

## 年轻人拥抱“破冰”新名片 “MBTI 式社交”成“新宠”（节选）

2024年09月24日 19:14 来源：中国新闻网



“你是 i 人，还是 e 人？”“我是 i 人，但在职场中常常做 e 人。”

“我是 ENFP(竞选者型人格)，你呢？”……近来，人格类型测试在网络愈发红火，并成为当下很多年轻人日常交往的流行话题。

日前，一场“MBTI 大作战”社交活动在重庆两江数字经济产业园·互联网产业园举行。活动吸引了不少“Z 世代”年轻人参加，他们以“人格标签”为引，希望找到性格合适、兴趣相同的“搭子”，共同成长。

MBTI 是 Myers-Briggs Type Indicator(迈尔斯-布里格斯人格类型指标)首字母缩略语。该测试从 4 个维度划分出 16 种人格，并以不同类型人格的英文缩写组合，为这 16 种人格命名。其中，“i”代表内向、内倾型，“e”代表外向、外倾型。

“只言片语道不清自己是什么样的人，而 MBTI 可以让自己快速被了解、被看见。”“00 后”田磊称，对“社恐人士”来说，MBTI 每个类型都有很强话题性，社交场合抛出人格标签可以快速“破冰”，一句“我也是”便有了共鸣。

活动中，依托人格标签，年轻人很快打破尴尬氛围，通过“兴趣爱好”“价值情绪”“事业目标”“心仪对象特质”等话题打开“话匣子”，迅速活络起来。击鼓传花、歌词飞花令、心动塔罗牌……大家在互动游戏“催化”下，纷纷交换起联系方式，表达善意、增进友谊。

在越来越多“Z 世代”心中，找到合适伴侣，在互相督促中成就更好的彼此，是参加此类社交活动的目的之一。

如何找到适合自己的“爱情搭子”？年轻人新招频出。有人用调查问卷寻找“灵魂契合”的另一半，有人在“恋爱漂流瓶”中抽取姻缘“盲盒”……而今，“MBTI 式社交”也成为不少年轻人“爱情的开端”。

“我是 ENFP，希望找一个 INTJ(建筑师型人格)，会比较互补。”今年 26

岁女生孙玲希望通过人格测试结果进一步了解彼此性格。她认为，人格测试结果是一种“人设”，作为参考，有利于自我认识和自我接纳，也能帮助双方扬长避短、完善人格，实现共同进步。

“现在年轻人发展压力大，希望能有一个志趣相投的伴侣，共同面对挑战，这样会走得更远。”“Z世代”男生杨洋称，自己也想通过MBTI社交活动，收获健身“搭子”、学习监督员、职场情绪价值提供者，获得爱的满足。

单词：	jìngxuǎn 竞 选	biāoqiān 标 签	nèiqīng 内 倾	pòbīng 破 冰
	dǎpò 打破	gāngà 尴 尬	huólùò 活 络	gòngmíng 共 鸣
	qìhé 契 合	rénshè 人 设	jiēnà 接 纳	dūcù 督 促

- 讨论：1. 你是 i 人，还是 e 人？你觉得人格类型测试的结果靠谱吗？  
2. 如何与初次见面的人自然地开启对话？请谈谈你的经验。

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2024/09-24/10291529.shtml>

音声 URL：<http://ttn.co.jp/sound/text/files202410171729133304.m4a>