



شما جزو کدام یک از این 5 تیپ شخصیتی هستید؟

افرادی که امتیاز بالایی در وظیفه شناسی دارند سخت کار می‌کنند و به سمت ایده‌آل بودن تلاش می‌کنند. آنها به طور موثر کار می‌کنند و عاشق کار هستند و دوست دارند در شغل خود برتر شوند.

افرادی که امتیاز بالایی در وظیفه شناسی دارند سخت کار می‌کنند و به سمت ایده‌آل بودن تلاش می‌کنند. آنها به طور موثر کار می‌کنند و عاشق کار هستند و دوست دارند در شغل خود برتر شوند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از برترین ها، وقت شناسی، قابل اعتماد بودن، استفاده موثر از زمان و پیروی جدی از قوانین محل کار تماماً ویژگی‌هایی هستند که در افراد با شخصیت وظیفه شناسی دیده می‌شوند. این که فرد چگونه به شرایط واکنش می‌دهد عمدتاً به ویژگی شخصیتی‌اش بستگی دارد.

روان شناسان پنج تیپ شخصیتی اصلی را تعریف کرده‌اند که به طبقه بندی شخصیت انسان‌ها به روشی ساده کمک می‌کنند. این تیپ‌های شخصیتی به عنوان "پنج ویژگی شخصیتی بزرگ" نیز شناخته می‌شوند که بر اساس مدل پنج فاکتوری شخصیت استوار شده‌اند که خصوصیات فرد را توصیف می‌کنند و به شناسایی رفتار او کمک می‌کنند.

تقریباً یک سری پژوهش‌های مستقل، مدل پنج ویژگی بزرگ را در دهه‌ی 1960 پیشنهاد داده بودند اما در سال 1990 بود که پژوهشگر جی. ام دیگمن مدل پنج فاکتوری بزرگ شخصیت خودش را ارتقا داد که با استقبال گسترده‌ای روبه‌رو شد. این مدل بعداً در سطح سازمانی بالاتر توسط لوئیس گلدبرگ به کار گرفته شد. مشاهده شد که این مدل بیشتر ویژگی‌های شخصیتی شناخته شده را پوشش می‌دهد و ساختاری برای ادغام تمام نتایج پژوهشی و تئوری‌ها در روان شناسی شخصیت فراهم می‌کند. یافت شده که اساس ویژگی‌های شخصیتی و مدل پنج فاکتوری، عملی است و کارایی آن از طریق مشاهده کنندگان و فرهنگ‌های مختلف به خوبی حمایت می‌شود.

پنج ویژگی شخصیتی عمده وجود دارند که بر روشی که ما رفتار می‌کنیم، شغلی که انتخاب می‌کنیم و سبک زندگی که داریم تأثیر می‌گذارند. اینها ویژگی‌های ذاتی هستند که بر وجود انسان حاکمند. هر فردی، ویژگی شخصیتی مشخصی را از خود نمایش می‌دهد که بر کل زندگی او غالب است. اگر چه ویژگی‌های شخصیتی مختلف با درجه‌های متفاوت حضور دارند اما یک ویژگی شخصیتی بر هر یک از ما غالب است که شخصیت و خصوصیات ما را انعکاس می‌دهد.

عصبانیت :

افرادی که شدت بالایی از عصبانیت را از خود نمایش می‌دهند از لحاظ عاطفی کمترین ثبات را دارند. آنها تمایل دارند به چیزهای کوچک، بیش از حد واکنش دهند و به راحتی ناراحت شوند. آنها برای کنترل استرس با مشکل مواجه می‌شوند و نسبت به حالت روحی منفی آسیب پذیر هستند. ثبات عاطفی کم که مرتبط با عصبانیت است یک عامل موثر در مشکلات مربوط به حالت روحی آنها است. موضوعات و مسئله‌های جزئی آنها را عصبانی و مضطرب می‌سازد. مطالعات نشان می‌دهد که این ویژگی شخصیتی، فرد را در معرض خطر افسردگی قرار می‌دهد.

شما جزو کدام یک از 5 تیپ شخصیتی هستید؟

چنین افرادی تمایل دارند جنبه‌ی منفی چیزها را ببینند و به آسانی درون حالت عاطفی منفی می‌لغزند. فردی که کج خلق است، در مورد چیزها و کارها نگران می‌شود و به آسانی هیجان زده، عصبانی و خشمگین می‌شود بهترین نمونه برای عصبانیت است.

برون گرایی :

این ویژگی شخصیتی تأثیر قابل توجهی روی رفتار اجتماعی دارد. افراد با ویژگی شخصیتی برون گرایی شدیداً اجتماعی هستند. آنها تمایل دارند مهارت‌های اجتماعی قوی داشته باشند و شدیداً دوستانه هستند. آنها تعامل داشتن با مردم را دوست دارند و از شرکت در اتفاقات اجتماعی مثل مهمانی‌ها لذت می‌برند. آنها جوینده‌ی توجه، مشتاق و علاقمند، پرحرف و عاشق شرکت در

بحث‌های عمیق هستند. آنها جسور و به هنگام صحبت با دیگران بسیار راحتند. آنها به هنگام صرف وقت با خودشان، شدیداً ناراحت هستند در نتیجه همیشه در جمعی از افراد دیده می‌شوند. معلمان، سیاستمداران و فروشنده‌ها که از مشغول شدن با مردم لذت می‌برند تماماً نمونه‌هایی از این ویژگی شخصیتی هستند.

سازگاری و موافقت :

مودب و دلسوز بودن نشان افرادی است که این ویژگی شخصیتی را دارند. افراد با این ویژگی شخصیتی از کمک به دیگران بسیار مسرور می‌شوند. سازگاری و موافقت، مرتبط با رفتار خوب است. آنها افراد خوش قلب، شدیداً کمک کننده و قابل اعتماد هستند. به هنگام تعامل داشتن با افراد دارای این ویژگی شخصیتی می‌توان متوجه جنبه‌های مثبتی چون ادب، مودب و با ملاحظه بودن نسبت به دیگران شد. آنها همدلی بالایی دارند و سبک ارتباط آنها نگرانی و احترام‌شان را نسبت به همکاران خود نشان می‌دهد. برخی از بهترین نمونه‌ها برای ویژگی شخصیتی سازگاری و موافقت کسانی هستند که یاری رسان، یکدل و بدون خودخواهی هستند.

وظیفه شناسی :

خود انضباطی و وظیفه شناسی دو جنبه‌ی مهم شخصیت وظیفه شناسی هستند. فرد شدیداً وظیفه شناس کارهای روزانه‌ی خود را به منضبط‌ترین حالت ممکن انجام می‌دهد. او شدیداً مسئولیت پذیر، خوب سازمان دهی شده و در برنامه ریزی برای رسیدن به اهداف خود بسیار دقیق است. هم چنین او تمام گام‌های لازم را برای دستیابی به موفقیت در زندگی برمی‌دارد. افرادی که این ویژگی شخصیتی را از خود نمایش می‌دهند تمایل دارند تأثیر اعمال خود را پیشاپیش در نظر بگیرند.

آنها کارها را در محدوده‌ی باورهای اخلاقی خود به خوبی انجام می‌دهند و آن اعمال و کارها هرگز از خط قرمزهای اخلاقی عبور نمی‌کنند. آنها به هنگام صحبت محتاط هستند و با اعمال خود سنجیده می‌شوند. آنها خود - کنترلی را تمرین می‌کنند و هرگز به طور آنی عمل نمی‌کنند.

افرادی که امتیاز بالایی در وظیفه شناسی دارند سخت کار می‌کنند و به سمت ایده‌آل بودن تلاش می‌کنند. آنها به طور موثر کار می‌کنند و عاشق کار هستند و دوست دارند در شغل خود برتر شوند. وقت شناسی، قابل اعتماد بودن، استفاده موثر از زمان و پیروی جدی از قوانین محل کار تماماً ویژگی‌هایی هستند که در افراد با شخصیت وظیفه شناسی دیده می‌شوند.

جنبه‌های مختلف زندگی، ویژگی‌های وظیفه شناسی را بازتاب می‌دهند. برای مثال، خانه‌ی آنها تمیز و سامان دهی شده و عاری از هر گونه بهم ریختگی است. لوازم روزانه مثل لباس و کتاب به خوبی مرتب شده‌اند به جای این که در اتاق بر روی هم انباشته شوند.

شما جزو کدام یک از 5 تیپ شخصیتی هستید؟

باز و پذیرا بودن :

افرادی که شخصیت باز و پذیرا را از خود نمایش می‌دهند، بی‌تعصب و پذیرای ایده‌های جدید هستند. آنها ماجراجو و مشتاق بیرون رفتن از منطقه‌ی راحتی خود برای تجربه‌ی چیزهای جدید هستند. آنها ترجیح می‌دهند از زندگی روتین یکنواخت خود بیرون بیایند. آنها به دنبال یادگیری چیزهای جدید هستند تا دانش و آگاهی خود را افزایش دهند. آنها از پیدا کردن راه‌حلی برای معمای خلاقانه لذت می‌برند. دانشمندان و هنرمندان ماهر، سطوح بالایی از پذیرا بودن و امتیاز بالایی از خلاقیت را دارند. پذیرا بودن کم، نشانه‌ی رفتار محافظه کارانه و عدم تمایل به پذیرش دیدگاه‌های روشنفکرانه است. اگر چه افراد با سطح پذیرا بودن پایین در نشان دادن مهارت‌های خلاقانه‌ی خود، خوب نیستند اما می‌توانند در انجام مشاغل یکنواخت، کارآمد باشند.

تست پنج شخصیت بزرگ :

برای تحقیق در مورد شخصیت، تست پنج شخصیت بزرگ همیشه در دسترس است و می‌تواند به شما کمک کند تا شخصیت خود را ارزیابی کنید. این تست شامل پاسخ دادن به یک سری سوالات انتخابی چند گانه است که ضرورتاً هدف آنها شناسایی رفتار شما می‌باشد. اگر چه امتیازات بالاتر به این معنی است که شما ویژگی شخصیتی مشخصی دارید اما امتیازات کم ضرورتاً به این معنی نیست که شما در همه‌ی ویژگی‌های شخصیتی، ضعیف هستید. اگر چه پژوهشگران معتقدند که این تست روان شناسی در ارزیابی رفتار واقعی خیلی موثر نیست اما به داشتن ذهنیتی از شخصیت فرد و شناسایی رفتار اجتماعی او کمک می‌کند.

این تست شخصیت می‌تواند به افراد کمک کند تا شغلی را که مناسب ویژگی شخصیتی آنها است انتخاب بکنند و می‌تواند به عنوان سیستم راهنمایی مسیر شغلی برای تشخیص زمینه‌ی علاقه‌ی شما عمل کند. استخدام کنندگان نیز می‌توانند از این تست برای ارزیابی کارمندان خود استفاده بکنند. بسته به شخصیت فرد مورد نظر، استخدام کننده می‌تواند تشخیص دهد که آیا او برای این سمت مناسب است یا نه. بنابراین چه برای ارتقای شغلی باشد چه برای ارزیابی استخدام شوندگان، این تست شخصیت قطعاً می‌تواند یک چیز با ارزش در این زمینه باشد.