

گزارش آزمون شخصیت ۵ عامل بزرگ-NEO

سحر کیانی

۱۳۹۹/۰۹/۲۷

مدیرپدیا

شخصیت هر فرد، اصلی ترین بعد ساختار روانشناختی اوست؛ که به شکل گیری سبک زندگی وی کمک می کند. در دهه های اخیر، عده ای با طرح صفاتی برای شخصیت و استفاده از روش های آماری پیچیده نظیر تحلیل عوامل، توانسته اند جایگاه مناسبی در بین متخصصان برای خود باز کنند. تصور بر این است که شخصیت به دو شیوه می تواند سلامت روانی را تحت تأثیر قرار دهد؛ به صورت غیرمستقیم، از طریق تأثیر بر سلامت عینی افراد، مثلاً از طریق تأثیر ویژگی های شخصیتی بر نوع پاسخ های فیزیولوژیکی افراد به تنیدگی، همچنین ویژگی های شخصیتی بر ارزیابی های افراد از وضعیت سلامت عینی آنها تأثیر بسزایی می گذارد.

تفسیر ابعاد پنج گانه

جهت بررسی وضعیت فرد در هر یک از عوامل پنج گانه در آزمون NEO PI-R پس از نمودار مقیاس های پنج بعد اصلی، در ادامه نمودارهای هر یک از ۵ بعد به تفکیک مقیاسهای فرعی آنها ارائه و شرح امتیازات فرد در آزمون توضیح داده میشود.

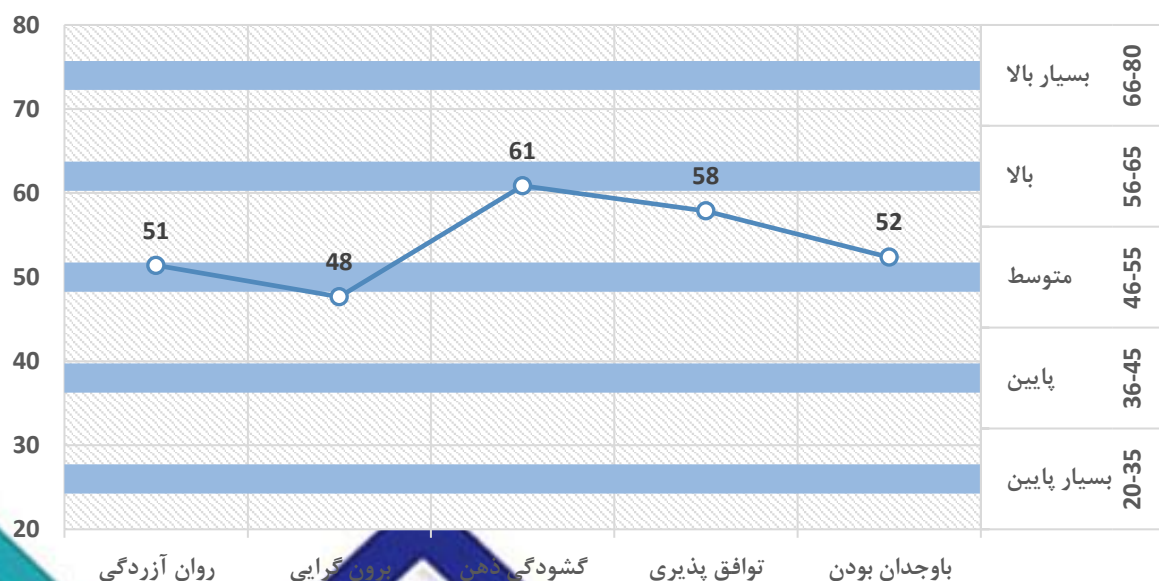
۱- مقیاس N روان آزردهی: به سطح آرامش و پایداری هیجانی فرد اشاره دارد.

۲- مقیاس E برون گرایی: به میزان معاشرتی بودن و منبع دریافت انرژی از محیط و انسانهای اطراف یا از درون فرد اشاره دارد.

۳- مقیاس O گشودگی ذهن نسبت به تجربه: سطح خلاقیت، انعطاف پذیری، کنجکاوی و تمایل به کسب تجربه های جدید را می سنجد.

۴- مقیاس A توافق پذیری: میزان دوستی، مهربانی و سازگاری فرد را نشان میدهد.

۵- مقیاس C باوجدان بودن: میزان سازماندهی و منظم بودن کارها و اخلاقی بودن فرد اشاره دارد.



روان آزرده‌گی:

از جمله ابعاد گسترده شخصیت، مقایسه سازگاری، ثبات عاطفی فرد با ناسازگاری و عصبیت یا روان آزرده‌گی است. تمایل عمومی به تجربه عواطف منفی چون ترس، غم، دستپاچگی، عصبانیت، احساس گناه و نفرت در حیطه این عامل قرار می‌گیرند اگر چه که خوی روان رنجوری معنایی فراتر از آمادگی برای ناراحتی‌های روانشناختی دارد.

افراد دارای نمره بالا در این عامل مستعد داشتن عقاید غیر منطقی هستند و کمتر قادر به کنترل تکانش‌های خود بوده و خیلی ضعیف‌تر از دیگران با استرس کنار می‌آیند. نمرات خیلی بالا ممکن است نشانه احتمال بالا برای ابتلا به برخی از انواع مشکلات روان پزشکی باشد اما از طرف دیگر ممکن است به دست آوردن نمره بالا در این مقیاس با یک اختلال روانی قابل تشخیص همراه نباشد، همچنین باید در نظر داشت که تمامی اختلالات روانی با نمره بالا در این عامل مشخص نمی‌شوند.

افرادی که نمره آن‌ها در این مقیاس پایین است دارای ثبات عاطفی بوده و معمولاً آرام، معتدل و راحت هستند و قادرند که با

موقعیت‌های فشارزا بدون آشفتگی یا هیاهو روبرو شوند.

نمره کسب شده	۵۱
ارزش کیفی نمره	متوسط

سیاس برون‌گرایی:

برونگرایی بیانگر وجود رویکردی پراورزی به جهان مادی و اجتماعی در فرد است که ویژگی‌هایی مانند مردم‌آمیزی، فعال بودن، قاطعیت و جرأت را شامل می‌شود.

برونگرا‌ها افرادی جامعه‌گرا هستند اما توانایی اجتماعی تنها یکی از صفاتی است که این مقیاس اندازه‌گیری می‌کند. علاوه بر آن دوست داشتن مردم، ترجیح گروه‌های بزرگ و گردهمایی‌ها، با جرأت بودن، فعال بودن و پرحرف بودن نیز از صفات برون‌گراهاست.

آن‌ها برانگیختگی و نیز هیجان را دوست دارند و تمایل دارند که بشاش باشند. هم‌چنین سرخوش، با انرژی و خوش بین نیز هستند. این مقیاس به طور قوی با علاقه به ریسک‌های بزرگ در مشاغل همبسته است.

هر قدر که نشان دادن مشخصات برون‌گراها آسان است، به همان اندازه نشان دادن ویژگی‌های درون‌گراها مشکل است. این افراد خوددارترند تا غیردوستانه، مستقل هستند تا پیرو، یکنواخت و متعادل‌اند تا تنبل و دیرجنب. افراد درون‌گرا لزوماً از اضطراب‌های اجتماعی رنج نمی‌برند. گرچه این افراد روحیه بسیار شاد برون‌گرا‌ها را ندارند اما آدم‌های ناراحت یا بدبینی هم نیستند.

نمره کسب شده	۴۸
ارزش کیفی نمره	متوسط

گشودگی ذهن:

اشخاص دارای ذهن گشوده هم درباره دنیای بیرونی و هم درباره دنیای درونی کنجکاو هستند و زندگی آن‌ها از لحاظ تجربه غنی است. آن‌ها مایل به پذیرش عقاید جدید و ارزش‌های غیر متعارف بوده و بیشتر و عمیق‌تر از افراد غیر منعطف هیجان‌های مثبت و منفی را تجربه می‌کنند.

انعطاف‌پذیری به خصوص با جنبه‌های مختلف هوش چون تفکر واگرا که عاملی در خلاقیت می‌باشد مربوط است. اما انعطاف‌پذیری مترادف هوش نیست. برخی افراد بسیار باهوش در مقابل تجربه بسیار بسته هستند، متقابلاً برخی افراد بسیار انعطاف‌پذیر ظرفیت هوشی محدودی دارند.

افرادی که نمره پایینی در انعطاف‌پذیری می‌گیرند متمایلند که رفتار متعارف داشته و دیدگاه خود را حفظ نمایند. همچنین پاسخ‌های عاطفی آنان بسیار محدود است. به نظر می‌رسد این افراد ثبات بیشتری در علاقه به حیطه فعالیت خود نشان می‌دهند و تمایل به وضعیت سیاسی و

اجتماعی خود دارند. در مقابل افراد انعطاف‌پذیر، غیر سنتی و غیر متعارف هستند. علاقمند هستند همیشه سوال کنند و آماده پذیرش عقاید سیاسی و اجتماعی و اخلاقی جدید هستند. نباید چنین پنداشت که این افراد، غیر اصولی هستند. یک فرد انعطاف‌پذیر ممکن است به سیستم

ارزش‌های خود مسئولانه پاسخ دهد، همان‌گونه که افراد سنت‌گرا عمل می‌کنند.

نمره کسب شده	۶۱
ارزش کیفی نمره	بالا

توافق پذیری و محبوب بودن :

همانند برون گرایی، این عامل نیز بعدی از تمایلات بین فردی است. یک فرد توافق پذیر و همراه اساساً نوع دوست است و نسبت به دیگران همدردی کرده و مشتاق است کمک کند و باور دارد که دیگران نیز متقابلاً کمک کننده هستند. در مقابل رفتار فرد غیر دلیپذیر ستیزه جو، خودمدار و شکاک به دیگران بوده و رقابت جو است تا همکاری کننده. افراد مایلند دلیپذیر بودن را هم به عنوان صفتی که از لحاظ اجتماعی و هم روانی مطلوب است ببینند. این امر نیز حقیقت دارد که افراد دلیپذیر مقبول تر و محبوب تر از افراد ستیزه جو هستند اما باید توجه داشت که آمادگی برای جنگیدن برای منافع خود نیز یک امتیاز است و لذا دلیپذیر بودن در میدان جنگ یا در صحن دادگاه فضیلت محسوب نمی شود. نمرات خیلی پایین در این مقیاس با حالات خودشیفتگی، ضد اجتماعی بودن و اختلال شخصیتی پارانویید همراه است در حالی که نمرات خیلی بالا با اختلال شخصیتی وابسته همراه است.

نمره کسب شده	۵۸
ارزش کیفی نمره	بالا

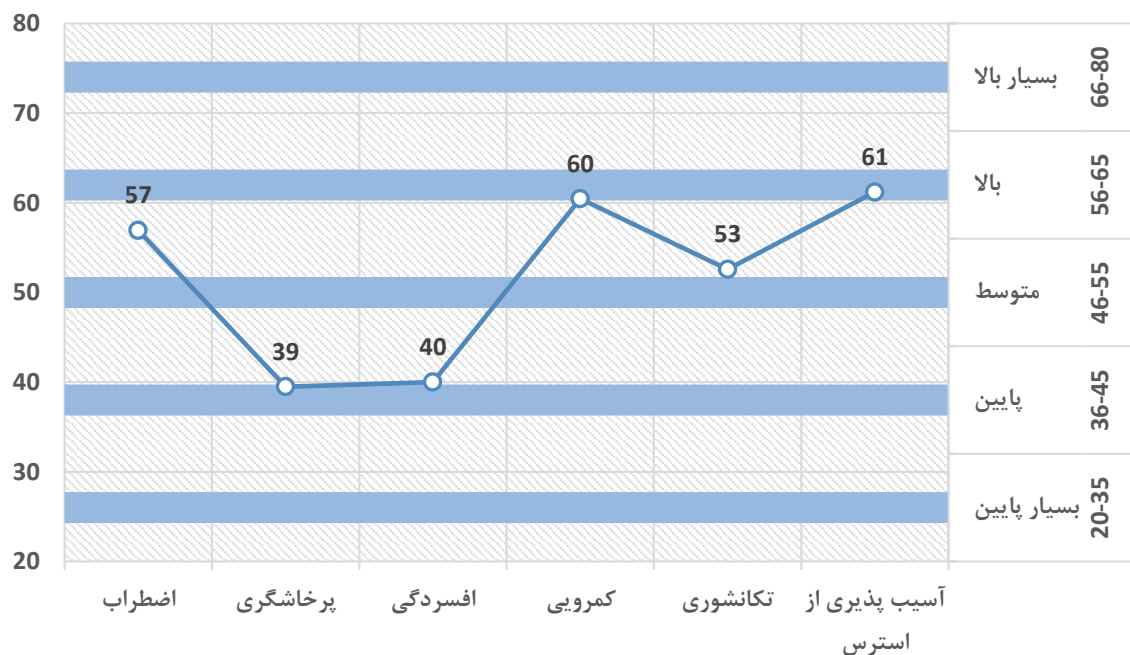
وظیفه شناسی و وجدان :

کنترل خود، می تواند به معنای قدرت طرح ریزی فعال، سازماندهی و انجام وظایف محوله به نحو مطلوب نیز باشد. تفاوت های فردی در این موارد اساس با وجدان بودن است. فرد با وجدان، هدفمند، با اراده و مصمم است. افراد موفق، موسیقی دانان بزرگ و ورزشکاران به نام این صفات را در حد بالا دارند. نمره بالا در این عامل با موفقیت تحصیلی و شغلی همراه است. این افراد دقیق، خوش قول و مطمئن هستند. نمره پایین ممکن است موجب شود که فرد از باریک بینی لازم، دقت و پاکیزگی زیاد یا معتاد کار بودن اجتناب کند. این افراد در به کارگیری اصول اخلاقی زیاد دقیق نیستند و در تلاش برای رسیدن به هدف هایشان بی حال هستند.

نمره کسب شده	۵۲
ارزش کیفی نمره	متوسط

روان آزرده‌گی: براساس ۶ مقیاس سنجش میشود، پس از بررسی نمودار امتیازات این ۶ مقیاس تفسیر هریک از آنها در ادامه آمده است.

نمرات مقیاس روان آزرده‌گی



نمره اضطراب بالاتر از متوسط است که به معنی در معرض نگرانی بودن، ترس، عصبی بودن، تنش و وحشت بیشتر از نرمال است. احتمالاً این فرد ترسهای خاص یا اضطراب فراگیر دارد. ویژگی مثبت آنها گوش به زنگ بودن، پرهیز از کارهای خطرناک یا خلاف است. همیشه آماده رویارویی با چالش هستند و در تصمیم گیری احتیاط و دقت میکنند. اما در نمرات بالاتر از ۷۰ مستعد اختلالات اضطرابی مثل اضطراب فراگیر یا فوبیها هستند. اضطراب فراگیر به صورت بی قراری شدید مشخص میشود به گونه ای که در مورد مسائل مختلف مانند سلامتی، تحصیل، مسائل مالی، سلامتی بستگان و ... نگران هستند. نمیتوانند تمرکز کنند و ممکن است در خواب و اشتها دچار اختلال شوند. معمولاً در عضلات احساس گرفتگی و تنش میکنند. به دلیل ترس از بسیار چیزها از روبرو شدن با آنها فرار میکنند و نمیتوانند برخورد سازنده ای با بسیاری از چالشهای معمولی داشته باشند.

نمره پرخاشگری پایین تر از متوسط است: این فرد آرامش طلب بوده و توانایی حفظ آرامش در هنگام خشم را دارد. ویژگی مثبت آنها این است که میتوانند ناکامی را بهتر تحمل کنند، بنابراین احتمالاً سازگاری بهتری برای تحمل شرایط نامطلوب اجتماعی، شغلی و .. دارند و تمایلی به سوء استفاده از دیگران ندارند. به دلیل اینکه فرد آرامی هستند معمولاً از علائم جسمی ناشی از خشم مثل بیماریهای قلبی و عروقی و گوارشی نسبت به افراد بانمرات بالای خشم در امان هستند. اما نقطه ضعف آنها تلاش نکردن برای دفاع از حق و مقابله با ظلم و سوء استفاده است. ممکن است توان "نه" گفتن و مخالفت با خواسته های نادرست دیگران را نداشته و به همین دلیل فردی بی جرأت شناخته شوند.

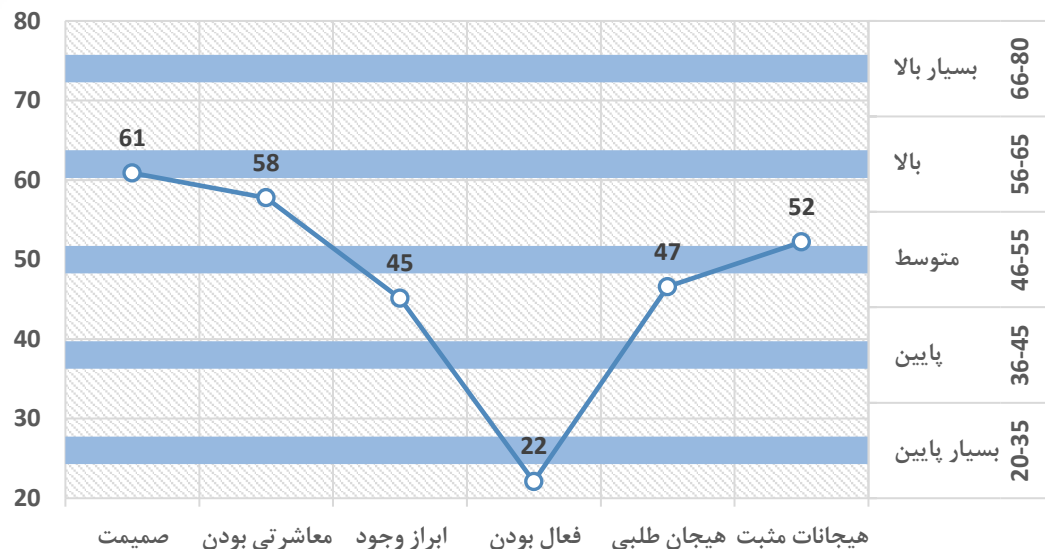
نمره افسردگی پایینتر از متوسط است: این فرد به ندرت دچار احساسات غم و ناامیدی و تنهایی میشود. البته این امر الزاما به معنی سرزندگی و سرخوشی نیست چرا که این ویژگی بیشتر مربوط به برونگراهاست. به راحتی و خوشی خود توجه زیادی کرده و خود را درگیر مشکلات نمیکند. احساس گناه در آنها کم است و اتفاقات ناخوشایند به ندرت باعث ناامیدی آنها میشود. ممکن است بی اعتنا و سرد به نظر برسند و در اتفاقات مختلف واکنشهای یکسان نشان بدهند، به راحتی تحت تاثیر ناراحتی دیگران قرار نمیگیرند و ممکن است دیگران آنها را بی عاطفه قلمداد کنند. اشتباهات و شکستهای خود را بیشتر به عوامل بیرونی نسبت میدهند و دیگران یا شانس را مسئول اتفاقات بد مانند از دست دادن یک رابطه یا شکست تحصیلی و شغلی میدانند. به همین دلیل احتمال جبران اشتباهات و مسئولیت پذیری در نمرات خیلی کم وجود دارد.

نمره کمرویی بالاتر از حد متوسط است: این فرد در موقعیتهای تعامل با دیگران راحت نیست و مستعد احساس خودکم بینی است. معمولا خجالتی بوده و در جمعیهای بزرگ و شلوغ دچار اضطراب میشود. ویژگی مثبت آنها تواضع و عدم خودنمایی است که باعث میشود دیگران به راحتی جذب آنها شوند. حتی در صورت اضطراب ظاهر آرامی دارند و باعث انتقال آرامش به دیگران میشود. برای کارهای انفرادی مناسب هستند. اما نقطه ضعف آنها این است که در ارتباط با دیگران راحت نیستند و خود را با دیگران مقایسه میکنند. در نمرات خیلی بالا ممکن است احساس حقارت داشته باشند. خجالتی بوده و در برقراری ارتباط و در جمع دچار مشکل هستند و علائمی مانند اضطراب لرزش دست و صدا عرق کردن، سرخ شدن صورت و را نشان میدهند. در جمع و مهمانی لذت نمیبرند اما در رابطه تک به تک مشکلی ندارند. مدام گفتار و رفتار خود را در موقعیتهای ارزیابی کرده و اگر عیب و نقصی در آن ببینند خود را سرزنش میکنند.

نمره تکانشوری (به معنی کنترل تکانش های هیجانی و کنترل امیال و هوسها) در حد متوسط و مشابه اکثریت افراد جامعه است

نمره آسیب پذیری از استرس بالاتر از حد متوسط است: این فرد در سازش با استرس های روزمره ضعیف است و در موقعیت های فوق العاده استرس زا به دلیل احساس ناتوانی ناامید و پریشان شده و به دیگران متوسل میشود.

نمرات مقیاس برون گرایی/درون گرایی



نمره صمیمیت بالاتر از متوسط است: افراد صمیمی و با محبت که ارتباط دوستانه تری با دیگران دارند، در این مقیاس نمره بالاتری به دست می آورند. این افراد صادقانه دیگران را دوست دارند و به آسانی با دیگران مراوده و رفاقت برقرار میسازند.

نمره معاشرتی بودن بالاتر از متوسط است: افراد جمع گرا از بودن با دیگران لذت میبرند و در هنگام بودن با جمع احساس شادمانی میکنند.

نمره ابراز وجود در حد نرمال و متوسط جامعه است. این فرد میتواند به راحتی افکار، احساس و عقاید خود را ابراز کرده و برای دستیابی به خواسته ها، نیازها و ارزشهای خود بدون زیر پا گذاشتن حقوق دیگران و آسیب زدن به آنها ایستادگی کند. اما این به معنای نادیده گرفتن دیگران نیست بلکه به معنای قاطع بودن است و اینکه خود را قربانی دیگران نمیکند. در واقع بین منفعل بودن و پرخاشگری و متجاوز بودن تعادل برقرار میکنند. ارتباط دو طرفه برقرار میکنند که در آن هم خواسته های خود را بیان میکنند و هم به خواسته های طرف مقابل گوش میدهند.

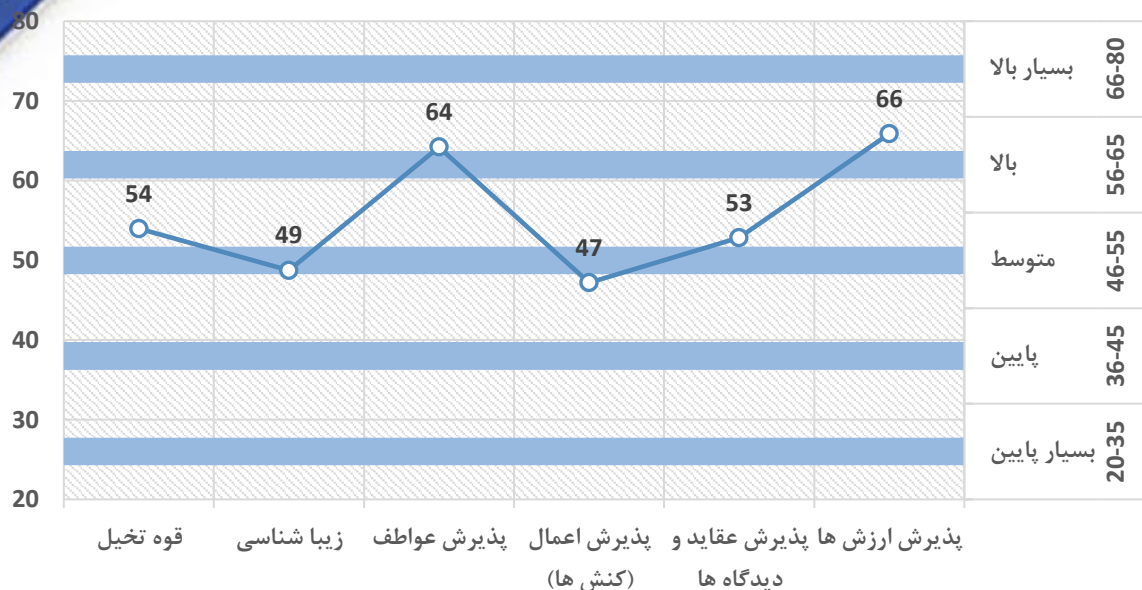
نمره فعال بودن کمتر از متوسط است: این فرد گرچه لزوماً تنبل یا کم تحرک نیست اما در فعالیتهای کارهای آرام را برگزیده و فرصت بیشتری برای خود فراهم میکنند و کار کردن آنها با تامل و دارای آهنگ کندتر و آرامتری است.

هیجان طلبی در حد متوسط و نرمال جامعه است.

نمره هیجانات مثبت در حد متوسط و نرمال جامعه است.

عناصر گشودگی ذهن عبارتند از تخیل فعال، احساس زیباپسندی، پذیرش عواطف، پذیرش اعمال، پذیرش عقاید و ارزشها.

نمرات مقیاس گشودگی ذهن



نمره تخیل در حد نرمال و استاندارد جامعه است. از تصورات روشنی برخوردار هستند، تخیلات و رویاپردازی های آنها منطبق بر واقعیت است و آنها را از واقعیت دور نمیکند بلکه این خیال پردازی ها زمینه ای را برای آنها فراهم میکند که بتوانند زندگی آینده و اهداف خود را به واقعیت تبدیل کنند. به طور کلی از تخیلات در حد طبیعی و ضروری استفاده میکنند غرق در خیالات میشوند و نه کاملاً از آنها غافل میشوند.

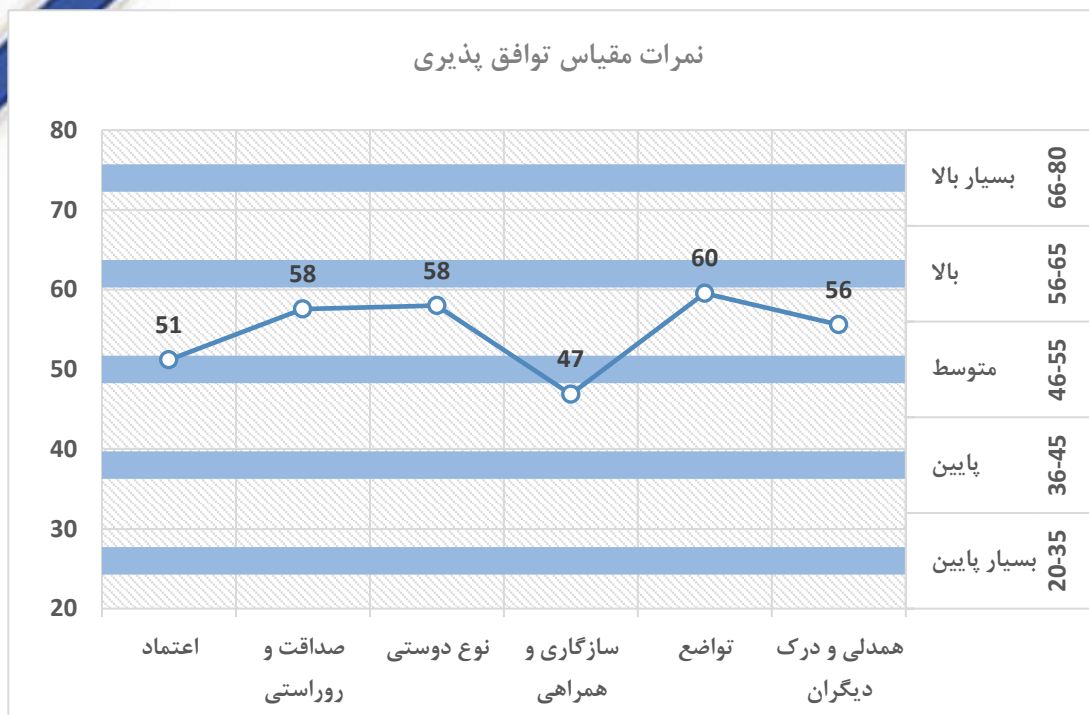
نمره زیباشناسی در حد متوسط و نرمال جامعه است.

نمره گشودگی به عواطف بالاتر از متوسط است: به مفهوم برخورداری از قدرت بالا برای درک عواطف و هیجانات شخصی بوده و دیدگاه مثبتی به هیجانها به عنوان یکی از ابعاد مهم زندگی دارد. این افراد موقعیتهای هیجانی را خیلی بیشتر و عمیق تر تجربه کرده و شدت شادی و غم در آنها بیشتر و برجسته تر از دیگران است. زندگی بدون احساسات قوی و پر رنگ برای آنها جذابیتی نداشته و به راحتی با دیگران همدلی میکنند.

نمره اعمال و کنشها متوسط و در حد نرمال است:

نمره گشودگی ذهن به عقاید و دیدگاه ها در حدمتوسط و نرمال جامعه است. به بحثهای فلسفی علاقه مند هستند و از چالش با نظریات مختلف در مورد یک موضوع لذت میبرند. درگیر شدن در معماها و چالشها و تلاش برای حل آنها را دوست دارند. همین علاقه به درک موضوعات غیرمعمول باعث میشود ظرفیت ذهنی و هوشی آنها افزایش پیدا کند. این علاقه را در حدمتعادل نگه میدارند به گونه ای که از نظر ذهنی غرق در این موضوعات نمیشوند و خود را از دیگران جدا نمیکند. علاوه بر درگیری ذهنی با بحثهای چالش انگیز تمایل به عملگرایی هم دارند و هم با دنیای بیرونی خود ارتباط برقرار میکنند.

نمره گشودگی ذهن به ارزشها بالاتر از متوسط است: گشودگی ذهن به ارزشها یعنی آمادگی برای بازبینی ارزشهای مذهبی، سیاسی و اجتماعی. هرچه امتیاز این مقیاس بالاتر باشد آمادگی پذیرش نظرات جدید و بازنگری ارزشها بیشتر است. نمره بالا در مقابل دگماتیسم و تفکر جزمی قرار دارد.



نمره اعتماد در حد متوسط و نرمال جامعه است. این فرد در اعتماد به دیگران به صورت طبیعی عمل میکند به آنها اعتماد میکند و در عین حال محتاط نیز هست و ساده لوحانه عمل نمیکند بین اعتماد و رعایت احتیاط تعادل برقرار میکند.

نمره صداقت و روراستی بالاتر از متوسط است: این افراد رک، بی ریا و صاف و ساده هستند و از نظر اجتماعی ناپخته به نظر میرسند.

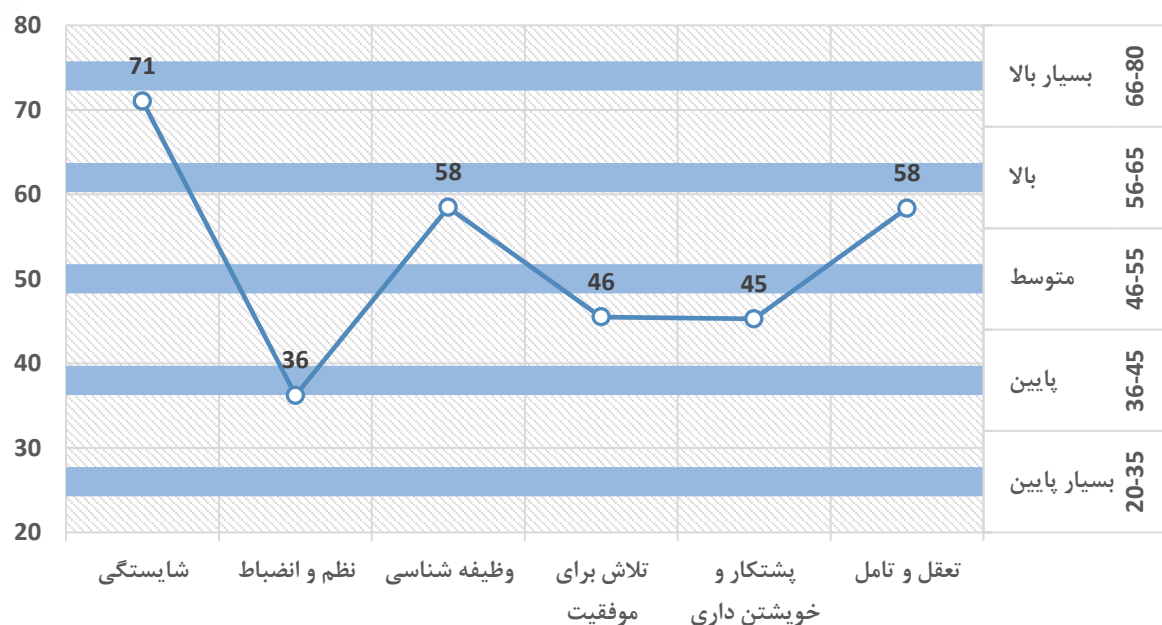
نمره نوع دوستی بالاتر از متوسط است: این افراد توجه فعالی به دیگران دارند، به نیازها و منافع دیگران اهمیت میدهند و مشتاق کمک به افراد نیازمند هستند. به گونه سخاوتمندانه ای به منافع دیگران اهمیت میدهند و به تاثیر رفتار خود بر دیگران فکر میکند. سطح سالمی از اعتماد به نفس را نشان میدهند اما نقاط ضعف آنها این است که گاهی این ایثار را تاحدی پیش میبرند که ممکن است به کنترل طرف مقابل ختم شود یا اینکه بیش از حد نیازهای خود غافل شوند.

نمره انطباق در حد متوسط و نرمال است: به معنای واکنشهای متوسط در واکنش به تعارضهای بین فردی در ارتباطات است. این انطباق با هدف همکاری با دیگران از جمله همکاری با گروه هایی که در آن عضو هستند صورت میگیرد. اما در صورتی که بدانند که تبعیت از دیگران اشتباه است یا نمیتوانند خواسته های دیگران را برآورده کنند به راحتی به آن "نه" میگویند.

نمره تواضع بالاتر از متوسط است: این افراد فروتن و دارای توانایی نادیده گرفتن منافع خود هستند. این امر به معنای کمبود اعتماد به نفس نیست، بلکه آنها اهل خودنمایی و جلب توجه نیستند.

نمره درک دیگران پایین تر از متوسط است: این افراد سرسخت تر از دیگران هستند و کمتر تحت تاثیر رحم و شفقت دست به بخشنده میزنند.

نمرات مقیاس باوجدان بودن



نمره شایستگی بالاتر از متوسط است: احساس فرد نسبت به توانایی، عقل، تدبیر و تاثیر بر محیط در وی بالاتر از متوسط است که نشان دهنده آمادگی و قابلیت فرد برای کسب شایستگی ها و کفایت او در امور زندگی است.

نمره نظم و ترتیب پایین تر از متوسط است: به معنی ضعف در سازمان دادن است. چنین افرادی قادر به سازمان دادن نیستند و خود را افرادی فاقد برنامه مشخص کوتاه مدت یا طولانی مدت میدانند. ویژگی مثبت آنها این که در صورت اشتباه کردن در کارها خود را سرزنش نمیکنند و خود را تحت فشار برای پیروی از برنامه ریزی های خشک و انعطاف ناپذیر قرار نمیدهند. به عبارت دیگر انعطاف پذیر بودن و کارکردن با آدمهای غیر روشمند آنها را اذیت نمیکند. اما روی دیگر سکه این است معمولاً در انجام دادن کارها روش مشخصی را دنبال نمیکند، چیزها را در جای درست قرار نمیدهند و محیط کار و زندگی آنها نامرتب و آشفته است و به دلیل این ویژگی ها دیگران آنها را بی توجه و غفلت کار توصیف میکنند.

نمره وظیفه شناسی بالاتر از متوسط است: باوجدان بودن یعنی نظارت وجدان بر کنش های فردی و این جنبه با مقیاس وظیفه شناسی مورد ارزیابی قرار میگیرد. این افراد به اصول اخلاقی خود پایبند بوده و تعهدات اخلاقی شان را به طور دقیق انجام میدهند.

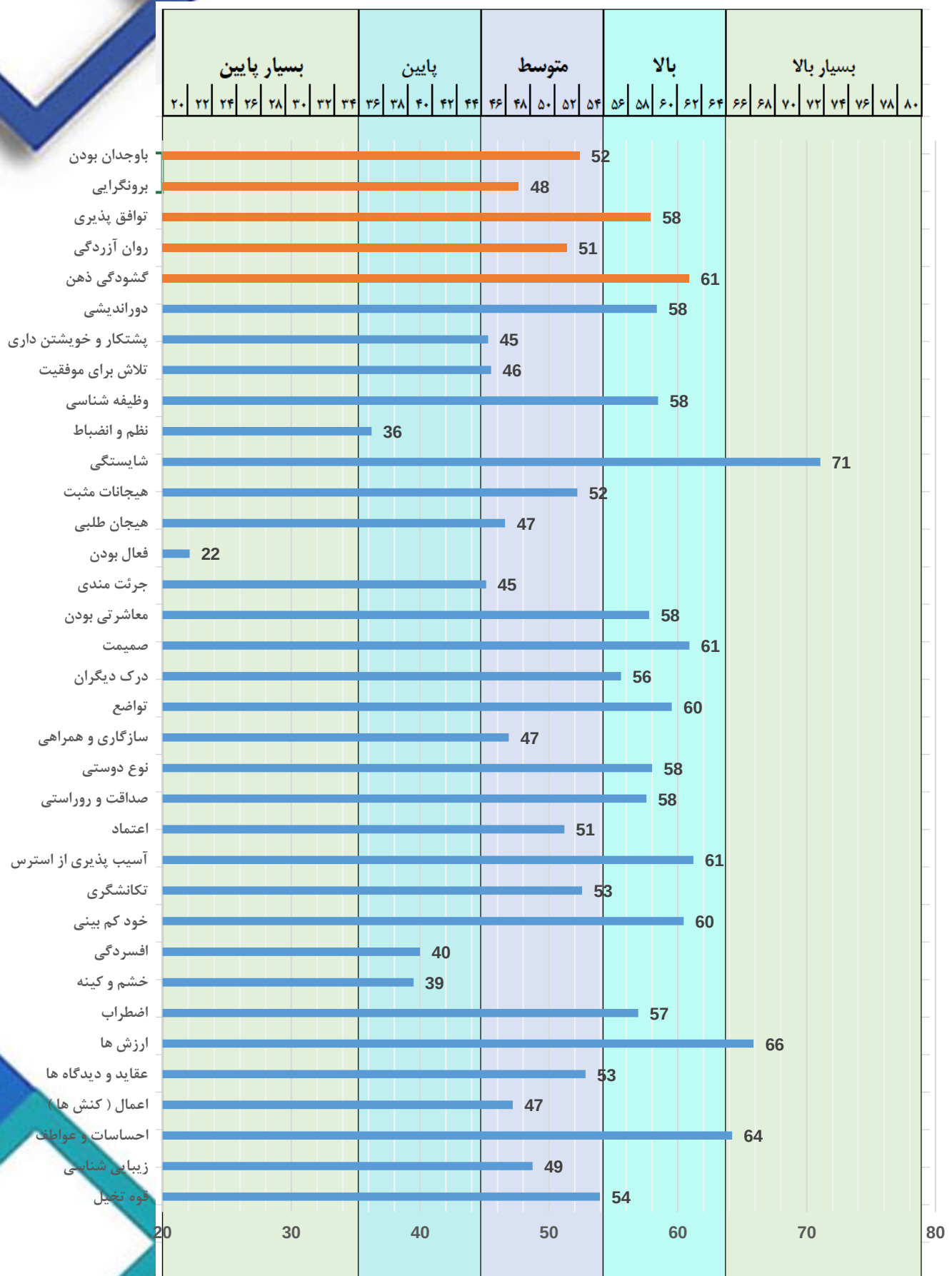
نمره تلاش برای موفقیت در حد متوسط است.

نمره خویشتن داری در حد متوسط و نرمال جامعه است.

نمره احتیاط در تصمیم گیری بالاتر از متوسط است: این به معنای تفکر دقیق پیش از عمل و عدم انعطاف از برنامه هاست. این افراد با تامل زیاد و احتیاط کار میکنند. ویژگی مثبت آنها این است که از اشتباه پرهیز کرده و قبل از اقدام به هر کاری همه جوانب رامیسنجند، کلمات را بادقت انتخاب میکنند و متوجه تاثیر حرفهای خود هستند. معمولاً دیگران آنها را با ویژگی هایی مثل دوراندیش، متفکر، حسابگر میشناسند. اما ضعف آنها این است که اگر برای اتفاقی از قبل آمادگی نداشته باشند نمیتوانند واکنش مناسبی نشان دهند. زمان زیادی را صرف تصمیم گیری میکنند و فرصت مناسب را از دست میدهند.

سحر کیانی

گزارش آزمون شخصیتی ۵ عاملی نئو

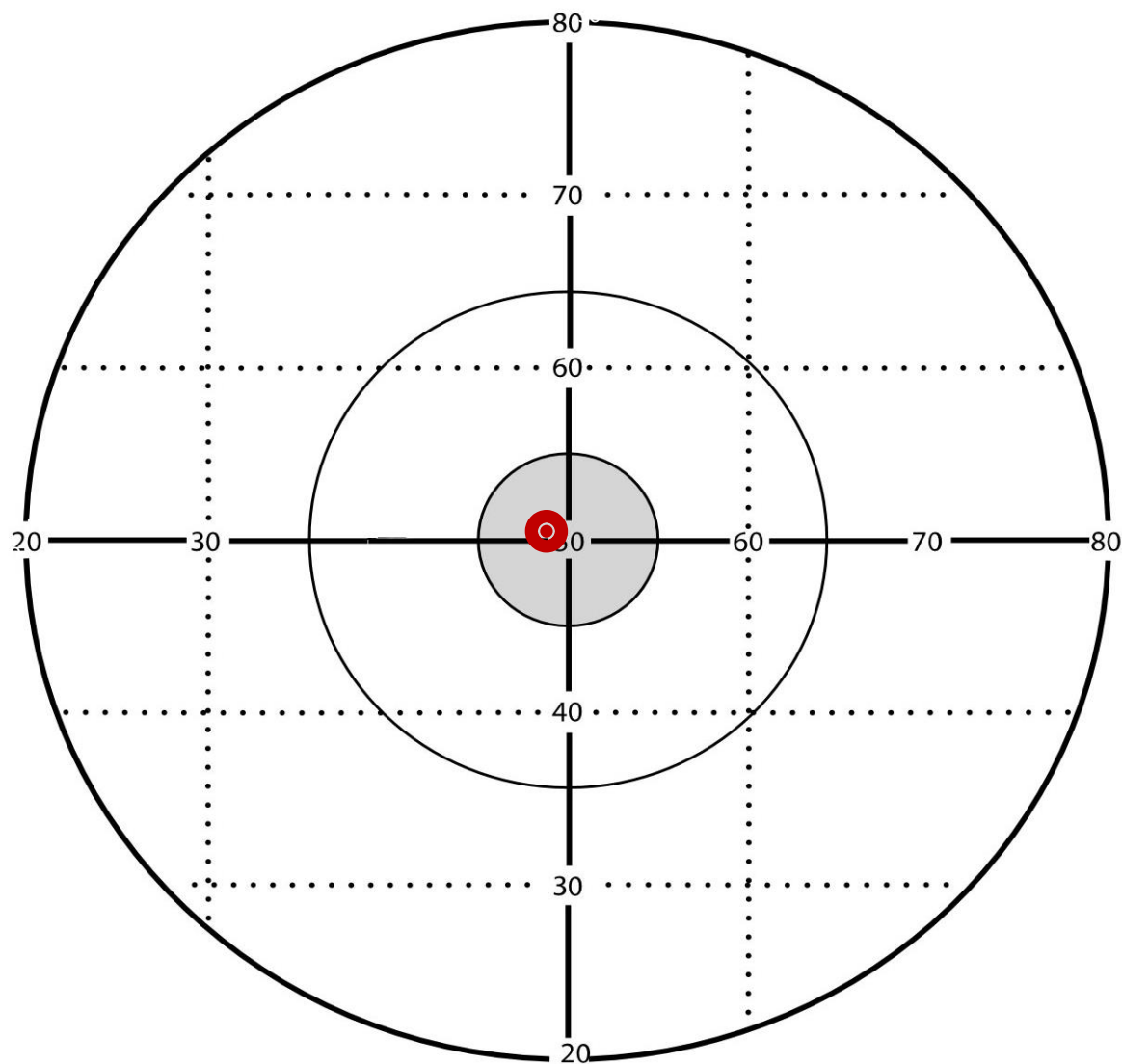


بیش هیجانی

این افراد دارای احساسات مثبت و منفی فراوانی هستند که به آسانی از خلقی به خلق دیگر نوسان دارد. روابط بین فردی پرجنبالی دارند، ممکن است این احساس را داشته باشند که زندگی شان سرشار از هیجان است.

شاد خوش بین

این افراد به راحتی تحت تاثیر مسائل قرار نمیگیرند و به راحتی از مواهب زندگی لذت میبرند. ممکن است به هنگام رویارویی با ناکامی یا ناامیدی عصبانی یا غمگین شوند اما به هنگام راحتی و آسانی میتوانند این نوع احساسات را پشت سر بگذارند. بیشتر ترجیح میدهند مشتاقانه به آینده فکر کنند. این افراد معمولاً از زندگی لذت زیادی میبرند.



بی تفاوت

خبرهای خوب یا بد تاثیر زیادی بر این افراد ندارد، آنها همچنان سرد و بی تفاوت نسبت به رویدادهایی هستند که دیگران نسبت به آنها واکنش نشان میدهند. در روابط بین فردی مشکل دارند زیرا دیگران آنها را سرد میبینند، آنها نوسان احساسی اندکی دارند.

افسرده بدبین

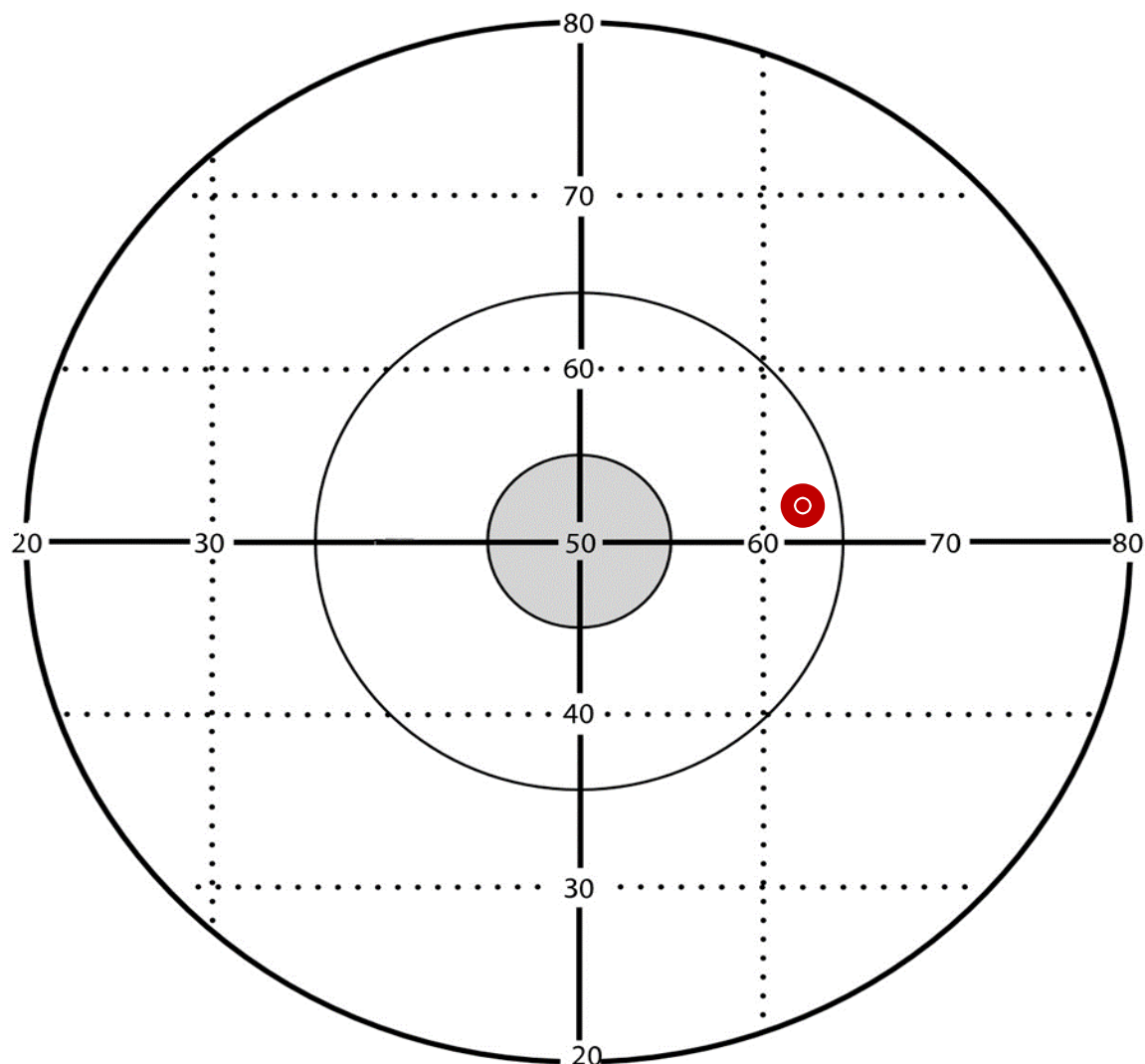
این افراد زندگی تیره و سردی دارند، چیزهای اندکی آنها را شاد میکند و چیزهای زیادی آنها را اندوهگین و نگران میکند. به ویژه در شرایط پر استرس دچار مشکل افسردگی میشوند، حتی در شرایط عادی زندگی ممکن است زندگی را مایوس کننده و فاقد لذت بدانند.

بیش حساس

به نظر میرسد آنها افراد بی دفاعی هستند که به تهدید و خطر بسیار حساس اند. ممکن است کابوسهای وحشتناکی داشته باشند. از آنجا که تفکری خلاق و غیرمعمول دارند، ممکن است با نظرات و عقاید نامتعارف و عجیب و غریب خود مشکل آفرین باشند.

سازگار

این افراد به خوبی از تعارضها، فشارها و تهدیدها آگاهی دارند و از این موقعیتهای برای به حرکت درآوردن انطباق سازگارانه خود استفاده میکنند. آنها بخوبی درگیر مسائل روانشناختی درونی خود شده و میتوانند با فشارهای زندگی با هنرمندی و شوخ طبعی روبه رو شوند.



ناحساس

این افراد به ندرت عواطف منفی قوی را تجربه میکنند و در صورت تجربه این احساس اهمیتی به آن نمیدهند. با تهدیدها و نبودهها مبارزه نمی کنند و تمایل دارند برای حل مسئله اعمالی قراردادی را انجام دهند یا حواس خود را از موضوع پرت میکنند. آنها معمولاً تابع قدرتمندان هستند.

ناسازگار

افراد ناسازگار معمولاً از دفاعهای روانی همچون واپس زنی، انکار و واکنشهای وارونه استفاده میکنند. ترجیح میدهند به موضوعهای نگران کننده فکر نکنند و معمولاً آنها را انکار میکنند (همچون داشتن بیماریهای جسمی). درباره تجربه های عاطفی خود آگاهی کافی ندارند و نمیتوانند آنها را به خوبی بیان کنند. آنها را اسکندرخو نیز نامیده اند.

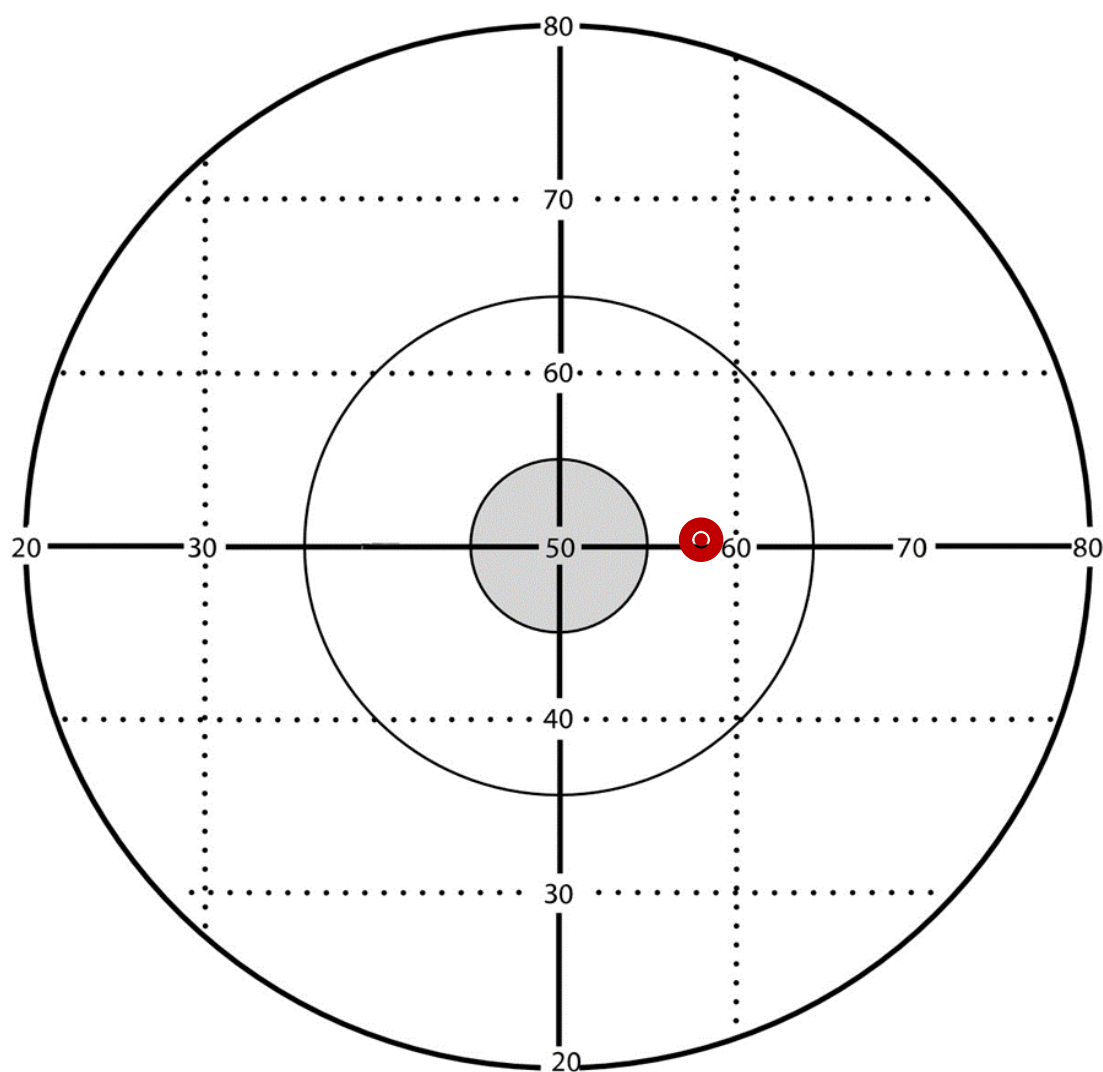
کنترل خشم

محجوب

افراد محجوب معمولاً به شدت با عصبانیت در تعارض هستند. از یک سو احساساتشان به آسانی جریحه دار می شود و احساس می کند که مظلوم واقع شده اند و از سوی دیگر، اغلب مایل نیستند عصبانیت خود را بروز دهند. زیرا نمی خواهند به دیگران آسیبی برسانند. در نهایت عصبانیت این افراد به درون سمت خودشان هدایت میشود.

آسان گیر

افراد سهل گیر به آسانی عصبانی نمی شوند و مایل نیستند خشم خود را بروز دهند. وقتی که مورد انتقاد قرار گیرند، ترجیح می دهند ببخشند و فراموش کنند. آنها می دانند که در هر واقعه ای دو طرف وجود دارد و میکوشند که به منظور ایجاد زمینه های مشترک برای حل مسئله اقدام کنند.



خونسرد

افراد خونسرد اصطلاحاً دیوانه نمی شوند، آرام می گیرند. چنین کسانی هر چند مانند دیگران دچار رنجش و عصبانیت می شوند، اما غرق در احساس خشم نمی شوند. اینان منتظر مانده و رنجش خود را در زمان مناسب و به نوعی مقتضی بروز می دهند. آنها ممکن است هنگام باره تعرض قرار گرفتن (جدی) اقدامی جویانه داشته باشند. اما معمولاً با تنها تحریک پلیس یا دیگران بدین کار اقدام می کنند.

دمدمی

افراد دمدمی به آسانی عصبانی می شوند و خشم خود را به طور مستقیم نشان می دهند. ممکن است با کمترین تحریکی برانگیخته شوند و تا مدت ها در این حالت باقی بمانند. این افراد عمیقاً با خود درگیر و آماده ی رنجش دیگران هستند و معمولاً علت برانگیخته شدن خود را به دیگران نسبت می دهند. آنها ممکن است به آسانی متوسل به خشونت فیزیکی یا کلامی شوند.

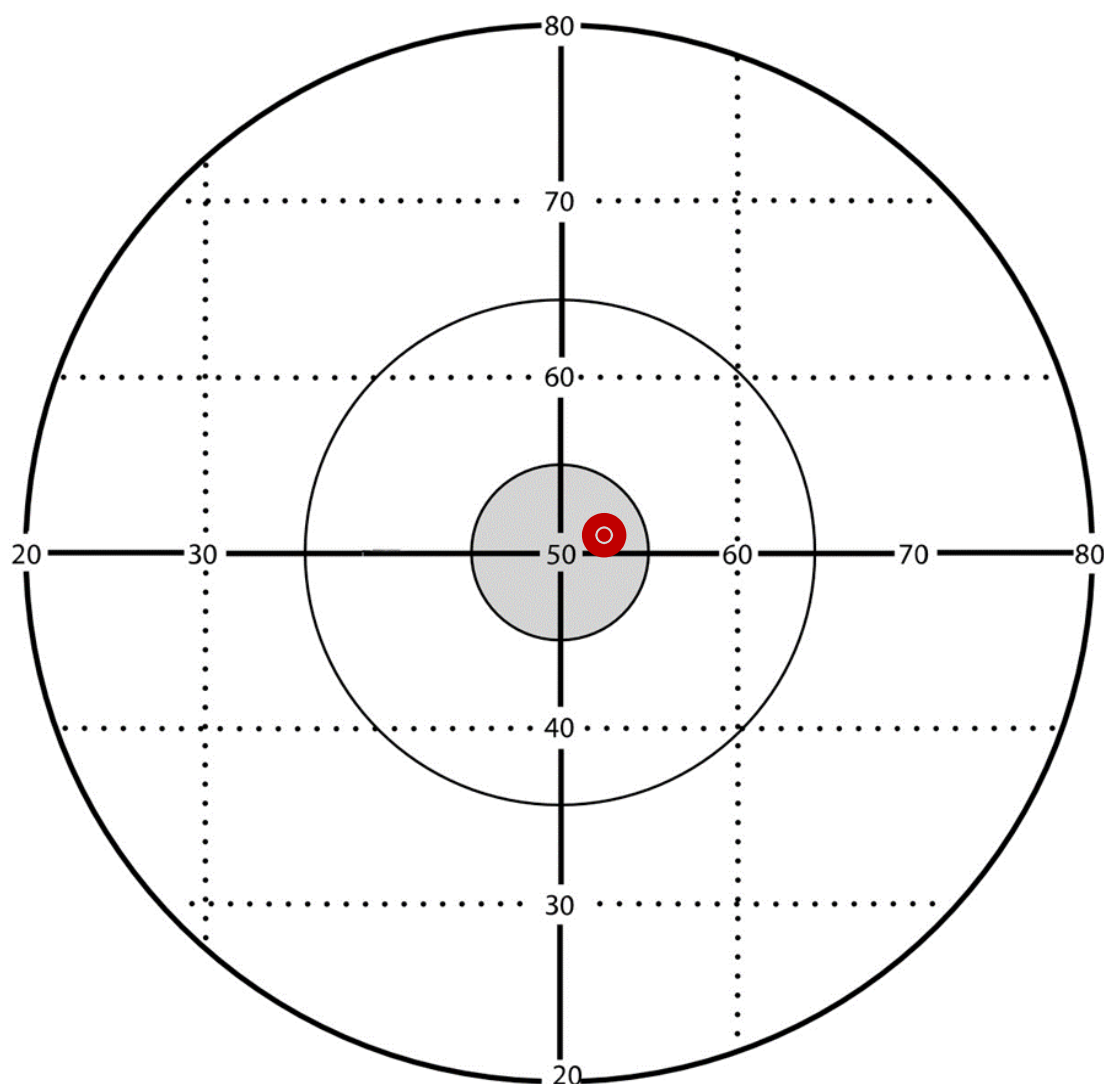
کنترل خویشتن

کنترل ضعیف

این افراد معمولاً در خدمت تکانه‌های خود هستند. مقاومت در برابر خواست‌ها و تمایلات خود برای آنها دشوار است و فاقد خویشتن‌داری لازم هستند. در نتیجه، ممکن است طوری عمل کنند که خود می‌دانند که در نهایت، بهترین خواست خود را انجام نداده‌اند. این افراد در برابر مصرف بد مواد و دیگر رفتارهای پرخطر آسیب‌پذیرند.

کنترل بیش از حد

این افراد ترکیبی از آسیب‌پذیری از فشار و نیاز شدید به کنترل رفتار خود را همزمان دارند. کوشش‌های پیگیری برای نگرش‌های کامل‌طلبانه خود دارند و به خود اجازه بروز اشتباه هر چند جزئی را نمی‌دهند. از آنجا که اهداف غیرواقعی و غیر قابل دسترسی دارند، معمولاً به احساس تقصیر و گناه و سرزنش خویش آسیب‌پذیر هستند. این افراد مستعد رفتارها و اعمال وسواسی هستند.



آرام و رها

این افراد نیاز کمی را در خود برای اعمال کنترل بر رفتار خود احساس می‌کنند. تمایل دارند که آسان‌ترین راه‌ها را برگزینند و برای ناامیدی، فلسفه مختص خود را دارند. آنها برای ایجاد انگیزه در خود برای انجام کارها و حتی درمان‌های پزشکی، به مشوق نیازمندند.

هدفمند

این افراد تعریف روشنی از اهداف خود دارند و می‌توانند در جهت این اهداف، حتی در شرایط نامناسب، حرکت کنند. ناکامی و شکست را به راحتی پشت سر می‌گذارند و می‌توانند نیازهای برآورده نشده خود را به خوبی تحمل کنند تا از اهداف خود دور نشوند.

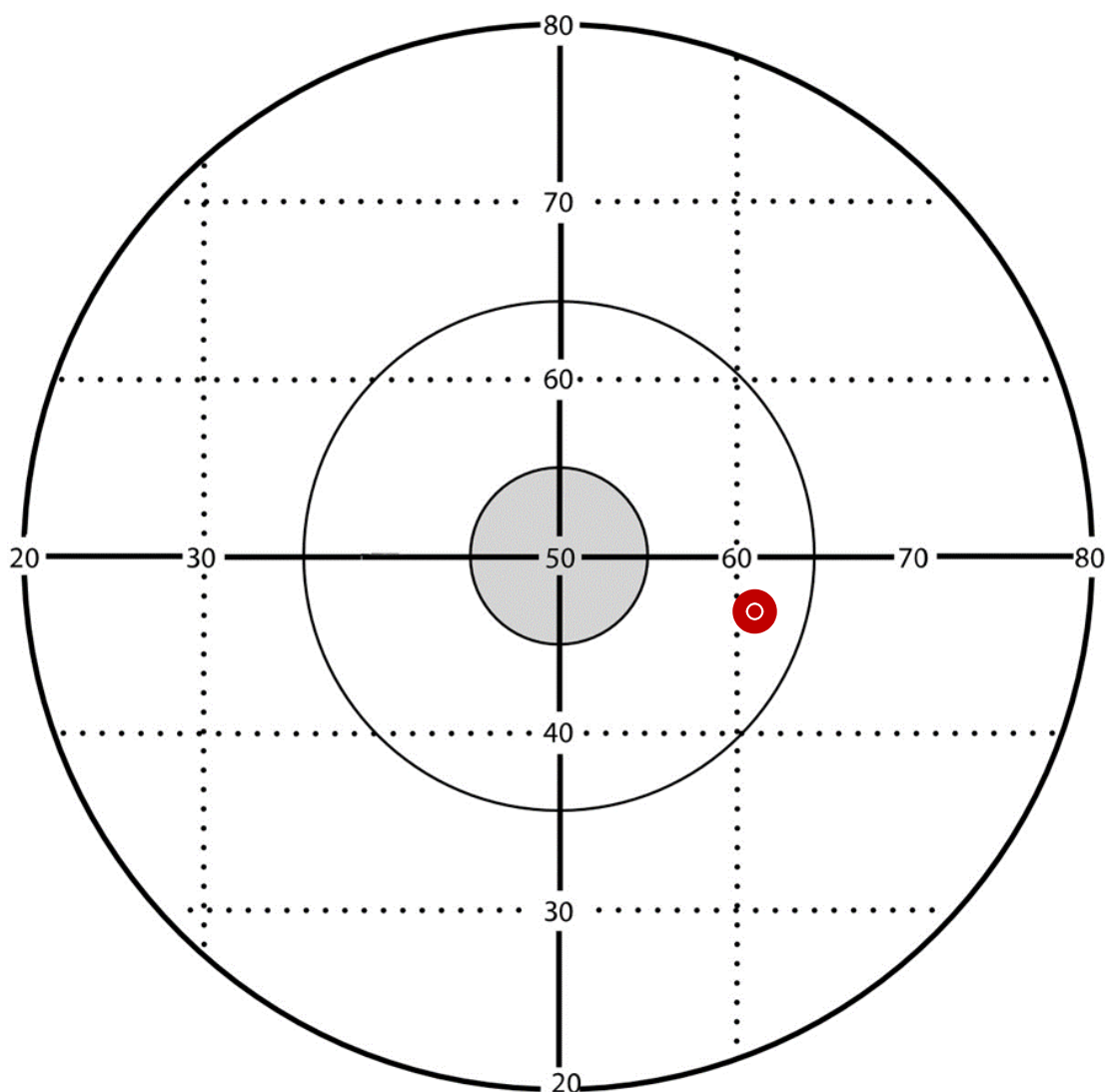
شیوه علائق

عامیانه

علاقه این افراد مانند سلیقه اکثر افراد جامعه مواردی است مانند خرید کردن، تماشای ورزش، مهمانی و تماشای فیلم یا کارهایی که میتوانند همراه با دیگران از آنها لذت ببرند. به مشاغل و حرفه هایی روی می آورند که به آنها فرصت میدهند با دیگران در پروژه های کوچک کار کنند. شغل احتمالی آنها فروشنده است.

تعامل خلاق

علاقه این افراد حول موضوعات جدید و متفاوت میچرخد و دوست دارند تجربیات خود را با دیگران در میان بگذارند. از صحبت در جمع و سخنرانی خوششان می آید و دوست دارند به دیگران آموزش دهند و در بحثهای گروهی به خوبی جای خود را باز میکنند. از ملاقات با افراد مختلف با زمینه های متفاوت لذت میبرند. مشاغلی مانند مردم شناسی، دهستاند، ند.



خانگی

علاقه این افراد حول محور کارهایی است که میتوانند به تنهایی یا همراه تعداد کمی از افراد انجام دهند. نوجویی خاصی ندارند و ممکن است به جمع آوری مجموعه هایی مانند تمبر و سکه، تماشای تلویزیون و باغبانی علاقه نشان دهند. ممکن است به مشاغلی مانند مکانیک و مشاغل خانگی یا کارهایی مثل کتابداری علاقه مند باشند.

درون نگر

علاق این افراد بر فعالیتهای و نظریاتی متمرکز است که خود میتوانند انجام دهند، مانند خواندن، نوشتن یا سرگرمی های خلاقانه مانند نقاشی و موسیقی. معمولاً شغلی را ترجیح میدهند که چالش ورزانه و خصوصی و متکی به خودشان باشد.

گزارش آزمون شخصیتی ۵ عاملی نئو

سحر کیانی

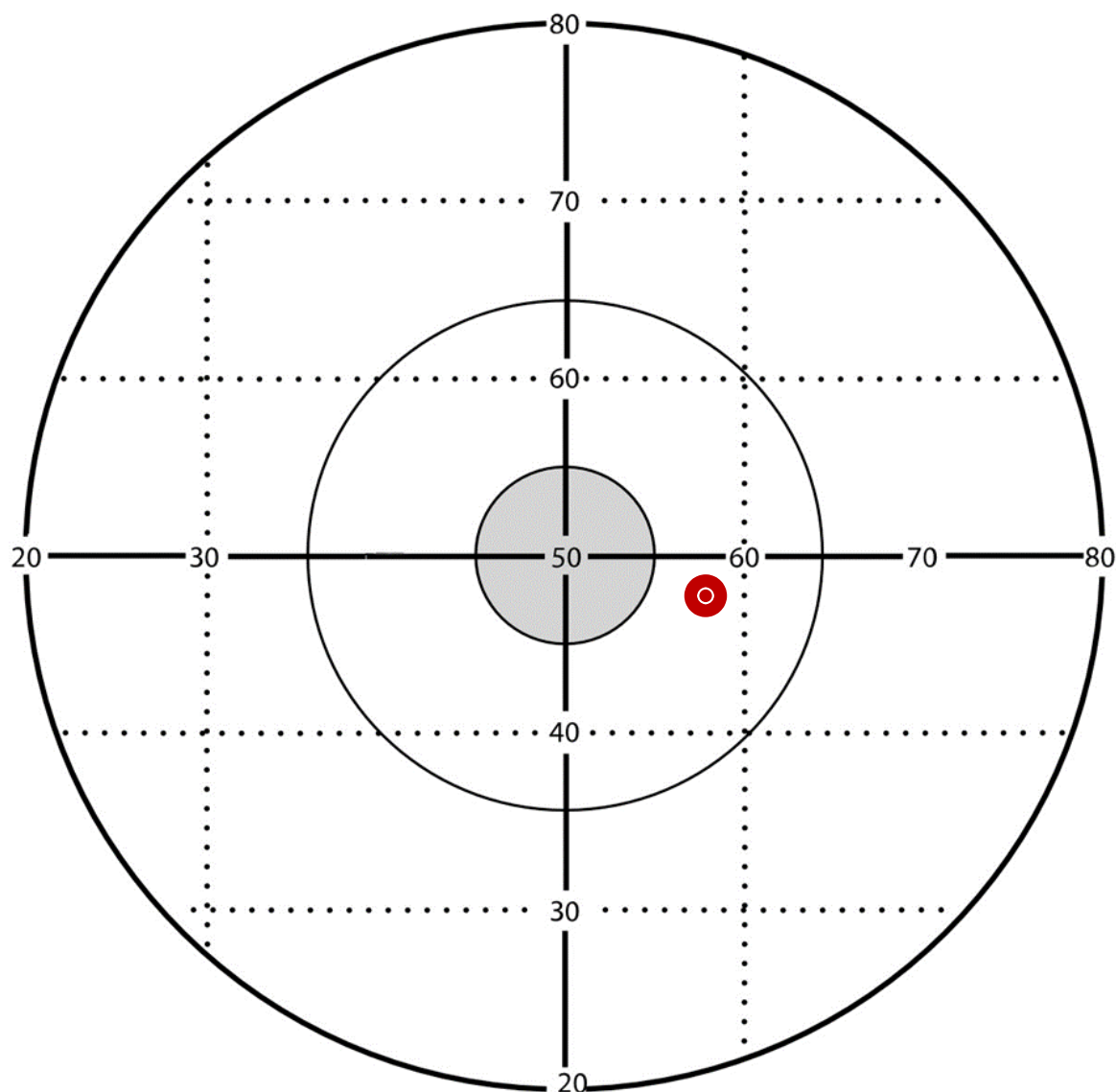
شیوه تعامل

ارادتمند

این افراد به طور مخلصانه از بودن با دیگران لذت می برند. به گونه ای به دوستان قدیمی خود دلبسته اند و به راحتی نیز دوستان جدید پیدا می کنند. دارای خلقی خوب هستند و حس همدردی در آنها قوی است. شنوندگان خوبی هستند و دوست دارند که درباره نظرات خود با دیگران گفت و گو کنند. کنار آمدن با آنها کار آسانی است و همه این ها به خود می دانند.

رهبر

این افراد موقعیت های اجتماعی را به عنوان محلی برای شکوفایی خود دوست دارند. علاقه مندند که باره قبول واقع شوند تصمیم های آنها در اولویت قرار گیرد. همچنین ممکن است بلند پرواز یا لاف زن به نظر برسند. با این وجود، به خوبی می دانند که چگونه دیگران را وادار به کار کردن باهم کنند.



فروتن

این افراد متواضع و خودکفا هستند. اغلب ترجیح می دهند تنها باشند. اما به نیازهای دیگران هم توجه دارند. از آنجا که حس اعتماد خوبی به دیگران دارند مورد سوءاستفاده قرار می گیرند. اطرافیان بایستی مراقب علایق آنها باشند و به حریم خصوصی آنها احترام بگذارند.

رقابت کننده

این افراد دیگران را دشمنان بالقوه میدانند، افرادی ملاحظه کار هستند و از دیگران فاصله میگیرند. هرچند که رفاقت برایشان مهم است اما ورود به حریم خصوصی خود را برنمی تابند. وقتی با این افراد مجاجه هستید اجازه دهید فاصله خود را با شما حفظ کنند.

سحر کیانی

گزارش آزمون شخصیتی ۵ عاملی نئو

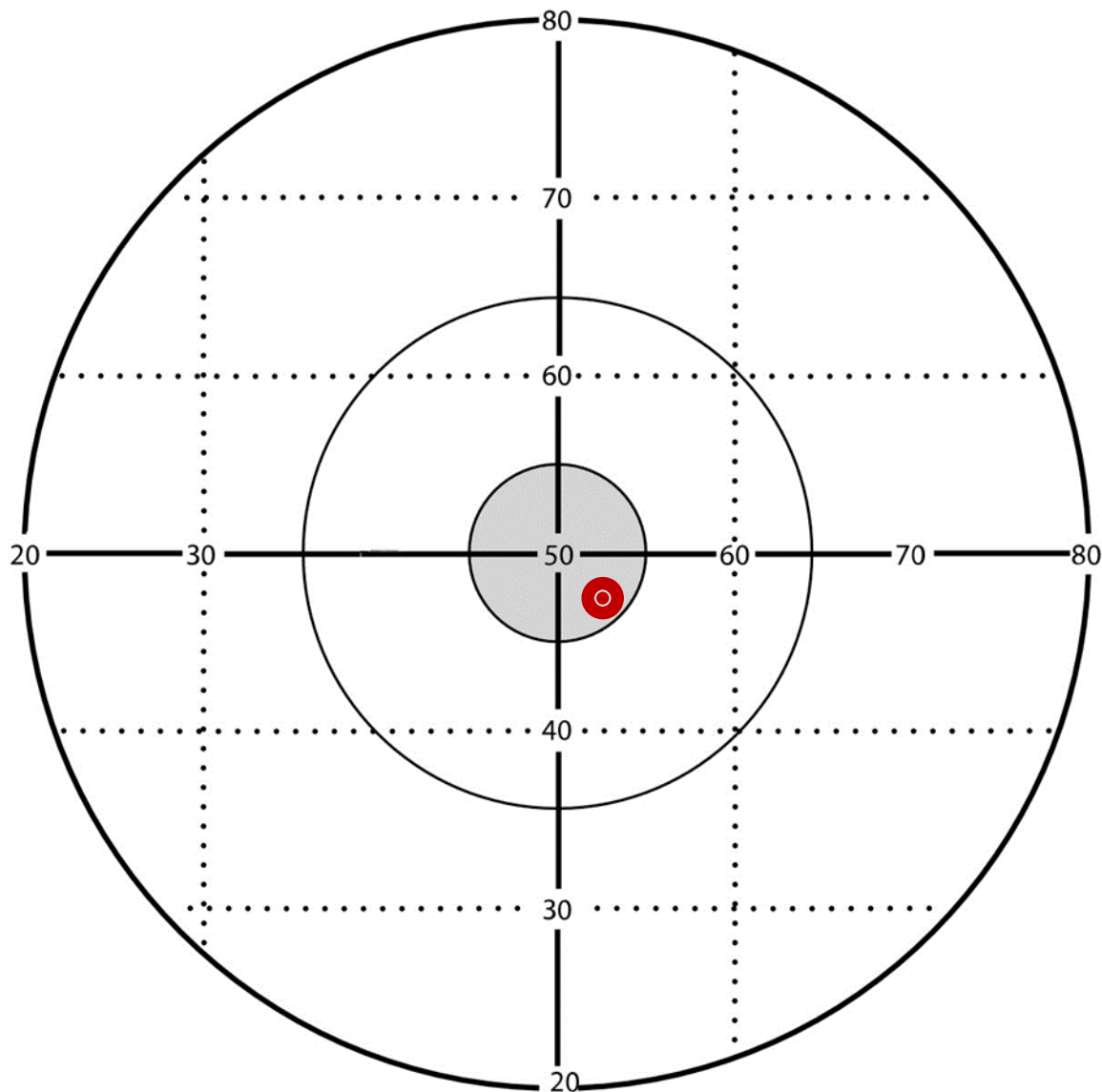
پرکار

شیوه فعالیت

افرادی موثر هستند و در کار پرتلاش و سریع به نظر می‌رسند. به خوبی می‌دانند چه کاری برای انجام دادن باقی مانده و مشتاق درگیر شدن برای انجام آن کارها هستند. معمولاً برنامه خوداصلاحی برای خود دارند و با حرارت آن را دنبال می‌کنند. هنگامی شیوه خود را به دیگران اعمال می‌کنند، کسانی مسلط هل دهنده به نظر می‌رسند.

خوشگذران

این افراد لبریز از سرزندگی و سرشار از نشاطند. اما برای آنها دشوار است که انرژی خود را به اموری سازنده هدایت کنند. به جای آن ترجیح می‌دهند زندگی خود را صرف هیجانها، چیزهای نو و میهمانی‌های غیرمعمولی کنند. کسانی خودجوش و تکانشی هستند و آمادگی دارند کار خود را برای تفریح رها کنند.



زحمتکش

این افراد کارگزاران منظمی هستند که بر روی کار خود تمرکز می‌کنند و به آهستگی و پیوستگی تا پایان وظیفه کار می‌کنند. در تفریح نیز همچون کار دارای گامهای حساب شده‌ای هستند. هرچند نمی‌توان آنها را به شتاب بیشتر وادار کرد اما می‌توان مطمئن بود که کار را هرچه که باشد، به پایان می‌رسانند.

بی حال

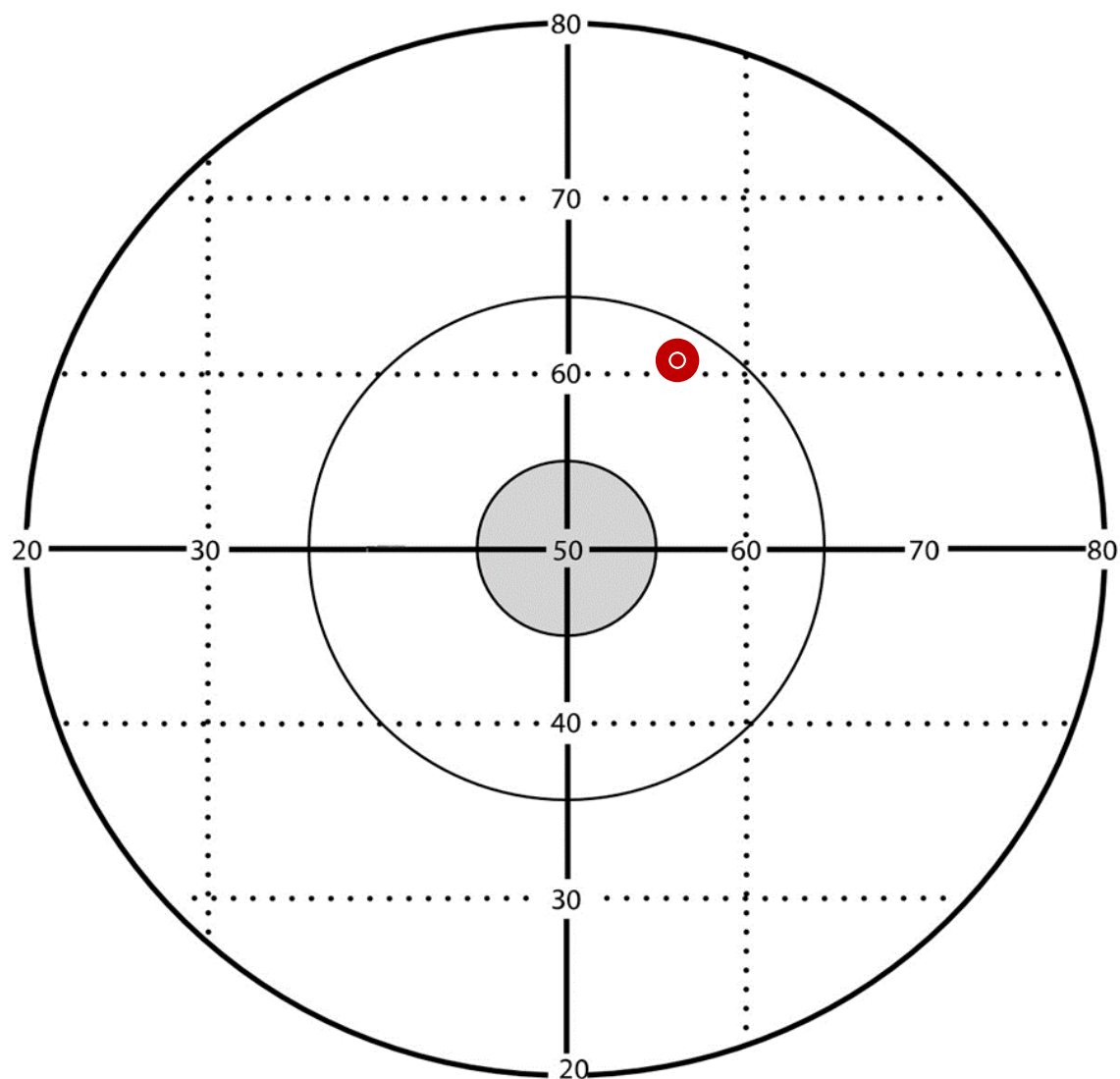
افرادی غیرمشتاق هستند که اهداف و برنامه‌های اندکی دارند تا انگیزه آنها را برای حرکت تحریک کند. منفعل هستند و فقط به نیازهای جدی پاسخ می‌دهند. به ندرت آغازگر فعالیتی هستند و در فعالیت‌های گروهی و بازی‌ها از دیگران عقب می‌مانند.

پیشرو

آنها به مسائل اجتماعی رویکردی اندیشمندانه دارند و در جستجوی راه‌های جدیدی را هستند. باور مثبتی به ماهیت بشر دارند و بر این باورند که می‌توان با تعلیم و تربیت، نوآوری و همکاری، جامعه را بهبود بخشید. به برهان اعتقاد دارند و منطقی هستند.

آزاد اندیش

آنان دارای نگرش‌های آزادی هستند که تحت تاثیر سنت یا احساسات نیست. آنها همه آرا را در نظر می‌گیرند اما در نهایت داوری خود را معیار درستی یا نادرستی می‌دانند. معمولاً احساسات دیگران را در نظر نمی‌گیرند و نظرات خود را دنبال می‌کنند.



سنتی

این افراد متکی به ارزش‌ها و باورهای موروثی و خانوادگی در بهزیستی خود و دیگران هستند. آنها بر این باورند که دنبال کردن قوانین و قواعد بدون پرسش بهترین راه برای رسیدن به صلح و کامیابی برای هر کسی است.

با ایمان

این افراد باورهای راسخی به سیاست‌های اجتماعی و اخلاقیات شخصی دارند. از آن رو که به ماهیت بشر دیدگاه مثبتی ندارند حامی سیاست‌های جدی اجتماعی بوده و رویکردهای سخت‌گیرانه‌ای به مسائل اجتماعی دارند. آنها معتقدند که همه افراد باید از قوانین پیروی کنند.

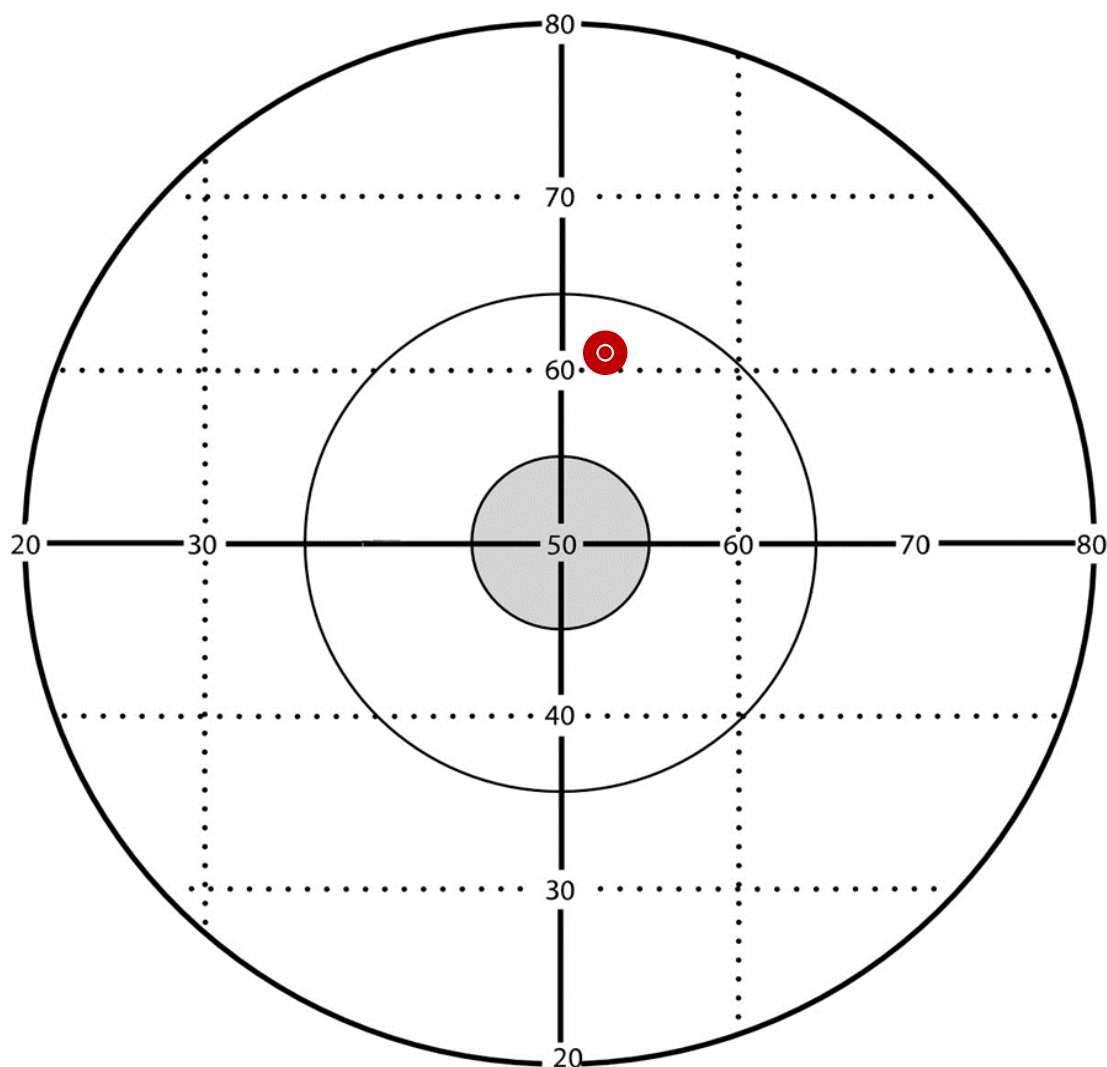
شیوه یادگیری

دانشجویان خوب

هرچند که ممکن است از نظر توانایی های ذهنی، به خوبی دیگران نباشند، اما ترکیبی از عشق و علاقه به یادگیری و کوشش و سازمان داری را در خود دارند. دارای سطح بالایی از خواستها هستند و در رویکرد خود به مسائل خلاقیت می اندیشند. در تحصیل تاحد توانایی های بالقوه ی خود پیش می روند.

رویایی

آنها مجذوب نظرهای جدید هستند و می توانند اینگونه نظرات را با تخیل و تصورات خود گسترش دهند، اما ممکن است در این تخیلات نیز گم شوند. در شروع پروژه های خلاق خوب عمل می کنند، اما در پایان بردن آنها برای داشتن تمرکز نیازمند کمک هستند. این افراد به راحتی ابهام و عدم قطعیت را تحمل می کنند.



باکتاب

این افراد سختکوش، سازمان مدار و برنامه دار به همه قواعد پایبندند. فاقد تصور و تخیل هستند و ترجیح می دهند از راهکارهای گام به گام پیروی کنند. در عادات خود پایدارند و با پرسشهایی که هیچکسی برای آن پاسخی ندارد دچار مشکل دارند. آنان نیازمندند ساختار و تمامیت بخشی به کارها هستند (تحمل عدم قطعیت و ابهام را ندارند. مت. جم.)

دانش پژوه بی میل

این افراد تمایلی به تحصیل و فعالیت های ذهنی ندارند. آنها همواره به مشوق های خاصی برای آغاز یادگیری و چسبیدن به آن نیاز دارند. برای سازماندهی به کارشان و داشتن برنامه نیازمند کمک هستند. همچنین، ممکن است در تمرکز و نگهداری توجه خود دچار مشکل باشند.

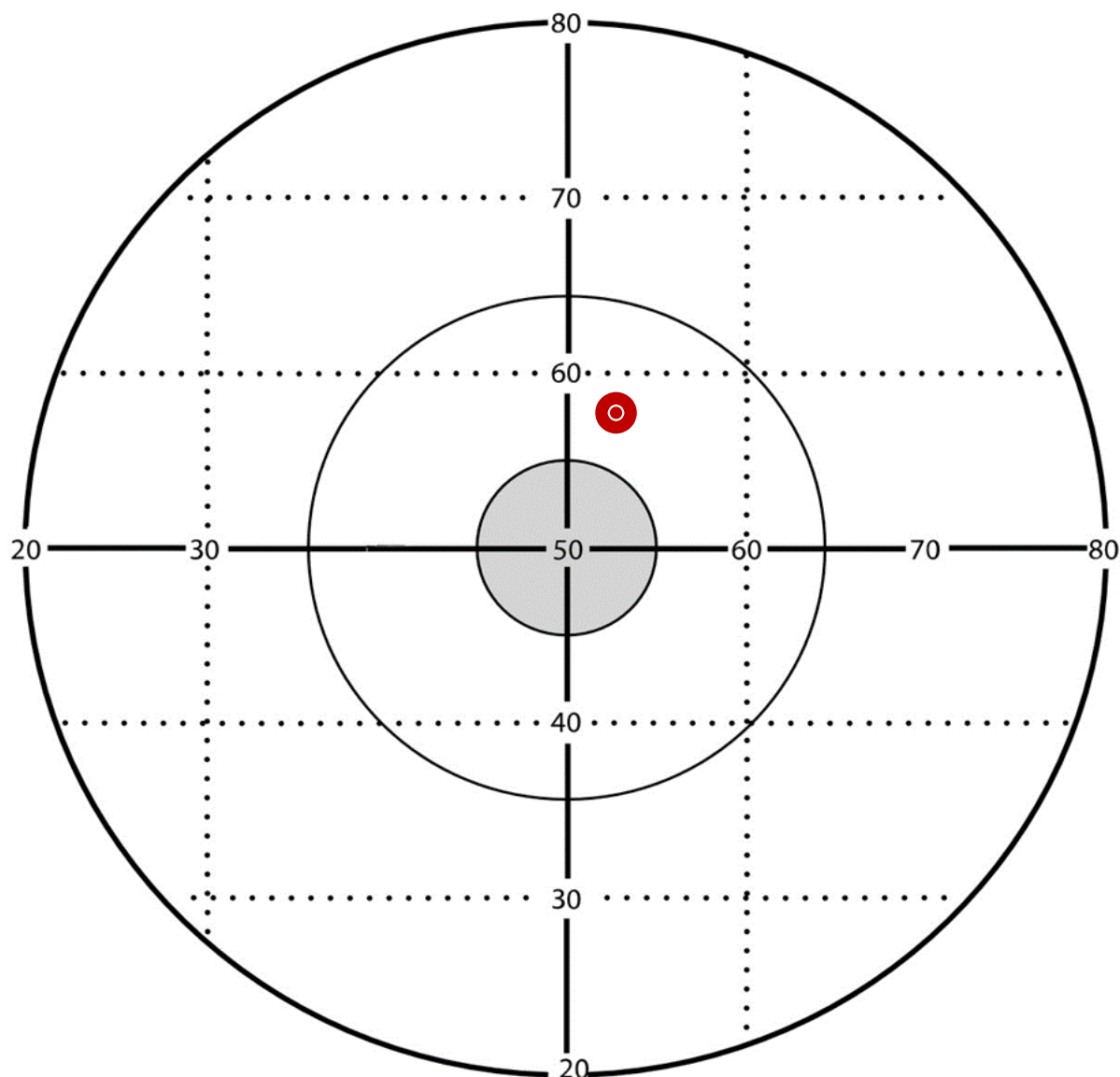
شیوه منش

خوش نیت

این گروه به دیگران حس همدردی و ارادت دارند. اما نبود پیگیری و نظم در آنها به شکست در بروز نیت خیر خواهانه آنان می انجامد. در مهربانی و داشتن بهترین آرزوها برای دیگران بی نظیرند.

نوع دوست موثر

کسانی هستند که برای گروه خود سختکوش هستند. در پیگیری تحمل و پایداری قوی دارند. کوشش خود را در جهت خدمت به دیگران به کار میگیرند. دوست دارند به طور داوطلبانه در کارهای سخت و دشوار و یا بدون مزد و قدردانی شرکت و کنند و آن کارها را تا پایان ادامه دهند.



نامتمایز

بیشتر به راحتی و لذت خود می اندیشند تا به بهروزی دیگران. دارای انگیزه های کمی هستند و ممکن است دارای عادات نامطلوبی باشند که به سختی میتوانند آنها را تغییر دهند.

خود پیش برنده

مهمترین و با اولویت ترین موضوع برای این افرادعلاقه ها و خواسته های خودشان است. در به ثمر رساندن آنها بسیار موثر عمل میکنند. ممکن است در کار و حرفه یا امور سیاسی بسیار موفق باشند زیرا بجز منافع خود چیز دیگری را در نظر نمیگیرند.