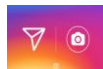


تحلیل تیپ های شخصیتی (MBTI)

در این بخش به تشریح تیپ های شخصیتی خروجی تست شخصیت مایر-بریگنز MBTI پرداخته می شود.
لذا توصیه می شود قبل از مشاهده تحلیل ها در صورتی که این تست را انجام نداده اید، ابتدا تست را انجام دهید.

MBTI





تیپ ENFJ: برون گرا - شهودی - احساسی - قضاوتی.

جمله‌ی افراد ENFJ من به شدت تحت تاثیر شادیاها و ناراحتیهایی هستم که روح و روان انسان میتواند آن را تجربه کند

کلیات:

تیپ ENFJ انسانی علاقمند و مهربان است و به کیفیات تحسین برانگیز دیگران توجه می‌کند. او می‌تواند با اشخاص مختلفی در ارتباط باشد. تیپ ENFJ ارتباط برقرار کننده‌ای عالی، رهبری طبیعی و در انگیزه دادن و متقاعد کردن دیگران از مهارت فراوان برخوردار است. در محل کار او احتمالاً تمایل زیادی به موفقیت داشته و دوست دارد به خواسته‌هایش برسد. این تیپ آگاه، منظم، هدف‌گرا و قاطع است و از دیگران هم همین انتظار را دارد.

محل کار:

تیپ ENFJ در محل کار جاه طلب بوده و دوست دارد برای رسیدن به خواسته‌هایش تلاش کند. آگاه، منظم، هدف‌گرا و قاطع است و از دیگران هم همین انتظار را دارد. این تیپ خود را می‌تواند به خوبی ابراز کند و در حرف زدن راحت است. این تیپ به خوبی متوجه خواسته‌های دیگران می‌شود. تیپ ENFJ به نظرات مختلف احترام می‌گذارد و در ایجاد روحیه جمعی موفق است. این تیپ دوست دارد با افراد پر انرژی کار کند و درگیر کارهای متنوعی شود. او از سیاست‌ها و رویه‌ها تا جایی که با ارزش‌ها و نیازهای آنها منافات نداشته باشد استفاده می‌کند. این تیپ وقتی به مشکلی برخورد کند آن را به عنوان یک چالش جدید می‌پذیرد. او مشاغلی را ترجیح می‌دهند که ایده‌آل‌های آنها را منعکس کند و به دیگران الهام و هماهنگی ببخشد. این تیپ دوست دارد اقدامات سریع انجام بدهد. اغلب در عجله و شتاب است و با کندی جریان کار، صبر و قرارش را از دست می‌دهد. او دوست دارد در شرایط کنترل باشد و در قبال پروژه‌های خودش مسئولانه عمل کند.

ارتباط با دیگران:

تیپ ENFJ در ارتباط با دیگران دوستانه، گرم و صمیمی است و دوست دارد دیگران را راضی کند. تلاش می‌کند روابطی هماهنگ و تعاونی فراهم آورد. او می‌تواند دوستی وفادار باشد و ناسازگاری‌ها را فراموش کند. او دوست دارد افراد مورد علاقه‌اش در بهترین حد خود ظاهر شوند. این تیپ دوست دارد با تحسین شدن، مورد احترام قرار گرفتن و تأیید شدن از ارزش خود مطمئن شود. دوست ندارد بازخوردهای بد بدهد یا بگیرد. اگر صحبت آنها مورد سوال و تردید قرار بگیرد ممکن است افسرده شود. او باید‌ها و نبایدهای فراوانی دارد. ممکن است نتواند به راحتی با دنیای درون و احساسات خود کنار بیاید. این تیپ اغلب خود را مسنول احساسات دیگران می‌داند.

اوقات فراغت:

تیپ ENFJ علایق فراوانی دارد و دوست دارد که زندگی فعالی داشته باشد. او دوست دارد با دیگران باشد و صرف اوقات طولانی در تنهایی آنها را مکدر می‌کند و به اوقات فراغت برنامه‌ریزی شده علاقه دارد. از خواندن، صحبت کردن درباره ایده‌ها، سازماندهی فعالیت‌ها و شرکت در سازمان‌های اجتماعی لذت می‌برد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ENFJ

- نخواهید که همه کارها را بکنید. بعضی از کارها را بعداً هم می‌توانید انجام دهید و بعضی از کارها اصولاً می‌توانند انجام نشوند.
- سعی کنید از میزان استرس خود بکاهید و به آنچه تاکنون به آن رسیده‌اید رضایت بدهید.
- آرامش داشتن را بیاموزید.
- به این توجه کنید که چه فعالیت‌هایی برای شما لذت بخش‌تر هستند.
- سعی کنید به تأیید دیگران وابسته نشوید. به آنچه خودتان به آن بها می‌دهید بیشتر توجه کنید.
- بیاموزید که با تعارض‌ها روبه‌رو شوید.
- با آنکه شما می‌خواهید در شرایط هماهنگی بسر ببرید، از روبه‌رو شدن با مشکلات طفره نروید.
- بیش از اندازه نگران خواسته‌های دیگران نباشید. بدانید که شما نمی‌توانید همه خواسته‌های دیگران را بر آورده کنید.
- بیاموزید به همان اندازه که از دیگران حمایت می‌کنید از آنها حمایت بخواهید.
- مراقب باشید که در صحبت کردن خود چاپلوسی نکنید.
- بیاموزید که توصیه و نصیحت بپذیرید، تنها نصیحت نکنید.
- زود هنگام تصمیم‌گیری نکنید.
- به تفاوت احساسات واقعی خود و احساساتی که نشان می‌دهید توجه داشته باشید.
- برای مهربانی، پشتکار، گرمی، حساسیت، خوش بینی، همدلی، رهبری و بینش و بصیرت خود ارزش قائل شوید

نقاط ضعف شما:

- بیش از اندازه خودتان را درگیر مسائل و مشکلات دیگران می‌کنید.
- وقتی شرایط دلخواه نیست، ممکن است کلافه و نا امید و سردرگم شوید.
- ممکن است در صورت نامناسب بودن شرایط از دستیابی به هدف عقب نشینی کنید.
- ممکن است احساس کنید به اندازه کافی از شما قدر دانی نشده است.
- ممکن است انتظارات غیر واقع بینانه از خودتان و دیگران داشته باشید.
- به دلیل تلاش برای اجتناب از تعارض و اختلاف، گاه تن به حفظ روابطی غیر صادقانه و نا برابر می‌زنید.
- به علت توجه بیش از حد به احساسات دیگران، گاهی اگر پای انتقاد از دیگران به میان آید، واقعیات مهم را نادیده می‌گیرید.
- گاهی عجولانه تصمیم می‌گیرید.
- از اینکه از شما انتقاد شود، می‌رنجید.

- بسیار کمال گرا، غیر منطقی و احساسی هستید و بسیاری از واقعیات را نمی بینید.
- شما در ارتباط با دیگران:
- دوستانه، گرم و صمیمی هستید
- در دوستی وفادارید
- ناسازگاری ها را در روابط بین فردی فراموش می کنید
- با تحسین دیگران از ارزش خود مطمئن می شوید
- دوست ندارید بازخورد منفی بدهید
- باید ها و نبایدها فراوانی دارید
- اگر صحبت شما مورد سوال و تردید قرار گیرد ممکن است افسرده شوید

شما در محل کارتان:

- جاه طلب هستید و برای رسیدن به خواسته هایتان تلاش می کنید
- قاطع و نظم هستید
- به دنبال هدف مشخصی هستید
- خود را به خوبی ابراز می کنید
- خوب متوجه می شوید که دیگران چه احتیاجاتی دارند
- به نظرات مختلف احترام می گذارید
- به خوبی می توانید افراد را تبدیل به یک تیم در راستای هدف کنید
- تمایل به کار کردن با افراد خلاق و پر انرژی دارید
- مشکلات را به عنوان چالش های جدید می پذیرید
- مشاغلی را انتخاب می کنید که با اهداف و ایده آل هایتان هم جهت باشند
- دوست دارید اقدامات سریع انجام شود
- دوست دارید کنترل کننده و رهبر باشید
- مسنولیت پذیر هستید
- نقاط قوت شما در محیط کار:
- مهارت در برقراری ارتباط و ارایه دادن کار
- توانمند در جلب مشتاقانه نظر دیگران
- در نظر گرفتن ایده ها و چیزهای جدید
- دید کلی نگرانه
- تعهد کاری بالا در کارهای ورد علاقه
- تلاش برای رسیدن به اهداف خود
- همدلی بالا و درک نیازهای سایرین
- داشتن مهارت های سازمانی
- توانایی رهبری و مدیریت رضایت بخش
- نقاط ضعف شما در محیط کار:
- بی علاقه به محیط های رقابتی
- تصمیم گیری سریع و معمولاً غیر منطقی
- نادیده گرفتن تعارض ها
- کار کردن تنها در پروژه هایی که مورد علاقه آن هاست
- عدم تحمل ساختار های نا کارآمد
- تمایل به آرمانی نشان دادن افراد دیگر و روابط آن ها

رضایت شغلی شما در:

- برقراری روابط متقابل گرم و صمیمانه با همکاران، مراجعان، مشتریان و...

- امکان پیدا کردن راه حل های خلاق برای پروژه هایمان
- دیدن نتایج مثبت تلاشتان برای دیگران
- واضح بودن شرح مسئولیت ها، وظایف و انتظارات در محیط کاری
- تشویق شدن به رشد شخصی
- کار در محیطی فعال و چالش برانگیز و امکان رسیدگی به چند پروژه به صورت همزمان
- کار در محیطی آرام و به دور از تعارض و تنش
- قرار گرفتن در معرض ایده های نو و آزمودن روش های جدید

مشاغل مناسب شما:

ارتباطات

مدیر بخش تبلیغات، متخصص روابط عمومی، مدیر ارتباطات، نویسنده، گزارشگر و روزنامه نگار، هنرمند، مسئول جمع آوری وجوه و سرمایه، مسئول استخدام، مدیر برنامه های تفریحی، سیاستمدار، تهیه کننده، مدیر بازاریابی، سردبیر

مشاوره

روانشناس، مشاور شغلی و شخصی، مترجم، مشاور سازمانی

امور آموزشی

آموزگار، استاد دانشگاه، کتاب داری، مددکاری اجتماعی، مدیر برنامه آموزشی، مدرس بهداشت عمومی، جامعه شناس، برنامه ریز شهری و منطقه ای

مراقبت های بهداشتی

پزشکی عمومی، متخصص تغذیه

بازرگانی-مشاوره

مدرس فروش، مدیر منابع انسانی، طراح برنامه،

تکنولوژی

مدیر خدمات مشتریان، مشاور تکنولوژی، مربی، مدیر پروژه

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- برنامه جست و جوی شغلی خلاق و سازمان یافته ای را برنامه ریزی و اجرا کنید
- مصاحبه کننده ها را تحت تاثیر علاقه و اعتماد به نفس خود قرار دهید
- با اشخاص علاقه مند به این شغل، شبکه بزرگ و فعالی درست کنید

- به امکانات شغلی توجه کنید که در حال حاضر وجود ندارد
- تمامی جنبه های مرتبط با پیدا کردن شغل به خصوص جنبه های ادب را رعایت کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- سعی کنید صرفاً براساس احساسات شخصی تصمیم گیری نکنید
- انتقاد ها و رد شدن ها را شخصی به دل نگیرید
- سعی کنید تمام حقایق لازم و ضروری را جمع آوری کنید
- سعی کنید درباره ی دیگران و مشاغل بالقوه واقع بین تر باشید
- بیش از اندازه سریع تصمیم گیری نکنید

MBTI



تیپ: ENFP برون گرا – شهودی – احساسی – ادراکی.

جمله‌ی افراد ENFP خلاق بودن و باخود صادق بودن

کلیات:

تیپ ENFP معاشرتی، پویا و شاداب است و اغلب از خلق و خوی خوبی برخوردار است. اشتیاق او به زندگی می‌تواند مسری باشد. این تیپ از قوه تصور و تخیل فراوان برخوردار بوده و ذهنی فعال دارد. روحیه‌اش پیوسته در حال تغییر است. در رسیدگی به جزئیات حتی در زمینه‌های مالی بی‌علاقه است. او می‌تواند رهبری باجذبه و الهام بخش باشد و با انرژی و پشتکار خود به دیگران انگیزه بدهد. تیپ ENFP می‌تواند روی پای خود بایستد و فکر کند.

محل کار:

تیپ ENFP در محل کار دوست دارد با سرعت خود کار کند و می‌خواهد نظارت بر او کمترین مقدار ممکن باشد. دنبال تنوع و چالش است و پیوسته در این فکر است که روش تخیلی را برای انجام دادن کارهایش انتخاب کند. او می‌تواند با انرژی و پشتکار خود به دیگران انگیزه می‌دهد. دوست دارد با اشخاص خلاق و پر انرژی کار کند. برای افرادی مانند تیپ ENFP شروع کردن کار از تمام کردن آن اهمیت بیشتری دارد. وقتی درگیر پروژه خود می‌شود زمان و نیازهای جسمانی خود را فراموش می‌کند. در بسیاری از زمینه‌ها با استعداد است اما در کم کردن حیطه توجه خود با دشواری رو به رو می‌شود. او تحت تأثیر جزئیات کلافه می‌شود و ترجیح می‌دهد شخص دیگری به جزئیات رسیدگی کند.

ارتباط با دیگران:

او می‌تواند پیوسته در اندیشه محبت و دوستی با دیگران باشد. این موضوع برایش مهم است که دیگران در چه شرایطی قرار دارند. تیپ ENFP می‌تواند بلافاصله با دیگران روابط مؤثر برقرار کند. او می‌تواند کاری بکند که دیگران احساس کنند بی‌فید و شرط دوست داشتنی هستند. برای آزادی و استقلال بهای فراوان قائل است. دوست دارد احساسات خود را بیان کند. تیپ ENFP می‌خواهد خاص باشد و مترصد دریافت تأیید و تصدیق از کسانی است که برایش مهم می‌باشند. او

می‌توانند جذاب و جلب کننده توجه دیگران باشد. با دیگران با گرمی و محبت برخورد می‌کند. می‌تواند به شدت با پشتکار، مثبت و خوشبین باشد.

اوقات فراغت:

تیپ ENFP از اینکه داستان تعریف کند لذت می‌برد. دوست دارد در کانون توجه باشد و صحبت‌های معنادار بکند. دوست دارد در سمینارهای آموزش و کلاس‌هایی که اشخاص مختلف در آن شرکت می‌کنند حضور داشته باشد. برای او فعالیت‌های ساکت‌تر مانند کتاب خواندن، نوشتن و پروژه‌های خلاق جملگی لذت‌بخش هستند، اما دوست ندارد این را به مدت طولانی انجام دهد. او دوست دارد زندگی فعال توأم با انگیزه داشته باشد و تجربه‌های جدید بکند.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ENFP

- انرژی‌تان را با رفتن به جهات بیش از اندازه مختلف هدر ندهید.
- محدودیت‌های خود را بشناسید و آنها را بپذیرید.
- وقتی کاری را شروع می‌کنید تمام تلاش خود را به خرج دهید تا بتوانید آن را تمام کنید و بعد به سر وقت برنامه‌های جدید بروید.
- اجازه ندهید برنامه‌های اجتماعی مورد علاقه شما مانع از آن شوند که به کارهای کمتر خوشایند اما مهم بپردازید.
- همواره حواستان باشد که تعهدی بدهید که عملی باشد.
- تمرین کنید و پروژه‌های بزرگ را به اجزاء کوچکتری تقسیم کنید و بعد همه تلاش‌تان را بکنید که کارتان انجام شود.
- وقتی روی پروژه‌ای کار می‌کنید به این توجه کنید که به چه چیزهایی نیاز دارید.
- برای خودتان کار کنید زیرا ممکن است فرد گرا و سرکش باشید.
- از درگیر شدن در روابط جدید خودداری ورزید.
- برای شناخت دیگران وقت صرف کنید.
- به این توجه کنید که با حرفتان روی دیگران چه تأثیری بر جای می‌گذارد.
- تا زمانی که از شما درخواست کمک نشده، پیشنهاد کمک ندهید.
- به خلاقیت‌ها، خوش‌بینی‌ها، فرد گرایی، پشتکار، خودانگیزش، ادراکی بودن، کنجکاو، ابراز کننده بودن، دوستانه بودن و سازگاری خود بها بدهید.

نقاط ضعف شما:

- به سختی می‌توانید در هر مقطع زمانی به یک موضوع بیندیشید
- به سختی می‌توانید مسئله‌ای که دشوارتر است انتخاب و در اولویت قرار دهید
- به اندازه‌ی کافی سازمان یافته نیستید
- به جزئیات توجه نمی‌کنید
- از قیل برنامه ریزی نمی‌کنید
- بی‌قرار هستید
- واقع بینی کمی دارید

شما در ارتباط با دیگران:

- با محبت و به دنبال دوستی هستید
- شرایط دیگران برایتان مهم است
- بلافاصله با دیگران روابط مؤثر برقرار می‌کنند
- برای آزادی و استقلال ارزش زیادی قائلید

• دوست دارید احساساتتان را بیان کنید

شما در محل کارتان:

- علاقه ای به توجه به جزئیات کار ندارید
- به دنبال تنوع و چالش هستید
- می توانید رهبری الهام بخش و تأثیر گذار باشید
- به شروع کردن یک کار بیش از به پایان رساندنش اهمیت می دهید
- زمانی که درگیر کار می شوید، خودشان را فراموش می کنید
- می توانند روی پای خود بایستید و فکر کنید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- علاقه زیاد و توان یاد گیری سریع کار مورد علاقه
- ریسک پذیری بالا، آزمایش چیز های جدید
- داشتن دید کلی و جامع نسبت به مسائل و امور
- تمایل به اندیشیدن خارج از چارچوب های تعریف شده
- مهارت های ارتباطی عالی و توانایی ترغیب و تشویق دیگران
- اطلاع یافتن سریع از خواسته ها و نیاز های دیگران
- سازگار و انعطاف پذیر

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم علاقه به کار های تکراری
- به سرعت کسل و بی علاقه شدن، مخصوصاً در شرایطی که خلاقانه نباشد
- قرار نگرفتن در چارچوب و ساختار
- علاقمند نبودن به افراد ساختارمند
- نداشتن نظم و ترتیب کافی در انجام مسئولیت ها
- رضایت شغلی شما در:
- کار کردن روی موضوعات مختلف با گروه های مختلف
- پیدا کردن ایده ها، محصولات، خدمات یا راه حل های جدیدی برای مسائل که به دیگران کمک می کند
- کار چالش برانگیز
- کاری که نیاز به بررسی و درگیر شدن در جزئیات نداشته باشد
- با سرعت خودتان روی موضوعات کار کنید
- با اشخاص جدید آشنا شوید
- سازگار بودن کارها با ارزش هایتان
- محیط کاری آرام و صمیمانه و خوشایند باشد
- بتوانید از الهامات و علایق خود پیروی کنید و در کار های جالب و هیجان بخش مشارکت نمایید
- کارتان شور و شوق و قدرت تخیلتان را برانگیزد

مشاغل مناسب شما:

کارهای خلاق

روزنامه نگاری، بازیگری، آهنگساز و موسیقی دان، خبرنگار، طراح داخلی،

نقاش، ناشر، مدیر هنری، کارگردان تئاتر، فیلمساز مستند، تهیه کننده، طراح لباس،

بازاریابی - برنامه نویسی

روابط عمومی، مشاور بازاریابی، مدیر تبلیغات، دستیار پژوهش، برنامه ریز استراتژیک

آموزش، مشاوره

آموزگار دوره ابتدایی و هنر، مشاور، مددکار اجتماعی، مشاور شغلی،

مدیر خانه های مسکونی، دانشمند امور اجتماعی، روانشناس تحصیلی، روانشناس اجتماعی

مراقبت های بهداشتی-خدمات اجتماعی

متخصص برنامه های غذایی و رژیمی، آسیب شناس زبان-گفتار، فزیوتراپ،

برنامه ریز شهری، آموزش دهنده بهداشت عمومی

کار فرمایی، تجارت

مشاور، مخترع، فروش ایده، مدیر منابع انسانی، برنامه ریز کنفرانس ها و همایش ها،

رستوران دار، مشاور مدیریت، مدیر تبلیغات و بازاریابی، متخصص روابط اجتماعی

تکنولوژی

مدیر روابط مشتریان، مشاور تکنولوژی، مربی و راهنما، مدیر پروژ

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- فرصت های شغلی مناسب ایجاد کنید
- برای خود شبکه های تماس درست کنید
- مصاحبه کننده را تحت تأثیر شور و اشتیاق خود قرار دهید
- انتخاب ها گزینه های مختلفی برای خود در نظر بگیرید
- در مصاحبه، مبتکر ظاهر شوید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- به واقعیت های مربوط به یک شغل توجه کنید
- تمایلتان را کنترل کنید
- نظم و ترتیب شخصی ایجاد کنید
- تصمیم گیری را به بعد موکول نکنید
- تمام مراحل جست و جوی شغل را دنبال کنید



تیپ ESFJ: برون گرا - حسی - احساسی - قضاوتی.

جمله‌ی افراد ESFJ کمک به اطرافیان برای اینکه در شرایط دشوار آرام باشند

کلیات:

تیپ ESFJ شخصی خون گرم، معاشرتی و دوستانه است. به شدت اجتماعی بوده و وقتی از دیگران فاصله می‌گیرد بی‌قرار می‌شود. دوست دارد که مورد نیاز باشد و از کارش تشکر و قدردانی شود. او به نیازهای دیگران بیش از نیازهای خود بها می‌دهد. این تیپ به معیارهای اجتماعی توجه دارد و نگران جایگاه خود در جامعه است. تیپ ESFJ برای خود و دیگران باید‌ها و نیاید‌های فراوانی دارد. او در محل کار آگاه و هوشیار است، سازمان یافته عمل می‌کند و کارش را انجام می‌دهد. او دوست دارد کارش برنامه‌ریزی شده و به حالت روزمره درآمد و به جزئیات اهمیت می‌دهد و دقت می‌کند کارها با دقت کافی انجام گیرند. این تیپ همچنین اهل تعاون است و دوست دارد به دیگران کمک کند. او خواهان مشاغل مدیریتی نیست اما وقتی این مسئولیت به او داده شود اهتمام فراوان به خرج می‌دهد.

محل کار:

تیپ ESFJ آگاه و هوشیار است و سازمان‌یافته کارش را انجام می‌دهد. او دوست دارد کارش برنامه‌ریزی شده و به حالت روزمره درآمد. به جزئیات بها می‌دهد و دقت می‌کند همه چیز با کارایی بالا انجام شود. در کار گروهی خوب عمل می‌کند. دوست دارد همه کسانی که با او همکار است در شمار دوستانش درآیند. این تیپ دوست دارد تصمیم‌گیری‌ها سریعاً انجام شوند. اما نمی‌خواهد که همه تصمیمات را خودش بگیرد. اهل کمک و تعاون است، خدمت‌گذار است و دوست دارد به دیگران کمک کند. دوست ندارد بر اساس باورهای نظری و فلسفی تصمیم‌گیری کند. در برخورد با دیگران گرم و صمیمی است. بسیار معاشرتی است و دوست دارد کارهایی بکند که دیگران در آن حضور داشته باشند. دوست دارد در محیطی عاری از تضاد و تنش کار بکند. دوست دارد به دیگران کمک کند تا به شکلی هماهنگ به سمت هدف مشترک خود حرکت کنند. خواهان مشاغل مدیریتی نیست اما وقتی این مقام را به او بدهند از خود اهتمام فراوان به خرج می‌دهد. به مقامات بالا دست احترام می‌گذارد و معتقد است که دیگران هم باید به مقامات احترام بگذارند.

ارتباط با دیگران:

تیپ ESFJ در ارتباط با دیگران مهربان، دلسوز و ملاحظه‌کار است. تمایل زیادی به حرف زدن دارد. به بهترین کیفیت اشخاص توجه می‌کند و رفتار اشخاص مورد نظر خود را آرمان‌سازی می‌کند. به هماهنگی بها می‌دهد. دوست ندارد به کسی توهین کند یا اشخاص را از خود نومید سازد. ممکن است قدرشناس به نظر برسد. دوست دارد که به شدت مورد توجه قرار بگیرد، تانید شود و به خاطر کارهایی که برای دیگران می‌کند مورد تأیید و تحسین واقع شود. او دوست دارد مورد نیاز باشند، اما در کار مراقبت کردن از دیگران زیر فشار قرار می‌گیرد. اگر بفهمد کسی از کارشان انتقاد می‌کند ممکن است افسرده و کسل شود و یا دیگران را سرزنش نماید. دوست دارد سنت‌ها و آداب و رسوم را زنده نگهدارد. می‌تواند بی‌انعطاف، سخت‌گیر، خودمدار باشد و از کسانی که نظراتشان را با او در میان نمی‌گذارند انتقاد نماید.

اوقات فراغت:

تیپ ESFJ زندگی بسیار شلوغ و پری دارد. او میزبان بسیار خوبی است و دوست دارد دیگران احساس خوبی پیدا کنند. برنامه‌های میهمانی‌های آنها به خوبی برنامه‌ریزی شده است. این تیپ زمان و انرژی خود را صرف سازمان‌های اجتماعی مورد احترام خود می‌کند. وقت صرف کردن با دوستان و افراد خانواده برای آنها بسیار مهم است.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ESFJ

- بی‌جهت از اختلاف و تعارض فرار نکنید.
- به جای اینکه فکر کنید چه باید بکنید، به این توجه کنید که چه می‌خواهید بکنید.
- سعی نکنید بلافاصله هر مسئله را حل کنید.
- تعارض و اختلاف نظر لزوماً چیز بدی نیست.
- می‌تواند به شما و به همه کمک کند تا رشد کنید.
- از سرعت گام خود بکاهید، فرصتی را به فکر کردن اختصاص دهید.
- به تفاوت میان احساسات واقعی خود و احساساتی که چون فکر می‌کنید مناسب‌تر هستند، به آنها تظاهر می‌کنید توجه کنید.
- خلاصه و مختصر حرف بزنید.
- از انجام دادن کارهایی که با روحیه شما همخوانی ندارد خودداری کنید.
- قبل از اینکه به کسی کمک کنید از او بپرسید که آیا به کمک شما احتیاج دارند.
- سلطه‌جویی نکنید. برای رسیدن به خواسته خود از سلطه‌جویی استفاده نکنید.
- وقتی خواسته مورد نظرتان برآورده نمی‌شود از سرزنش کردن دیگران خودداری ورزید.
- به جای اینکه همیشه از دیگران سؤال کنید، به خودتان اعتماد کنید، به توانمندی‌های خودتان بها دهید.

نقاط ضعف شما:

- گاهی مسائل را حل نشده باقی می‌گذارید، تا از تضاد و اختلاف دوری جوید
- ممکن است در شرایط سخت، واقعیت‌ها را نبینید
- اغلب نیازهای شخصی خود را نادیده می‌گیرید
- پاسخ نه دادن به دیگران برایتان دشوار است
- کمتر تقاضای کمک می‌کنید
- برای شما قبول انتقادات سازنده دشوار است
- وقتی نمی‌توانید تغییری در زندگی خود بدهید، ناراحت می‌شوید
- برای کمک به دیگران گاهی به آن‌ها دستور می‌دهید

شما در ارتباط با دیگران:

- مهربان، دلسوز و ملاحظه کار
- بسیا راهل صحبت کردن
- به بهترین ویژگی ها و رفتارهای افراد توجه می کنید و آن ها را آرمانی سازی می کنید
- دوست ندارید به کسی توهین کنید ولی گاهی ممکن است قدر ناشناس به نظر برسید
- تمایل دارید که مورد تأیید و توجه قرار بگیرید
- دوست دارید به خاطر کار هایی که برای دیگران انجام می دهید، مورد تحسین قرار بگیرید
- دوست دارید مورد نیاز باشید
- از انقاد دیگران، گاهی افسرده و یا کسل می شوید
- به زنده نگه داشتن سنت ها و آداب و رسوم علاقه دارید
- گاهی انعطاف ناپذیر، سخت گیر و خود مدار هستید

شما در محل کارتان:

- آگاه، هوشیار و سازمان یافته
- متمایل به کار های برنامه ریزی شده و روزمره
- اهمیت به جزئیات و کیفیت و کارآیی
- تمایل دارید تصمیم گیری ها سریع انجام شود ولی تصمیم گیرنده شما نباشید
- هل کمک و تعاون و خدمت گذار
- در برخورد با دیگران گرم و صمیمی
- بسیار معاشرتی
- علاقمند به محیط های بدون تنش و تضاد
- به مقامات بالا احترام می گذارید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- قاطعیت، احساس مسنولیت و انرژی زیاد و میل به انجام کار ها
- مهارت های سازمانی بالا
- همکاری با دیگران
- دیدگاه واقع بینانه و توجه به جزئیات
- علاقمندی و توجه به دیگران همراه با تأیید رفتار خوب آن ها
- وفا داری و توجه به ارزش ها
- توانایی حفظ سنت های سازمان
- رعایت رویه ها و قوانین

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- حساسیت نسبت به انتقاد
- عدم تحمل شرایط نامطلوب
- توجه زیاد به حال
- عدم انعطاف پذیری
- عدم تمایل به تنهایی کار کردن
- نداشتن دید جامع و کلی نگر
- توجه بیش از حد به احساسات دیگران
- تصمیم گیری شتاب زده

- نیاز شدید به تعرف و تمجید
- بی میل بودن به آزمودن نظرات جدید

رضایت شغلی شما در:

- امکان برقراری روابط دوستانه و صمیمی با همکاران
- امکان کمک به تغییر شرایط زندگی دیگران
- امکان آموختن مهارت ها قبل از استفاده از آن ها
- بتوانید با اشخاص متعدد کار کنید
- انتظارات واضح و روشنی از کار وجود داشته باشد
- در محل کارتان حس همکاری مشترک وجود داشته باشد
- امکان استفاده از روش های کارآمد
- فرصت کافی برای تبادل نظر با دیگران

مشاغل مناسب شما:

مراقبت های بهداشتی و پزشکی

دستیار پزشک و دندانپزشک، فیزیولوژیست ورزشی، پزشک خانواده،

پرستار، دندانپزشک، منشی پزشک، بینایی سنج، داروساز، دامپزشک، پرستار بالینی،

تحصیلات و آموزش

آموزگار دبستان، پرستار کودک، بازرس پرستاری، رییس مدرسه، مربی ورزشی

خدمات اجتماعی-مشاوره

مددکار اجتماعی، کارمند رفاه اجتماعی، مشاور، روحانی،

مشاور ترک اعتیاد، منشی حقوقی، منشی دادگاه، گزارشگر دادگاه

کسب و کار-تجارت

متخصص روابط عمومی، مسئول وام و مشاور، نماینده فروش،

مدیر اداره، مسئول پذیرش، نماینده بیمه، مدیر خدمات مشتریان، مدیر پرستاری

فروش-خدمات

مهماندار هواپیما، آرایشگر مو، آرایش و زیبایی، میهماندار،

مسئول پذیرایی، کارمند آژانس مسافرتی، مترجم و مفسر

کارهای کارمندی

منشی، مسئول پذیرش، کتابدار، ماشین نویس، اپراتور اداری

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- برقراری ارتباط مؤثر با مصاحبه کننده ها
- با کسانی که در حرفه ی شما کار می کنند مصاحبه های اطلاعاتی برگزار کنید
- بررسی شغلی سازمان یافته ای را دنبال کنید
- ظرفیت بالای کار تیمی خود را نشان دهید
- شما هم در تصمیم گیری کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- پل ها را پشت سرتان خراب نکنید
- به سادگی مایوس نشوید
- توجه خود را به برنامه ریزی های بلند مدت ترشغلی معطوف کنید
- به فراسوی فرصت های شغلی موجود فکر کنید

MBTI



تیپ: ESFP برون گرا - حسی - احساسی - ادراکی.

جمله‌ی افراد ESFP اگر آسمان محدود بود و من می‌توانستم هرکاری را انجام دهم، صرفاً کار فعلی را انجام می‌دادم

کلیات

تیپ ESFP دوستانه، با نمک، جذاب و اهل صحبت است و به روابط خود بها و اهمیت می‌دهد. دست و دلباز است بدون اینکه انتظار متقابل داشته باشد. با نشاط است و از هر کاری که می‌کند و از هر چه می‌بیند لذت می‌برد. این تیپ در محل کار به فضاهای مهیج علاقه داشته و دوست دارد با افرادی دوستانه و پرانرژی کار کند. او می‌تواند روابط حسنه‌ای با مردم برقرار نماید. او در بسیاری از مواقع تا آخرین لحظه صبر می‌کند تا کاری را به انجام برساند.

محل کار

تیپ ESFP دوست دارد در فضایی مهیج یا اشخاصی دوستانه و پر انرژی کار کند. تنوع را دوست دارد و شغلش را به سرعت تغییر می‌دهد. مرتب محیط را واریسی می‌کند و به سرعت بر موقعیت حاکم می‌شود. او برای برطرف کردن تضاد و تعارض از مهارت فراوان برخوردار است. این تیپ می‌تواند به دیگران کمک کند تا کار گروهی را به نمایش بگذارد. او دوست دارد که در اسرع وقت به راه حل برسد. می‌تواند به خوبی به دیگران انگیزه بدهد تا تصمیم بگیرد و کار گروهی را تقویت کند. از کمک به دیگران لذت می‌برد. در بسیاری از مواقع تا آخرین لحظه صبر می‌کند تا کاری را انجام دهد. اگر بدانند انجام دادن کاری چه مدت طول می‌کشد، می‌تواند برایش تولید مشکل کند.

ارتباط با دیگران

تیپ ESFP بسیار راحت است و خود و دیگران را می‌پذیرد. دیگران را سرگرم می‌کند و از ناراحتی دورشان می‌کند. حاضر نیست اخبار ناخوشایند را تحسین کند. بسیار پرحرارت است و انرژی فراوانی دارد. روابط را تفریحی و جالب ارزیابی می‌کند. از رنج کشیدن دیگران ناراحت می‌شود. با مهر و محبت خود دیگران را تحت الشعاع قرار می‌دهد.

می‌تواند تکانه‌ای، بی‌قرار و غیر قابل پیش بینی باشد. عمل کردن را به فکر کردن ترجیح می‌دهد. برای او تنها ماندن یا کاری صورت ندادن دشوار است.

اوقات فراغت

تیپ ESFP همه چیز را به یک حادثه خوب تبدیل می‌کند. او از گردهمایی‌های بزرگ لذت می‌برد. دوست دارد که در آخرین لحظه کاری صورت دهد. خانه‌اش اغلب پر از مهمان است. این تیپ از موسیقی، غذا، نوشیدنی‌ها و سرگرمی‌ها لذت می‌برد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ESFP

- از کنار موقعیت‌های مسئله‌ساز به این امید که بالاخره می‌گذرند عبور نکنید.
- از تصمیم‌گیری‌های عجولانه که ممکن است بعداً از آن ناراحت شوید خودداری ورزید.
- آنقدر خود را درگیر مسائل نکنید که مسئولیت‌های خود را هم فراموش کنید.
- کارتان را نیمه‌کاره به این دلیل که کار جالب‌تری پیش آمده است، رها نکنید.
- از قبول کارها و وظایف مختلف در آن واحد خودداری ورزید.
- برای خود وقت صرف کنید و به ندای درون خود گوش فرا دهید.
- به ارزش‌ها و هدف‌های خود توجه کنید تا به معنای زندگی خود پی ببرید.
- به نقات قوت خود توجه داشته باشید - گرم و صمیمی بودن، با نمک بودن، پذیرا بودن، جذاب بودن، سازگاری داشتن، خوشبین بودن، ماجراجویی، سخاوتمندی، دوستانه بودن، همکاری داشتن و نشاط داشتن.

نقاط ضعف شما:

- بعضی از مسئولیت‌هایتان را به خوبی انجام نمی‌دهید
- تحت تأثیر دیگران هستید
- نظم و انضباط کاری مناسبی ندارید
- به موقع پروژه‌هایتان را تمام نمی‌کنید
- بدون برنامه در زندگی پیش می‌روید
- آینده‌نگر نیستید و به چالش‌های احتمالی آینده توجهی ندارید
- به نتایج منطقی اقدامات خود توجه نمی‌کنید

شما در ارتباط با دیگران:

- بسیار راحت و پذیرنده
- دیگران را سرگرم می‌کنید تا از ناراحتی دور شوند
- پرحرارت و انرژی
- از رنج کشیدن دیگران ناراحت می‌شوید
- با مهر و محبت خود دیگران را تحت الشعاع قرار می‌دهید
- گاهی بی‌قرار و غیر قابل پیش بینی هستید

شما در محل کارتان:

- فضا‌های مهیج، دوستانه و پرا انرژی را ترجیح می‌دهید
- تنوع طلبید و شغلتان را خیلی سریع عوض می‌کنید
- مرتب محیط‌را و ارسای می‌کنید و برآن حاکم می‌شوید

- در برطرف کردن تضاد ها مهارت فراوان دارید
- کاردان هستید و از عقل سلیم برخوردارید
- به خوبی به دیگران انگیزه می دهید
- از خدمت به دیگران لذت می برند

نقاط قوت شما در محیط کار:

- انعطاف پذیری بالا
- توجه به واقعیات و جزئیات
- میل به همکاری و کمک به دیگران
- ارزیابی منابع و شرایط
- توانایی انجام کار تیمی
- ریسک پذیر
- انرژی زیاد و لذت بردن از کار

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- دشواری در تصمیم گیری های منطقی
- دشواری در انجام به موقع کار ها
- عدم آینده نگری
- دشواری در سازماندهی
- عدم علاقه به انجام کار به صورت فردی
- شخصی کردن انتقادات و بازخورد های منفی
- عدم علاقه به مقررات و چارچوب ها
- داشتن دید سطحی و بی توجه به جنبه های عمیق
- نداشتن اهداف بلند مدت
- نداشتن نظم و انضباط کاری

رضایت شغلی شما در:

- محیط کاری آموزنده
- اجازه ی دخالت شخصی در کار های مرتبط با مشتریان و مراجعان
- در کار تفریح و استقلال داشته باشید
- سرو کار داشتن با اشخاص مختلف
- بتوانید به فعالیت های مختلف بپردازید
- محیط آرام و دوستان
- کار روی پروژه هایی که بازدهی فوری داشته باشد
- به سخت کوشیتان پاداش داده شود

مشاغل مناسب شما

آموزشی-خدمات اجتماعی

آموزگار پیش دبستان و دبستان، پرستار بچه، مددکار اجتماعی، مشاور سو مصرف مواد

مراقبت های بهداشتی و سلامتی

پرستار بخش اورژانس، دستیار پزشک، فیزیوتراپ، چشم پزشک، تکنسیت داروخانه، مربی بدنسازی

سرگرمی-تفریحی

اپراتور آژانس مسافرتی، عکاس، موسیقی دان،

نقاش و مجسمه ساز، مدرس پرواز، جنگل بان، بازیگر، افسر پلیس

تجارت-فروش

خرده فروش، متخصص روابط عمومی، مدیر منابع انسانی، بازاریابی، مدیریت خرده فروش

خدمات

منشی، میهماندار، مهندس طراحی نما، سرآشپز، طراح داخلی،

عکاس حرفه ای، مدیر چشم انداز و زمینه، جواهر ساز

علوم

زمین شناس، بیولوژیست دریایی

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- ایجاد ارتباط مؤثر و توانایی ارائه توانمندی های خود
- از عقل سلیم و توانمندی های خود استفاده کنید و مسائل غیر منتظره را به فرصتی مناسب تبدیل کنید
- نشان دهید که برای مصاحبه آمادگی دارید.
- اطلاعات کافی برای اثبات توانمندی های خود جمع آوری کنید
- اطلاعاتی در مورد چگونگی مصاحبه ها جمع آوری کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- زمانی را برای برنامه ریزی در نظر بگیرید
- به امکاناتی که می توانند وجود داشته باشند، توجه کنید
- برنامه ای برای پیدا کردن شغل در نظر بگیرید
- رد کردن ها را به دل نگیرید
- تصمیم گیری را مرتب به عقب نیندازید



تیپ INFJ: درون گرا – شهودی – احساسی – قضاوتی.

جمله‌ی افراد INFJ انجام دادن کاری که به واقع ارزشمند است

کلیات

تیپ INFJ ساکت، مهربان، متوجه است و قلبی رقیق دارد. شخصیت پیچیده او اغلب اسباب حیرت دیگران را فراهم می‌سازد. این تیپ شخصیتی از تصور و تخیل غنی برخوردار است و به احساسات و انگیزه‌های دیگران بها می‌دهد. او به الهامات و ایده‌آل‌های خود وابسته است و به دیگران نیز رشد و فراست می‌بخشد. این تیپ به شدت بکر و خلاق است و کمال طلب است. او همچنین در محل کار از ایده‌آل‌ها و اهداف خود حمایت می‌کند و ترجیح می‌دهد در مکان‌هایی بی‌سروصدا کار کند. او می‌تواند رهبری مجاب‌کننده و الهام بخش باشد. او خواهان تحسین و احترام است ولی دوست ندارد توجه دیگران را به خود جلب نماید.

محل کار

تیپ INFJ به شدت مبتکر و خلاق است. او برای دستیابی به هدف‌های بلند مدت خود کار می‌کند. این تیپ دوست دارد ببیند که نقطه‌نظرهایش صورت تحقق پیدا می‌کند و به کار بسته می‌شود. او می‌تواند از خود و دیگران به شدت متوقع باشد. اغلب کمال‌طلب است. در دفاع از ارزش‌ها و باورهای خود بسیار راسخ است. از ایده‌آل‌ها و هدف‌هایش حمایت می‌کند. اغلب به رفاه مردم کمک می‌کند. ناکامی‌ها را مسائلی می‌داند که باید حل و فصل شوند. در استفاده از کلمات بسیار دقیق است. درباره مسائل به طور دقیق فکر می‌کند. در تمرکز کردن قوی است. از پرت شدن حواس خوشش نمی‌آید. ترجیح می‌دهد در مکان‌هایی بی‌سر و صدا و سازمان‌یافته کار کند. خواهان تحسین و احترام است اما دوست ندارد که توجه دیگران را به خود جلب کند. او می‌تواند رهبری مجاب‌کننده و الهام‌بخش باشد و دوست دارد اوقات خود را سازمان‌دهی کند و روی فرایند محصول کنترل داشته باشد.

ارتباط با دیگران

تیپ INFJ آرام و دل‌نازک است و دوست دارد خانه راحتی داشته باشد. او می‌تواند بسیار صمیمی باشد. ممکن است به خاطر نیازهای شریک زندگی‌اش تن به هر کاری بدهد. او شنونده خوبی است و احساسات، عواطف و محبت‌های خود را با شمار کوچکی از دوستانش در میان می‌گذارد. اغلب خود را در قبال احساسات دیگران مسئول می‌داند و نمی‌تواند حد و مرز این مسئله را رعایت کند. او می‌تواند روحیه متلون داشته باشد. نسبت به انتقاد بسیار حساس است و اگر او را درک نکنند به شدت دچار رنجش می‌شود. در بیان اندیشه‌های خود با دشواری رو به روست. او می‌تواند دلی نازک داشته باشد. نیازمند هماهنگی است و وقتی به این هماهنگی نرسد رنجش به دل می‌گیرد. وقتی لازم باشد با افرادی مواجه شود مؤدبانه رفتار می‌کند

اوقات فراغت

تیپ INFJ اعتقاد به تعادل بین صرف وقت به تنهایی (به منظور رسیدگی به پروژه‌های خلاق) و صرف وقت با دوستان و افراد خانواده خود دارند. برای آنها وجود یک خانواده خوشایند بسیار مهم است. بسیاری از افراد شبیه او، از شرکت در مناسبت‌های فرهنگی و هنری لذت می‌برند. این تیپ کارهای ذهنی را بیش از کارهای جسمانی دوست دارد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک INFJ

- به زمانی که برای تنها بودن، در خیال شدن، بررسی تئوری‌ها و خواندن و خلق کردن احتیاج دارید احترام بگذارید.
- نقطه‌نظرها، پنداره‌ها و احساسات و غنای درون خود را با نزدیکانتان سهیم شوید.
- در ارتباطات خود صریح و مستقیم باشید.
- سعی کنید وقتی دیگران احتیاج دارند به آنها محبت کنید.
- در اینکه به چه اندازه می‌توانید از دیگران قبولی و پذیرش بطلبید واقع‌بین باشید.
- بیش از اندازه خود را تحلیل نکنید.
- احساسات خود را از طریق نوشتن، یا صحبت کردن ابراز نمایید.
- روحیه خود را گذرا در نظر بگیرید. بدانید که روحیه‌تان تغییر خواهد کرد.
- بی‌جهت وقت خود را صرف جزئیات بیش از اندازه نکنید.
- تصمیم بگیرید چه کارهایی مفید است و چه فعالیت‌هایی را باید کنار بگذارید.
- نخواهید که زندگی را کنترل کنید. بگذارید عالم هستی کار خودش را بکند.
- از سرعت زندگی خود بکاهید. بیش از اندازه خودتان را تحت فشار قرار ندهید.
- با کم و کاست‌های زندگی کنار بیایید.
- امور را به شکلی که هستند بپذیرید و نخواهید که همه چیز براساس ایده‌آل شما باشد.
- دوستانی را انتخاب کنید که نظرات شما را درک کنند و شما را تشویق کنند که خودتان باشید.
- به نقاط قوت خود توجه داشته باشید - بینش فراوان، ایده‌آلیست، مبتکر، خلاق، مهربان، صمیمی، حساس، وفادار، سازمان یافته، نو آور و مصمم.

نقاط ضعف شما:

- گاهی به بسیاری از کارهای روزانه که محتاج توجه نمی‌رسید
- در برابر ایده‌هایی که با ارزش‌های شما در تعارض باشند، مقاومت می‌کنید
- ممکن است اعتراضات دیگران را نشنوید
- ممکن است بیش از اندازه به وضع قوانین و مقررات بپردازید
- کمال طلب هستید
- به شدت نسبت به انتقاد حساسید

شما در ارتباط با دیگران:

- آرام و دل نازک و شنونده
- دوست دارید خانه راحتی داشته باشید
- به خاطر نیازهای شریک زندگیتان تن به هر کاری می دهید
- احساسات و عواطف خود را با شمار کمی از دوستانتان در میان می گذارید
- خود را در مقابل احساسات دیگران مسئول می دانید
- اگر شما را درک نکنند، به شدت می رنجید
- بیان نظراتتان کار دشواری است
- نیازمند هماهنگی هستید
- با افراد مؤدبانه برخورد می کنید

شما در محل کارتان

- به شدت بکر، خلاق، متمرکز و رهبرانی مجاب کننده و الهام بخش
- اهداف بلند مدتی دارید که برای آن ها تلاش می کنید
- کمال طلب و متوقع
- در دفاع از ارزش ها و باور های خود بسیار راسخ
- کمک به رفاه مردم
- ناکامی ها را مسائلی می دانید که باید حل شوند
- در استفاده از کلمات بسیار دقیق هستید
- مکانهای بی سرو صدا و سازمان یافته را ترجیح می دهید
- خواهان تحسین و احترام هستید
- نقاط قوت شما در محیط کار
- داشتن تمرکز و توجه کافی روی پروژه های جالب توجهتان
- داشتن قاطعیت و مهارت های سازماندهی قوی
- خلاقیت بالا
- داشتن همدلی و توانایی پیش بینی نیاز های دیگران
- داشتن دید همه جانبه به کار ها و مسائل
- توانایی درک مسائل پیچیده
- علاقه به کمک به رشد و تعالی دیگران
- میل به رسیدن به هدف
- تعهد کاری قوی به کار مورد علاقه

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- قضاوت و داوری بیش از حد
- دشواری در برخورد با تعارضات و اختلافات
- عدم تمایل به کار در پروژه های مخالف با ارزش ها و اهدافشان
- عدم تمایل به کار در شرایط رقابتی
- نداشتن انعطاف و پابکی
- دشواری در ایجاد نظم و ترتیب در نیروهای زیر دست
- دشواری در انتقال ایده های پیچیده و نو
- نداشتن دید واقع بینانه در خصوص زمان و مدت انجام کار ها

رضایت شغلی شما در:

- کار کردن روی ایده های که سبب رشد و تعالی دیگران می شود
- امکان تولید محصولات و خدماتی که به آن ها اعتقاد دارید
- به تلاش های منحصر به فرد شما توجه شود
- فرصت ابراز خودتان
- فرصت استفاده از ایده هایتان برای یاری رسانی به دیگران
- محیط کاری دوستانه و عاری از تنش
- فرصت مستقل کار کردن
- بتوانید اوقات و محیط کاری خود را سازماندهی کنید
- روی جریان و نتیجه کار کنترل داشته باشید
- کار با ارزش و باور های شخصیتان هماهنگ باشد

مشاغل مناسب شما:

مشاوره، آموزش

مشاوره شغلی، روانشناس بالینی، آموزگار، مشاور تحصیلی،

مددکار اجتماعی، جامعه شناس، مدیر برنامه های آموزشی

مذهب

روحانی، مددکار مذهبی، مدیر آموزش های دینی

کار های خلاق

نقاش، نمایشنامه نویس، رمان نویس، طراح داخلی، شاعر، ناشر، مدیر هنری،

طراح نمایش، تدوین گر سینمایی، طراح صحنه، فیلمساز مستند، طراح نمایش، متخصص طراحی لباس

مراقبت های بهداشتی

دانشمند علوم اجتماعی، مشاور بهداشت روان، متخصص تغذیه، دستیار تدوین قانون

امور بازرگانی و تجارتي

مدیر منابع انسانی، بازاریاب، مشاور توسعه و بهسازی سازمان، تحلیل گر شغل، مفسر و مترجم، متصدی کتابخانه

تکنولوژی

مدیر روابط مشتریان، مدیر پروژه

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- خوب فکر کنید و برنامه سازمان یافته و مبتکرانه ای برای پیدا کردن شغل خود طراحی کنید

- شبکه محدودی ایجاد کنید
- با مصاحبه کننده ها و استخدام کنندگان بالقوه ارتباط مؤثری ایجاد کنید
- بر انتخاب های خود بدون اینکه داوری و قضاوت کنید، بیندیشید
- موقعیت و منصبی ایجاد کنید که نیاز های خاص شما را برطرف سازد
- راه حل های خلاق برای برخورد با موانع احتمالی پیدا کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- به جزئیات موقعیت توجه کنید؛ صرفاً به جالب ترین تصویر موجود چشم ندوزید
- سعی کنید انتظارات واقع بینانه ای در قبال کار و نتایج بالقوه به دست آورید
- سعی کنید صرفاً بر اساس احساس خود قضاوت نکنید، به واقعیت ها توجه داشته باشید
- به هنگام بحث درباره ی مهارت ها و قابلیت های خود، سعی کنید ببینید چگونه می توانید نیاز های کارفرما را رعایت کنید. تنهایی به رفع نیاز ها و خواسته های خود فکر نکنید
- بیش از اندازه به امکانات و احتمالات فکر نکنید. اقدامات عملی صورت دهید

MBTI



تیپ: INFP درون گرا – شهودی – احساسی – ادراکی.

جمله‌ی افراد INFP: بهترین کار من این است که شخصا از آن راضی باشم. کاری که بیان کننده شفاف نظر من باشد

کلیات

تیپ INFP آرام، راحت و تأییدکننده است. او مطابق ارزش‌های درونی خود کار می‌کند، به روی ایده‌های نو گشوده است اما اگر یکی از ارزش‌های اصلی او رعایت نشود ناراحت می‌شود. داشتن تعصب و تعهد نسبت به آنچه به آن اعتقاد دارد بسیار ضروری است. او زندگی درونی قدرتمند و احساسات پیچیده‌ای دارد. گاه درک کردن این تیپ دشوار است زیرا احساساتش اغلب درونی است از این رو نکات مهم خود را با افراد کمی در میان می‌گذارد. در محل کار، از مقررات، نظم، رویه، برنامه و سر وقت بودن خوشش نمی‌آید. او نیازی به این ندارد که ارزش‌های خود را به دیگران تحمیل کند. او ترجیح می‌دهد که با آرامی نظرات خود را با دیگران در میان بگذارد و آنها را متقاعد سازد.

محل کار

تیپ INFP از مقررات، نظم، رویه، برنامه و سر وقت بودن خوشش نمی‌آید. او نیازی به این ندارد که ارزش‌های خود را به دیگران تحمیل کند. او ترجیح می‌دهد که به آرامی نظراتش را با دیگران در میان بگذارد و آنها را متقاعد سازد. اغلب موفق و مصمم است و به روشی آرام برنامه‌های خود را دنبال می‌کند. اگر با گروهی باشد می‌تواند رهبری آنها را بدست بگیرد. در شرایط رقابتی ممکن است با مشکلاتی روبه‌رو شود. به استقلال و خود مختاری بها می‌دهد. از قطع شدن حواس خود خوشش نمی‌آید. دوست دارد هر کاری را که می‌کند به نحو احسن انجام بدهد. او می‌تواند صبورانه کارهای سنجیده را انجام دهد. می‌خواهد به خاطر کارش مورد تشویق و تحسین قرار بگیرد. خودش را با معیارهای سطح بالا مقایسه می‌کند. از جوانب مختلف به مسائل نگاه می‌کند و ممکن است گاهی قاطعیت لازم را نداشته باشد زیرا نمی‌داند برای او چه چیزی اهمیت دارد. اگر نتواند هدف‌های خود را تحقق ببخشد ممکن است مأیوس و دل‌سرد شود.

ارتباط با دیگران

تیپ INFP به اصالت و عمق روابط بها می‌دهد. او وفادار و صمیمی است، نسبت به دوستان و افراد خانواده خود متعهد است. محتاط و ملاحظه‌کار بوده و با گروه‌های کوچکتر به راحتی بیشتری کنار می‌آید. می‌تواند سرگرم‌کننده باشد. از این توانایی برخوردار است که از دیگران مراقبت و آنها را تشویق و تأیید کند. از کسانی که صرف وقت کنند تا رویاها، اهداف و الهامات آنها را درک کنند تشکر و قدردانی می‌کند. اغلب به این دلیل که هم می‌خواهد در خلوت با خود باشد و هم علاقمند به معاشرت با دیگران است، در تعارض می‌شوند. به دیگران علاقمند و پر توجه است، اما در مواقعی بی‌تفاوت به نظر می‌رسد. یا در جریان کمک به دیگران غرق می‌شوند یا در بحر تحقق بخشیدن به رویاهای خود فرو می‌روند. اغلب تصمیم نهایی خود را با دیگران در میان می‌گذارد. می‌تواند نسبت به محیط خود حساس باشد، صداهای بلند را دوست ندارد زیرا حواسش را پرت می‌کند. شریکی را برای خود می‌خواهد که با ارزش‌ها و هدف‌های او سهیم باشد. در متعهد شدن محتاط عمل می‌کند اما وقتی متعهد شد، تعهدش بلند مدت و پر دوام است.

اوقات فراغت

تیپ INFP ترجیح می‌دهد اوقات خود را به تنهایی صرف کند. در ضمن دوست دارد با دوستان نزدیک خود به موزه، سینما و یا به دامان طبیعت برود. از یاد گرفتن مطالب جدید لذت می‌برد. این تیپ به درک معانی زندگی علاقمند است.

پیشنهادهاى توسعه فردی برای یک INFP

- وقت بیش از اندازه صرف بررسی امکانات و احتمالات نکنید.
- به عمل و اقدام هم توجه داشته باشید.
- راهی پیدا کنید تا به ایده‌آل‌های خود امکان ابراز بدهید.
- ارزش‌ها، پنداره‌ها و عواطف خود را با نزدیکانتان در میان بگذارید.
- ریسک کنید، خودتان و کارتان را به جهان عرضه نمایید.
- به نیازها و خواسته‌های دیگران به بهای بی‌توجهی به خواسته‌ها و نیازهای خود توجه نکنید.
- بیاموزید که حد مرزی در نظر بگیرید. بیاموزید که در مواقعی نه بگویید. از مسامحه کردن اجتناب کنید.
- به ضرب‌الاجل‌ها توجه داشته باشید. به تعهدات خود عمل کنید. مراقب کمال‌طلبی باشید.
- به جای اینکه تنها به منابع خود اتکاء کنید از دیگران هم کمک بگیرید.
- وقتی مسئله‌ای دارید از یکی از دوستان خود بخواهید به حرف‌های شما گوش بدهد اما تا وقتی حرفتان را تمام نکرده‌اید راهنمایی نکند.
- از کسانی که به آنها اعتماد دارید تقاضای کمک کنید.
- از انتظارات و توقعات بی‌جا دست بکشید. وقتی تعارض بروز می‌کند، اعتراض خود را بیان کنید.
- اگر مخالفت‌های خود را روی هم انباشت کنید روزی می‌رسد که منفجر شود.
- به دیگران توصیه و آرامش بدهید. به ارزش‌های خود بها بدهید و بر اساس آنها تصمیم‌گیری کنید.
- به نقاط قوت خود و از جمله به آرمان‌گرایی، همدلی، خلاقیت، حساسیت، فکر کردن، محبت کردن، ناب بودن، سازگاری و کنجکاوای خود بهای لازم را بدهید.

نقاط ضعف شما

- درباره‌ی واقعیت‌ها دچار اشتباه می‌شوید و توجه ندارید که چه بسا غیر منطقی ارزیابی شوید
- گاهی رویاهایتان با واقعیت نمی‌خواند
- ممکن است از نقطه نظر دیگران به راحتی عبور کنید و در مواقعی سخت‌گیری کنید
- به محیط فیزیکی خود علاقه‌ای ندارید و گاهی به قدری سرتان شلوغ است که متوجه نمی‌شوید، پیرامونتان چه اتفاقی افتاده است
- گاهی آنقدر روی موضوعی وقت صرف می‌کنید که اصولاً آن پروژه شروع به کار نکند
- نسبت به انتقاد به شدت حساسید

- از خود توقع بیش از اندازه دارید
- برای خود معیارهای سطح بالا در نظر می‌گیرید
- در انتقاد کردن از دیگران مرددید
- به سختی نه می‌گویید

شما در ارتباط با دیگران:

- به اصلت و عمق روابط اهمیت می‌دهید
- وفادار و صمیمی هستید
- نسبت به دوستان و افراد خانواده خود متعهدید
- محتاط و ملاحظه‌کار هستید و با گروه‌های کوچک‌تر به راحتی کنار می‌آیید
- از دیگران مراقبت و آن‌ها را تأیید و تشویق می‌کنید
- از کسانی که وقت صرف می‌کنند یا نمی‌کنند تا رویاها، اهداف و الهامات آن‌ها را درک کنید، قدردانی می‌کنید
- ما بین در خلوت خود بودن و علاقه‌ی به معاشرت با دیگران، در تعارض هستید
- یا در کمک به دیگران غرق می‌شوید، یا در بحر تحقق بخشیدن به رویاهای خود فرو می‌روند
- اغلب تصمیم‌نهایی خود را با دیگران در میان می‌گذارید

شما در محل کارتان:

- از مقررات، نظم، برنامه و سر وقت بودن خوشتان می‌آید
- ترجیح می‌دهید که به آرامی نظرتان را با دیگران در میان بگذارید و آن‌ها را متقاعد کنید
- موفق و مصمم هستید
- اگر با گروهی باشید، می‌توانید رهبری آن‌ها را به دست بگیرید
- به استقلال و خود مختاری خود بها می‌دهید
- صبورانه کارهای سنجیده انجام می‌دهید
- می‌خواهید به خاطر کارتان مورد تشویق و تحسین قرار بگیرید
- خودتان را با معیارهای سطح بالا مقایسه می‌کنید
- از جنبه‌ای مختلف به مسائل نگاه می‌کنید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- کنجکاو و زیاد و توان دستیابی به اطلاعات مورد نیاز
- توجه به نیازها و انگیزه‌های دیگران
- خوب فکر کردن و اندیشیدن، غالباً در بیرون از مرزهای موجود
- تعهد زیاد و عمیق کاری
- توانایی کار فردی در صورت نیاز
- داشتن دید جامع و کلی
- توانایی تغییر مسیر و جهت کاری

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم علاقه به انجام کارهای تکراری
- عدم علاقه به انتقاد از دیگران
- عدم علاقه به کار در شرایط رقابتی
- عدم تمایل به کار در شرایط ساختار یافته و یا کار با افراد بیش از اندازه بی‌انعطاف
- ایده آل‌گرا بودن و در نتیجه نداشتن واقع بینی کافی

- عدم توجه به تعیین اولویت ها

رضایت شغلی شما در:

- هماهنگ بودن کار با ارزش های شخصی شما
- کنترل داشتن روی جریان و نتیجه کار خود
- بتوانید به شکلی مستقیم و خودمختار کار کنید
- ساختار انعطاف پذیر
- همکاری با اشخاص علاقمند و خلاق
- ایجاد رشد شخصی در شما
- لزومی به ارایه مدام کار به دیگران نباشد

مشاغل مناسب شما:

خلاق-هنری

نقاش، نویسنده، شاعر، رمان نویس، روزنامه نگار، سرگرم کننده، بازیگر، موسیقی دان،

مدیر هنری و سر دبیر مجلات، آهنگساز، طراح صحنه، طراح داخلی، ناشر

آموزش-مشاوره

پژوهشگر، روانشناس بالینی، مشاور، مددکار اجتماعی،

مشاور تحصیلی، مشاور استخدامی، مترجم، مفسر

زمینه های مذهبی

روحانی، مدرس دینی، مبلغ دینی

مراقبت های بهداشتی

متخصص تغذیه، فزیوتراپ، متخصص ژنتیک، متخصص علوم اجتماعی

توسعه سازمانی

متخصص استخدام، دانشمند علوم اجتماعی، مدیر منابع انسانی، روانشناس صنعتی، سازمانی

تکنولوژی

مدیر روابط با مشتریان، مربی و راهنما، مدیر پروژه

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- به امکانات و احتمالاتی توجه کنید که در ظاهر دیده نمی شوند
- به تمامی فرصت های شغلی بالقوه توجه کنید

- پس از بررسی جوانب مختلف خودتان را به خوبی ابراز کنید
- انگیزه و تعهد خود را در زمینه های مورد علاقه بروز دهید
- از شبکه سازی محدود استفاده کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- انتظارات واقع بینانه ای برای خود و برای پیدا کردن کار در نظر بگیرید
- انتقاد ها یا رد شدن ها را شخصی به دل نگیرید
- به نتایج منطقی اقدامات خود توجه داشته باشید
- گزینه های با مطلوبیت کمتر را از برنامه حذف کنید و تصمیم گیری ها را بیش از حد به بعد موکول ننمایید
- سعی کنید سازمان یافته تر شوید

MBTI



تیپ INTJ: درون گرا - شهودی - منطقی - قضاوتی.

جمله‌ی افراد INTJ توجه به راهکارها از دروسها می‌کاهد. کنار هم قرار دادن جزئیات و مشاهده‌ی موثر آنها

کلیات

تیپ INTJ دارای الگوی ذهنی است که تعیین می‌کند در شرایط گوناگون چگونه باید باشد. او پیوسته برای بهبود خود، دیگران و هر چیزی که در پیرامون آنها قرار دارد تلاش می‌کند. نیاز فراوانی به استقلال دارد و فردی به شدت مستقل می‌باشد. او دوست دارد کارها را به روش خود انجام دهد. به شکلی منطقی و منظم کار می‌کند تا راه‌حلهایی نوآورانه و مبتکرانه برای مسائل ایجاد کند. او برای رسیدن به مقصود همان اندازه که به خود فشار می‌آورد به دیگران هم فشار می‌آورد.

محل کار

تیپ INTJ از توانمندی‌های مفهومی و تصویری فراوانی برخوردار است. اطمینان فراوانی به بینش‌های شمی خود دارد و می‌تواند آنها را به واقعیت برساند. اغلب به مقام رهبری و یا مدیریت در مؤسسه و شرکت می‌رسد و به سازمان خود احساسی از هدفمندی، پنداره یا مأموریت می‌دهد. به شکلی منطقی و منظم کار می‌کند تا راه‌حلهایی نوآور و مبتکرانه برای مسائل ایجاد کند. سیستم‌ها و راهکارهایی تدارک می‌بیند که برای کاری که در دست دارد جالب است. وقتی واقعیت با الگوی این تیپ همخوانی ندارد از خود انتقاد می‌کند. دوست دارد که مستقل کار کند، دوست ندارد کسی در کار او دخالت کند. دوست دارد بر اجرای عقاید خود کنترل داشته باشد.

ارتباط با دیگران

تیپ INTJ فرد محتاطی است. بسیار صمیمی و با وفا بوده و بیشتر به روابط سنتی بها می‌دهد. محبت خود را تنها به نزدیکان خود نشان می‌دهد. به معاشرت‌های دو نفری علاقمند است و به تیپ‌های معاشرتی علاقمند است تا کمی از حالت

جدی خود بیرون آید. او به تبادل نظر و تبادل افکار علاقمند است. او از صحبت‌های خودمانی خوشش نمی‌آید. دوست دارد از هر کاری که می‌کند مطلبی بیاموزد. نسبت به رد شدن و مورد بی‌اعتنایی قرار گرفتن حساس است اما رنجش خود را از دیگران پنهان می‌دارد. او نمی‌خواهد کسی از آسیب‌پذیری آنها مطلع شود. جذب و شیفته کارش می‌شود و ممکن است به روابط خود بهای لازم را ندهد. او ممکن است روی نظرهای خود سماجت به خرج دهد.

اوقات فراغت

تیپ INTJ دوست دارد که به تنهایی وقت‌گذرانی کند، به تنهایی فکر کند و مطالعه کند و موضوعات جدید را مطالعه کند. سعی می‌کند بدنش را شاداب و سرحال‌نگه دارد تا بهتر بتواند فکر کند. او از ورزش‌های انفرادی مانند دویدن و شنا کردن خوشش می‌آید. از نظم و ترتیب خاص برخوردار است. اوقات فراغت او برنامه‌ریزی شده و هدفدار است. این تیپ از فعالیت‌هایی خوشش می‌آید که با آن بتواند چیز یاد بگیرد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک INTJ

- با دیگران صحبت کنید و از آنها نظر بخواهید.
- حق به جانب و تدافعی نباشید. نقطه‌نظرهای دیگران را رد نکنید.
- به نشانه‌های جسمانی استرس، قبل از اینکه حالت بحرانی پیدا کند توجه کنید.
- به محدودیت‌های خود توجه کنید و از سرعت گام خود بکاهید.
- با توجه به توانمندی‌های دیگران از آنها تعریف و تمجید کنید.
- اگر می‌خواهید با دیگران رابطه داشته باشید، مراقب عدم حساسیت‌ها و انتقادها باشید.
- در یک موقعیت منفی، مسئولیت قسمت خود را بپذیرید.
- بیاموزید که انعطاف‌پذیر باشید.
- به کار کردن برای خود بها بدهید. بسیاری از افراد شبیه شما به قدری مستقل هستند که نمی‌توانند برای دیگران کار کنند.
- نخواهید که همه امور زندگی را کنترل کنید.
- به توانمندی‌های خود بها بدهید - نوآور بودن، سازمان‌یافته بودن، مصمم، اعتماد به نفس، استقلال و خودمختاری و توانایی درک پیچیدگی‌ها.

نقاط ضعف شما:

- از خود و دیگران انتظارات بیش از اندازه دارید
- گاهی رک و صریح انتقاد می‌کنید و برایتان مهم نیست که انتقاد شما چه تأثیری روی دیگران دارد
- ممکن است برخی از واقعیت‌های مهم و حقایق زمان حاضر را از دست بدهید
- چون اغلب مایلید تنها باشید، ممکن است به اندازه‌ی کافی از تجربیات دیگران استفاده نکنید

شما در ارتباط با دیگران:

- محتاط هستید
- بسیار صمیمی و با وفا هستید و بیشتر به روابط سنتی بها می‌دهید
- محبت خود را به نزدیکانتان نشان می‌دهید
- به معاشرت‌های دو نفره علاقمندید
- به تبادل نظر و تبادل افکار علاقمندید
- از صحبت‌های خودمانی خوشتان نمی‌آید
- نسبت به رد شدن و مورد بی‌اعتنایی قرار گرفتن حساس هستید
- نمی‌خواهید کسی آسیب ببیند
- به روابط خود بهای لازم را نمی‌دهید

- ممکن است روی نظرات خود سماجت به خرج دهید

شما در محل کارتان:

- از توانمندی های مفهومی و تصویری برخوردارید
- بینش های شمی خود را به واقعیت می رسانید
- به شکلی منطقی و منظم کار می کنید تا به راه حل های نوآور و مبتکرانه برای مسائل دست یابید
- معمولاً پست مدیریت را در شرکت محل کارتان به عهده ی گیرید
- برای رسیدن به هدف به همه ی اعضای تیم فشار می آورند
- دوست دارید مستقل کار کنید
- دوست دارید بر اجرای عقاید خود کنترل داشته باشید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- اعتماد به افکار و اندیشه های خود
- انگیزه ی بالا برای رسیدن به صلاحیت و شایستگی
- توجه و تمرکز بالا روی موضوعات
- توانایی در دیدن و در نظر گرفتن کلیه احتمالات و امکانات
- لذت از چالش ها و مسائل پیچیده
- توان حل مسئله و بررسی منطقی و عینی آن
- توان رسیدن به هدف با وجود همه موانع و مشکلات
- توانایی کار فردی
- اخلاق کاری بالا
- ایجاد سیستم و الگوهای لازم برای رسیدن به هدف
- مهارت های سازمانی بالا
- راحت بودن با تکنولوژی

نقاط ضعف شما در محیط کار

- عدم علاقه به جزئیات
- عدم تحمل افراد دارای صلاحیت کم و یا با سرعت کاری کمتر از خود آن ها
- عدم قنردانی کافی از همکاران
- عدم تمایل به صحبت و بحث درباره ی تصمیمات اتخاذ شده قبلی
- عدم توجه کافی به واقعیات و تاکید زیاد بر نظریه ها و فرضیات
- نداشتن انعطاف کاری برای تغییر در ایده های خود
- کار کشیدن از دیگران به حد افراطی
- توجه زیاد به زندگی کاری و کم توجهی به زندگی خانوادگی
- کسل و دلسرد شدن مکرر در صورت نبودن کار

رضایت شغلی شما در:

- پیدا کردن راه حل های مبتکرانه برای بهبود شرایط
- صرف انرژی خود برای به عمل رساندن ایده های خوب
- کار کردن با افراد آگاه و با وجدان
- اختیار کامل داشتن در به اجرا در آوردن نقطه نظراتتان
- فرصت تبادل نظر با گروه های کوچکی از اشخاص روشنفکر و آگاه

- قرار گرفتن در جریان اطلاعات جدید و داشتن فرصت برای افزودن بر توانمندی ها و صلاحیت های خود
- عدم تکراری بودن کار

مشاغل مناسب شما

تجارت-امور مالی

امنیت ارتباطات از راه دور، مشاور مدیریت، اقتصاددان،

پژوهشگر دارویی، برنامه ریز مالی، تحلیلگر اعتبارات مالی

تکنولوژی

پژوهشگر علمی، دانشمند، مهندس طراح، منجم، خدمات اطلاعات،

پژوهشگر نرم افزار و سیستم، مدیر سیستم، تحلیل گر تجاری

آموزش

آموزگار، طراح برنامه های درسی، مدیر مدرسه، ریاضی دان

مراقبت های بهداشتی-پزشکی

روانپزشک، روان شناس، داروساز، جراح، تکنسین قلب و عروق

رشته های حرفه ای

وکیل دعاوی، برنامه ریز استراتژیک، تحلیل گر بازرگانی، مدیر، قاضی،

نویسنده و تحلیل گر خبری، مهندس، وکیل، روانپزشک، خلبان

فعالیت های خلاق

نویسنده و سر دبیر، نقاش، مخترع، معمار، برنامه ریز رسانه ای،

روزنامه نویس، سازنده و طراح نمایش

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- روند ها و نیاز های آتی بازار را پیش بینی کنید
- اطلاعات را تلفیق کنید
- انتخاب های شغلی خود را خلق کنید، شغلتان را طراحی کنید
- برنامه شغلی مبتکرانه ای ایجاد کنید
- تصمیم بگیرید و عمل کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- به همه یحقایق و واقعیت ا توجه کنید، تنها به مانلو حقایق جدید نپردازید
- از ادب و دیپلماسی برای فروختن نقطه نظر های خود به دیگران استفاده کنید
- از تکبر و نخوت در برخورد با کارفرمای بالقوه خود بپرهیزید
- سعی کنید به هنگام تصمیم گیری ذهن ذهن باز داشته و انعطاف پذیر باشد
-

MBTI



تیپ: INTP درون گرا – شهودی – منطقی – ادراکی.

جمله‌ی افراد INTP مسایل رضایت بخش زیادی در ادراهی يك شغل وجود دارد که کاملاً بی نیاز از حمایت است

کلیات

تیپ INTP ساکت، محتاط، متکی به خود و به شدت مستقل است. برای او دقیق بودن، مهم است. این تیپ شخصیتی از کنجکاوی فراوانی بهره مند است.

محل کار

تیپ INTP می‌تواند سیستم‌های پیچیده و الگوهای مفهومی را بهبود ببخشد، اما ترجیح می‌دهد که کاربرد و اجرا را به دیگران واگذار نماید. او از صلاحیت حرفه‌ای سطح بالا برخوردار است و از این حیث به خود می‌بالد. همه انتخاب‌ها را به دقت و ارسی می‌کند. متوجه تضادها، ناسازگاری‌ها و اشکالات منطقی در اندیشه‌های خود و دیگران است. وقتی موضوعی را به درستی درک کند به حرکت در می‌آید. دوست دارد هدف‌ها و استانداردهای خود را در محیطی انعطاف‌پذیر و بی‌ساختار تعیین کند. اگر نتواند از توانمندی‌های خود استفاده کند، بدبین و افسرده می‌شود. این تیپ دوست دارد که به طور مستقل کار کند، اما تکمیل کردن کارها برایش دشوار است. دوست ندارد دیگران را سرپرستی کند.

ارتباط با دیگران

تیپ INTP در اندیشه‌ها، علایق و کار خود فرو می‌رود و ممکن است روابط خود را فراموش کند. نسبت به کسانی که برای او مهم هستند صمیمی و وفادار است. ممکن است به آسانی از برقراری تماس با دیگران خودداری ورزد. یک فضای رها از تضاد را دوست دارد. به ظاهر جسمانی خود توجهی ندارد. برایش مهم نیست که دیگران درباره او چگونه فکر می‌کند. او خوش‌خلق است. با غریبه‌ها رسمی است و از آنها فاصله می‌گیرد. از صحبت‌های خودمانی خوشش نمی‌آید. او می‌تواند خودبین و خودخواه باشد. اغلب از شرکای زندگی معاشرتی استقبال می‌کند.

اوقات فراغت

تیپ INTP ترجیح می‌دهد که بسیاری از کارها را به تنهایی انجام دهد. او دوست دارد کارهایی بکند که دیگران در آن دخالتی نداشته باشند. برخی از افراد این دسته از چالش‌های جسمانی لذت می‌برند و بسیاری از آنها به فعالیت‌هایی مانند بریج، شطرنج و بازی با کلمات علاقمند هستند. این تیپ برای همه مدت عمر، یادگیرنده است و پیوسته آگاهی خود را بیشتر می‌کند.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک INTP

- به امیال و نیازهای دیگران حساس باشید.
- ببینید برای کسانی که شما به آنها بها می‌دهید چه موضوعی اهمیت دارد.
- بیش از اندازه انتقادگر نباشید.
- بیاموزید که آنچه را می‌نویسید یا می‌گویید ساده‌سازی کنید تا دیگران بتوانند شما را درک کنند.
- از موفقیت‌های دیگران تعریف کنید، از استعدادهایشان حسن‌جویی کنید.
- حتی برای جزئی‌ترین کارها از آنها تعریف کنید.
- تصمیم‌گیری‌های خود را به بعد موکول نکنید.
- بیاموزید که خودتان را بیشتر بیان کنید. توضیح بدهید که در درون خود چه احساسی دارید.
- در بحث‌های گروهی حرفتان را بزنید، حتی اگر اندیشه یا ایده‌ای ممکن است به نظرتان مسلم برسد.
- وقتی با نظر شما مخالفت می‌شود رفتار تدافعی اتخاذ نکنید.
- به توانمندی‌های خود بها بدهید - نوآور بودن، منطقی بودن، مستقل بودن، تحلیل‌گرا بودن، توجه داشتن به جنبه‌های فطری و دقت در اندیشیدن و به زبان جاری ساختن.

نقاط ضعف شما:

- گاهی فراموش می‌کنید نظر دیگران را بپرسید
- در بیان نظر خود مشکل دارید
- ممکن است به خاطر اشکالات جزئی، جلوی اجرای یک پروژه را بگیرید
- گاهی انتقاد صریح و صادقانه شما، دیگران را جریحه دار می‌کند
- از جزئیات روزمره بی‌قرار می‌شوید
- گاهی به علت کمال‌طلبی‌های خود احساس بی‌کفایتی و ناتوانی می‌کنید

شما در ارتباط با دیگران:

- آنقدر در اندیشه‌ها، علایق و کار خود فرو می‌روید که روابط خود را فراموش می‌کنید
- با کسانی که برایتان مهمند، صمیمی و وفادارید
- روابط به دور از تضاد و آرام را دوست دارید
- خوش خلقید
- با افراد نا آشنا غالباً رسمی و با حفظ فاصله رفتار می‌کنید
- از صمیمیت بیش از حد خوششان نمی‌آید
- گاهی خودبین و خودخواه هستید
- به ظاهر جسمانی خود توجه ندارید
- برایتان مهم نیست که دیگران چگونه راجع به شما فکر می‌کنند

شما در محل کارتان:

- سیستم های پیچیده و مفهومی را بهبود می بخشید
- از صلاحیت حرفه ای بالایی برخوردارید
- همهی انتخاب ها را به دقت و ارسی می کنید
- متوجه تضاد ها، ناسازگاری ها و اشکالات منطقی در اندیشه های خود و دیگران هستید
- وقتی موضوعی را به درستی درک کنید به حرکت در می آید
- دوست دارید هدف ها و استاندارد های خود را در محیطی انعطاف پذیر و بی ساختار تعیین کنید
- اگر نتوانید از توانمندی های خود استفاده کنید، بدبین و افسرده می شوید
- دوست دارید که ه طور مستقل کار کنید، اما تکمیل کارها برایتان دشوار است
- تمایلی به سرپرستی از دیگران ندارید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- بررسی تمام امکانات و احتمالات موجود
- توانایی بالا در درک مفاهیم پیچیده
- توان حل خلاقانه مسایل
- داشتن دید جامع و کلی نسبت به امور
- شخصی برخورد نکردن با مسائل
- استقلال، ریسک پذیری و توان غلبه بر موانع بالا
- کنجکاوی، اعتماد به نفس و انعطاف پذیری بالا
- علاقمند به افزایش به اطلاعات
- توان تحلیل منطقی حتی در شرایط استرس زا

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم توجه به جزئیات
- علاقه نداشتن به روش های سنتی و تکراری
- عدم علاقه به ساختار ها و افراد غیر منعطف، غیر خلاق و بی صلاحیت
- اعتماد به نفس بی از اندازه
- تمایل نداشتن به مسائل ساده
- عدم توانایی در انتقال ساده مفاهیم پیچیده به دیگران
- توجه زیاد به موضوعات نظری و در نظر نگرفتن واقعیات

رضایت شغلی شما در:

- توانایی ارائه ی ایده های جدید و نقد و تحلیل آن ها
- صرف انرژی خود برای کار های خلاق و بدون توجه صرف به نتیجه کار
- انجام کار های چالشی و دارای مسائل پیچیده به روشی غیر متعارف
- فرصت کار کردن به صورت مستقل
- لحاظ کردن استاندارد ها و معیار های خودش در کار ها
- انجام کار ها با انعطاف کافی
- انجام کار با گروهی کوچک اما واجد شرایط مناسب
- احتیاجی به سازمان دهی مستقیم اوقات خود نداشته باشید

مشاغل مناسب شما:

کامپیوتر-تکنولوژی

برنامه نویسی کامپیوتر، برنامه ریز استراتژیک، متخصص شبکه، برنامه ریز مالی، مشاور مدیریت، برنامه نویس، مدیر شبکه، تحلیل گر، تحلیل گر شغل و تجارت

مراقبت های بهداشتی-فنی

متخصص اعصاب، فیزیکیان، جراح پلاستیک، داروساز، دانشمند شیمی، پژوهشگر داروسازی، میکروبیولوژیست

حرفه ای-تجاری

وکیل و حقوقدان، اقتصاددان، روانشناس، روان تحلیل گر، تحلیل گر مالی، محقق، کارفرما، سرمایه دار کسب و کار، تحلیل گر شغل و حرفه، فیزیکیان، متخصص بیوفیزیک

آکادمیک

ریاضی دان، باستان شناس، مورخ، فیلسوف، مفسر، مترجم، پژوهشگر، منجم

کارهای خلاق

عکاس، نویسنده خلاق، نقاش، موسیقی دان، مخترع، طراح گرافیک، روزنامه نگار، منتقد، مفسر، کارگردان، طراح صحنه، مدیر هنری

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- به امکانات و احتمالاتی توجه کنید که در حال حاضر وجود ندارند
- برای خود فرصت های شغلی مناسب خلق کنید
- نتایج منطقی کار را پیش بینی کنید
- روشی ابتکاری برای جست و جوی شغل تدارک ببینید
- تا حد ممکن اطلاعات مهم و مناسب را جمع آوری کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- سعی کنید برنامه هایتان را به مرحله اجرا و عمل برسانید
- هدف های واقع بینانه با توجه به آنچه عملی و شدنی است در نظر بگیرید
- مراقب باشید کارفرمای بالقوه، شما را متکبر و خود بین ارزیابی نکند
- به جزئیات مهم موجود در فرایند کار توجه داشته باشید
- تصمیم گیری را به تعویق نیندازید



تیپ ISFJ: درون گرا – حسی – احساسی- قضاوتی.

جمله‌ی افراد ISFJ اثر مثبت در دنیای خودمان باقی بگذاریم

کلیات

تیپ ISFJ شخصی متعهد، قابل اتکاء و صمیمی است. او معمولاً ساکت، محتاط و فروتن می‌باشد. این تیپ دوست دارد که به دیگران خدمت کند. سعی می‌کند که مفید واقع شود. او به شکلی که قرار است رفتار می‌کند و روال‌ها و رویه‌های کاری را مورد سؤال قرار نمی‌دهد. تیپ ISFJ واقع‌گرا، علم‌یاتی و آگاه می‌باشد.

محل کار

تیپ ISFJ به جزئیات توجه ویژه دارد. دقیق و علاقمند به حقایق است. سعی می‌کند همه کارها را عالی انجام دهد، اشتباهات کوچک برایش نابخوشنودی است. این تیپ محتاط است و تمام تلاش خود را می‌کند تا کارش را انجام دهد. از همکاران و کارکنان زیر دست خود حمایت می‌کند. در دستور دادن، رک بودن و کمک خواستن مشکل دارد. او ترجیح می‌دهد که پشت صحنه کار کند. دوست ندارد به چشم بیاید. او دوست دارد کارهایی بکند که نتایج ملموس و مشخص بدست دهد. اولویت‌های خود را به دقت انتخاب می‌کند و قبل از شروع به کار جدید اقدامات لازم را انجام می‌دهد. دوست دارد به نهاد و مؤسسه‌ای که برایش کار می‌کند احترام بگذارد. مصمم است و به خود انگیزه می‌دهد. نیاز اندکی به سرپرستی دارد. از دیگران نمی‌خواهد کاری را که خودش می‌تواند بکند انجام بدهند. دوست ندارد کسی مزاحم کار کردن او بشود. از تغییر پشت سر هم استقبال نمی‌کند. دوست دارد که برای انجام دادن کارش دستورالعمل‌های صریح و روشن وجود داشته باشد. به مقامات مسئول احترام می‌گذارد و کسانی که این کار را نمی‌کنند، درک نمی‌کند.

ارتباط با دیگران

تیپ ISFJ مهربان، ملاحظه‌کار، دوستانه و نسبت به احساسات دیگران حساس است. او به نیازهای دیگران توجه دارد. دوست دارد زندگی را برای خانواده‌اش، راحت و لذت‌بخش کند. به نظر آرام می‌رسد و دوست دارد همه چیز را تحت کنترل داشته باشد. حوادث را به دید شخصی ارزیابی می‌کند و دنیای درون سرشاری دارد. ممکن است احساس کند که دیگران از او سوء استفاده می‌کنند. او میتواند از روی احساس وظیفه با اشخاصی که احساس مسئولیت نمی‌کند در رابطه باقی بماند. ممکن است احساسات و نیازهایش را نزد خود نگهدارد تا دیگران را ناامید نکند. می‌تواند به سرعت قضاوت و انتقاد کند اما دقت می‌کند که دیگران را نرنجاند. ممکن است فقط امکانات منفی را ببیند، می‌تواند بدبین شود.

اوقات فراغت

تیپ ISFJ به پیرامون و راحتی خود توجه دارد. او از خانه خود لذت می‌برد و دوست دارد همه چیز سازمان‌یافته و مرتب باشد. او فعالیت‌های برنامه‌ریزی شده را دوست دارد. دوست دارد برای پروژه‌های خلاق خود زمانی را اختصاص بدهد. دوست دارد با دوستان نزدیک و با خانواده باشد. از صرف شام‌های سنتی و گردهمایی‌های خانوادگی لذت می‌برد. برای او در آرامش قرار گرفتن می‌تواند دشوار باشد زیرا فکر می‌کند همیشه باید کار موند و مفیدی انجام بدهد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ISFJ

- به روابط بی‌تناسب و نامناسب خود با افراد بی‌مسئولیت و زیاده‌خواه پایان دهید.
- با خود با محبت و توجه و مهر صحبت کنید. دست نوازش بر پشت خود بکشید.
- منتظر آن نشوید که شخص دیگری به شما بگوید کارتان عالی بود.
- با خود به تنهایی وقت صرف کنید.
- برای تفریحات خود برنامه‌ای بریزید.
- به خود امکان اشتباه کردن بدهید.
- درباره نیازهایتان صحبت کنید. آرزو و مسائل خود را با دوستانتان در میان بگذارید. بگذارید دیگران به شما کمک کنند. وقتی صرف کنید و هدف‌هایتان را شناسایی کنید. با توجه به ارزش‌های درونی خود دست به انتخاب بزنید.
- توجه داشته باشید که تنها یک راه درست برای زندگی کردن وجود ندارد.
- از نگران شدن بیش از اندازه خودداری ورزید. از قبول کارهای بیش از اندازه خودداری ورزید. نه گفتن را بیاموزید.
- گه‌گاه عصبانی شوید. ممکن است احساس گناه کنید اما این می‌تواند به شما کمک کند.
- موفقیت‌هایتان را دست کم نگیرید. درباره آنها حرف بزنید.
- قدر توانمندی‌های خود را بدانید - واقع بین بودن، عمل‌گرا بودن، آگاهی، حساس بودن، همدلی کردن، وفاداری، دوستانه بودن، قابل تکیه کردن بودن و ملاحظه کار بودن.

نقاط ضعف شما:

- آینده نگر نیستید
- در کارهای روزانه خود غرق می‌شوید
- برای اینک از نتایج کار مطمئن باشید، میخواهید همه یکارها را خودتان انجام دهید
- به علت نداشتن قاطعیت کافی، عدم ابراز وجود، ممکن است مورد بهره کشی قرار بگیرید
- زمانی خیلی کمی را صرف شادی و رضایت خود می‌کنید

شما در ارتباط با دیگران:

- مهربان، ملاحظه کار، دوستانه و نسبت به احساسات دیگران حساسید
- به نیاز های دیگران توجه می کنید
- تمایل به لذتبخش کردن زندگی برای خانواده تان دارید
- به نظر آر امید و دوست دارید همه چیز را تحت کنترل داشته باشید
- حوادث را به دید شخصی ارزیابی می کنید
- گاهی احساس می کنید که دیگران از شما سو استفاده می کنند
- از روی احساس وظیفه با افرادی که احساس مسئولیت نمی کنند، در رابطه باقی می مانید
- احساس ها و نیاز هایتان را بیان نمی کنید تا دیگران احساس نا امیدی نکنند
- به سرعت قضاوت و انتقاد می کنید
- ممکن است فقط امکانات منفی را ببینید

شما در محل کارتان:

- به جزئیات توجه زیادی دارید و به حقایق علاقمندید
- سعی می کنید همه کار ها را عالی انجام دهید
- محتاط هستید
- از همکاران و کارکنان زیر دستتان حمایت می کنید
- در دستور دادن، رک بودن و کمک خواستن مشکل دارید
- ترجیح می دهید پشت صحنه باشید
- دوست دارید کار هایی را انجام دهید که نتایج ملموس و مشخص دارد
- به دقت اولویت بندی می کنید
- مصممید و به خود انگیزه می دهید
- دوست ندارید کسی مزاحم کار کردنتان شود
- دوست دارید برای کارتان دستورالعمل روشنی داشته باشید
- به مقامات مسئول احترام می گذارید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- توجه و تمرکز بالا
- علاقمند به کمک به دیگران
- نگرش واقع بینانه و عملی
- توجه به جزئیات
- مهارت زیاد در همکاری با دیگرانو ایجاد روابط سازگارانه
- وفاداری و صمیمیت
- مسئولیت پذیری بالا
- علاقه به استفاده از روش های آزموده شده و مشخص
- اخلاق کاری قوی
- مهارت های سازمانی قوی
- پایبندی به سنت های سازمانی

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم تمایل به پذیرش ایده های جدید و نو
- عدم تمایل به تغییر در رویه ها

- نداشتن آینده نگری
- انتقاد پذیری اندک
- نداشتن انعطاف پذیری کافی
- علاقه به قبول مسئولیت فراوان و بیش از اندازه
- احتمال نا امید شدن زیاد، زمانی که حس کنید دیگر مورد نیاز نیستید

رضایت شغلی شما در:

- انجام کار های نیازمند توجه به جزئیات
- کار روی پروژه هایی که برای کمک به دیگرانند
- ایجاد فرصت ابراز محبت به دیگران
- محیط کاری سنتی و سازمان یافته
- فضای کاری خصوصی به دور از مزاحمت دیگران
- امکان کمک به دیگران و یا کار با کسانی که شبیه به خودتان فکر می کنند
- لازم باشد که سازمان یافته و کارآمد باشید
- لازم نباشد که مرتب کارتان را در حضور دیگران ارایه دهید

مشاغل مناسب شما

مراقبت های درمانی و بهداشتی

متخصص بهداشت دندان، پزشک خانوادگی، پرستار، فیزیولوژیست، فروشنده تجهیزات پزشکی، چشم پزشک، داروخانه دار، دامپزشک، پرستار بالینی، دستیار دندان پزشک و پزشک

خدمات اجتماعی و آموزشی

مددکار اجتماعی، آموزگار دبستان، مورخ، مربی ورزش، زارع

تجارت-خدمات

منشی گری، سرپرست دفتر، مسئول خدمات مشتریان، مدیر پرسنل، دفتر دار،

کارهای خلاق-فنی

طراح داخلی، برق کار، خرده فروش، میهمان خانه دار، نقاش، موسیقی دان، جواهر ساز

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- فرصت های مناسب را شناسایی کنید و به حقایق مربوط به آن دست پیدا کنید
- با توجه به ملاحظات موجود تصمیمات عاقلانه بگیرید
- جست و جوی شغل سازمان یافته ای را تدارک ببینید
- روی تجربیات خود سرمایه گذاری کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- به امکاناتی که می تواند وجود داشته باشد و در حال حاضر وجود ندارد توجه کنید
- ابراز وجود کنید و از خود قاطعیت نشان دهید
- اشتیاق و مهارت های میان فردی خود را نشان دهید
- سعی کنید عینی و منطقی باشید، اجازه ندهید احساسات شخصی شما روی برنامه ای که در پیش دارید تأثیر بگذارد
- انعطاف کافی داشته باشید
- سعی کنید رد شدن ها را به دل نگیرید و مأیوس نشوید

MBTI



تیپ ISFP درون گرا - حسی - احساسی - ادراکی.

جمله‌ی افراد ISFP برای من مرزی بین کار و تفریح وجود ندارد

کلیات

تیپ ISFP فردی راحت و دوست داشتنی است. او معتقد است که زندگی کن بگذارد که دیگران هم زندگی کنند. او اغلب ساکت، محظوظ، محافظه کار و فروتن است. این تیپ در لحظه اکنون زندگی می کند و زندگی را به صورت ساده دوست دارد. برای تیپ ISFP روابط هماهنگ از درجه اهمیت فراوان بر خوردار است. این شخص، صمیمی، آرام و مهربان است و اغلب نیازهای دیگران را مقدم بر نیاز های خود محسوب می کند.

محل کار

تیپ ISFP در محل کار آرمان گراست و دوست دارد کارهای رضایت بخش انجام بدهد به شرط آنکه با ارزش او سازگار باشد. او همکاری صمیمی است و اگر به کاری که می کنند اعتقاد داشته باشد، بسیار پر کار است. این تیپ در معرض قوانین بیش از اندازه احساس محدودیت می کند و از ساختارهای انعطاف ناپذیر دل خوشی ندارد. او انعطاف پذیر و سازگار است و دوست دارد که با دیگران با همدیگر همکاری داشته باشند. از محیط هایی که در آن تعرض و تضاد میان شخص وجود نداشته باشد استقبال می کند و می تواند در محیط کار خود لذت و شادابی و مهربانی را وارد کند. تیپ ISFP کمال طلب است و نیازی به کنترل کردن و رقابت کردن احساس نمی کند و ترجیح می دهد که در پشت صحنه کار کند. شاید عدم قاطعیتی که او در زندگی دارد باعث ایجاد استرس و کلافگی در این تیپ شود ولی می تواند در شرایط اضطراری به خوبی عمل کند.

ارتباط با دیگران

تیپ ISFP فردی علاقه مند، سخاوتمند، غیرخود خواه، صمیمی و مهربان است. مستمع خوبی است و به نیازهای دیگران رسیدگی می‌کند. می‌تواند موقعیت‌های دشوار را ساده کند و در مواقع دشواری به کمک دیگران برسد. بیش از آنکه با کلمات بازی کند با عمل محبت خودش را نشان می‌دهد. به دیگران توجه فراوان دارد. به نظر آرام می‌رسد اما زیر این آرامش و صورت ظاهر با پیچیدگی‌هایی رو به رو است. انتقادات را شخصی می‌کند و به دل می‌گیرد. اغلب خود را به خاطر رفتار دیگران سرزنش می‌کند. از برخورد و تضاد اجتناب می‌کند، مشروط بر اینکه ارزشی که به آن اعتقاد دارد زیر پا گذاشته نشود.

اوقات فراغت

تیپ ISFP کار پاره وقت را دوست دارد تا بتواند کارهایی را که به راستی به آن علاقه‌مند است دنبال کند، از جمله آنها می‌تواند به بودن با دوستان و خانواده اشاره کرد. او از فعالیت‌هایی که از دستان خود استفاده کند لذت می‌برد که به عنوان مثال می‌توان به نقاشی کردن، سوزن‌دوزی، آشپزی و تعمیرات خانه اشاره کرد.

پیشنهادهاى توسعه فردی برای یک ISFP

- در زمینه‌هایی که برای شما مهم است، بیشتر قاطعیت نشان دهید.
- عقاید و احساسات خود را ابراز کنید و از گفتن نمی‌دانم، هر چه که تو بخواهی و غیره خودداری ورزید.
- اگر در کارتان ناموفق هستید، شغلی را پیدا کنید که ایده‌آل‌های شما را ابراز کند.
- برای تعیین اولویت‌های خود از دیگران کمک بگیرید و بعد شروع به کار کنید.
- گاه محبت خود را با کلمات بیان کنید.
- درباره کسانی که فکر می‌کنید خیر و صلاحتان را می‌خواهند، مشورت کنید.
- طرح‌ها و پروژه‌های خود را ناتمام نگذارید.
- کارهای خود را به بخش‌های کوچکتری تقسیم کنید وقتی هر قسمت از کار را انجام می‌دهید به خود جایزه دهید.
- به زمان توجه بیشتری بکنید.
- به همان اندازه که با دیگران آرام و ملایم هستید، با خودتان آرام و ملایم باشید. از موفقیت‌های خود قدردانی کنید.
- به توانمندی‌های خودتان بها دهید.

نقاط ضعف شما:

- به شدت حساس هستید
- به سرعت نیازهای دیگران را تشخیص می‌دهید و برای برآورده کردنشان به شدت تلاش می‌کنید
- گاهی به نیازهای خود بی‌توجه می‌مانید
- ممکن است زود خسته و فرسوده شوید
- به آینده توجهی ندارید و کاملاً متمرکز بر زمان حال هستید
- از درک یک مضمون پیچیده تر عاجز هستید
- به امکانات و احتمالات آینده بی‌توجهید
- در سازمان دادن به زمان و منابع خود با مشکل رو به رو هستید
- در برابر انتقاد دیگران آسیب پذیرید
- بیش از اندازه پذیرنده هستید

- دیگران را به راحتی قبول می کنید

شما در ارتباط با دیگران:

- علاقمند، سخاوتمند، بخشنده، صمیمی و مهربانید
- شنونده خوبی هستید و به نیاز های دیگران توجه می کنید
- موقعیت های دشوار را ساده می کنید و در مواقع دشواری به کمک دیگران می روید
- با عمل محبت خود را نشان می دهید نه با حرف
- به نظر آرام می رسید ولی درون پیچیده ای دارید
- خود را به خاطر رفتار دیگران سرزنش می کنید
- از برخورد و تضاد اجتناب می کنید

شما در محل کارتان:

- آرمان گرا هستید
- دوست دارید کار های رضایت بخش انجام دهید
- همکار و صمیمی هستید
- دوست دارید مفید باشید
- از کمک کردن به دیگران برای افزودن مهارت های علمی لذت می برید
- انعطاف پذیر و سازگارید
- در برابر قوانین احساس محدودیت می کنید
- محیط های کاری به دور از تعرض و تضاد را انتخاب می کنید
- به آنچه در لحظه به آن احتیاج دارید توجه می کنید
- ترجیح می دهید که در پشت صحنه باشید
- می توانید در محیط کار خود انگیزه ایجاد کنید
- در شرایط اضطراری به خوبی عمل می کنید
- به خاطر نداشتن قاطعیت و هدف کلافه و ناراحت می شوید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- انعطاف پذیری بالا
- توجه به نیاز ها و خواسته های دیگران
- گرمی، سخاوت و وفاداری
- توجه به جزئیات مربوط به افراد
- تمایل به حمایت از اهداف سازمانی
- توانایی ارزیابی شرایط جاری
- ریسک پذیر
- قبول ایده ها و روش های جدید

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- مشکل در تصمیم گیری منطقی
- به سختی از دیگران انتقاد می کنید
- عدم علاقه به انجام پروژه های بزرگ
- پذیرش وضع موجود
- عدم تمایل به سازماندهی

- عدم تمایل و چارچوب و قوانین
- ناتوانی در دفاع مناسب از نظرات و ایده های خود
- مشکل در انجام به موقع کار ها

رضایت شغلی شما در:

- کار با ارزش هایتان همخوانی و هماهنگی داشته باشد
- کار در محیط حمایت گرانه انجام شود
- فرصت توجه به جزئیات برایتان وجود داشته باشد
- فرصت کار به طور مستقل
- توانایی تطبیق و سازگاری با شرایط را داشته باشید
- محیط کاری شاداب و لذتبخش
- امکان رسیدن به رشد درونی
- رسیدگی سریع به مسائل زندگی
- مجبور نباشید برای دیگران سخنرانی کنید

مشاغل مناسب شما:

کارهای دستی و هنری

طراح مد، نجار، جواهر ساز، باغبان، کوزه گر، سفال گر، نقاش، سرآشپز، هنرمند، خیاط

مراقبت های بهداشتی

پرستار، دستار پزشکی، چشم پزشک، جراح، دامپزشک، داروساز، پزشک اورژانس، مشاور اعتیاد

علوم-فنی

نقشه بردار، اپراتور کامپیوتر، جنگل بان، زمین شناس، باستان شناس

فروش-خدمات

آموزگار، پلیس، مغازه دار، گارسون، متخصص زیبایی، مهندس طراحی نما،

مسئول صید ماهی و شکار، مترجم، مفسر، زارع، آتش نشان

تجارت-کسب و کار

دفتر دار، امنیت حقوقی، منشی، رییس دفتر، مدیر مدرسه، ارزیاب بیمه

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- پژوهش کافی انجام دهید و اطلاعات فراوانی بدست آورید
- به طور محدود و هدف دار شبکه سازی کنید
- از نظام حمایتی برخوردار شوید
- با انجام دادن بیاموزید

• از تکانه و کنجکاوی طبیعی خود تبعیت کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- از تمام اطلاعاتی که در اختیاران قرار می‌گیرد و حتی از آن‌هایی که در ظاهر با احساسات شخصی شما در تعارض است استفاده کنید
- به گزینه‌هایی که در حال حاضر وجود ندارند و می‌توانند وجود داشته باشند توجه نمایید
- فعالیت‌هایتان را اولویت بندی کنید، سازمان یافته باشید
- سعی کنید تصمیمات عینی تری بگیرید
- به آینه توجه کنید تا بتوانید به فراسوی واقعیت‌های موجود بروید

MBTI



تیپ ISTJ: درون‌گرا – حسی – منطقی – قضاوتی.

جمله افراد ISTJ کارها را درست انجام دهید و به آنچه که برای خود و سازمان‌تان می‌خواهید نایل شوید

کلیات

تیپ ISTJ به شدت با ثبات، مسنول و قابل اتکا است. و به واقعیت‌ها و حقایق بهاء زیاد می‌دهد. این تیپ کم‌حرف بوده و بیشتر در خودش است. وقت‌شناس، دقیق و منظم است. می‌تواند به خوبی تمرکز کند و پرت کردن حواس این تیپ دشوار است.

محل کار

تیپ ISTJ در به خاطر آوردن وقایع عالی است و می‌تواند با دقتی که در همه کارهای او می‌توان یافت این وقایع را تعریف کند. دقت او باعث می‌شود که کارها را با در نظر گرفتن جزئیات انجام دهد. کارهایی را دوست دارد که به تنهایی و حداکثر با یک یا دو نفر انجام دهد. زیرا تعداد زیاد نفرات باعث حواس‌پرتی او می‌شود. او می‌تواند با مقررات خیلی بهتر از افراد کنار آید. این تیپ دوست دارد مقررات رعایت شود و کسانی را که از این قاعده منحرف شود تحمل نمی‌کند. در کار کردن سخت‌گیر و بدون انعطاف است و دوست دارد که تیمی که با آنها کار می‌کند پر انرژی باشند و ظاهری مرتب و محل کاری تمیز داشته باشند.

ارتباط با دیگران

تیپ ISTJ ممکن است در نشان دادن احساس صمیمیت خود با دشواری روبرو باشد، هر چند که محبتش اغلب عمیق است و به همسر و خانواده خود به شدت وفادار است. او فردی عملگراست که بدون انعطاف کارهای خود را انجام می‌دهد و اعتقاد دارد که تواضع و فروتنی یکی از شرایط اصلی همراهی با تیم است. این تیپ به احساسات خود و دیگران تا حدی بی‌توجه است و شاید نتواند به راحتی نیازهای متفاوت از نیازهای خود را درک کند و این موضوع باعث می‌شود به راحتی از دیگران انتقاد کرده و با چارچوب ذهنی خود ایشان را نقد کند.

اوقات فراغت

برای تیپ ISTJ آرام گرفتن و استراحت کردن دشوار است. در نظر آنها کارهای لذتبخش مولد و سودآور نیست. او دوست دارد اوقات خود را صرف کاری سودمند بکند که درآمدی بدست آورد. این تیپ از اینکه در دل طبیعت باشد لذت می‌برد و متوجه بسیاری از جزئیات واقع در پیرامون خود می‌شود. او سادگی را دوست دارد. از سرگرمی‌ها و غذاهایی استقبال می‌کند که اقتصادی و غیر تجملی باشد.

پیشنهادهاى توسعه فردى براى يك ISTJ

- سعی کنید با دیگران مذاکره کنید و دنیا را از زاویه دید آنها نگاه کنید.
- دست کم هفته‌ای یک بار محبت خود را به اطرافیان نشان دهید.
- بیش از اندازه محتاط و بی‌انعطاف نباشید.
- بدانید که تنها یک روش درست برای انجام دادن کارها وجود ندارد.
- از مباحثاتی که یک برنده و یک بازنده داشته باشد احتراز کنید.
- گه‌گاه کارهای تکانه‌ای و از روی خواست خود بکنید. گه‌گاه تنبل شوید.
- بیشتر لطیفه بگویید. به احساسات خود و دیگران بهای بیشتری بدهید.
- به نیازها و احساسات دیگران توجه کنید. از دیگران بیشتر تشکر کنید.
- حتی از کوچکترین کارهای آنها قدرشناسی کنید.
- وقتی را صرف استراحت و بازی کنید. از مرخصی‌های خود غفلت نکنید.
- از توانمندی خود که می‌توانید منطقی، مستقل، قابل اتکاء، وظیفه‌مند، منظم، دقیق، سخت‌کوش و درک کننده باشید سپاسگزاری کنید.

نقاط ضعف شما:

- توجه بیش از اندازه به جزئیات
- به سختی می‌توان نظر شما را را جمع به تصمیمی که گرفته اید، عوض کرد
- نقطه نظرات جدید را به سختی می‌پذیرید
- اگر ایده ای بلافاصله قابل اجرا نباشد به سختی آن را می‌پذیرید
- نیازهای دیگران را به سختی درک می‌کنید
- گاهی افرادی سرد و نجسب به نظر می‌آیند
- گاهی نظرات ود را به دیگران تحمیل می‌کنید

شما در ارتباط با دیگران:

- همسرانی به شدت وفادار و پایبند به تعهدات خود هستید
- مطمئن و قابل اتکا هستید
- عشقتان را در عمل نشان می‌دهید
- ابراز احساس صمیمیت برایتان دشوار است
- متواضع و فروتن هستید
- در برابر تغییر مقاومت می‌کنید
- گاهی به احساسات خود و دیگران بی‌توجهید
- گاهی به سرعت از دیگران انتقاد می‌کنید
- دوست ندارید پولی را که با سختی به دست آوردید، راحت از دست بدهید
- به شدت عملگرا هستید

شما در محل کارتان:

- به خوبی حقایق و واقعیات را به یاد می آورید
- برای دقت اهمیت فراوانی قائلید
- به شدت به جزئیات توجه دارید
- سختکوش هستید
- با ماشین ها و اعداد و ارقام بهتر از دیگران کار می کنید
- از کار کردن در تنهایی خودتان لذت می برید
- تمایل دارید قوانین رعایت شوند
- افرادی که قوانین را زیر سوال می برند، تحمل نمی کنید
- دوست دارید سختگیر و خشک باشید
- از بی حالی و نا به سامانی گریزانید
- تمایل به کار کردن در محیط هایی که لباس، محیط اطراف و ظواهر امر مهم نیستند، ندارید.
- تلاش می کنید با انجام کار سخت، به دست آوردن مدارک تخصصی و احترام به سازمان پیشرفت کنید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- توجه به واقعیت ها و جزئیاتدقت بالا و انجام به موقع کار ها
- آمادگی برای اجرای قوانین و مقررات
- مهارت های سازمانی قوی
- توانمند بودن در انجام کار به صورت فردی
- مسئولیت پذیر و دارای اخلاق کاری
- اعتقاد به ساختار های سنتی و کار در آن ها
- تلاش مستمر و جدی تا رسید به هدف
- داشتن دیدگاهی واقع بینانه

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- در برابر تغییر مقاومت می کنید
- به سختی ایده و نظر خود را مورد بازیابی قرار می دهید
- دید کلی نگر و جامع ندارید
- انعطاف کافی ندارید
- آینده نگر نیستید
- تمایلی به پذیرفتن ایده ها و نظرات جدید ندارید
- ریسک پذیری پایینی دارید

رضایت شغلی شما در:

- مشاغلی که به شما امکان استفاده از مهارت و توانمندی هایتان را بدهد
- بتوانید یک محصول استاندارد تحویل بدهید
- بتوانید استقلال داشته باشید
- محیطی با ثبات داشته باشد
- نتایج ملموس و قابل اندازه گیری داشته باشید

مشاغل مناسب شما:

تجارت و بازرگانی

حسابرس، رییس اداره، حسابدار، مدیر، افسر انتظامات، بازرس ساختمان،

بازرس دولتی، مدیر ساختمان سازی، متخصص آمار، نویسنده فنی

فروش و خدمات

افسر پلیس، کارآگاه، افسر ارتش، متخصص مالیات، افسر اصلاحات، کارمند دولت،

مهندس ایمنی و بهداشت صنعتی، مأمور ناظر، مهندس پرواز، کارشناس اداره پست

امور مالی

بازرس بانک، تحلیل گر بودجه و اعتبارات، رئیس ارشد مالی

تحصیلات و آموزش

رئیس مدرسه، آموزگار ریاضی، مدیر، کتابدار

حقوقی-تکنولوژی

پژوهشگر حقوقی، متخصص برق، مهندس، مکانیک، برنامه نویس کامپیوتر، نویسنده فنی،

منشی حقوقی، زمین شناس، تحلیل گر سیستم ها، مهندس کامپیوتر، قاضی دادگاه، منشی دادگاه، متخصص جنایی

مراقت های بهداشتی

دامپزشک، جراح عمومی، دندان پزشک، رئیس بخش پرستاری، داروساز، تکنسین داروخانه، بینایی سنج

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- درباره ی انتخاب شغل کاملاً بررسی کنید و اطلاعات کافی بدست آورید
- مطالب بازاریابی خود را به دقت تهیه کنید
- صبورانه رویه مقررات استخدامی شرکتی را که طالب کار در آن هستید مرور کنید
- به همه جزئیات توجه داشته باشید
- تصمیمات عملی فکورانه بگیرید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- به امکانات شغلی که کمتر به نظر مسلم می رسند توجه کنید
- کاربرد های تصمیمات خود را فراموش نکنید
- از تمایل به احتیاط کاری بیش از اندازه اجتناب کنید
- به جنبه انسانی جست و جوی شغل توجه کنید
- به کار مورد علاقه تان توجه نشان دهید و خود را به شکلی کوبنده به بازار معرفی کنید



تیپ: ISTP درون گرا – حسی – منطقی – ادراکی.

جمله‌ی افراد ISTP من دوست دارم که بتوانم در حوزه‌ی خودم تفاوت‌های عینی و قابل لمس ایجاد می‌کنم

کلیات

تیپ ISTP فردی ساکت و کنجکاو است که عقب می‌ایستد و تماشا می‌کند. این شخص برای همه اسرارآمیز است. او فردی مستقل است که بر اساس انتظارات دیگران رفتار نمی‌کند. این تیپ شخصی عمل‌گراست که دست به ریسک می‌زند و از اینکه به استقبال چالش‌ها می‌رود به خود می‌بالد.

محل کار

تیپ ISTP به واقعیت‌های ملموس واقع در پیرامون خود بها می‌دهد. به زمان توجه دارد. روی چیزهای غیر لازم وقت صرف نمی‌کند. ابهام را دوست ندارد. حوصله گوش دادن به جزئیات غیر لازم را ندارد. دوست دارد مسائل را حل و فصل کند. ترجیح می‌دهد مسائل را به شکلی منظم و بر اساس نظم و ترتیب حل و فصل نماید. تمایل دارد از کنار رویه و مقررات عبور کند و به نتیجه برسد. به اعتقاد ایشان مقامات و سلسله‌مراتب در سازمان‌ها ضرورتی ندارد و در برابر آنها به شدت مقاوم است. از سرپرستی کردن و سرپرستی شدن دل خوشی ندارد. ترجیح می‌دهد به تنهایی کار کند، مگر آنکه کسی باشد که توانمندی‌اش به مراتب از ایشان بیشتر باشد تا تمایل به همکاری با او را نشان دهد. ترجیح می‌دهد در بحران آرام باشد. می‌تواند با ابزار به راحتی کار کند. در زمینه‌های مورد علاقه به جزئیات بها می‌دهد. می‌تواند به سرعت از داده‌های آماری به طور منطقی سود بجوید. اگر کارش با چالش پیوسته روبه رو نباشد از آن مکدر می‌شود.

ارتباط با دیگران

تیپ ISTP نیاز چندانی به صحبت کردن و اجتماعی شدن ندارد و بیشتر ترجیح می‌دهد با اشخاصی وقت صرف کند که علایق مشترکی داشته باشند و یا به او آزادی عمل بدهند که مطابق خواسته‌های خود عمل کند. او دوستان صمیمی کمی دارد اما به کسانی که به آنها اعتماد دارد وفادار است. او به جای صحبت کردن ترجیح می‌دهد که با عمل خود و حل مشکلات دیگران محبت را به دیگران نشان دهد و با دیگران ارتباط برقرار کند. این تیپ گاهی اوقات غیر قابل پیش بینی می‌شود و با صراحت انتقاد می‌کند و ممکن است که در برابر وظایفی که تمایلی به انجام آنها ندارد ایستادگی کند. البته باید به دلایل منطقی که برای این کار دارد با دقت گوش کرد و در مورد آنها صحبت کرد.

اوقات فراغت

تیپ ISTP از فعالیت‌های خطرناک و پراضطراب مانند مسابقات اسب دوانی، گلایدینگ، صخره‌پیمایی، اسکی یا موج‌سواری لذت می‌برد. او از راهکارهای رقابتی استقبال می‌کند. او دوست ندارد کارهای کسل‌کننده را انجام دهد. ایشان نقاطی را که دوست نداشته باشد به حال خود رها می‌کند اما نقاطی را که دوست دارد، به شدت مرتب و منظم می‌کند.

پیشنهادهاى توسعه فردی برای یک ISTP

- تنها به نتایج فردی فکر نکنید به هدف‌های بلند مدت‌تر هم بها بدهید.
- به این توجه کنید که نقطه‌نظرهای دیگران می‌تواند امکاناتی فراهم آورد که تا کنون به آن فکر نکرده بودید.
- به این فکر کنید که هر کس کاری را به شکلی انجام می‌دهد.
- راه‌های ساختار دادن به زندگی بسیار متعدد و متنوع است. به فراسوی اندیشه سیاه و سفید دیدن بروید.
- قبل از اینکه اختلاف‌نظرهای خود را با دیگران مطرح کنید به وجود توافقی که با ایشان دارید اشاره نمایید.
- به نکات خوب دیگران اشاره کنید. تنها در مقام اصلاح دیگران نباشید.
- در صورت امکان از ایشان تقدیر و تحسین کنید. گه‌گاه حرف‌های محبت آمیز بزنید.
- بگذارید دیگران بدانند که ایشان هم برای شما مهم هستند. برای روابط مهم خود وقت کافی در نظر بگیرید.
- بیاموزید که احساسات خود را با دیگران در میان بگذارید. در برقراری ارتباط گشوده‌تر باشید.
- نظرات خود را به لحن آشکارتری مطرح سازید.
- به جنبه‌های قوت خود توجه داشته باشید: منطقی بودن، عملی بودن، مستقل بودن، ماجراجو بودن، عینی بودن، واقع بین بودن و پر انرژی بودن.

نقاط ضعف شما:

- حتی اشخاصی که در زندگیتان هستند نمی‌دانند که چه در ذهنتان می‌گذرد
- در میان گذاشتن احساسات، واکنش‌ها و نگرانی‌هایتان با دیگران برایتان کار دشواری است
- به قدری واقع بین هستید که گاهی باعث می‌شود تلاشتان را به حداقل برسانید

شما در ارتباط با دیگران:

- نیاز چندانی به صحبت کردن و اجتماعی شدن نمی‌بینید
- با عمل کردن و نه صحبت ارتباط برقرار می‌کنید
- عشق خود را در عمل اثبات می‌کنید
- در برابر الزامات، وظایف و چارچوب‌ها مقاومت نشان می‌دهید
- دوست دارید با افرادی وقت بگذرانید که با شما علایق مشترکی دارند

- اغلب تنها هستید
- غیر قابل پیش بینی هستید
- معمولاً در زمینه ی مهارت های میان فردی با مشکل رو به رو می شوید
- انتقاد کننده به نظر می رسید

شما در محل کارتان:

- به واقعیت ها بها می دهید
- زمانتان را صرف چیز های غیر ضروری نمی کنید
- از ابهام گریزانید
- نظم و ترتیب را در حل مسائل ترجیح می دهید
- تمایلی به قرار گرفتن در چارچوب ندارید
- در برابر مقامات سازمانی مقاومت می کنید
- نه دوست دارید سرپرستی کنید و نه سرپرستی شوید
- کار کردن به تنهایی را ترجیح می دهید
- در بحران آرامید
- کار هایی که از ابزار استفاده می کنند را ترجیح می دهید
- اگر به چیزی علاقه داشته باشید به جزئیات آن توجه می کنید
- کار هایی را ترجیح می دهید که پیوسته با چالش رو به رو هستند

نقاط قوت شما در محیط کار:

- قدرت مشاهده فراوان و حافظه ی بسیار قوی
- توانایی حفظ آرامش در شرایط بحرانی
- توانا در انجام کار با دست
- توانایی انجام کار به تنهایی یا در کنار افراد مورد احترامتان
- توانایی نظم دادن به اطلاعات
- انعطاف پذیری و ریسک پذیری
- توجه و واقعیت ها تصمیم گیری منطقی
- توانایی استفاده درست از امکانات موجود

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- نداشتن آینده نگری
- دشواری در تصمیم گیری صحیح
- عدم علاقه به مقررات و قوانین و چارچوب ها
- بی حوصله شدن سریع
- بی علاقه در سازمان دهی و آمادگی قبلی در کار ها
- علاقه نداشتن به نظریه های پیچیده و انتزاعی
- بی توجه به احساسات دیگران
- بی علاقه به ارتباطات کلامی
- انجام کارها در موعد مقرر به سختی

رضایت شغلی شما در:

- منابعی را شناسایی کرده و به کاراترین شکل ممکن از آن ها بهره برداری نمایید

- آموختن مهارت هایی که بتوانید در آن ها به استادی برسید و ار آن ها استفاده کنید
- فرصت داشته باشید از علم و آگاهی که به دست آورده اید استفاده کنید
- کارتان روشن و واضح باشد
- کارتان تفریحی و پویا باشد
- محیط کارتان عاری از مقررات زیاد دست و پا گیر باشد
- به طور مستقل کار کنید
- در کارتان نیاز به سرپرستی یا نظارت دیگران نباشد
- فرصت کافی برای رسیدن به علایق و سرگرمی هایتان داشته باشید
- کاری را انجام دهید که به شما شادی و لذت دهد
- کار تکراری و روزمره نباشد

مشاغل مناسب شما:

فروش-خدمات

پلیس، افسر انتظامات، خلبان، آتش نشان، نقشه بردار،

فروشنده دارو، عکاس، متخصص جنایی، فروشنده لوازم ورزشی

تکنولوژی

مهندس برق، مهندس مکانیک، متخصص الکترونیک، مدرس فنی، تهیه کننده خدمات اطلاعاتی،

تهیه کننده نرم افزار، برنامه نوی کامپیوتر، مهندس کامپیوتر، تحلیلگر سیستم

خدمات بهداشتی و درمانی

تکنسین رادیولوژی، فیزیولوژیست ورزشی، دستیار دندانپزشک،

تکنسین عمل جراحی، پزشک اورژانس

امور مالی-تجارت

تحلیل گر امنیتی، مأمور خرید، مدیر اداره، بانکدار،

اقتصاد دان، منشی قضایی، مشاور مدیریت، مهندس شهری

تجارت-کارهای دستی

تعمیرکار کامپیوتر، کشاورز، نجار، مربی ورزش، فروشنده لوازم اتومبیل،

هنرمند امور تجاری، مهندس طراحی نما، جنگل بان، طلاساز، طراح، مهندس پرواز

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- اطلاعات موجود را جمع آوری کنید و آن ها را به خاطر بسپارید

- از منابع موجود بهره برداری کنید
- به کارفرمای خود نشان دهید که می توانید با مسائل برخورد منطقی داشته باشید
- فرصت ها را به طور عینی تحلیل کنید
- ریسک های منطقی را بپذیرید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- سعی کنید از قبل برنامه ریزی کنید و برای پیدا کردن شغل، جست و جوی سازمان یافته ای داشته باشید
- به امکاناتی فراتر از آنچه در لحظه وجود دارد توجه کنید
- سعی کنید به اندازه کافی تلاش کنید و زود هنگام از کار جست و جو دست نکشید

MBTI



تیپ ESTJ: برون گرا – حسی – منطقی – قضاوتی.

جمله‌ی افراد ESTJ من انرژی فراوانی دارم، بنابراین می‌توانم هر کاری را که بخواهم انجام دهم

کلیات

تیپ ESTJ از اینکه مسنولیتی داشته باشد و همه چیز را در کنترل خود داشته باشد لذت می‌برد. او دوست دارد که مسنول باشد و در گرفتن تصمیمات عینی خوب عمل می‌کند. این تیپ می‌داند که چگونه کارها را انجام دهد. او درباره هر موضوعی عقیده‌ای دارد و همیشه از کلمات مناسب استفاده می‌کند. او در محل کار خود، در سازمان دادن به روش‌ها، سیاست‌ها و فعالیت‌ها عالی عمل می‌کند. او از زمان و منابع به شکل مؤثر استفاده می‌کند تا نتایج ملموس و فوری بگیرد. تیپ ESTJ دوست دارد حساب شده ریسک کند و به محیط‌های با ثبات و قابل پیش بینی علاقه دارد.

محل کار

تیپ ESTJ در سازمان دادن به روش‌ها، سیاست‌ها و فعالیت‌ها عالی عمل می‌کند. از زمان و منابع به شکل مؤثر استفاده می‌کند. تا نتایج فوری و ملموس بگیرد. برای حل مسئله، رسیدن به نتیجه و پیشرفت آماده است و از دیگران انتظار دارد از خود صلاحیت نشان دهند. به خوبی آنچه را که غیر منطقی است درک می‌کند. او دوست دارد که ریسک‌های حساب شده بکند. او محیط باثبات و قابل پیش بینی را دوست دارد اما اطرافش پر از انواع آدمهاست. در بهترین حالت سخت‌گیر، محکم اما منصف است. می‌تواند سخت‌گیر و متوقع باشد. به کسانی که برابر او می‌ایستند احترام می‌گذارد، به شرط آنکه آنها واقعیت‌ها را بشناسند، از قوانین اطلاع داشته باشند و مایل باشند در برابر کارهایشان مسنولیت را بپذیرند. او معتاد به کار است و بسیار تلاش می‌کند. ممکن است برای رسیدن به خواسته‌های خود دیگران را پایمال کند.

ارتباط با دیگران

تیپ ESTJ دوست دارد به او مسنولیت داده شود و نقش مشاور را بازی کند. آماده است که از خود گذشتگی کند تا پایبند تعهدات خود باقی بماند. بعد از اتمام کارش می‌تواند بسیار تفریحی و سرگرم کننده باشد. از بسر بردن اوقات خود با

خانواده و دوستانش لذت می‌برد. ممکن است ساختار، نظم و اراده خود را بر همه تحمیل کند. این تیپ معتقد است که راهش بهترین است. صریح، صادق و رک است. او می‌تواند ناشکیبا باشد و ممکن است در شنیدن نظرات دیگران و درک احساسات خود و دیگران با دشواری روبرو باشد. ظاهر سختی دارد اما درونش لطیف و ملایم است و با کسانی که به آنها اعتماد کند بسیار ملایم است. دوست دارد برای افراد خانواده و برای سلامتی آنها، هزینه کند. موفقیت و خوشبختی خود را با توجه به کارهایی که در دنیای واقعی انجام می‌دهند، می‌سنجد.

اوقات فراغت

تیپ ESTJ دوست دارد اوقات فراغت خود را به شکل مولد و سازنده بگذراند. فعالیت‌هایی که کار را با برنامه‌های اجتماعی ترکیب می‌کنند، مانند گلف بازی کردن با همکاران تجاری و اداری برای آنها بسیار جالب توجه است. می‌تواند مسئول سازمان‌های خدمات اجتماعی و فعالیت‌های داوطلبانه و خیریه باشد. او با خوشحالی زمان خود را صرف کارهایی می‌کند که آن را باور دارد. در ضمن از تفریح کردن با دوستان و افراد خانواده و از لطیفه گفتن با آنها لذت می‌برد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ESTJ

- به نقطه‌نظرات دیگران گوش فرا دهید.
- راه‌حل‌های برد-برد پیدا کنید.
- تلاش‌های دیگران را تأیید کنید و به آنها ارزش بدهید.
- به کارهایی که به درستی انجام می‌شوند مهر تأیید بزنید.
- تنها به چیزهایی که باید اصلاح شوند اشاره نکنید.
- با کسانی معاشرت کنید که به روش مستقیم و صریح شما احترام بگذارند و از شما مرعوب نشوند.
- محدودیت‌های واقع‌بینانه برای خود و دیگران در نظر بگیرید.
- از دیگران به همان اندازه که خودتان کار می‌کنید، کار بکشید.
- به دیگران نگویند چه باید بکنند و چه باید نکنند.
- فرض را بر این نگذارید که شما می‌دانید بهترین کار کدام است.
- به دل و هراس‌هایتان توجه کنید.
- تنها به خشم‌تان توجه ننمایید.
- راه‌هایی بجویید که خلق و خوی خود را کنترل کنید و اگر می‌خواهید از روی ناشکیبایی حرفی بزنید متوجه حرف زدن‌تان باشید. از اتاق بیرون بروید و هر گاه عصبانیت‌تان فروکش کرد باز گردید.
- 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 توجه داشته باشید - واقع بینی، توجه به جنبه‌های علمی، عینی بودن، منطقی بودن، راستی، احساس مسئولیت، قابل اتکا بودن، ناسازگاری، مداومت و توانایی سازمانی

نقاط ضعف شما:

- گاهی معیار های اخلاقی و قوانین خود را مستبدانه به دیگران تحمیل می‌کنید
- برایتان اهمیتی ندارد که تصمیماتتان چه تأثیری روی دیگران دارد
- سرد و بی توجه بیه نظر می‌رسید
- به علت انتقاد گر بودن‌تان، توجهی به اقدامات مثبت اطرافیان خود ندارید
- به قدری در برنامه های خود فرو می‌روید که به حرف های دیگران گوش نمی‌دهید
- شتاب زده نتیجه گیری می‌کنید و بدون اطلاعات کافی قضاوت می‌کنید و تصمیم می‌گیرید

شما در ارتباط با دیگران:

- دوست دارید نقش مشاور و مسئول را بازی کنید
- از خود می‌گذرید تا پایبند تعهداتتان باقی بمانید

- بعد از اتمام کاتان به تفریح اهمیت می دهید
- از به سر بردن اوقات خود با خانواده و دوستان لذت می برند
- گاهی اراده و ساختار و نظم خود را بر همه تحمیل می کنید
- صریح، صادق و رک هستید
- درک احساسات خودتان و دیگران برایتان دشوار است
- ظاهری سخت با درونی لطیف و ملایم دارید
- موفقیت و خوشبختی خود را با توجه به تلاشی که برای آن انجام می دهند، می سنجند

شما در محل کارتان:

- در سازمان دادن به کارها و برنامه ها بسیار عالی عمل می کنید
- از زمان و منابع به شکل مؤثر استفاده می کنید تا نتایج فوری و ملموسی بگیرید
- برای حل مسئله و رسیدن به پیشرفت آماده اید
- از دیگران انتظار دارند که صلاحیت خود را نشان دهند
- دوست دارید حساب شده ریسک کنید
- محیط باثبات و قابل پیش بینی را ترجیح می دهید
- سختگیر و محکم اما منصفید
- به افرادی که واقع بین، پیرو قوانین و در برابر کارهایشان مسئولیت پذیرند، احترام می گذارید
- معتاد به کار و تلاشگر
- گاهی برای رسیدن به خواسته های خود، دیگران را زیر پا می گذارید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- تعهد کاری بالا
- متعهد بر اخلاق کاری
- توجه به نتایج
- داشتن چشم اندازهای واقع بینانه
- دقت و توجه به انجام درست کارها
- تمایل به پیروی از قوانین
- توانا در تشخیص فعالیت های نا کارآمد
- توانایی تصمیم گیری منطقی
- توانایی کار در ساختارهای سنتی
- مسئولیت پذیری بالا

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- مقاومت در برابر تغییر
- در حال زیستن و عدم متوجه به آیند
- عدم تحمل فرایندهای غیر مفید و وقت گیر
- عدم تمایل به پذیرش نظرات جدید و نو
- عدم تحمل افراد بی قانون
- تأکید بر رسیدن به اهداف و در نظر نگرفتن افراد
- عدم توجه به تأثیر تصمیمات خود بر دیگران
- دشواری در شنیدن نظرات مخالف
- عدم توانایی در دیدن همه احتمالات و امکانات
- تأکید بر رسیدن به اهداف و در نظر نگرفتن افراد

رضایت شغلی شما در:

- به شکل منظم و ساختار یافته کار کنید
- از مهارت ها و قدرت استدلالی و فکری خود استفاده کنید
- دستاورد هایی که به شکل منطقی قابل اندازه گیری باشند
- انجام کار در محیطی دوستانه و داشتن همکاری سخت کوش و وظیفه شناس
- کار ماهیتی واقع بینانه و ملموس داشته باشد
- بتوان از کار انتظارات روشن داشت
- بتواند مولد و کارا باشد و اقدامات لازم را سازماندهی کند
- در محیط و شرایطی قابل پیش بینی کار کند
- بر افرادی که با آن ها کار می کند مسلط باشد
- امکان تصمیم گیری داشته باشید
- امکان ارزیابی نقطه نظر ها و تجربیاتتان وجود داشته باشد

مشاغل مناسب شما:

فروش-خدمات

کارشناس فروش، آشپز، کارمند دولت، پلیس، آموزگار، افسر انتظامی،

ناخدای کشتی، تحلیل گر بودجه، خلبان، مهندس پرواز، بازرس ساختمانی، دستیار قضایی، مأمور بیمه

تکنولوژی

مهندس، حسابرس، داروساز، کارگر ساختمانی، بازرس حسابداری، رییس شبکه

مدیریت

مدیر پروژه، مدیر پلیس، مدیر اداره، افسر ارشد اطلاعات، حسابدار،

مدیر بخش پرستاری، مدیر و مشاور، مدیر بخش های خصوصی

کار های حرفه ای

دندانپزشک، پزشک، قاضی، مدرس دروس فنی-حرفه ای، مهندس برق، حقوقدان، وکیل امور مالی شرکت ها

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- جست و جوی شغلی مناسب را سازمان دهی کنید
- با توجه به حقایق و اطلاعات موجود تصمیمات واقع بینانه بگیرید
- به هنگام اطلاع رسانی به کارفرمای بالقوه، درباره توانمندی ها و مهارت های خود، صراحت و صداقت به خرج دهید
- برای پیدا کردن شغل مناسب هدف های واقع بینانه ای در نظر بگیرید
- مانند یک داوطلب لایق، توانمند و شایسته ظاهر شوید و خودتان را توصیف کنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- از شبکه سازی به حد کافی استفاده کنید
- از تصمیم گیری های بیش از اندازه سریع خودداری ورزید
- از روش های مبتکرانه و غیر متعارف در یافتن شغل استفاده کنید
- پیامد های بلند مدت انتخاب مشاغل مختلف را در نظر بگیرید و آن ها را سبک، سنگین کنید
- سعی کنید با مصاحبه کننده ارتباط مؤثر برقرار کنید.
- در مذاکرات استخدامی انعطاف به خرج دهید

MBTI



تیپ ENTJ: برون گرا - شهودی - منطقی - قضاوتی.

جمله‌ی افراد ENTJ توسعه‌ی توانمندیهای بالقوه سازمان‌های موجود

کلیات

تیپ ENTJ شخصی فعال، پر انرژی، مطمئن و با صلاحیت است. او طبیعتاً به جاهایی می‌رود که بتواند در آن مسئولیت داشته باشد و با استفاده از منابع به هدف‌های بلند مدت خود برسد. او شخصی با علم و اطلاع است. از مواجهه استقبال می‌کند. دوست دارد در بحث‌های روشنفکرانه شرکت کند. این تیپ از اشخاصی که آنها را به مبارزه می‌طلبید استقبال می‌کند و برای کسانی که این کار را نمی‌کنند احترامی قائل نیست. در محل کار او دوست دارد مسئول باشد، و می‌تواند رهبر موفقی باشد. او می‌تواند مشکلات سازمان را شناسایی کند و راه‌حل‌های ابتکاری برای کوتاه مدت و بلند مدت ارائه نماید. تیپ ENTJ دوست دارد با افراد قوی، مستقل و نتیجه‌گرا کار کند و بدون اینکه دلیل منطقی وجود داشته باشد تسلیم نمی‌شود.

محل کار

تیپ ENTJ دوست دارد مسئول باشد، اغلب مشاغل سرپرستی، مدیریت و رهبری را بر عهده دارد. او مایل است که مسئول بهره‌برداری از توانایی‌های ویژه خود باشد. می‌تواند رهبر موفقی باشد و برای رهبری و بنیان نهادن سازمان‌ها بسیار مناسب است. او موانع را به عنوان چالش در نظر می‌گیرد. او این توانایی را دارد که مشکلات سازمان را آشکارا شناسایی کرده و راه‌حل‌هایی ابتکاری برای کوتاه مدت یا بلند مدت، بسته به نیاز سازمان ارائه کند. این تیپ برای رسیدن به هدف‌هایش به روش‌های استراتژیک توجه می‌کند. حقایق و استراتژی‌ها را از قبل سازماندهی می‌کند و دوست دارد که کارهایش زودتر از زمان مقرر تمام شود. عدم کارایی را دوست ندارد، از نداشتن صلاحیت، از نداشتن قاطعیت بیزار است. او رقابت‌جو است و اغلب معتاد به کار می‌باشد. دوست دارد با اشخاص قوی، مستقل و نتیجه‌گرا کار کند. تیپ ENTJ بدون اینکه دلیل منطقی وجود داشته باشد تسلیم نمی‌شود. دوست دارد عهده دار امور باشد و تصمیم‌گیرنده باشد. این تیپ مایل نیست از دیگران دستورالعمل و راهنمایی بگیرد. مگر آنکه آن شخص از دانش و صلاحیت بیشتری

برخوردار باشد. برای مسائل گوناگون راه‌حل‌های منطقی ارائه می‌دهد. دوست دارد با دستورالعمل‌ها و راهنمایی‌های روشن و واضح کار کند.

ارتباط با دیگران

تیپ ENTJ فردی صادق، صریح و رک است. او تعهداتی دارد و صریحاً از این تعهدات حرف می‌زند. اشخاصی را که به آنها علاقه‌مند است تشویق می‌کند که به شکلی که در نظر او از همه مناسب‌تر است فعالیت کنند. با شور و اشتیاق زندگی می‌کند. این تیپ خوش خلق و خوی و در مواقعی جدی است. از روابط به عنوان فرصت مناسبی برای یادگیری استفاده می‌کند. او به حیثیت و موقعیت بها می‌دهد. او دوست دارد در زندگی شریکی داشته باشد که او را در رسیدن به هدف‌های زندگی‌اش یاری بدهد. به همسری احتیاج دارد که خود مختار بوده و از عزت نفس خوب برخوردار باشد. وقتی کاری مطابق میلش انجام نمی‌شود صبر و شکیبایی خود را از دست می‌دهد. تیپ ENTJ می‌تواند مرعوب کننده، صریح و مستقیم باشد. او می‌تواند جنبه‌های ملایم خود را پنهان کند تا خشن و زیر به نظر برسد. در شرایط استرس و فشار با خود و با دیگران رفتار پرخاش کننده دارد.

اوقات فراغت

تیپ ENTJ برای هر کاری دنبال برنامه بهتری می‌گردد. مانند سایر شنونوات زندگی، تفریح و فراغت هم باید هدفی را جستجو کند. دوست دارد در برنامه‌هایی شرکت کنند که با اشخاص در تبادل سودمند قرار بگیرد. ممکن است ترجیح دهد که کار را با تفریح ادغام کند.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ENTJ

- از تحت فشار گذاشتن دیگران، به اندازه‌ای که خودتان را تحت فشار می‌گذارید خوداری ورزید.
- به آرمان‌گرایی به اندازه کافی توجه کنید.
- بگذارید بعضی وقت‌ها کارها به شکلی که هستند باقی بمانند.
- همه روزه فرصتی را به تفریح و استراحت اختصاص دهید.
- از تکنیک‌های مراقبه یا کاستن از استرس استفاده کنید.
- سعی کنید نیازهای عزیزانتان را پیش بینی کنید.
- از دیگران سؤال کنید که برایشان چه می‌توانید انجام دهید.
- وقتی به خانه برمی‌گردید نیازتان به کنترل دیگران را کنار در بگذارید و وارد منزل شوید.
- انتقاد را به حساب اینکه دیگران می‌خواهند شما را کنترل کنند نگذارید.
- اگر کسی شما را به مبارزه می‌طلبد، قبل از اینکه واکنشی نشان دهید ببینید چه منظوری دارد.
- متوجه تأثیر خود روی دیگران باشید.
- پرخاشگری بیش از اندازه نداشته باشید.
- به توصیه‌هایی از روی عقل سلیم، توجه داشته باشید.
- وقتی بگذارید و اطلاعات تازه بدست آورید.
- قبل از تصمیم‌گیری به جنبه‌های مختلف توجه کنید.
- از لحظه اکنون لذت ببرید.
- توجه داشته باشید که هر کس استعدادی دارد و به استعدادهای دیگران به اندازه کافی توجه کنید.
- بیاموزید که گهگاه مصالحه کنید و از در سازش بر آید.
- مذاکره کنید تا همه به بخشی از خواسته‌های خود برسند.
- به نقاط قوت خود توجه داشته باشید - اطلاعات وسیع، سازمان یافته، کار آمد، عینی، قاطع، مطمئن، نوآور و دارای مهارت‌های رهبری و برنامه‌ریزی.

نقاط ضعف شما:

- می خواهید به سرعت به سمت چالش های بزرگ تر بروید
- با عجله تصمیم گیری می کنید
- غالباً سخت گیر، رک و نا شکیبا هستید و احساسات دیگران را به راحتی قبول نمی کنید
- نزدیک شدن به شما دشوار است
- معمولاً متوجه مفهوم توصیه های دیگران نمی شوید
- فرصت چندانی را صرف احساسات خود و دیگران نمی کنید
- به لحاظ احساسی واکنش های نامتناسب نشان می دهید
- گاهی به موقعیت های به ظاهر بی اهمیت واکنش های تند و جدی نشان می دهید

شما در ارتباط با دیگران:

- صادق، صریح و رک
- با ور و اشتیاق زندگی می کنید
- خوش خلق و خوی و در مواقعی جدی هستید
- از روابط به عنوان فرصت خوبی برای یادگیری استفاده می کنید
- به همسری نیاز دارید که خود مختار و با عزت نفس باشد
- وقتی کاری مطاب میل آن ها نیست، صبر و شکیبایی خود را از دست می دهند
- جنبه های ملایم خود را در روابط پنهان می کنند
- در شرایط استرس و فشار با خود و دیگران رفتاری پرخاش کننده دارند

شما در محل کارتان:

- دوست دارید سرپرست، مدیر یا مسنول باشید
- رهبری موفق هستید
- موانع را چالش می بینید
- برای رسیدن به اهدافتان به روش های استراتژیک توجه می کنید
- حقایق و استراتژی ها را از قبل سازماندهی می کنید
- رقابت جو و معتاد به کار هستید
- دوست دارید با اشخاص قوی، مستقل و نتیجه گرا کار کنید
- برای مسائل راه حل های منطقی ارائه می دهید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- توانایی حل مسائل
- توانایی مدیریتی سطح بالا
- درک مسائل پیچیده
- کلی نگری
- تمایل به موفقیت بالا
- توانایی برنامه ریزی
- شروع شجاعانه کار و حرکت به سوی هدف
- تصمیم گیری منطقی

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- تصمیم گیری عجولانه
- عدم علاقه به جزئیات
- نداشتن رفتار سیاستمداران
- توجه افراطی به کار و عدم توجه کافی به روابط خانوادگی
- توجه کاری به قدردانی از همکارانتان ندارید
- عدم به همکاری با افرادی که به سرعت شما، درک و کار نمی کنند

رضایت شغلی شما در:

- امکان رهبری و ریاست داشته باشید
- بتوانید برنامه ریزی بلند مدت بکنید
- محیط کاری سازمان یافته باشد
- کار باعث کنجکاوی شما شود
- فرصت کار با افراد خلاق، هوشمند، هدفمند و لایق را داشته باشید
- کار جالب و چالش بر انگیز باشد
- امکان هدف گذاری داشته باشید
- بتوانید دیگران را اداره و مدیریت کنید

مشاغل مناسب شما

تجارت و بازرگانی

مقام بلند پایه ی اجرایی، مدیر ارشد، مدیر داخلی، معلم فنی، مدیر بازاریابی،
مدیر تبلیغات، برنامه ریز رسانه ای، فروش و بازاریابی بین المللی، مدیر دانشگاه، مدیر برنامه

امور مالی

برنامه ریز مالی، تحلیل گر اقتصادی، بانکدار، مدیر امور مالی شرکت، اقتصاد دان، سرمایه دار زمینه های خطیر

مشاوره-آموزش

مشاور تجاری، مشاور مدیریت، طراح برنامه، مدرس مدیریت،
متخصص استخدام، مدیر روابط شغلی، مدرس گره شرکتی، معاون حقوقی

امور حرفه ای

وکیل، قاضی، روان شناس، مدرس علوم اجتماعی، مهندس شیمی،
روانپزشک، پاتولوژیست، خلبان، دانشمند امور سیاسی،

تکنولوژی

مدیر شبکه، مدیر سیستم ها، مدیر مرکز ارتباطات، تحلیل گر سیستم ها، مدیر پروژه

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- راهکار هایی برای بررسی شغلی مناسب فراهم آورید
- روند پیش رو را پیش بینی کنید و نیاز های آتی را بسنجید
- مسائل را با خلاقیت حل کنید
- به طور وسیع شبکه سازی کنید
- درباره ی سازمان و پست مورد نظر اطلاعات کافی به دست آورید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- صبور شکيبا باشید و به جزئیات توجه کنید
- مهارت گوش دادن پویا را در خود تقویت کنید
- از تصمیم گیری عجولانه بپرهیزید
- سعی کنید بیش از حد فشار نیاورید و حالت تهاجم نداشته باشید
- اگر نمی توانید شغل مورد علاقه تان را بدست آورید، شغلی را که در آن به سر می برید بیشتر دوست بدارید

MBTI



تیپ: ENTP برون گرا - شهودی - منطقی - ادراکی.

جمله‌ی افراد ENTP از بین بردن موانع خلاقیت مشتري

کلیات

تیپ ENTP فردی پر انرژی، با پشتکار و مطمئن است. به کار کردن علاقه زیاد دارد. نوآور بوده و می‌تواند راه‌های جدیدی برای انجام دادن کارها پیدا کند. این تیپ از توانمندی تحلیلی فراوانی برخوردار است و می‌تواند مسائل مختلف را حل و فصل کند. او به تنوع و تغییر بها می‌دهد و در برابر آنچه او را کسل کند مقاومت می‌کند. در محل کار او از نبوغ و فکر خود برای حل مسائل بوجود آمده بهره می‌گیرد. او به انجام کارها به روش سنتی بی‌علاقه است. تیپ ENTP شخصی الهام‌بخش بوده و به خاطر سریع الانتقال بودن، اعتماد به نفس و اطمینانی که دارد هواداران زیادی دارد. او دوست چند کار را با هم انجام دهد و با آدم‌های متعددی در ارتباط باشد.

محل کار

تیپ ENTP از نبوغ و فکر بکر خود برای حل مسائل استفاده می‌کند. او با هوش و با قدرت تحلیل فراوان است و می‌تواند دیگران را متقاعد کند تا نقطه‌نظر او را باور نمایند. به روش‌های سنتی انجام دادن کارها بی‌علاقه است. به روش‌های سنتی انجام دادن پروژه‌ها بی‌توجه است و دنبال روش‌های بدیع می‌گردد. دوست دارد چند کار را با هم انجام دهد. اگر کار جالب نباشد خیلی زود مکدر می‌شود. دوست دارد با آدم‌های مختلفی در ارتباط باشد. او نمی‌تواند توجه خود را محدود کند زیرا موضوعات متعددی وجود دارند که برای آنها جالب است.

ارتباط با دیگران

تیپ ENTP فردی خوشبین، جذاب و جالب است و خوب صحبت می‌کند. برای آزادی و استقلال خود بهای فراوان قائل است و سعی می‌کند به جای داوری کردن درباره اشخاص آنها را بشناسد. پیوسته در اندیشه آزمایش‌های جدید است. به محض اینکه ایده جدیدی مطرح می‌شود، می‌تواند دست به کار شود. او دوست دارد شریک زندگی‌اش جالب و به لحاظ

ذهنی تحریک کننده باشد و از تجربیات جدید و از ماجرا لذت ببرد. این تیپ می‌خواهد روابطش با دیگران پیوسته رشد کند. می‌تواند خودبین، اهل بحث و مباحثه و فاقد حساسیت باشد. از بحث کردن لذت می‌برد. بین تنها با خود کار کردن و معاشرت با دیگران تاب می‌خورد. ممکن است منکر تألمات احساسی و عاطفی شود. او ممکن است سرش را شلوغ نگه دارد تا احساسات خود را نادیده بگیرد. تیپ ENTJ می‌تواند از دیگران فاصله بگیرد و روابط خود را در شرایط سطحی حفظ کند.

اوقات فراغت

با توجه به علایق، برنامه‌ها و ماجراهای زندگی ممکن است در نظر او زندگی خیلی کوتاه باشد. آرامش و استراحت برای او انجام دادن کارهای جدید است. تیپ ENTJ از خنده و از در میان گذاشتن نظرات خود با دیگران لذت می‌برد. در خانه‌اش به روی همه گشوده است. او از اینکه به نقاط مختلف و جالب سفر کند لذت می‌برد. او همواره پذیرای امور تفریحی است.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ENTJ

- نیروی خود را در آن واحد صرف کارهای بیش از اندازه متنوع نکنید.
- فعالیت‌هایی را انتخاب کنید که برای شما از هر کار دیگری ارزشمندتر است.
- زمانی را که یک پروژه به آن احتیاج دارد حدس بزنید.
- هر زمانی را که بدست آمد آن را دو برابر کنید.
- سعی کنید با کسی متحد و دوست شوید که از پروژه مورد نظر شما لذت ببرد.
- وقتی می‌خواهید ایده‌ای را ارائه دهید، پیشاپیش خودتان را آماده کنید.
- این کار سبب می‌شود که برای پروژه‌های خود حمایت بیش تری بدست آورید.
- توجه داشته باشید که نقطه نظرهای بیش از اندازه زیاد شما می‌تواند دیگران را خسته کند.
- بعضی از آنها را برای خود حفظ کنید.
- بیاموزید که در محدوده سیستم کار کنید.
- کاری نکنید که فرصت و حواس شما نزد کارهای مختلف پخش شود.
- به فعالیت‌هایی که می‌تواند از شدت استرس شما بکاهد توجه کنید.
- به خاطر داشته باشید که بحث کردن، مشاجره نمودن برای بعضی‌ها تفریح به شمار می‌آید اما دیگران را می‌آزارد.
- از قطع کردن صحبت دیگران خودداری ورزید.
- به مزایای گوش دادن توجه داشته باشید. پاسخگو باشید.
- ضرب الاجل‌ها را جدی بگیرید. به زمان و وقت دیگران احترام بگذارید.
- به زمان دیگران و برنامه‌ریزی آنها بها بدهید.
- آرام بگیرید و به واقعیت‌های ساده و لذت‌های روزهای زندگی که در پیرامون شماست توجه بکنید.
- وقتی کار دیگری ندارید برای خودتان وقت ایجاد کنید.
- بیاموزید که تألم عاطفی و احساسات منفی خود را بپذیرید، اینها بخش‌های طبیعی از زندگی هستند.
- به توانمندی‌های خود بها بدهید - با پشتکار، شایسته، با صلاحیت، سازگار، نوآوری، مبتکر، کنجکاو و جدی.

نقاط ضعف شما:

- گاه راه استاندارد انجام دادن کارها را فراموش می‌کنید
- به کارهای روزمره و عادی علاقه و توجه ندارید
- به جزئیات آن توجهی لازم است را ندارید
- به محض اینکه از چیزی خوششان آمد بی صبرانه به آن هجوم می‌برید
- به محض حل یک مسئله به موضوع هیجان بخش بعدی می‌پردازید
- اغلب اوقات زیاد و به سرعت حرف می‌زنید و دیگران فرصت صحبت کردن نمی‌دهید

- صادق و منصفید ام می توانید گاهی بیش از حد رک و صریح حرف بزنید و از دیگران انتقاد کنید
- به احساسات دیگران توجه ندارید
- به سختی به چیزی متعهد می شوید
- به برنامه های دیگران بی توجهید

شما در ارتباط با دیگران:

- خوشبین، جذاب و جالب و خوش صحبت
- برای آزادی و استقلال خود بهای زیادی قائلید
- به داوری درباره ی اشخاص، سعی در شناخت آن ها دارید
- دوست دارید شریک زندگیتان جالب و به لحاظ ذهنی تحریک کننده باشد و از تجربیات جدید و ماجرا لذت ببرد
- علاقمند به رشد روابطتان هستید و از بحث کردن لذت می برید
- خودبین، اهل بحث و مباحثه و فاقد حساسیت
- گاهی تنها کار کردن و گاهی معاشرت با دیگران را می پسندید
- گاهی سر خودتان را شلوغ نگه می دارید تا احساساتتان را نادیده بگیرید
- می توانید روابط خود را در شرایط سطحی حفظ کنید

شما در محل کارتان:

- از نبوغ و فکر بکر خود برای حل مسائل استفاده می کنید
- باهوش و با تخیل بالا هستید و می توانید افراد را متقاعد کنید تا نقطه نظر شما را باور کنند
- به روش های سنتی انجام کارها بی علاقه اید
- الهام بخش هستید و به خاطر سریع الانتقال بودن، اعتماد به نفس و اطمینانی که دارند و نیز به خاطر مهارت هایتان هواداران زیادی دارید
- به دنبال روش های بدیع در انجام کار ها هستید
- دوست دارید چند کار را با هم انجام دهید، اگر کار جالب نباشد، خیلی زود خسته می شوید
- دوست دارید با آدم های مختلف در ارتباط باشید
- نمی توانید توجه خود را محدود کنید، زیرا موضوعات زیادی برای شما جالب است

نقاط قوت شما در محیط کار:

- مهارت های عالی ارتباطی
- مهارت عالی در حل مسأله
- کنجکاوی و توانایی یادگیری بالا
- داشتن دید کلی و جامع نسبت به امور
- سازگاری و انعطاف پذیری بالا
- توانمند در پیش بینی نیاز ها و خواسته های دیگران
- اعتماد به نفس بالا
- توان پرداختن به چند پروژه به صورت همزمان
- ریسک پذیری بالا و توان غلبه بر موانع و مشکلات
- توانایی در نظر گرفتن تمام احتمالات و امکانات

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم تحمل ساختار و چارچوب
- عدم علاقه به پروژه های ساده

- خسته و کسل شدن زمانی که بخش جذاب کار تمام می شود
- عدم علاقه به کار های تکراری
- عدم توجه به آن چه که انجام آن ها مشکل است
- اعتماد به نفس بیش از حد
- دشواری در اولویت بندی و تصمیم گیری
- عدم تحمل افراد انعطاف ناپذیر و خشک
- بی صبر در مقابل افرادی که صلاحیت های شما را زیر سوال می برند

رضایت شغلی شما در:

- فرصت خلاقانه عمل کردن و پیدا کردن راه حل های بدیع و مبتکرانه را داشته باشید
- راه حل های خود را برای کاراتر شدن سیستم به کار ببرید
- خلاقیتتان تایید و تشویق شود
- بتوانید موقعیت های مختلفی را تجربه کنید که پر از لذت و تفریح و هیجان باشد
- کاری را انجام دهید که از معیار ها و استانداردهای منصفانه و نظمی منطقی برخوردار باشد
- امکان بالای بردن توانایی های شخصی و شغلی و ارتباط با اشخاص توانمند
- امکان برقراری ارتباط، تبادل نظر و ملاقات با اشخاص مختلف به خصوص افرادی که برایشان احترام قائلید
- کاری را انجام دهید که در شرایط دنیای به سرعت متغیر و متحول مؤثر واقع شود
- محل کار، محیطی دوستانه و سازمان نیافته باشد
- امکان طراحی پروژه های جدید بدون توجه به جزئیات
- آزادی عمل داشته باشید

مشاغل مناسب شما:

تجارت-کارفرمایی

MBTI

کارفرما-کارآفرین، مخترع، مشاور مدیریت، عکاس، بازیگر، روزنامه نگار،

آموزش دهنده فنی، مشاوره بازاریابی، وکیل مدافع، عامل فروش، مدیر تجاری، مدیر منابع انسانی

بازاریابی-امور بدیع و ابتکاری

مدیر تبلیغات خلاق، متخصص روابط عمومی، متخصص تحقیقات بازار، گوینده رادیو و تلویزیون،

مدیر بخش هنری، نویسنده خلاق، بازاریابی داخلی و بین المللی، تحلیل گر، کارگردان

برنامه ریزی و توسعه

برنامه ریز استراتژیک، فراهم آورنده پروژه های خاص، مدیر طراحی صنعتی، برنامه ریز مال

سیاست

سیاستمدار، تحلیل گر سیاسی، دانشمند اجتماعی

مشاغل متفرقه

دانشمند محیط، روانشناس تحصیلی، مربی ورزش، کارآگاه، متخصص امور جنایی

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- برای خودتان و نقطه نظرهایتان اشتیاق هایی ایجاد کنید
- به امکانات و احتمالات جدید توجه کنید
- فرصت های مناسب شغلی خودتان را ایجاد کنید
- با صحبت کردن با اشخاص، اطلاعات به دست آورید
- عامل ایجاد انگیزه را در دیگران پیدا کنید
- به دیگران نشان دهید که فکر و رأی مستقل دارید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- آنقدر گزینه در نظر نگیرید که تصمیم گیری برایتان غیر ممکن یا دشوار شود
- سعی کنید به احساسات دیگران بها دهید تا خودبین و متکبر ظاهر نشوید
- نظم و انضباط داشته باشید
- به میان صحبت دیگران نپرید

MBTI



تیپ ESTP برون گرا - حسی - منطقی - ادراکی.

جمله‌ی افراد ESTP فرد کنجکاو هستند و می‌توانم به ایده‌ها توجه کنم و سریعاً تصمیم بگیرم

کلیات

تیپ ESTP شخصی مطمئن و جالب است. دوست دارد با کسانی باشد که علایق و ماجراهای لذت‌بخش خود را با او در میان بگذارند. رفتاری جذاب و همه‌گیر دارد اما در ضمن می‌تواند صریح، مستقیم و قاطع باشد. انرژی بیش از اندازه دارد. پیوسته در تب و تاب و تلاش است. این تیپ در محل کار مبتکر، پرمایه و عمل‌گراست. دوست دارد با حقایق روبه‌رو شود و به شدت نتیجه‌گراست. او در برخورد با مسائل از منطق استفاده می‌نماید و زیر فشار بسیار خونسرد عمل می‌کند. او از مشاغل پرا انرژی و پر استرس لذت می‌برد و می‌تواند چند پروژه را با هم انجام دهد.

محل کار

تیپ ESTP مبتکر، پرمایه و عمل‌گرا است. دوست دارد با حقایق روبرو شود. به شدت نتیجه‌گرا است و در برخورد با مسائل از منطق استفاده می‌کند. او می‌تواند حقایق مختلفی را درک و آنها را به یاد بیاورد. از اینکه در آخرین لحظه کارها را انجام بدهد، لذت می‌برد. زیر فشار بسیار خونسرد است. می‌تواند موقعیت‌های پر فشار را نرم و ملایم بکند. رفتاری محکم و فشرده دارد. او دنبال موفقیت و شناخت می‌گردد. رقابت‌جو است و در بحران‌ها و گرفتاری‌ها به هیجان می‌آید. تنها در صورتی مطابق مقررات رفتار می‌کند که بتواند به خواسته‌های خود برسد. متقاعد کننده است و خودش را به سرعت بالا می‌کشد. اغلب چند پروژه را با هم انجام می‌دهد. از مشاغل پر انرژی و پر استرس لذت می‌برد.

ارتباط با دیگران

تیپ ESTP مستقل است و آزادی را دوست دارد. او دوست ندارد کنترل شود. زیر فشار به سادگی احساس می‌کند که گیر افتاده است. همیشه مترصد ماجراها و تجربه جدید است. خوشبین است و وقت زیادی را صرف نگرانی و تأسف نمی‌کند. آشنایان زیادی دارد و با گروه‌های مختلف مردم به خوبی کنار می‌آید. علاقه چندانی به پرداختن به مباحث عاطفی و میان

فردی ندارد. او دوست دارد شرکای زندگی بالقوه خود را تحت تاثیر جاذبه، موفقیت و توانمندی خود قرار دهد. در زمینه‌های مادی بسیار سخاوتمند است اما ممکن است کارهای مشخصی را که برای ایجاد صمیمیت لازم است فراموش کند. شادی و هیجان را به روابط خود می‌آورد. تحت تاثیر تضاد و تعارض تحریک می‌شود و به هیجان می‌آید. این تیپ می‌تواند غیر قابل پیش‌بینی باشد. ممکن است عکس آنچه را که شما انتظار دارید انجام دهد و لزومی برای توجیه رفتارش احساس نکند.

اوقات فراغت

تیپ ESTP دوست دارد که در کانون صحنه قرار بگیرد و داستان تعریف کند و لطیفه بگوید. او از چیزهای خوب زندگی لذت می‌برد و وقت زیادی را صرف معاشرت‌های اجتماعی می‌کند. دوست دارد ریسک بکند و کارهای مخاطره‌آمیز انجام بدهد. از جمله، از کوهنوردی، اسکی، شکار، پرش با چتر نجات، قایقرانی و موج‌سواری لذت می‌برد. روابط شخصی و صمیمانه برای او از اهمیت چندانی برخوردار نیست. او به رقابت، فعالیت و ماجرا بهای بیشتری می‌دهد.

پیشنهاد‌های توسعه فردی برای یک ESTP

- اگر می‌خواهید در محل کار مورد احترام دیگران واقع شوید به روش‌های استاندارد انجام کارها توجه کنید.
- برای اینکه پروژه‌های شما با قبولی بیشتری مواجه شوند، برنامه علمی بریزید و به بداهه‌کاری صرف توجه نداشته باشید. سرهمبندی نکنید.
- به کارهای ناخوشایند اما مهم توجه کافی مبذول دارید.
- مراقب باشید که دیگران را با قاطعیت و رک‌گویی بیش از اندازه خود ناراحت نکنید.
- سعی کنید با توجه کردن به دیگران سخاوت خود را نشان دهید.
- دوستت دارم گفتن را فراموش نکنید. از دیگران تعریف و تحسین کنید.
- آنقدر در پروژه‌های خود محو نشوید که دوستان و عزیزانتان را فراموش کنید.
- به ارزش‌های والاتر توجه داشته باشید.
- به اینکه اعمال و رفتار شما، روی شما و دیگران چه تأثیری بر جای می‌گذارد، توجه کنید.
- به خاطر داشته باشید که هیجان، شیفتگی و تنوع همیشه برای کسانی که ثبات، مداومت و قابلیت بیش بینی را ترجیح می‌دهند، چیز جالبی نیست.
- به تفاوت‌های دیگران بها دهید و دیگران را در تصمیم‌گیری‌ها لحاظ کنید.
- وقتی صرف کنید و ببینید کدام یک از تجارب شما ارزشمند، پاداش دهنده و رضایت‌بخش هستند.
- به جنبه‌های قوت خود توجه داشته باشند - واقع بین بودن، علمی بودن، داشتن ابتکار، دوستانه بودن، هوش، فراست، شادابی، ماجراجویی و علمی بودن

نقاط ضعف شما:

- گاهی بیش از حد توان خود مسئولیت می‌پذیرید
- به احساسات دیگران بی‌توجهید
- ممکن است صراحت و رک‌گویی بیش از اندازه بروز دهید
- گاهی شتابزده به حل مسئله می‌پردازید

شما در ارتباط با دیگران:

- مستقل و آزاد هستید و دوست ندارید کنترل شوید
- زیر فشار به سادگی احساس می‌کنید که گیر افتاده اید
- علاقمند به ماجراها و تجربه‌های جدید هستید
- خوشبین هستید
- آشنایان زیادی دارید

- علاقه ای چندانی به مسائل عاطفی و میان فردی ندارید
- دوست دارید شرک زندگی خود را تحت تأثیر جاذبه و موفقیت و توانمندی خود قرار دهید
- در موارد مالی بسیار سخاوتمند هستید
- شادی و هیجان را به روابطتان می آورید
- گاهی غیر قابل پیشبینی هستید

شما در محل کارتان:

- میتکر، پر مایه و عملگرا
- در برخورد با مسائل منطقی
- زیر فشار بسیار خونسرد هستید
- موقعیت های پر فشار را نرم و ملایم می کنید
- رفتاری محکم دارید
- به دنبال موفقیت و شناخت هستید
- رقابت جوو متقاعد کننده
- از انجام چند پروژه به صورت همزمان و مشاغل پر استرس و انرژی لذت می برید

نقاط قوت شما در محیط کار:

- توانایی سازگاری با شرایط
- حافظه ی قوی
- لذت بردن از انجام پروژه های جدید
- توانایی خوشایند کردن کار و محیط کاری
- ریسک پذیری بالا
- پذیرفتن تفاوت ها و توانایی هم جهت شدن با دیگران

نقاط ضعف شما در محیط کار:

- عدم علاقه به جزئیات کار های اداری
- عدم علاقه و قوانین و چارچوب سازمانی
- نداشتن آینده نگری و عدم توجه به فرصت های موجود آن
- دشواری در بعضی از تصمیم گیری ها
- عدم علاقه به انفرادی کار کردن به خصوص برای زمان طولانی
- دشواری در تمام کردن کار ها در وقت تعیین شده
- عدم علاقه به هدف گذاری بلند مدت
- عدم علاقه به تدارک و برنامه ریزی قبل از انجام کار

رضایت شغلی شما در:

- بتوانید هر روز با موقعیت ها و افراد جدید رو به رو شوید
- بتواند برای مسائل و مشکلات راه حل پیدا کنید
- محیط کاری پویا
- بتوانید از روش های غیر متعارف استفاده کنید و به راه حل های مفید و منطقی برسید
- همکاری شاداب و فعال
- مجبور نباشید مطابق معیار های دیگران رفتار کنید
- بتوانید از توانایی استدلال خود استفاده کنید

- آزادانه با بحران ها رو به رو شوید
- با واقعیت ها سر و کار داشته باشید

مشاغل مناسب شما:

فروش-خدمات

افسر پلیس، آتش نشان، کارآگاه، بازرس، کارشناس و مدیر فروش، مهندس و مدرس پرواز، افسر ارتش، ناخدای کشتی

امور مالی

برنامه ریزی مالی، بانکدار، سرمایه گذار، تحلیل گر بودجه

سرگرمی-ورزشی

گزارشگر ورزشی، مخبر، مربی و ورزشکار حرفه ایریا، مجری برنامه تلویزیونی، موسیقی دان، بازیگر

تجارت-کار های دستی

نجار، صنعتگر دستی، کشاورز، آشپز و سرآشپز، مهندس برق، نقشه بردار، عکاس

تجارت و بازرگانی

کارفرما، مشاور مدیریت، بازاریاب، عمده فروش، فروشنده اتومبیل

چگونه شغل دلخواه خود را بیابید؟

- با جدیت و پر انرژی دنبال کار مورد نظرتان بگردید
- برای خودتان بازاریابی کنید
- از قدرت مشاهده و ملاحظه خود برای کشف فاکتور های مهم محیطی استفاده کنید
- به شکل مؤثر و سیاستمدارانه مذاکره کنید
- منابع موجود را ارزیابی کنید، سپس دست به انتخاب بزنید

چگونه میزان موفقیت خود را بالا ببرید؟

- تنها به مشاغلی که در حال حاضر وجود دارند توجه نکنید
- وقتی صرف کنید و برای خود یک برنامه شغلی بلند مدت تهیه کنید
- معیاری برای انتخاب شغل تهیه کنید
- طوری وانمود نکنید که فکر کنند شما قابل اعتماد نیستید
- در مورد علایق خود به طور جدی تمرکز کنید