

## 4 Beneficios clave de los Test de Personalidad

Los **Test de Personalidad** están sumamente de moda en los últimos tiempos. Parece que no puedes revisar tus [redes sociales](#) sin verte inundado por varios cuestionarios que pretenden detectar tus rasgos de personalidad ocultos, revelar el "verdadero yo" o identificar qué ícono de la cultura pop comparte rasgos parecidos a los tuyos.

La mayoría de estos son solo se realizan por diversión, pero a veces revelan verdades y conocimientos que ayudan a determinar algunos aspectos de la personalidad, el comportamiento y las preferencias.

Estos cuestionarios a menudo pueden proporcionar una fuente divertida de distracción. Pero también pueden ser un ejercicio psicológico serio bastante útil para conocerte un poco mejor, y que puede ayudarte a evolucionar posteriormente en cada área de tu vida.



Si eres psicólogo y te interesa conseguir trabajo en Mexico, recuerda que puedes ingresar en nuestro portal de empleo de [grandhotelier.com](https://grandhotelier.com), para seleccionar el que te parezca más adecuado para ti.

### Test para descubrir tu verdadera personalidad

Además de estos entretenidos cuestionarios, hay muchas evaluaciones psicológicas legítimas disponibles, que podrían contarte un poco más sobre ti.

#### Myers-Briggs (MBTI)

El Indicador de tipo Myers-Briggs (MBTI), por ejemplo, es una de las evaluaciones psicológicas más populares en el mundo actual, y muchas personas aseguran que conocer su "tipo de personalidad" les ha ayudado a comprender mejor a sí mismos y a los demás.

### Evaluación de las preferencias psicológicas

El MBTI fue diseñado para evaluar las preferencias psicológicas, incluida la forma en que las personas ven el mundo, cómo interactúan con el mundo y cómo toman decisiones.

Una pareja de madre e hija desarrolló la prueba basada en las teorías de la personalidad del psicoanalista Carl Jung. Desde entonces, la evaluación se ha convertido en una de las pruebas de personalidad más popular y ampliamente utilizada.

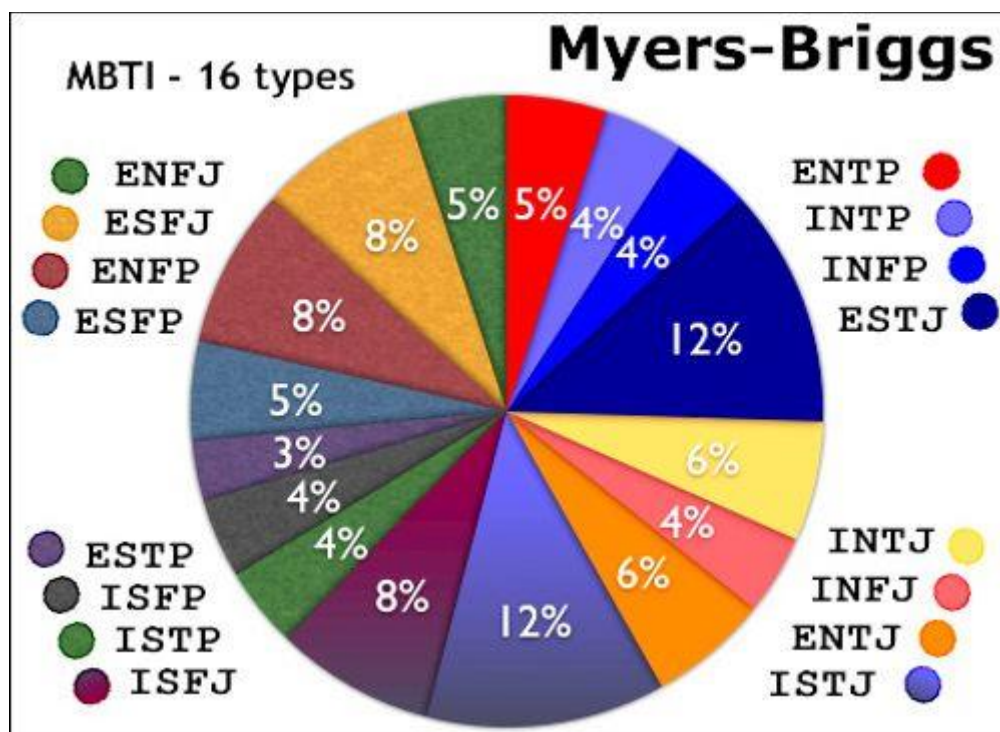
Frecuentemente utilizada por psicólogos, consejeros profesionales y empleadores. Generalmente se promociona como un medio rápido para aprender más sobre las personas y si tendrán éxito en ciertos roles.

Entonces, ¿Puede ser útil conocer tu tipo de personalidad en el MBTI y en otras evaluaciones de personalidad? ¿Qué bien pueden hacer realmente estas medidas para detectar la personalidad?

### 4 Beneficios de los Test de Personalidad

Estos test tienen un gran impacto positivo en la vida de las personas que lo practican. Algunas de las cosas con las que conocer tu tipo de personalidad podría ayudar son las siguientes:

#### 1- Ayuda a que comprendas mejor a otras personas



Después de tomar un test y ver sus resultados, es posible que comprendas mejor todas las diferentes reacciones y percepciones que otras personas podrían tener ante unas mismas situaciones. Todos tenemos una forma diferente de ver e interactuar con el mundo.

## **Útil en las relaciones**

Entender algunos de tus rasgos de personalidad básicos, así como los de las personas cercanas a ti, también es útil en las relaciones.

Si, por ejemplo, tú eres extrovertido pero tu cónyuge es introvertido, podrás detectar mejor los signos de que tu pareja se está agotando y necesita tomarse un descanso de socializar.

Al conocer mejor los rasgos de personalidad de los demás, puedes responder mejor a las necesidades de tus seres queridos y construir asociaciones más fuertes.

## **2- Identifica tus gustos y cosas que te desagradan**

Tal vez siempre has odiado hablar por teléfono, pero nunca entendiste realmente por qué. O quizás siempre hayas necesitado un poco de tiempo extra para pensar sobre un problema antes de tomar una decisión.

Al aprender más sobre dónde se encuentra en la extroversión / introversión y la continuidad de pensar / sentir, podrías comprender mejor por qué prefiere ciertas cosas y te disgustan otras.

## **Necesario en las decisiones importantes**

Esto puede ser útil cuando intentas tomar decisiones importantes que podrían tener un impacto en el curso de tu vida, como elegir una especialidad universitaria.

Seleccionar una especialidad y una profesión que esté bien alineada con tus preferencias personales puede significar que terminarás siendo más feliz y más satisfecho con tu elección y tu trabajo a largo plazo.

## **3- Determina las situaciones que te permiten rendir al máximo**

Aprender más sobre tu tipo de personalidad también puede ayudarte a descubrir nuevas formas de abordar los problemas.

Si descubres que tiendes a tener una alta introversión, puedes tener cuidado en el futuro, dándote suficiente tiempo para sentirte cómodo en una situación, antes de presentarte a un nuevo compañero de trabajo, por ejemplo.

Saber qué podría funcionar mejor para tu tipo de personalidad puede darte nuevas ideas sobre cómo resolver problemas, lidiar con el estrés, enfrentar conflictos y manejar tus hábitos de trabajo.

## 4- Comprendes mejor tus fortalezas y debilidades

Saber en qué eres bueno puede ser importante en una amplia variedad de situaciones. Ya sea que elijas una especialidad universitaria o pienses en postularte para un puesto de trabajo.

Por ejemplo, si sabes que eres un ISTJ (introvertido, que siente, piensa y juzga), podrías reconocer que ciertos aspectos de tu personalidad podrían calificar como fortalezas en algunas situaciones, y como debilidades en otras.

Si bien tus fuertes habilidades de organización y tu personalidad orientada a los detalles pueden ser una fortaleza importante en su trabajo. A veces puede hacer que te tropieces en situaciones en las que necesitas dejar que otras personas tomen las riendas del asunto.



### Conclusión sobre el Test de Personalidad

Los Test de Personalidad, incluidas otras evaluaciones psicológicas y los cuestionarios solo por diversión que encuentras en línea, pueden ser reflexivos, perspicaces e incluso divertidos. La clave es no obsesionarte demasiado con sus resultados.

Por otra parte, una vez más te recordamos que si eres psicólogo y estás interesado en conseguir empleo en México, en Grand Hotelier ponemos a tu disposición una bolsa de trabajo. Te ayudamos a lograr tu objetivo.