

## **10 Regeln für Nicht-INFJ zum Umgang mit INFJ-Persönlichkeiten nach dem MBTI**

Der INFJ ist der wohl seltenste Persönlichkeitstyp der 16 Persönlichkeitstypen des Myers-Briggs-Type-Indicator (MBTI), der auf den Lehren von Carl-Gustav Jung basiert. Nur 1,5% der Menschheit sind INFJ Persönlichkeiten. Sie sind sehr eigen und fallen in der Allgemeinheit schnell aus dem Rahmen. Darum solltest Du diese 10 Regeln beherzigen, um einem INFJ respektvoll zu begegnen. So können alle Persönlichkeitstypen am besten gegenseitig von einander profitieren. Schließlich leben wir im Zeitalter der Diversität und Toleranz. Und ein INFJ hat der Gesellschaft viel zu bieten wie alle anderen Menschen auch!

INFJ steht für I = Introverted, N = Intuitive , F = Feeling und J = Judging

### **5 Regeln allgemein und für den Privatbereich**

#### **1. Akzeptiere, dass ein INFJ aus Widersprüchen besteht**

INFJ Persönlichkeiten verhalten sich oberflächlich betrachtet manchmal widersprüchlich bis gegensätzlich. Aus der Nähe betrachtet macht dieses unlogische Verhalten aber situativ Sinn. Ein INFJ muss sich noch nicht einmal selbst über den Grund bewusst sein, warum er, sie oder sie so handelt. INFJ tendieren dazu, nach ihren eigenen Regeln und Maßstäben zu leben, die sie für angemessen halten. Einem INFJ Vorhaltungen zu machen, dass sein Verhalten so und morgen anders war, macht also keinen Sinn, sondern wühlt nur unnötig Sand auf. Besser leben und leben lassen.

#### **2. INFJ brauchen mehr Ruhe und Rückzug als andere Menschen**

Persönlichkeitstypen des Myers-Briggs-Type-Indicator (MBTI) mit einem I am Anfang sind introvertiert. So auch der INFJ. Der INFJ ist allerdings der einzige der MBTI-Typen, der zeitweise auch extrovertierte Phasen haben kann. Wir erinnern uns an den vorherigen Punkt der Widersprüche. INFJ sind aufgrund Reizüberflutung schnell ausgepowert und brauchen dann Ruhe. Mit Ruhe meine ich wirklich alleine sein zu können, ohne jegliche Störfaktoren. Darum ziehen sich INFJ zum Selbstschutz oft und gerne zurück bzw. sollten dies regelmäßig praktizieren lernen. Sonst droht ein Burnout.

### **3. INFJ bekommen viel mehr mit, als Du denkst**

„Die gefährlichste Person im Raum ist die, die alles sieht und hört, was im Raum passiert, aber nichts sagt.“ So ungefähr lautet ein Sprichwort. Beim INFJ kommt noch dazu, dass ein INFJ fühlen kann, was gerade im Raum geschieht. Zurückhaltung, Ruhe und Höflichkeit sollten bei einem INFJ niemals mit geistiger Abwesenheit, Hilflosigkeit oder gar Dummheit verwechselt werden. Das kann nachteilig für Menschen enden, die diese Fehler machen!

### **4. INFJ sind loyal, ehrlich und direkt**

Mit seiner Aufrichtigkeit bringt ein INFJ seiner Umwelt seinen Respekt entgegen. Umgekehrt möchte ein INFJ auch nicht angelogen werden. Ein INFJ lässt sich nicht sehr von Titeln, Hierarchien und Personenkult beeindrucken. Das kann schnell als Respektlosigkeit ausgelegt werden, was aber eine Fehlinterpretation ist. Auch seine absolute Loyalität zu Freunden, Kollegen, Vorgesetzten und Organisationen, die das Herz und das Vertrauen eines INFJ erobert haben, werden mit oft jahrelanger bis lebenslanger Treue belohnt werden. Auch das ist ein Zeichen von hohem Respekt eines INFJ.

### **5. Bedränge einen INFJ nicht von außen. INFJ agieren, wann sie es wollen.**

Gerade ein INFJ reagiert besonders empfindlich darauf, von außen unter Druck gesetzt oder sogar in die Ecke gedrängt zu werden. Tendenziell zieht sich ein INFJ dann zurück in sein Schneckenhaus. Je nachdem wie der Stresslevel für den INFJ ist, kann es Tage bis sogar viele Jahre dauern, bis sich ein INFJ wieder traut, selbst aktiv an seinem Stressthema zu arbeiten. Der Impuls muss aber vom INFJ selbst kommen! So friedfertig ein INFJ grundsätzlich auch ist: Wird ein INFJ massiv bedroht und in die Ecke gedrängt, wird es richtig gefährlich, wenn der INFJ keinen Weg mehr sieht, dem Konflikt auszuweichen...und damit meine ich nicht für den INFJ.



## **5 Regeln für die Arbeitswelt**

### **1. INFJ wollen immer wissen, warum sie etwas tun sollen. Das muss mit ihren hohen Wertevorstellungen übereinstimmen.**

Der Spruch „Sie sind hier nicht zum Denken angestellt.“, ist wohl der beste Spruch, um einen INFJ auf der Arbeit vor den Kopf zu stoßen. INFJ wollen immer wissen und auch verstehen, warum sie etwas tun. Das Mission Statement und die Unternehmenskultur sind dem INFJ bei der Auswahl seines Arbeitsplatzes sehr wichtig. Das J in INFJ steht für Judging, was wertend und nach hohen moralischen und ethischen Wertmaßstäben lebend bedeutet. Viele Firmen haben ganz tolle Firmenwerte auf ihrer Firmenwebsite. Vor Ort heißt es dann aber trocken „Wir machen das hier anders.“ Damit ist der Ärger auf beiden Seiten vorprogrammiert. Wie schon zuvor erwähnt: Aufrichtigkeit ist der Respekt, den der INFJ seiner Umwelt entgegen bringt. Und Respekt funktioniert nur gegenseitig! Materielle Werte sind für einen INFJ stets untergeordnet.

### **2. Vergleiche einen INFJ nicht mit anderen Mitarbeitenden**

Ein INFJ ist nicht einfach so mit anderen Menschen, die in einem Betrieb arbeiten vergleichbar. INFJ sind wie gesagt sehr individuell. Durch Vergleiche mit anderen wird ein INFJ auch eher verunsichert und verärgert als ermutigt. Einen INFJ einzustellen heißt, diesen Menschen zu nehmen, wie er, sie oder sie ist oder es zu lassen und den INFJ spätestens nach der Probezeit wieder gehen zu lassen.

### **3. Lasse einen INFJ so selbstständig wie nur möglich arbeiten, ohne zu stören**

INFJ arbeiten am besten, ungestört, selbstständig und alleine. Ergo wäre ein lautes Großraumbüro absolutes Gift für einen INFJ. Auch ständig unter dem Pantoffel von einem kontrollwütigen Vorgesetzten zu stehen, ist für einen INFJ keine Option. Flache Hierarchien, kurze Entscheidungswege und viel Freiraum sind ein ideales Arbeitsumfeld. INFJ sind Visionäre, Planer und Künstler; also hauptsächlich Kopfarbeiter.

### **4. INFJ werden niemals kriminelle Handlungen im Betrieb dulden**

Dieses Spektrum fängt bei Ungerechtigkeiten oder Unehrllichkeit gegenüber Kunden und Mitarbeitenden an und endet nicht bei massiven Straftaten wie dem Frisieren von Geschäftsunterlagen, dem Betrügen von Lieferanten oder gar körperlicher Gewalt gegenüber Angestellten. Wenn seitens der Geschäftsleitung hier nicht korrigierend eingegriffen wird, kann ein INFJ schnell zu einem Whistleblower werden. Leitet ein INFJ selbst ein Unternehmen, droht diesem Menschen der Tag des jüngsten Gerichts.

## 5. INFJ sind Visionäre, Planer und Beziehungsmanager

Wie gesagt sind INFJ in erster Linie Kopfarbeiter. Vor allem auf geschäftlichem Neuland, wo es noch keinerlei Strukturen gibt, schaffen sie Neues aus dem Nichts und leisten hervorragende Pionierarbeit. INFJ lieben es, ihre Visionen in der Realität umzusetzen, müssen aber aufpassen, dass sie nicht an ihrer Liebe zur Perfektion scheitern, weil sie sonst nicht ins Handeln kommen. Aber das kann ein INFJ lernen. INFJ sind erstklassige Beziehungsmanager und kümmern sich gerne um ihre Mitmenschen. Das können Krankenpfleger oder Key Account Manager sein. Auch unter den Kunstschaffenden und Schauspielern gibt es viele INFJ, die es zu großem Erfolg gebracht haben. Die meisten INFJ arbeiten allerdings verborgen im Hintergrund, weil sie das Rampenlicht eher scheuen, aber oft einen großen Einfluss als Berater auf die Menschen haben, die im Rampenlicht stehen.

Mit diesen 10 Grundregeln wirst Du INFJ-Persönlichkeiten besser verstehen lernen und besser mit ihnen umgehen können. Ich wünsche Dir viel Erfolg bei der Umsetzung.

Für weiterführende Informationen oder einer Problemlösung besuche meine Website.

[INFJ-Coaching.com](http://INFJ-Coaching.com)

Mache den [Persönlichkeitstest des Myers-Briggs-Type-Indicator](#), um Deinen MBTI-Persönlichkeitstyp zu entdecken!

Ich bin Dein Experte für mehr Lebensqualität.

Dein Oliver Triebel  
staatl. gepr. Betriebswirt  
systemischer Coach  
Verhaltenstrainer  
Gesundheitspraktiker

© INFJ-Coaching.com



Oliver Triebel®  
systemischer Coach