



پنج صفت عمده شخصیتی

پنج صفت شخصیتی عمده (Big Five) شامل پنج حوزه یا بعد گسترده شخصیتی می‌شوند که شخصیت انسان را توصیف می‌کنند.

همشهری آنلاین: پنج صفت شخصیتی عمده (Big Five) شامل پنج حوزه یا بعد گسترده شخصیتی می‌شوند که شخصیت انسان را توصیف می‌کنند. نظریه‌ای که این پنج صفت عمده بر آن متکی است، «مدل پنج‌عاملی» (FFM) نامیده می‌شود. این پنج صفت شامل گشودگی، وظیفه‌مداری، برون‌گرایی، توافق‌پذیری و روان‌نژندی می‌شوند.

۱- وظیفه‌مداری (Conscientiousness)

وظیفه‌مدارها افرادی کارآمد و منظم هستند، انضباط شخصی دارند و با مسئولیت کار می‌کنند و بلندپرواز هستند.

افراد دارای این صفت بیشتر به رفتارهای هدفدار و نه خودانگیخته، گرایش نشان می‌دهند. این صفت بر شیوه کنترل ما بر خودمان، منضبط کردن مان و مهار کردن تکانه‌ها (رفتارهای آنی‌مان) تاثیر می‌گذارد.

۲- گشودگی (openness)

این افراد با ابداعگر بودن و داشتن طبیعتی کنجکاو مشخص می‌شوند، آنها معمولا عاشق هنر، ماجراجویی، عقاید غیرمعمول، کنجکاو، و تجربیات گوناگون هستند. آنها ممکن است بسیار عاطفی باشند.

این افراد به زیبایی حساس هستند، و در مقایسه با افراد بسته خلاق‌تر و آگاه‌تر به احساسات‌شان هستند. آنها با احتمال بیشتر عقاید غیرمتعارفی پیدا می‌کنند.

۳- برون‌گرایی (extroversion)

برون‌گراها افرادی پرنرژی و خوش‌برخورد هستند، عواطف مثبت از خود بروز می‌دهند و نیاز به تحریکی دارند که از همراهی با دیگران دریافت می‌کنند.

این افراد که پرشور و کنشگرا هستند، به فرصت‌های انجام کارهای پرهیجان پاسخ مثبت می‌دهند. آنها در گروه‌ها دوست دارند حرف بزنند، خودشان را نشان دهند، و توجه دیگران را به خودشان جلب کنند.

۴- توافق‌پذیری (agreeableness)

افراد توافق‌پذیر آدم‌هایی با محبت و دلسوز هستند، و به جای اینکه نسبت به دیگران خصومت یا سوءظن داشته باشند، با آنها همکاری می‌کنند.

آنها معمولا با ملاحظه، دلسوز، بخشنده، یاری‌دهنده و مشتاق کنار گذاشتن علائق‌شان به خاطر دیگران هستند. این افراد همچنین دید مثبتی به طبیعت انسان دارند. آنها اعتقاد دارند که مردم به طور بنیادی شریف، صادق و قابل‌اعتماد هستند.

۵- روان‌نژند (neuroticism)

این افراد که به عنوان آدم‌های عصبی و روان‌نژند تعریف می‌شوند، گرایش به تجربه عواطف ناخوشایند مانند خشم، اضطراب، افسردگی و آسیب‌پذیری دارند.

آنها با احتمال بیشتری موقعیت‌های عادی را تهدیدکننده تفسیر می‌کنند، و محرومیت‌های جزئی را مشکلاتی غیرقابل‌تحمل می‌پندارند. واکنش‌های عاطفی منفی آنها برای مدت‌های طولانی ادامه می‌یابد، بنابراین اغلب خلق و خوی خوشی ندارند.

این مشکلات افرادی با میزان روان‌نژندی بالا در کنترل عاطفی‌شان ممکن است مانع فکر کردن روشن، تصمیم‌گیری و کنار آمدن با استرس در آنها شود.

توجه داشته باشید که هر یک از پنج عامل شخصیتی بیانگر طیفی میان دو انتهای افراطی هستند. برای مثال برونگرایی نماینده طیفی است میان برونگرایی شدید و درونگرایی شدید. اغلب مردم در دنیای واقعی در میانه دو انتهای قطبی هر یک از این بعدها قرار می‌گیرند.

همیشه به یاد داشته باشید که رفتار شخص ناشی از تعامل یا اندرکنش میان شخصیت زمینه‌ای و متغیرهای موقعیتی است. موقعیتی که شخص خودش را در آن می‌یابد، نقش عمده‌ای در چگونگی واکنش او ایفا می‌کند. هر چند که در اغلب موارد، افرادی واکنشی از خود نشان می‌دهند که با صفات شخصیتی زمینه‌ای‌شان همخوان است.

این ابعاد بیانگیر حوزه‌های وسیعی در شخصیت هستند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این گروه‌بندی‌های خصوصیات در بسیاری از افراد ممکن است همراه یکدیگر رخ دهند. برای مثال افرادی که اجتماعی و مردم‌آمیز هستند، گرایش به پرحرفی دارند. البته این همراهی صفات همیشه وجود ندارد.

شخصیت امری پیچیده و گونه‌گون است و هر شخص ممکن است رفتارهایی از خود بروز دهد که مربوط به چندین بعد شخصیتی از این پنج بعد باشد.