

# گزارش آزمون شخصیت شناسی

## MBTI



محمد موسوی

10 فروردین 1404

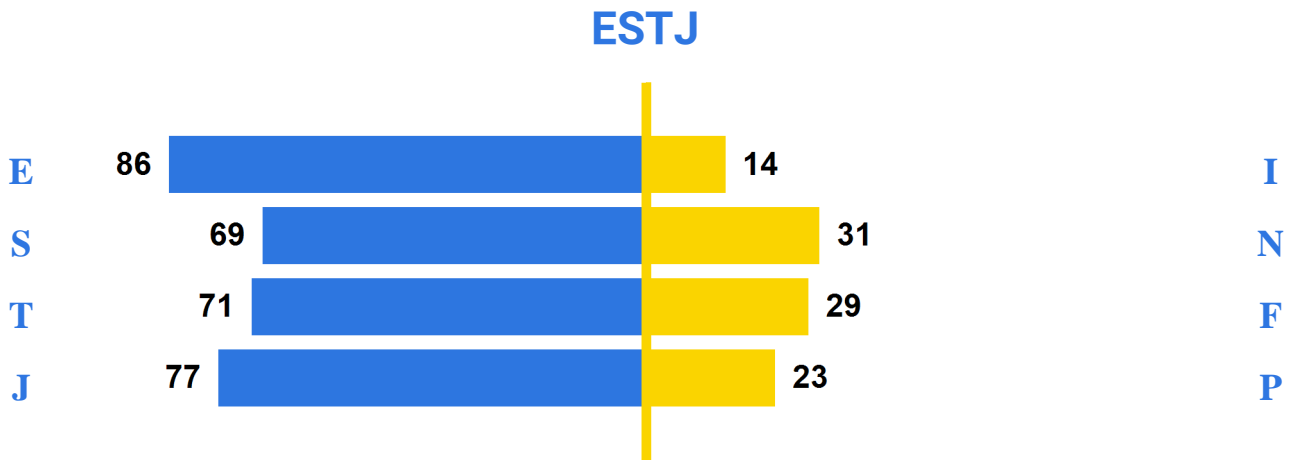
تهیه شده توسط جاب ویژن



آزمون MBTI یکی از معتبرترین و رایج ترین ابزارهای شخصیت شناسی است که اولین بار توسط ایزابل مایرز و کاترین بریگز در سال 1956 میلادی به دنیای روانشناسی معرفی شد و تاکنون در بسیاری از کشورها در حوزه روانشناسی فردی و سازمانی مورد استفاده قرار گرفته است. این تست ترجیحات شخصیتی افراد را در 4 حوزه ی سبک نگرش افراد نسبت به ایده ها و انسانها (برونگرایی E - درونگرایی I)، سبک جمع آوری اطلاعات (شهودی N - حسی S)، سبک ارزیابی اطلاعات بدست آمده و تصمیم گیری بر اساس این اطلاعات (احساسی F - منطقی T) و سبک مواجهه با جهان بیرونی (ادراکی P - قضاوتی J) مشخص می کند. ویژگی های کلی افرادی که در هر یک از دو سر طیف های 4 گانه فوق قرار می گیرند در شکل زیر نمایش داده شده است.

انرژی		تصمیمات	
<p>شما انرژی مورد نیاز خود را بیشتر از عوامل داخلی بدست می آورید یا خارجی؟</p> <p><b>درون گرا</b></p> <p>بیشتر استقلال در کار، محیط کار آرام و گروه های کوچک را ترجیح می دهند.</p> <p><b>Introvert (I)</b></p>	<p><b>برون گرا</b></p> <p>بیشتر دوست دارند در کنار افراد، محیط شلوغ و بر اساس کار تیمی و گروهی فعالیت کنند.</p> <p><b>Extrovert (E)</b></p>	<p>شما بیشتر به ثبات و منطق افراد نگاه میکنید یا به ارزشهای شخصی آنها؟</p> <p><b>منطقی ها</b></p> <p>بیشتر کارهایی که با هوش از لحاظ دارند را می پسندند.</p> <p><b>Thinking (T)</b></p>	<p><b>احساسی ها</b></p> <p>بیشتر بر کمک به دیگران تاکید دارند و کارهایی که مبتنی بر ارزش باشد را بیشتر دوست دارند.</p> <p><b>Feeling (F)</b></p>
اطلاعات		ساختارها	
<p>شما بیشتر علاقمند هستید که اطلاعات پایه ای و بنیادی را دریافت کنید یا به دنبال تفسیر اطلاعات و اضافه کردن معانی جدید به آن هستید؟</p> <p><b>افراد حسسی</b></p> <p>دوست دارند بیشتر با داده، ابزار آلات و ماشین های دقیق سر و کار داشته باشند.</p> <p><b>Sensing (S)</b></p>	<p><b>افراد شهودی</b></p> <p>بیشتر ترجیح می دهند با مسائل انتزاعی مانند نظریه ها، ایده و احتمالات رو به رو شوند.</p> <p><b>Intuitive (N)</b></p>	<p>آیا ترجیح میدهید که در مورد کارها از قبل تصمیم گیری کنید یا آنکه منتظر میمانید تا با دیدن موقعیتهای و گزینه های جدید و در همان لحظه تصمیم بگیرید.</p> <p><b>افراد ادراکی</b></p> <p>بیشتر انعطاف و آزادی را ترجیح می دهند و با کمی آشوب و شلوغی کنار می آیند.</p> <p><b>Perceiving (P)</b></p>	<p><b>افراد قضاوتی</b></p> <p>کار در سازمان یا محیط منظم و ساختار یافته را دوست دارند.</p> <p><b>Judging (J)</b></p>

شمای کلی زیر وضعیت شما را در 4 مولفه دو قطبی یاد شده، نشان می دهد:



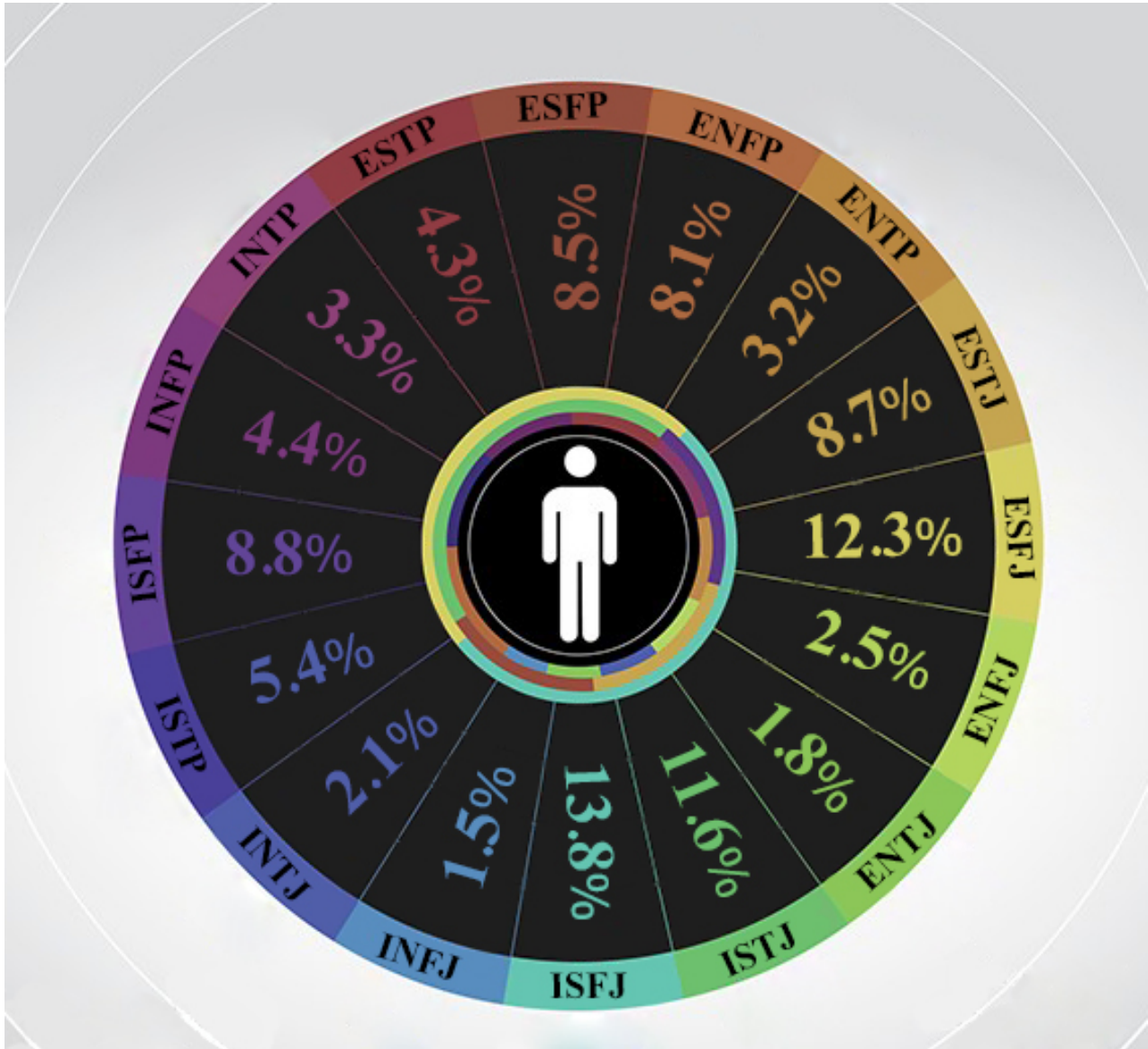
شما یک **سرپرست و ناظر** هستید.

مدیر و سرپرستی توانمند که مهارت بالایی در نظارت بر افراد و کارها دارد



برون گرا - حسی - منطقی - قضاوتی

نمودار فراوانی تیپ های شخصیتی 16 گانه آزمون MBTI در بین کل شرکت کنندگان



## ویژگی‌های شخصیتی شما

ESTJها در انجام کارها عالی هستند. در اجرای نقشه‌ها و برنامه‌ها قدرتمند بوده و در سازماندهی امور با در نظر گرفتن کلیه جزئیات و در چارچوب قوانین متبحر هستند. به سرعت اقدام به پیاده‌سازی تصمیمات کرده و افراد و پروژه‌ها را برای انجام کارها سازماندهی می‌کنند.

ESTJها از اینکه مسئولیتی داشته باشند و همه چیز را در کنترل خود داشته باشند لذت می‌برند. در گرفتن تصمیمات عینی خوب عمل می‌کنند و می‌دانند که چگونه کارها را انجام دهند. آنان درباره هر موضوعی عقیده‌ای دارند و همیشه از کلمه مناسب استفاده می‌کنند.

این اشخاص، رفتاری مسؤولانه دارند، هشیار و متعهدند و نسبت به تعهدات خود از پایبندی فراوان برخوردارند. آنها دوستدار ساختار هستند، جزئیات را به خاطر می‌سپردند و آنها را سازماندهی می‌کنند. این تیپ شخصیتی برای رسیدن به موقع به برنامه‌هایش تلاش می‌کند و کارهایش را با کارایی هر چه بیشتر انجام می‌دهد. به جزئیات روزمره توجه کرده و بر رسیدن به نتایج در کارترین روش ممکن تمرکز دارند. آنان مجموعه‌ای روشن و واضح از استانداردهای منطقی دارند که با روش معین و سیستماتیک آنها را دنبال می‌کنند و از سایرین هم همین توقع را دارند.

ESTJها علاقه شدید به تصمیم‌گیری دارند و تصمیم‌گیرندگانی بزرگ و منطقی هستند. آنان اغلب اوقات تصمیمات خود را با توجه به تجربیات گذشته‌شان می‌گیرند. این اشخاص منطقی، عینی و تحلیلگر هستند و از قدرت استدلالی فراوانی بهره‌مند می‌باشند. در واقع بعید است آنها تحت تاثیر چیزی جز منطق قرار بگیرند. بسیار واقع‌بین و عملگرا بوده و به حقایق بها می‌دهند. به امور و مسائل حقیقی و عینی بیش از نظریه‌ها و نقطه‌نظرهای نظری بها می‌دهند. آنان برای چیزهایی که کاربرد عملی ندارند، بهایی قائل نیستند. آنها می‌دانند که پیرامونشان چه اتفاقاتی می‌افتد، بیشتر به اینجا و اکنون توجه دارند و در لحظه حال زندگی می‌کنند.

به این دلیل که این اشخاص با توجه به قوانین مشخص کار می‌کنند، ثابت قدم بوده و می‌توان روی آنها حساب کرد. آنها دوست دارند به سنتها بها دهند و به همین دلیل به نهادهای موجود، توجه شایسته دارند. هر چند در روابط خود ثابت قدمند، برای آنها زندگی احساسی و اجتماعی به اندازه سایر جنبه‌های زندگیشان مهم نیست و توجه زیادی به زندگی احساسی و اجتماعی خود ندارند. این اشخاص در دایره‌ی نسبت به دیگران راحت هستند و به راحتی از دیگران انتقاد می‌کنند. افرادی منظم بوده و از نظم و انضباط فراوانی برخوردارند. ESTJها اجتماعی، صریح و دوستانه هستند. شناختن آنها اغلب آسان است، زیرا آنچه را که می‌بینید، همان هستند.

## نقاط ضعف شخصیتی شما

از آنجا که ESTJ ها کدهای اخلاقی محکمی را برای خود و دیگران قائل هستند، وقتی می خواهند معیارهای خود را به دیگران تحمیل کنند، دیکتاتور به نظر می رسند. اگر این اشخاص بگویند که انعطاف بیشتری داشته باشند، از این روحیه نجات پیدا می کنند.

ESTJ ها تحلیلگرانی منطقی و غیرشخصی هستند و به این توجه ندارند که تصمیمات آنها چه تأثیراتی روی دیگران بر جای می گذارد. ممکن است این اشخاص سرد و بی توجه به نظر برسند و به همین دلیل ضرورت دارد که به احساسات دیگران بهای بیشتری بدهند.

چون این اشخاص طبیعتاً انتقادگر هستند، معمولاً به اقدامات مثبت اطرافیان خود توجهی ندارند. لذا لازم است این اشخاص به استعدادها و تلاشهای دیگران بهای بیشتری بدهند و بیشتر از آنها تعریف و قدرشناسی کنند.

گاه ESTJ ها به قدری در برنامه های خود فرو می روند که به حرفهای دیگران گوش نمی دهند و در این رهگذر چیزهای زیادی را از دست می دهند. آنها برای اینکه از این وضع رها شوند باید چند ثانیه قبل از حرف زدن، مکث کنند و به دیگران فرصت اظهار نظر دهند.

ESTJ ها اغلب شتاب زده نتیجه گیری می کنند و بدون اطلاعات کافی قضاوت می کنند و تصمیم می گیرند. آنها باید پیاموند که از نتیجه گیری فوری خودداری نمایند و تصمیم گیری را به زمانی موکول کنند که اطلاعات کافی به دست آورده باشند.

ESTJ ها اگر به این موضوع توجه کنند که تنها سیاه و سفید نبینند بلکه به سایه های خاکستری هم توجه داشته باشند، در زندگی موفق ترند.

## روابط با دیگران

- دوست دارند به آنها مسئولیت داده شود و نقش مشاور را بازی کنند.
- از به سر بردن اوقات خود با خانواده و دوستانشان لذت می برند.
- ممکن است ساختار، نظم و اراده خود را بر همه تحمیل کنند. معتقدند که راهشان بهترین است.
- صریح، صادق و رک هستند.
- می توانند ناشکیبا باشند. ممکن است در شنیدن نظرات دیگران با دشواری روبرو باشند.
- ممکن است در درک احساسات خود و دیگران با دشواری روبرو باشند.
- ظاهر سختی دارند، اما درونشان لطیف و ملایم است و با کسانی که به آنها اعتماد کنند بسیار ملایم هستند.
- موفقیت و خوشبختی خود را با توجه به کارهایی که در دنیای واقعی انجام می دهند، می سنجند.

## ESTJ ها در محل کار

- در سازمان دادن به روشها، سیاستها و فعالیتهای عالی عمل می کنند.
- از زمان و منابع به شکل موثر استفاده می کنند تا نتایج فوری و ملموس بگیرند.
- برای حل مساله، رسیدن به نتیجه و پیشرفت آماده اند.
- از دیگران انتظار دارند از خود صلاحیت نشان دهند.
- دوست دارند که ریسکهای حساب شده بکنند.
- محیط باثبات و قابل پیش بینی را دوست دارند.
- در بهترین حالت، سختگیر و محکم، اما منصف اند.
- به کسانی که برابر آنها می ایستند احترام می گذارند، به شرط آن که آنها واقعیتها را بشناسند، از قوانین اطلاع داشته باشند و مایل باشند در برابر کارهایشان مسئولیت بپذیرند.
- معتاد به کار هستند و تلاش فراوان می کنند.

## رضایت شغلی

برای یک ESTJ رضایت شغلی یعنی:

- بتواند به شکلی منظم و سازمان یافته کار کند و از اوقاتش به شکلی کارا برای رسیدن به یک نتیجه منطقی استفاده نماید.
- این امکان را داشته باشد که از مهارتهایش و از قدرت فکری و استدلالی خود استفاده کند.
- دستاوردهای کار به شکلی منطقی قابل اندازه گیری باشد.
- کار در محیطی دوستانه انجام شود و همکاری سختکوش و با وجدان داشته باشد.
- کار ماهیتی واقع بینانه، ملموس و کاربردهای عملی داشته باشد و نتایج شخصی بر جای بگذارد.
- بتواند مولد و کارا باشد و اقدامات لازم را سازماندهی کند. از رویه ها و اصول شخصی پیروی کرده، ضرب الاجل های مشخص داشته باشد و بتواند به موقع و در زمان تعیین شده کارش را انجام دهد.
- در محیط و شرایطی قابل پیش بینی کار کند.
- کار را با دیگران انجام دهد و بتواند بر دیگرانی که با آنها کار می کند، مسلط باشد.
- امکان تصمیم گیری داشته باشد و بتواند مسئولیت های فراوان برعهده گیرد و کنترل کار را در اختیار داشته باشد. امکان ارزیابی نقطه نظرها، توصیه ها و تجربیاتش وجود داشته باشد.

## پیشنهادات برای ESTJ ها

- به نقطه نظر دیگران گوش فرا دهید.
- راه حل‌های برنده - برنده پیدا کنید.
- تلاش‌های دیگران را تایید کنید و به آنها ارزش بدهید.
- به کارهایی که به درستی انجام می شوند، مهر تایید بزنید. تنها به چیزهایی که باید اصلاح شوند اشاره کنید.
- محدودیتهای واقع بینانه برای خود و دیگران در نظر بگیرید.
- از دیگران به همان اندازه که خودتان کار می کنید، کار بکشید.
- به دیگران نگویند چه باید بکنند و چه نباید بکنند. فرض را بر این نگذارید که شما می دانید بهترین کار کدام است.
- راه‌هایی بجویید که خلق و خوی خود را کنترل کنید و اگر می خواهید از روی ناشکیبایی حرفی بزنید، متوجه حرف زدنتان باشید. از اتاق بیرون بروید و هرگاه عصبانیتتان فروکش کرد، بازگردید.
- از کنترل کردن دست بردارید و آرام بگیرید. به مرخصی بروید و کارهایتان را در منزل به حال خود رها کنید.
- به نقاط قوت خود یعنی واقع بینی، توجه به جنبه های علمی، عینی بودن، منطقی بودن، راستی، احساس مسئولیت، قابل اتکا بودن، ناسازگاری، مداومت و توانایی سازمانی توجه داشته باشید.
- رمز موفقیت يك ESTJ آرام بودن، توجه به دیگران و منعطف بودن است.