipologia quanto piuttosto di cogliere tutta la dinamica della personalità umana, e ha collocato la volontà al centro del suo diagramma per mostrare il rapporto diretto che intercorre tra il sé personale e il nucleo del proprio essere. La volontà è intesa qui come l'elemento fondamentale tra i poteri interiori della persona, quello che offre la possibilità di scelta. Secondo questa concezione non solo si ha una volontà, ma si è una volontà, un io che vuole.

Per Jung, invece, nonostante che non sia riuscito a spiegarne il motivo, la volizione o volontà era una funzione psicologica di secondaria importanza come lo era l'attenzione, ed ha equiparato la volontà alla quantità di energia psichica a disposizione della coscienza, collegandola, come dimostra il suo modello tipologico, alla sua teoria degli opposti, in cui l'estroversione è opposta all'introversione, il pensiero al sentimento, l'intuizione alla sensazione (si veda il succitato modello). Anche Assagioli colloca le stesse quattro funzioni ai poli opposti della sua stella, tuttavia non adotta la teoria junghiana degli opposti, ma piuttosto enumera le funzioni (si veda il diagramma della stella a pag. 18 dell'Atto di Volontà).

Entrambi pongono i loro modelli della psiche all'interno di un quadro di riferimento traspersonale. Jung aveva elaborato un concetto complesso, quello del numinoso, un agente dinamico indipendente dalla volontà, una presenza invisibile "che causa una peculiare alterazione della coscienza". È il numinoso che assume quindi il controllo della persona ma che, al tempo stesso, valorizza e dà significato all'individuo trasmettendo un messaggio forte. Questo fenomeno è stato paragonato in campo religioso alle visioni mistiche oppure, in termini umanistici, alle "esperienze delle vette" descritte da Maslow. Le quattro funzioni sono influenzate dall'accento posto sul numinoso.

Assagioli rammenta al suo lettore che l'io personale, raffigurato nel diagramma della stella, è un riflesso del Sé transpersonale (o Superiore), com'è raffigurato nel suo "ovoide". La volontà è quindi espressione diretta dell'io personale e del Sé transpersonale. La volontà transpersonale opera al livello superconscio, sentito dall'io personale come una "spinta" o un "richiamo". Anche Assagioli, come Jung, ha messo l'accento sull'importanza per l'individuo del significato e dello scopo: quando la volontà è allineata con lo scopo, la strada da percorrere sembra agevole.

Lo sviluppo del MBTI dalla tipologia di Jung

Negli anni intorno alla prima guerra mondiale un'americana, Katharine C. Briggs, si stava occupando molto attivamente durante il suo tempo libero dello stu-

ly how they make judgements. In 1923 Harcourt Brace published the first English translation of Carl Jung's Psychologischen Typen. When Katharine Briggs first read this book, she realized immediately that Jung's work on type had many similarities to her own. She entered into correspondence with him and adopted his main theories in a modified form to provide a framework for her own concepts.

Despite a lack of formal training in psychology, development of the Type Indicator became her life's work, aided by her daughter Isabel Myers, who eventually, after collecting a vast amount of data, designed the first in-depth questionnaire. It was not until 1962, however, that the first MBTI Manual was published. By 1975, after many more studies, the 95-item forced-choice questionnaire had gained widespread recognition as a valuable tool for measuring personality, with various applications in education, personnel, counselling, spiritual direction and other contexts.

While there are strong similarities in structure between Jung's typology and the construction of the MBTI, there are also notable differences. While Jung concentrated on defining the processes, Myers accentuates what happens as a result of the different preferences and their various combinations. She agreed with Jung that people's predictability and orderliness of behaviour is largely due to their preferred way of perceiving things, either through sensing or intuition (coded as S or N), and then their preferred way of making judgements, by thinking or by feeling (T or F). By 'perception', Myers meant 'the processes of becoming aware - of things or people or occurrences or ideas'; and by 'judgement' she meant 'the processes of coming to conclusions about what has been perceived' (1962, p.1). This has direct relevance to the will, since the manner in which you see a situation and the conclusions you then draw will affect what you decide to do about it. Myers also adopted the concept of introversion (I) and extraversion (E) to describe the flow of a person's energy.

It was part of Myers' thesis that people need a dominating force in their lives to give them a clear sense of who they are. She observed that this was either the preferred perceptive process or the preferred judging process. She therefore made a crucial addition to Jung's structure, a fourth pair, the alternative attitudes of judgement or perception (J or P). This has particular implications for the will, because judging types tend towards completion and closure whereas perceiving types are open and flexible, preferring to go with the flow. A person could now be classified in one of sixteen different ways, as in the table below (taken from Myers & Myers, 1980/1993, p.29):

dio dei tipi psicologici. Le sue osservazioni quotidiane la portarono a concludere che era possibile classificare le persone a seconda del loro modo di agire privilegiato, specialmente della maniera in cui percepivano le cose e, di conseguenza, del modo in cui formulavano i loro giudizi. Nel 1923 Harcourt Brace pubblicò la prima traduzione inglese dei Tipi psicologici di Carl G. Jung. Quando la Briggs lesse per la prima volta questo libro, comprese immediatamente che quell'opera aveva molte affinità con la sua, entrò in corrispondenza con l'autore e ne adottò con qualche modifica le tesi principali, in modo che le proprie concezioni potessero avvalersi di un quadro di riferimento teorico.

Nonostante il fatto che la Briggs mancasse di un training psicologico ortodosso, lo sviluppo dell'Indicatore Tipologico divenne l'opera di tutta la sua vita. Fu aiutata dalla figlia Isabel Myers la quale, dopo aver raccolto un vasto repertorio di dati, elaborò il primo questionario del profondo. Ma fu solo nel 1962 che il primo manuale MBTI venne pubblicato; già nel 1975, dopo molti altri studi sull'argomento, il questionario di 95 domande si era guadagnato un ampio e diffuso riconoscimento in quanto valido strumento di misurazione della personalità, che si prestava a diverse applicazioni in campo educativo, personale, nel counselling, nella direzione spirituale e in diversi altri ambiti.

Tra la tipologia junghiana e la struttura del MBTI, oltre alle forti somiglianze vi sono anche notevoli differenze. Mentre Jung si è concentrato sulla definizione dei processi, Myers accentua ciò che accade come risultato delle diverse preferenze e delle loro varie combinazioni, pur concordando con Jung sul fatto che la prevedibilità e la regolarità del comportamento sono dovuti in larga misura alla modalità privilegiata di percepire le cose - con i sensi o con l'intuizione (S o N, in codice) -, e quindi dal modo preferito di formulare i giudizi, ovvero col pensiero o col sentimento (T o F). Con il termine "percezione" Myers intende "i processi mediante cui si diventa coscienti - di cose, persone, fatti o idee"-, mentre con "giudizio" intende "i processi con cui giungere a delle conclusioni su ciò che è stato percepito". Tutto ciò ha un rapporto diretto con la volontà, dal momento che la maniera in cui si vede una situazione e le conclusioni che se ne traggono influenzano le nostre decisioni sul da farsi. La Myers ha inoltre adottato il concetto di introversione (I) ed estroversione (E) per descrivere il flusso di energia dell'individuo.

Secondo la Myers, nella propria vita si ha bisogno di una forza dominante che dia il senso chiaro di chi si è, ed essa ha osservato che ciò corrisponde tanto al processo percettivo preferito, quanto al processo di giudizio preferito. Questa considerazione le ha permesso di aggiungere alla struttura junghiana un quarto elemento determinante, una quarta coppia, vale a dire il diverso atteggiamento relativo al giudizio e alla percezione (J o

The Type Table - *Tavola delle Tipologie*

		Sensing Types - *Tipi Sensoriali*		Intuitive Types - *Tipi Intuitivi*	
		THINKING *PENSIERO*	FEELING *SENTIMENTO*	FEELING *SENTIMENTO*	THINKING *PENSIERO*
Introvert	JUDGING - *GIUDIZIO*	ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ
Introvesi	PERCEIVING - *PERCEZIONE*	ISTP	ISFP	INFP	INTP
Extravert	PERCEIVING - *PERCEZIONE*	ESTP	ESFP	ENFP	ENTP
Estroversi	JUDGING - *GIUDIZIO*	ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ

It is interesting that Myers retained Jung's idea of opposition, despite the adverse criticism he had received. However, she depicted this in terms of a scale, which could indicate how clear a preference was between each pair. Many studies have been carried out to test the reliability and validity of the MBTI as a psychometric instrument and these, to a certain extent, have also given validity to Jung's original theory. (Bayne, 1995.)

Application of the MBTI to Assagioli's six stages of the act of will

Assagioli states that 'the principal cause of failure in completing an act of will is that people often have difficulty carrying out one or other specific stage' (1974/1984, p. 137). Understanding of one's type may help to indicate the reason for the stuckness at any given point in the sequence, for each stage requires the employment of different functions in order to see it through successfully. This section therefore looks at the six sequential phases of the act of will as proposed by Assagioli, in terms of the MBTI.

1. The purpose, aim or goal, based on evaluation, motivation and intention.

First of all it is necessary to have 'a clear vision' of what one is aiming for (1974/1984, p. 138). Intuitive types (dominant Ns) are the visionaries. They are open to the intuitions that come up from the unconscious 'with enticing visions of possibilities' (Myers & Myers, 1980/1993, p. 57). These may range from original ideas, projects and enterprises to scientific invention and discovery. However a vision merely remains in the realm of the imagination unless acted upon. Intuitives must therefore have ready access to a supporting or 'auxiliary' function to help bring a project into being. As Assagioli rightly points out, any goal must be evaluated and assessed before putting it into action, so a judging function needs to be called upon, either thinking or feeling. Intuitive individuals who prefer to make assessments with the thinking function will use logical analysis and reason (NTs), while those who are more at ease with feeling will consider others' needs and how best to serve the common good (NFs).

P). Tutto ciò ha delle particolari implicazioni per la volontà, poiché i tipi giudizio tendono al completamento ed alla chiusura, mentre i tipi percezione sono aperti e flessibili e preferiscono lasciarsi fluire. A questo punto, una persona potrebbe essere classificata in una delle sedici diverse tipologie secondo la seguente tabella (Myers e Myers, 1980-93) :

È interessante notare come Myers abbia mantenuto la concezione junghiana delle opposte tipologie, nonostante le critiche avverse rivolte a questo modello. Myers le ha utilizzate tuttavia in forma di scala, in modo da indicare chiaramente la preferenza tra ciascuna coppia. L'attentibilità e la validità del MBTI, in quanto strumento psicometrico sono state testate ampiamente da studi che hanno anche, in una certa misura, convalidato la tesi originaria di Jung (Bayne, 1995).

Applicazione del MBTI ai sei stadi dell'atto di volontà di Assagioli

Assagioli afferma che "la causa principale di insuccesso nel portare a termine un atto di volontà è che spesso si ha difficoltà nel realizzare questo o quell'altro stadio specifico" (pag. 104). La comprensione della propria tipologia può aiutare a scoprire il motivo per cui ci si blocca ad un certo punto della sequenza, poiché ogni stadio, per essere portato a termine efficacemente, richiede l'impiego di funzioni differenti. Questa sezione si occupa quindi delle sei fasi sequenziali dell'atto di volontà, secondo la proposta assagioliana e alla luce delle indicazioni del MBTI.

1. Lo Scopo, la Meta o il Fine, basati su Valutazione, Motivazione e Intenzione.

Innanzi tutto è necessario avere una "chiara visione" di una meta o fine da raggiungere (pag. 105). I tipi intuitivi (dominante Ns) sono dei visionari. Sono aperti alle intuizioni provenienti dall'inconscio "con visioni seducenti di possibilità" (Myers & Myers, pag. 57), che possono andare da idee originali, progetti e iniziative fino alle invenzioni scientifiche e alle scoperte. La visione resta comunque nella sfera dell'immaginazione, tranne che non venga realizzata. Essi devono avere quindi immediato accesso ad una funzione di sostegno o "ausiliaria" che aiuti la nascita di un progetto. Come

What if the intuitive function is in the inferior, or least developed, position? Such types (ISTJ, ISFJ, ESTP, ESFP) may have difficulty with the very first stage, in summoning up a vision of the possibilities. This may be an incentive to develop the intuitive faculty, as recommended by Jung through the active imagination (Jung/Chodorow, 1997) and by Assagioli through receptive and reflective meditation (Assagioli, 1974/1984, p.158). With sensing as their dominant function, these are practical, down-to-earth people. The extraverts will probably be better off as part of a team, enjoying the action, solving practical problems and making things happen, while the introverts are likely to remain quietly conscientious, well organized, thorough and dependable. All four types may well prefer short-term goals that are aligned to someone else's long-term vision.

Motivation implies movement or energy of some kind. In MBTI terms this is either extraverted or introverted according to a person's preference. It is very important for each person to consider, therefore, how she or he is mainly energized. Extraverts like to be involved in external events and draw energy from social contact, while introverts are energized by quiet contemplation, focusing on inner thoughts and ideas. Choice of goal needs to reflect this preference if the person is to feel at ease when putting the will into action.

Assagioli further states that motives are aroused by the values we attach to our goals. Different types are likely to have varying personal convictions. Those with feeling in dominant position will have an urge to seek harmony and to treat people as unique individuals, whereas the thinkers will be more interested in abiding by the principles.

2. Deliberation.

Goals are most likely to be attained if they are compatible with the person's type (see Appendix). When this is the case, individual gifts and aptitudes have the opportunity to flourish, and the least amount of struggle and effort is necessary. This deliberation stage, therefore, needs to involve self-awareness and self-understanding, a naturally introspective process. Extraverts will prefer to talk through their ideas with other people. Both modes of deliberation involve the thinking function. Those who have this function in inferior or tertiary position, therefore, need to make an effort to develop their logic and reason. Alternatively these types would be well advised to seek the opinion of someone who has thinking in the dominant or auxiliary position.

3. Choice and decision.

Assagioli states that choice is based on preference which also implies the relinquishment of alternatives. People who acknowledge and accept their own type are far less likely to make mistakes at this stage, since they will ensure that their choice of goal will be well suited to their individual personality. Even so, one can be misled

giustamente fa osservare Assagioli, ogni scopo deve essere valutato e stimato prima di essere messo in atto, pertanto si deve fare appello a una funzione giudicante, al pensiero o al sentimento. Gli individui intuitivi che preferiscono dare giudizi utilizzando la funzione pensiero useranno l'analisi logica e la ragione (NTs), mentre chi usa più facilmente la funzione sentimento prenderà in considerazione i bisogni altrui e cercherà la maniera migliore per mettersi al servizio del bene comune (NFs).

Che succede se la funzione intuizione è in una posizione inferiore o meno sviluppata? Questi tipi (ISTJ, ISFJ, ESPT, ESFP) potrebbero trovarsi in difficoltà all'inizio del primo stadio, nell'evocazione della visione delle possibilità. Ciò può servire da incentivo allo sviluppo della facoltà dell'intuizione mediante l'immagione attiva, come suggerisce Jung, o la meditazione ricettiva e riflessiva, secondo l'indicazione di Assagioli. Chi invece ha come funzione dominante la sensazione avrà un atteggiamento pratico e realistico. Gli estroversi funzioneranno meglio in squadra, ameranno l'azione, risolveranno problemi pratici e faranno in modo che i progetti si realizzino, mentre è più probabile che gli introversi saranno quietamente coscienziosi, ben organizzati, accurati e affidabili. Tutti e quattro i tipi preferiranno probabilmente porsi degli obiettivi a breve termine, legati a una visione a lungo termine di qualcun altro.

La motivazione implica un certo movimento o energia che, nei termini del modello MBTI, può essere estroversa o introversa, a seconda della preferenza personale. È pertanto molto importante che ciascuno prenda in considerazione la propria modalità di recuperare energia. Gli estroversi amano essere coinvolti negli avvenimenti esterni e vengono vitalizzati dal contatto sociale mentre gli introversi dalla quieta contemplazione e dalla concentrazione sulle proprie idee e sui propri pensieri. Dal momento che tradurre la volontà in azione deve risultare agevole, è necessario che la scelta della meta rifletta la preferenza personale. Assagioli afferma inoltre che le motivazioni sorgono dal valore che noi attribuiamo alle nostre mete. È probabile che i vari tipi abbiano diverse convinzioni personali. Quelli che hanno il sentimento in posizione dominante avranno la spinta a ricercare l'armonia e a trattare gli altri come individui unici, mentre i pensatori saranno più interessati ad attenersi ai principi.

2. Deliberazione

È molto più facile che si riescano a raggiungere i propri obiettivi se questi sono compatibili con la tipologia della persona (vedi Appendice). Quando ciò avviene, i dono e le attitudini individuali hanno l'opportunità di fiorire con uno sforzo minimo. Lo stadio della deliberazione implica quindi consapevolezza e comprensione di se stessi, un processo naturalmente introspettivo. Gli estro-

for example by flattery or need for external approbation. An introvert might allow herself to be pushed into the limelight, when she would be far happier quietly using the medium of writing to communicate. A sensing type, good on practicalities and detail, may come unstuck if the new venture requires creative leaps of the imagination.

As for perceiving types, they may well have great difficulty making a decision at all, since their preference is for taking in information rather than coming to conclusions about it. Their instinct is to keep their options open and go with the flow, so decisions are likely to be last-minute affairs. Nevertheless they are adaptable and resourceful and have the ability to grasp a good opportunity when it presents itself. Any goal needs to be one that is relatively free of plans and structure, since they will feel constrained by these limitations. If the project involves good organization, Ps will need to draw on the skills of Js in this respect.

Judging types have the advantage of enjoying decision-making. Moreover, once the plans are made, they will stick to them and carry them through.

In making any choice, one must be realistic and, as Assagioli states, have the means of pursuing it (1974/1984, p. 168). This is where sensing types excel, because they are good on facts and focus on what is actual and real. Intuitives would benefit from consultation with sensing types. For example, in choosing which of several houses to buy, Ns will naturally see all the possibilities, will already have a vision of how this one or that one will be when newly decorated and transformed. Ss, however, will point out the cracked walls and leaking roof and that investment in another property would be well advised.

4. Affirmation.

Different types respond to different modes of affirmation according to their specific attributes. Reminding oneself of personal gifts will help to increase the confidence and belief in oneself that Assagioli advocates (1974/1984, p. 171) (see Appendix). Sensing types are good with facts and observant of everything that is going on around them. They attach importance to practical applications, like accuracy and precision and trust in their experience. Intuitives, on the other hand, focus on the 'big picture', value imaginative insights and are future-orientated. They have a love of the abstract and theoretical, are good at making connections and see patterns and meanings in things. They have a tolerance of ambiguity and trust in inspiration. Thinkers enjoy using their minds and are guided by objective logic, with the focus on cause and effect. They will apply consistent principles in dealing with people and become very involved with tasks when at work. Feeling types are guided by their own values and convictions and will always look for common ground with others. Being naturally empathic, they value harmony in personal relaversi preferiranno discutere con gli altri delle proprie idee. Entrambe le modalità della deliberazione richiedono l'utilizzazione della funzione pensiero. Di conseguenza, coloro i quali hanno questa funzione in posizione inferiore o terziaria dovranno sforzarsi di sviluppare la logica e la ragione, o si dovrà consigliare loro di ricercare l'opinione e il consiglio di persone con il pensiero in posizione dominante o ausiliaria.

3. Scelta e Decisione

Assagioli sostiene che la scelta è basata sulla preferenza, che implica un abbandono delle alternative. Le persone che riconoscono e accettano la propria tipologia sono poco soggette a compiere degli errori in questo stadio, perché si assicureranno che la scelta del loro scopo sarà in accordo con la loro personalità. Con tutto ciò, può accadere che si sia indotti in errore per esempio dalla vanità, dal bisogno dell'approvazione esterna. Un tipo introverso potrebbe lasciarsi spingere sotto le luci della ribalta quando invece potrebbe essere molto più felice se usasse un mezzo di comunicazione più discreto come quello della scrittura. Un tipo sensibile, efficace sotto l'aspetto pratico e nei dettagli, potrebbe sentirsi un fallito se la nuova compagnia per cui lavora richiedesse creatività e voli di fantasia.

Anche il tipo percettivo può avere grandi difficoltà a prendere delle decisioni, dal momento che preferisce assumere informazioni piuttosto che arrivare alle conclusioni. Il suo istinto lo porta a mantenere aperte tutte le possibilità e a lasciarsi fluire, cosicché le sue decisioni sono più che altro questioni risolte all'ultimo minuto. Ciò nonostante, questa tipologia è molto adattabile e piena di risorse, e ha la capacità di cogliere le opportunità favorevoli che si presentano. Ogni sua scelta deve essere inoltre relativamente libera da pianificazioni e strutture, altrimenti viene percepita come costrittiva e limitante. Se il progetto prevede una buona organizzazione, il tipo Ps ha bisogno di attingere alle capacità del tipo Js.

I tipi giudizio hanno il vantaggio di godere della capacità decisionale: una volta attuata la pianificazione, vi si attengono e la portano fino in fondo.

Bisogna essere realistici nell'attuare qualsiasi scelta e, come dice Assagioli, si devono avere i mezzi per portarla avanti (pag. 125): è sotto questo aspetto che i tipi sensoriali possono eccellere, visto che sono focalizzati sui fatti e su ciò che è reale ed effettivo. I tipi intuizione potranno ottenere dei benefici se li consulteranno. Se si deve scegliere quale casa acquistare tra tante, Ns coglierà spontaneamente tutte le possibilità, avrà già la visione di come questa o quella apparirà una volta ristrutturata e arredata. Il tipo Ss, però, metterà l'accento sulle crepe nei muri e sul tetto che lascia filtrare l'acqua, e consiglierà che sarebbe meglio investire su un altro immobile.

tionships and appreciate the uniqueness of individuals. At work they will be supportive of the process. They will also respond warmly to encouragement and praise (especially ESFJ and ENFJ). Judging types find decision-making satisfying, are orderly and like to make plans and schedules. They will probably aim to finish tasks in good time, since they dislike working under pressure. In contrast, perceiving types have a preference for being open to novel experiences and like to take advantage of the latest information. They are flexible and spontaneous and feel energized by a last-minute rush (Myers & Myers, 1987, 1997).

It is helpful to have the people around oneself who are able to appreciate individual gifts. Good managers will openly praise the boldness, cleverness and good timing of SPs, since they are process-orientated. SJs, however, are product-orientated and need to be appreciated for their industriousness, conscientiousness and excellent organizational abilities. NTs need recognition of their intellectual capabilities and creative ideas, while NFs like to have their uniqueness as individual people affirmed and their feelings understood. (Keirsey & Bates, 1978/1984).

5. Planning and working out a programme.

'The world teems with idealists and dreamers who conceive, or more accurately, are dominated by, beautiful but impractical programs.' Assagioli's comment (1974/1984, p. 180) is most especially likely to apply to dominant intuitives. Visions of possibilities need to be tempered by practicalities if there is any hope of achieving them and this is where the sensing function comes into its own. Sensers are realistic and matter-of-fact in their approach to tasks and are good at finding the most efficient way of achieving results. Intuitives have this function in inferior position, however, so may unwittingly ruin their plans by not giving sufficient attention to detail and the routine necessary to implement their insights. It is therefore worthwhile to consult with an S at this stage.

Perceiving types may also have difficulty in planning, because they have a tendency to prefer to improvise on the spur of the moment and are not interested in methodical assignments. Judging types, however, derive great satisfaction from scheduling and organizing, so will be in their element when drawing up programmes. If things do not go according to plan, however, it is the attributes of the perceiving types that need to be called upon, because they are adaptable and can quickly adjust and make the best of a new situation. Judgers can suffer from inflexibility, which may not always be in their best interest.

Assagioli warns against putting oneself at the centre of the organization, emphasizing the need for 'right cooperation' (1974/1984, p. 181). Highly independent people, such as the ISTJs or INTJs, may carry on

4. Affermazione.

I diversi tipi rispondono alle diverse modalità di affermazione a seconda dei loro specifici attributi. Rammentare a se stessi i propri talenti aiuta, secondo Assagioli, a credere in sé e ad aumentare la fiducia nelle proprie capacità (pag.128). I tipi sensoriali sanno osservare i fatti e tutto quello che accade attorno a loro. Danno importanza alle applicazioni pratiche, come l'accuratezza e la precisione, e credono nell'esperienza. La tipologia intuizione si focalizza invece sul "quadro generale", dà valore agli insight immaginativi ed è rivolta verso il futuro. Ama l'astrazione e la teoria, riesce a fare delle eccellenti connessioni e a cogliere negli eventi modelli e significati. Prova indulgenza verso l'ambiguità e crede nell'ispirazione. I tipi pensiero usano la mente e sono guidati da una logica obiettiva, fondata su causa ed effetto. Nei loro rapporti interpersonali applicano solidi principi e nel lavoro si dedicano con impegno al loro compito. I tipi sentimento sono guidati dai propri valori e dalle proprie convinzioni, e cercheranno sempre un terreno comune con gli altri. Essendo naturalmente empatici, nei rapporti valorizzano l'armonia e apprezzano l'unicità di ogni individuo. Nel lavoro saranno di sostegno al processo di sviluppo. Essi risponderanno con calore all'incoraggiamento e alla lode (specialmente i tipi ESFJ e ENFJ). I tipi giudizio provano piacere nell'utilizzazione delle capacità decisionali, sono metodici e amano fare piani e programmi. Poiché detestano lavorare sotto pressione, probabilmente vorranno completare in tempo debito i loro compiti. I tipi percezione, al contrario, preferiscono mantenersi aperti a nuove esperienze e amano avvalersi delle ultime novità, sono flessibili e spontanei e si sentono stimolati dalle corvées dell'ultimo minuto.

È molto utile essere circondati da persone che apprezzano i doni individuali. I buoni manager loderanno apertamente l'intraprendenza, l'intelligenza e il tempismo dei tipi SPs, poiché essi sono orientati verso lo sviluppo. I tipi SJs sono invece orientati verso la produzione e hanno bisogno di essere apprezzati per la loro diligenza, coscienziosità e per le loro eccellenti qualità organizzative. I tipi NTs hanno bisogno di riconoscimento per le loro qualità intellettive e per la loro creatività, mentre i NFs hanno bisogno che venga riconosciuta la loro individualità e che vengano compresi i loro sentimenti.

5. Pianificazione e Programmazione

"Il mondo brulica di idealisti e di sognatori che concepiscono - o più precisamente, ne sono dominati - piani meravigliosi ma poco pratici" (Assagioli, pag. 134). Questa osservazione si adatta particolarmente a chi ha la facoltà intuitiva dominante. Affinché le varie possibilità possano essere realizzate, è necessario che la loro visione sia moderata dall'aspetto pratico, ed è qui che la funzione sensazione entra in scena. I tipi sensazione hanno un approccio realistico e pragmatico riguardo ai loro

regardless of colleagues' opinions and gifts and may therefore miss out on valuable input. Assagioli advises wisdom and humility to acknowledge what has already been done or is in preparation by others, if compatible with one's own project. Extraverted feeling types are the born cooperators and most likely to be responsive to other people's ideas.

6. Carrying out the project

According to Assagioli, a fundamental error is to impose the force of the will on to the elements of action in order to realize one's objective. Rather, one needs to 'direct the execution' by taking command of the various psychological functions (1974/1984, p. 189). The MBTI is a dynamic theory, based on the principle that the preferred mental processes work together to provide a balance. By understanding one's preferences and special aptitudes, advantage can be taken of one's own type. It is helpful to be in a relaxed frame of mind when making important decisions or taking steps that are crucial to the outcome of a project. In this state one is most likely to be true to type.

Problems can often occur when under stress, in which case there may be unwelcome intrusions from the inferior function. For example, dominant sensing types (with intuition as inferior) may become caught up in imagining a host of negative possibilities, which will sap their confidence. Conversely, dominant intuitives (with sensing in the inferior position) may become obsessed with irrelevant data, waste time watching junk television or overeat. Thinkers may suddenly erupt into inappropriate displays of emotion, while feeling types when under pressure can become uncharacteristically critical.

Assagioli recommends a number of exercises for self-improvement as regards the act of will. The main problem here is that the will needs to be evoked in order to put these into practice. It is easier to do this if one's strengths are first of all validated and appreciated. It then becomes clearer where the potential areas for growth lie in terms of developing the less preferred functions. For example, thinkers may not notice other people's needs for personal rapport, so they could set themselves the task of, perhaps, being consciously appreciative of a colleague, friend or relative. Feeling types, on the other hand, may choose to take logical systems more seriously. Intuitives will benefit from following Assagioli's recommendations to become consciously more observant of detail, and sensing types may decide to put in place some meditational practice with the aim of becoming more open to inspirational ideas.

As long as the choice of project is in line with one's own type, then there will be no sense of coercion or force and the final result is likely to be successful. Complex tasks, however, may well require some use of

compiti ed hanno una particolare abilità nell'individuare la maniera più efficace per ottenere dei risultati. Nei tipi intuizione questa funzione si trova invece in posizione inferiore, per cui possono trovarsi a volte a rovinare inconsapelvolmente i loro stessi progetti perché non prestano la dovuta attenzione ai dettagli e all'iter che occorre per concretizzare le loro intuizioni. Sarà utile, in questo caso, consultarsi in questo stadio con i tipi S.

Anche i tipi percezione possono trovare delle difficoltà nella pianificazione, visto che solitamente tendono a preferire l'improvvisazione sull'onda del momento a un'applicazione metodica. I tipi giudizio provano viceversa una grande soddisfazione nella pianificazione e nell'organizzazione, e quando si tratta di stabilire dei programmi si trovano nel loro elemento. Ma se le cose non vanno secondo i loro piani, saranno le qualità dei tipi percezione che dovranno essere evocate, dal momento che sono facilmente adattabili e sanno trarre il meglio da ogni situazione nuova, mentre la tipologia giudizio può peccare di rigidità, che va contro i loro stessi interessi.

Assagioli mette in guardia contro la tendenza a mettersi al centro dell'organizzazione e valorizza piuttosto la "giusta collaborazione" (pag. 135). Le persone che hanno uno spiccato senso d'indipendenza come i tipi ISTJ o INTS possono talvolta tirare dritto senza tener conto dell'opinione e dei talenti dei colleghi, privandosi così di suggerimenti preziosi. Assagioli consiglia di attivare la saggezza e l'umiltà di dare il giusto riconoscimento a ciò che è già stato fatto o che sta per essere fatto dagli altri, se è compatibile con il proprio progetto. I tipi sentimento estroversi sono dei cooperatori nati e sono i più adatti a rispondere prontamente alle altrui proposte.

6. La direzione dell'esecuzione.

Un errore fondamentale è, secondo Assagioli, quello di imporre il potere della volontà agli "organi deputati all'azione" per raggiungere il proprio obiettivo. Si tratta , invece, di 'dirigere l'esecuzione" prendendo il comando delle diverse funzioni psicologiche (pag.141) La teoria del MBTI è dinamica e si fonda sul principio secondo cui i processi mentali privilegiati cooperano al fine di trovare un equilibrio. Comprendendo le proprie preferenze e le proprie attitudini specifiche si può trarre vantaggio dalla propria tipologia. È di grande utilità, quando si devono prendere delle decisioni importanti o fare dei passi decisivi per la riuscita di un progetto, porsi in una disposizione d'animo rilassata, che è la più adatta a fare emergere autenticamente la propria tipologia.

Quando invece si è sotto stress sorgeranno dei problemi, perché in queste condizioni si può verificare l'indesiderata intrusione della funzione inferiore. I tipi sensazione dominanti, per esempio, (con intuizione come inferiore) possono farsi intrappolare dalla loro immaginazione, che farà balenare una serie di possibili circostanze negative che finiranno per minare la loro fiducia.

less preferred functions and it is here that attention needs to be focused. If time is short, however, and successful development not an option, then help can best be sought from a person of the opposite type. The same applies if we are faced with a task that we absolutely do not wish to do and yet have an obligation to complete.

Appendix

Characteristics of each MBTI type which assist in the act of will

ISTJ: Earn success by quiet concentration and thoroughness. Logical, realistic and dependable. Well organized and responsible.

ISFJ: Conscientious, devoted workers who meet their obligations and lend stability to any project or group. Accurate and patient with details.

INFJ: Succeed by originality and perseverance and a desire to do whatever is needed for the common good. Respected for their firm principles.

INTJ: Have great drive to put their own original ideas into action. Well organized. Independent, critical and determined, with high standards of competence.

ISTP: Excel at getting to the core of a practical problem and finding a solution. Good at making rational decisions.

ISFP: Loyal followers rather than leaders, but with a dislike routine. Well motivated when doing things for others. Observant and practical.

INFP: Quietly idealistic. Often serve as catalysts to implement ideas. Adaptable and flexible. Interested in the fulfilment of human potential.

INTP: Especially enjoy theoretical or scientific pursuits. Solve problems with logic and analysis. Immersed in ideas.

ESTP: Like action and on-the-spot problem-solving. Focused on getting results. Often enjoy mechanical things and outdoor activities. Adaptable, tolerant and pragmatic.

ESFP: Outgoing, with a love of making things happen. Are best in situations that need sound common sense and practical ability with people.

ENFP: High-spirited, curious and imaginative. Natural innovators. Will improvise rather than plan in advance. Insightful, quick with solutions and ready to help anyone with a problem.

ENTP: Ingenious and resourceful in solving new and challenging difficulties, but little interested in routine assignments. See opportunities not obvious to others. Creative and clever.

ESTJ: Practical and realistic, with a good head for business or mechanics. Often good administrators. Like to organize and run activities. Are decisive and can take

Viceversa, i tipi intuizione dominante (con sensazione in posizione inferiore) possono essere ossessionati da dati irrilevanti o possono perdere tempo guardando alla TV programmi spazzatura o ingozzandosi di cibo. I tipi pensiero potrebbero avere improvvise irruzioni di emozionalità fuori luogo, e i tipi sentimento potrebbero, sotto stress, diventare insolitamente critici.

Per migliorare se stessi nei riguardi dell'atto di volontà, Assagioli consiglia alcuni esercizi, ma il problema principale a questo proposito è che, per eseguirli, si deve evocare la volontà. Sarà più facile riuscirci se prima di tutto si sono valutate e confermate le proprie forze. I tipi pensiero, per esempio, potrebbero non rendersi conto dell'altrui bisogno di un rapporto personale; a questo proposito potranno pertanto darsi consapevolmente il compito di esprimere apprezzamento a un collega, un amico o un parente. I tipi sentimento, d'altra parte, potranno decidere di attribuire più importanza ai sistemi logici, mentre i tipi intuizione potranno trarre profitto dal suggerimento di Assagioli di prestare consapevolmente più attenzione ai particolari. I tipi sensazione, infine, potranno scegliere di praticare la meditazione allo scopo di diventare più aperti alle ispirazioni.

Dal momento che la scelta del progetto è in linea con la propria tipologia, è insensato ricorrere alla coercizione o alla forza, e il risultato finale sarà lusinghiero. Tuttavia, compiti particolarmente complessi richiederanno un qualche uso di funzioni poco privilegiate, ed è qui che bisogna stare particolarmente attenti: se c'è poco tempo ed è indispensabile che lo svolgimento del compito abbia un esito positivo, sarà utile cercare l'aiuto della tipologia opposta. Lo stesso vale se dobbiamo affrontare un compito che non desideriamo affatto portare avanti ma che siamo obbligati a portare a termine.

Appendice

Caratteristiche di ciascun tipo MBTI che interviene nell'atto di volontà:

ISTJ - Si guadagna il successo grazie a una quieta concentrazione e attenzione. Logico, realista e affidabile. Ben organizzato e responsabile.

ISFJ- Lavoratore coscienzioso e devoto che onora i propri impegni e dà stabilità ad ogni progetto o gruppo. Accurato nei dettagli e paziente.

INFJ - Riesce grazie all'originalità, alla perseveranza e al desiderio di far tutto ciò che è necessario per il bene comune. Rispettato per i suoi saldi principi.

INTJ - Ha una forte spinta a tradurre in azione le proprie idee originali. Ben organizzato. Indipendente, critico e determinato, con alti livelli di competenza.

ISTP - Eccelle nella capacità di arrivare al nocciolo di un problema pratico e a trovare delle soluzioni. Bravo a prendere decisioni razionali.

ISFP - Seguace leale più che capo, ma detesta la routine. Ben motivato quando fa le cose per gli altri.

care of routine details.
ESFJ: Born cooperators and active committee members. Put energy into things that affect people's lives and will work with others to complete tasks on time. Are realistic and value security.
ENFJ: Responsible and considerate of others' feelings. Tactful and sympathetic. Like to help others achieve their potential.
ENTJ: Decisive leaders. Can develop and implement comprehensive systems designed to solve organisational problems. Intelligent and well informed.
(Myers, 1987.)

References

Assagioli R., 1974/1984. *The Act of Will*. Wellingborough: Turnstone Press.
Assagioli R., 1965/1975. *Psychosynthesis*. Wellingborough: Turnstone Press.
Assagioli R., 1988/1993. *Transpersonal Development*. London: Thorsons.
Bayne R., 1995. *The Myers-Briggs Type Indicator: A critical review and practical guide*. London: Chapman & Hall.
Eysenck H. J., 1957. *Sense and Nonsense in Psychology*. Harmondsworth: Penguin.
Hardy J., 1989. *A Psychology with a Soul*. London: Arkana.
James W., 1890. *The Principles of Psychology*, Vol. II. London: Macmillan.
Jung C. G., 1997. *Jung on Active Imagination*. Ed. Joan Chodorow. London: Routledge.
Jung C. G., 1938. *Psychology and Religion*, from Collected Works Vol. 11. London: Routledge & Kegan Paul.
Jung C. G., 1921/1971. *Psychological Types*. Collected Works Vol. 6. London: Routledge & Kegan Paul.
Keirsey D. & Bates M., 1978/1984. *Please Understand Me*. California: Gnosology Books.
Maslow A. H., 1970/1976. *Religions, Values and Peak-Experiences*. Harmondsworth: Penguin.
May R., 1969. *Love & Will*. New York: W.W. Norton & Co.
Myers I. B., 1987. *Introduction to Type*. Oxford: Consulting Psychologists Press.
Myers I. B., 1962. *The Myers-Briggs Type Indicator Manual*. Princeton: Educational Testing Service.
Myers I. B. & Peter B., 1980/1993. *Gifts Differing*. California: CPP Books.
Myers I. B., Peter B. & Katharine D., 1987. *MBTI Report Booklet*. Oxford: Consulting Psychologists Press.
Sharp D., 1987. *Personality Types*. Toronto: Inner City Books.

Osservatore e dotato di senso pratico.
INFP - Pacatamente idealistico. Spesso funge da catalizzatore per la concretizzazione delle idee. Adattabile e flessibile. Interessato alla realizzazione delle potenzialità umane.
INTP - Ama particolarmente le conquiste speculative o scientifiche. Risolvere i problemi con la logica e l'analisi. Immerso nel mondo delle idee.
ESTP - Ama l'azione e la soluzione dei problemi che si pongono nell'immediato. Focalizzato nel raggiungimento dei risultati. Spesso apprezza la meccanica e le attività all'aperto. Adattabile, tollerante, pragmatico.
ESFP - Socievole, ama dare una mano agli eventi. Dà il meglio nelle situazioni che hanno bisogno di solido buon senso e di abilità pratica con gli altri.
ENFP - Focoso, curioso e ricco d'immaginazione. Innovatore naturale. Preferisce improvvisare piuttosto che pianificare. Intuitivo, veloce nel trovare soluzioni e pronto ad aiutare chiunque abbia un problema.
ENTP - Ingegnoso e pieno di risorse nel risolvere nuove difficoltà e nuove sfide ma poco interessato nei compiti ripetitivi. Scorge opportunità che gli altri non colgono. Ingegnoso e creativo.
ESTJ - Pratico e realista, una bella mente per gli affari e la meccanica. Spesso buon amministratore. Ama organizzare e dirigere delle attività. Deciso e attento ai particolari routinari.
ESFJ - Cooperatore nato e membro attivo di un comitato. Metto energia in ciò che influenza la vita degli altri, lavora insieme agli altri per portare a termine in tempo i compiti affidati. Realista, dà valore alla sicurezza.
ENFJ - Responsabile, tiene in considerazione gli altrui sentimenti. Empatico e pieno di tatto. Ama aiutare gli altri a sviluppare le loro potenzialità.
ENTJ - Leader decisionale. Sa sviluppare e realizzare dei sistemi globali atti a risolvere problemi organizzativi. Intelligente e informato.

(*) Rachel Charles gained her Diploma in Psychosynthesis Counselling and Therapy in 1991 from the Psychosynthesis and Education Trust in London. Since then she has qualified as an MBTI practitioner and earned a certificate in Advanced Integrative Psychotherapy at Physis, 1996. Currently she is undertaking psychotherapy process research at Goldsmiths College, University of London, for an MPhil.
Rachel runs her own private practice in Suffolk and is a BAC Accredited Counsellor and UKRC Registered Independent Counsellor. She is experienced at working with both individuals and couples as well as groups.
Since qualifying in 1991, Rachel has written three books: Mind, Body and Immunity, Food For Healing, both published by Cedar/Random House, and Your Mind's Eye, Piatkus (March 2000).