# الأنماط الشخصية

اعداد وتقديم المدرب : حسن  حداد

مدرب معتمد من الاتحاد العالمي للبرمجة اللغوية العصبية - INLPTA

# النشأة التاريخية

- الأنماط الشخصية : هي دراسة مستفيضة للعالم السويسري كارل جانج (*Carl Gung*) عام ١٩٢١.
- حسب نظريته قسم الناس إلى طريقين نقيض في ثلاثة مجموعات

١. الطاقة والحيوية إما من الانفتاح على الناس والأشياء (*Extraversion-E*) أو الانغلاق على الذات والأفكار (*Introversion-I*)

٢. فهم وإدراك المعلومات من حوله : إما عن طريق الحواس الخمس (*sensing-S*) أو عن طريق الادراك بالحدس. (*Intuition-N*)

٣. اتخاذ القرار بشأن تلك المعلومة: إما عن طريق التفكير الموضوعي (*thinking- T*) أو استخدام المشاعر لترجيح القرار (*Feeling-F*).

# النشأة التاريخية

- العالمتان الأمريكيتان ازابيل بريقز مايرز (*Isbel B. Myers*) ووالدتها كاثرين كول بريقز (*Katharine C. Briggs*) قامتا بتطوير نظرية كارل جانج منذ عام ١٩٥٠
- اضافات مايرز برقز :

١. أنهما أضافتا عامل جديد في الأنماط وهو عندما سألتا: هل يمكن أن ندرك دون أن نقرر أو نقرر دون أن ندرك؟ كيف ذلك. فأضافتا متغيرا جديدا يمكن أن يحدد الشخصية بأكثر دقة.

٢. كانت الاضافة كيف ينظم ويتعامل الانسان العالم من حوله فظهر متغيرا جديدا وهو هل ينظمه بشكل منظم ومحكوم (*Judging- J*) أو بشكل تلقائي مفتوح ( *Perceiving-P*) وبذلك يصبح عدد الشخصيات ١٦ شخصية.

٣. سواءا كان الشخص مفتوح على العالم أو منطوي على ذاته فإنه يعيش مع العالم الخارجي إما بطريقة التنظيم وهنا نستخدم وظيفة (التفكير أو المشاعر ) أو بالطريقة التكيفية فإننا نستخدم ( الحسية أو الحدسية)

# تعريفات لعلم تحليل الأنماط الشخصية

هو علم دراسة تصنيف الناس إلى أنواع مختلفة

هو دراسة الاختلافات البشرية

هو علم يبحث عن التشابه من بين الاختلاف

# ملاحظات عامة

- الأنماط الشخصية تتغير بتغير السياق وبنمو وتطور الناس
- الأنماط الشخصية هي توضيح للشخصية من حيث التفكير والسلوك "أي أنها تعمل كمرشد لنا" وعلينا ألا تستخدم لوضع الناس في إطارات أو في صناديق.
- وأنه ليس لها علاقة بالصحة النفسية أو العقلية ولكنها فقط تحدد أسلوبنا المفضل في التعامل مع شؤون الحياة المختلفة.
- لكل نمط مواطن قوته ومواطن ضعفه وتخبرنا بأن الانسان محتاج لتكملة هذا النقص(فالكمال لله تعالى).
- الأنماط الشخصية : هي عبارة عن قائمة من الفروقات والتشابهات. وأفضل تعبير نطلقه عليها بأنها مفيدة أو غير مفيدة وليست صحيحة أو خاطئة، وأنه لا يوجد نمط أفضل من نمط.

# فوائد تعلم الأنماط الشخصية

- هي طريقة إيجابية للأشخاص للنظر إلى أنفسهم، لتساعدهم على معرفة وتقييم جوانب القوة والضعف والمناطق التي يمكن أن يطوروها تبعا لاحتياجاتهم
- في المقابل تساعد الأشخاص لفهم الاختلافات الشخصية واستخدام التفضيلات للآخرين بشكل إيجابي ومفيد.
- تستخدم لبناء التواصل والاتصال الذي يلبي احتياجاتهم واحتياجات الآخرين، وتساعدهم للوصول إلى أعلى مستوى من التأثير.
- الأنماط تساعد الناس لتقييم قوتهم ويصبحون مدركين لها.
- الأنماط تدعم تعليمنا لنكون أكثر فاعلية في قيادة وإدارة وتدريس وتعليم فريق العمل الواحد.
- تساعد الناس في التنظيم ليصبحوا أكثر ادراكا للاختلافات بينهم.

# فوائد معرفة الأنماط الشخصية

| على المستوى الشخصي | على مستوى الآخرين |
| --- | --- |
| ١. التعرف على مواطن القوة والضعف | ١. التآلف والتأثير فيهم وبناء العلاقات معهم. |
| ٢. ترشيد وإدارة القدرات الشخصية | ٢. البحث عن التكامل بين الأنماط. |
| ٣. تقدير مواطن القوة وقبول مواطن الضعف في الآخرين | ٣. إدارة الخلافات من اختلاف الأنماط |

# التعرف على الأنماط الشخصية بأسلوب ام بي تي أي
# Myers-Briggs Types indicators

قامت مايرز برقز وابنتها من خلال الأبحاث والتجارب بمعرفة أنماط الناس وقد دامت تلك الدراسة ما يقارب من خمسين عاما حتى وصلت الى هذه النتائج الرائعة في معرفة أنماط الناس وشخصياتهم

كانت هذه الأنماط نتيجة الإجابة على أربعة أسئلة:

السؤال الأول : من أين يكتسب الإنسان حيويته ونشاطه؟.وهذا يجيب أين يتوجه الانسان وما هو مركز اهتمامه

السؤال الثاني : كيف يستقبل الانسان المعلومات من العالم الخارجي؟. وهذا يجيب كيف ندرك المعلومة.

السؤال الثالث : كيف يتخذ الانسان القرار؟. كيف نصل إلى القرار ؟

السؤال الرابع: كيف ينظم الانسان مع العالم من حوله؟.

# أين يكون توجه الانسان واهتمامه؟

| المفتوح على العالم | المنطوي على الذات |
| --- | --- |
| ١. توجه خارجي (*Extraversion-E*) | ١. توجه داخلي (*Introversion-I*) |
| ٢. اهتمام بالناس والأشياء | ٢. اهتمام بالتفكير والتأمل |
| ٣. يستمد حيويته من الخارج | ٣. يستمد حيوتيه من الانغلاق على الذات |
| ٤. الكلمات المعبرة : | ٤. الكلمات المعبرة |
| الاجتماع، الناس، الزحام، المشاركة، التعارف الاتصال، التأقلم، الظهور، نحن، الجماعة، السطح الفعل | الخصوصية، النفس، الهدوء، الانفراد، التحفظ، الانفصال، العزلة، الاختفاء، انا، الفرد، العمق، رد الفعل. |

# إدراك المعلومة من العالم الخارجي

**الحسي**

١. يستخدم الحواس الخمس (*sensing-S*)
٢. يهتم بالحقائق، التفاصيل، والخبرات
٣. التركيز على المشاهدات والأحدث
٤. الاهتمام بالحاضر
٥. الكلمات المعبرة:

الخبرة، العمل، الكلمات، التذكر، الاسهاب، التجريبي، الملموس، المألوف

**الحدسي**

١. يستخدم الحاسة السادسة (*Intuition-N*)
٢. يهتم: بالنظريات، العموميات ،الاستنتاجات
٣. التركيز على المعاني والاحتمال
٤. الاهتمام بالمستقبل
٥. الكلمات المعبرة:

المخاطرة، العلم، المعاني، التخيل، الايجاز، الافتراضي، المأمول، المبتكر

# كيف نصل إلى القرار

| التفكيري | المشاعري |
| --- | --- |
| ١. يستخدم العقل (*thinking- T*) | ١. يستخدم المشاعر (*Feeling-F*) |
| ٢. يهتم بالمنطق والموضوعية | ٢. يهتم بالقيم الشخصية، التقمص |
| ٣. يعتمد على النظرة المجردة في القرار | ٣. يعتمد على مشاعره في القرار |
| ٤. الكلمات المعبرة: | ٤. الكلمات المعبرة: |
| المعادلة، العدل، المعايير، الصدق، المبادئ الطاعة، العمل، الاصرار | المجاملة، الرحمة، العلاقات الصداقة، القيم، الاقناع، الأهل، الليونة |

# كيف ينظم الانسان مع العالم من حوله

| الحكم | التلقائي |
| --- | --- |
| ١. يتعامل مع العالم والحياة بشكل منظم ومحكوم (*judging- J*) | ١. يتعامل مع العالم والحياة بشكل تلقائي (*Perceiving- P*) |
| ٢. الكلمات المعبرة: | ٢. الكلمات المعبرة: |
| الحسم، التوقيت، المسؤولية، المحدد، الثبات، الانضباط، القرار، التوقعات، الالتزام | التأجيل، التأني، الحرية، المفتوح، المرونة، التساهل، الفرار، المفاجآت، التحرر. |

# أربعة Xأربعة

- الانبساطي (Extroverted)
يستمد حيويته من العالم الخارجي

- الانطوائي (Introverted)
يحب أن يكون بمفرده

- الحسي (*Senser*)
يميل إلي التعلم من خلال الاستقراء والمشاهدة ويعتمد على الحواس

- الحدسي (*Intuition*)
يميل إلى التعلم من خلال الاشتقاق ويعتمد على التوقع

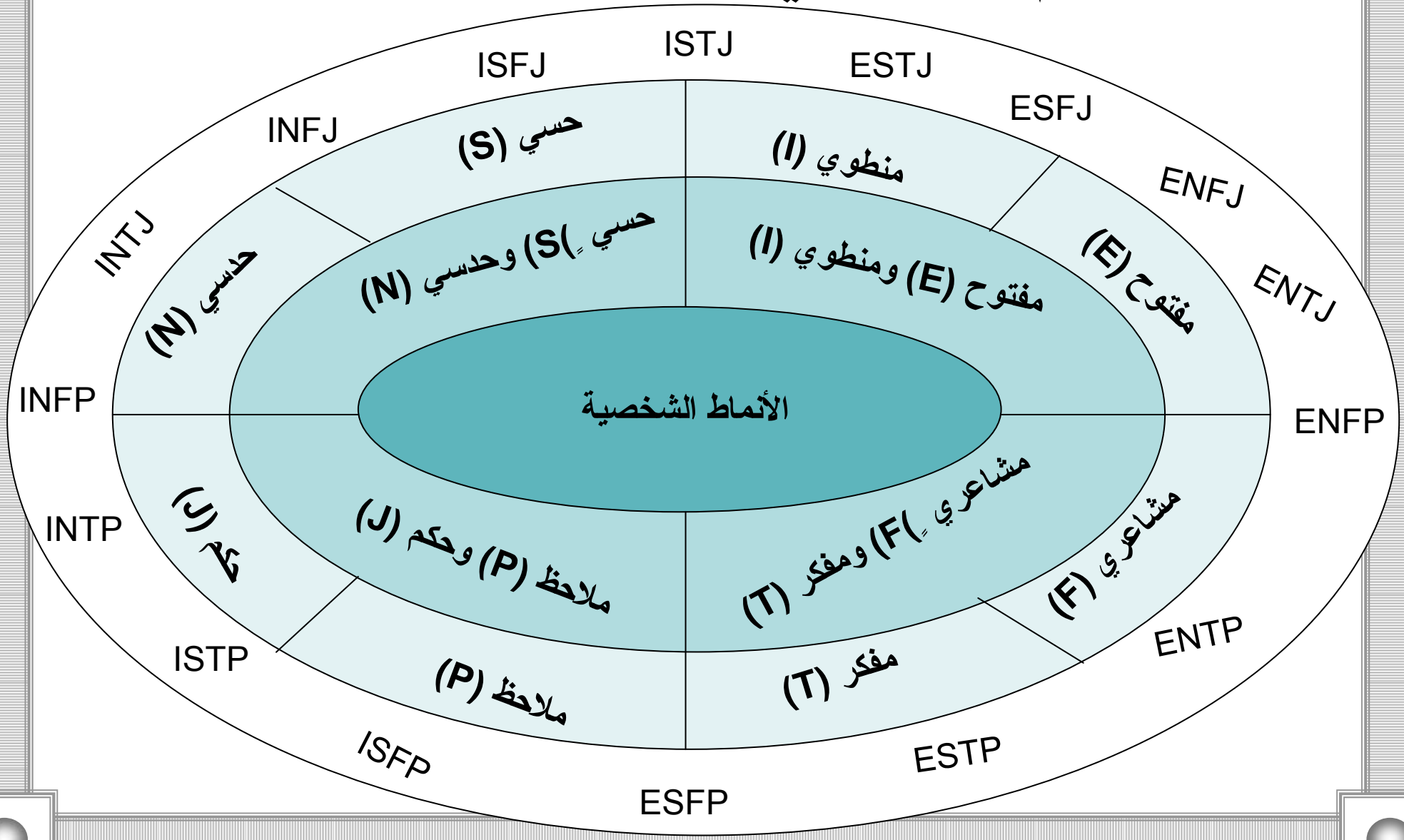
- المشاعري (*Feeler*)
يعتمد على مشاعره في معرفة قرار الصح والخطأ

- المفكر (*Thinker*)
يعتمد على النظرة المجردة

- الملاحظ (*Perceiver* )
يحب أن تسير حياته بتلقائية

- الحكم ( (*Judger*)
يقوم بتنظيم حياته وفق خطة معينة

# رسم توضيحي للأنماط الشخصية



# الصفات الأولية للإنبساطي والانطوائي

**الانبساطيون(*E*)**

- يحبون التنويع في العمل
- جيدون في الترحيب بالناس
- تواقون إلى الأعمال السريعة
- يهتمون بكيفية أداء الآخرين لأعمالهم
- يتمتعون بمهارة التحدث على الهاتف
- يعملون أحيانا بدون تفكير (أي تلقائيا)
- يحبذون وجود الناس بقربهم في بيئة العمل
- يفضلون الاتصال اللفظي على الكتابة
- يحبون أن يتعلموا المهام الجديدة من خلال المناقشة مع الآخرين

**الانطوائيون(*I*)**

- يحبون الهدوء للتركيز
- يجدون مشكلة في تذكر الأسماء والوجوه
- يستطيعون العمل في خطة واحدة لمدة
- طويلة بدون انقطاع
- يهتمون بمعرفة الهدف من وراء عملهم
- يكرهون المقاطعات الهاتفية
- يفكرون قبل العمل وأحيانا يفكرون ولا
- يعملون على تطبيق أفكارهم
- يعملون بمفردهم مع الاقتناع بذلك
- يفضلون الاتصال بالكتابة
- يفضلون أن يتعلموا بالقراءة أكثر من التحدث

# الصفات الأولية للحسي والحدسي

| الحسيون(S) | الحدسيون(N) |
| --- | --- |
| • يدركون الاستثناءات الموجودة في الحوادث | • يدركون التحديات والامكانيات الجديدة |
| • يركزون على العمل الحالي | • يركزون على كيفية تطوير الأشياء |
| • يحبون الطريق الواضح لعمل الأشياء | • يكرهون تكرار الشيء |
| • يحبون تطبيق ما تعلموه | • يحبون تعلم مهارات جديدة |
| • يعملون بثبات مع الحقائق حتى لو أخذ منهم وقت طويل | • يعملون بطاقة هائلة وحماس |
| • يصلون إلى النهاية خطوة بخطوة | • يقفزون إلى النهاية بسرعة |
| • أحيانا لا يكونون ملهمون ولا يثقون بالإلهام | • يشبعون ايحاءاتهم وأحاسيسهم الداخلية |
| • حريصون على معرفة الحقائق | • يخطئون في حصولهم على الحقائق |
| • جيدون في الأعمال الدقيقة | • يكرهون ضياع وقتهم في الأمور الدقيقة |

# الصفات الأولية للمشاعري والمفكر

| المشاعريون (F) | المفكرون (T) |
| --- | --- |
| • يحبون الانسجام والتآلف ويسعون للحصول عليه | • جيدون في وضع الأشياء في وضعها المنطقي |
| • يستجيبون لقيم وأفكار الناس بشدة | • يستجيبون لأفكار الناس أكثر من مشاعرهم وعواطفهم |
| • جيدون في ملاحظة تأثير الاختيارات على الناس | • يتوقعون النتائج المنطقية للاختيارات |
| • يحتاجون للثناء والمديح أحيانا | • يحتاجون لأن يعاملوا بعدل |
| • يميلون لأن يكونوا عاطفيين | • يميلون أن يكونوا صامدين وواقعيين في مزاجهم |
| • يكرهون إخبار الناس بالأمور المحزنة | • قادرون على المشاجرة والتأنيب عند الضرورة |
| • يتمتعون بالجلوس مع الناس المرحين | • يمكن أن يجرحوا مشاعر الآخرين بدون أن يشعروا بذلك |
| • لديهم اهتمام بأصحاب الأعمال والأفكار التي تهم الناس | • لديهم المقدرة على تحليل المشاكل |

# الصفات الأولية للملاحظ والحكم

## الملاحظون (P)

- لا يمانعون في ترك الأمور مفتوحة للتغيرات الحالية
- يتأقلمون بسرعة مع التغيرات الجديدة
- لديهم مشكلة في صنع القرار ويحسون بأنه ليس لديهم المعلومات الكافية
- يبدؤون خطط متعددة معا ولديهم صعوبة في انهائها
- يؤجلون الأعمال الشاقة
- يريدون معرفة كل شيء عن العمل الجديد
- يصلون إلى الانجاز في الوقت المتأخر
- لا يستخدمون قوائم لتذكيرهم بجميع الأشياء التي عليهم فعلها

## الحكميون (J)

- يعملون بجد عندما يخططون ويتابعون تنفيذ خططهم
- يحبون الحصول على الطرق والأساليب الموضوعية
- يقررون بسرعة
- يكرهون أن تقطع خططهم أو مشاريعهم
- يميلون للرضا عندما يصلون للحكم على الأشخاص والأوضاع
- يريدون معرفة الأساسيات لبدء العمل
- يجدولون خططهم باليوم والساعة
- يستخدمون قوائم لتذكيرهم بجميع الأشياء التي عليهم فعلها

## تقبل الاختلاف بين المفتوح على العالم ( E ) والمنطوي على الذات ( I )

- المفتوح على العالم يحتاج المنطوي على الذات في التخطيط وفي العمق.
- المنطوي على الذات يحتاج المفتوح على العالم للفعل والتفاعل وسعة الأفق.

## تقبل الاختلاف بين الحسي ( S ) والحدسي ( N )

- الحسي يحتاج للحدسي لإظهار الاحتمالات ولدفعه للنظر إلى الأمور المعقده. ورؤية الصورة الكبيرة وملاحظة المستقبل.
- الحدسي يحتاج للحسي لعمل الأفكار ويكون أكثر واقعية وعملية وللتركيز على التفصيلات وعلى الأشياء الدقيقة.

## تقبل الاختلاف بين المفكر ( T ) والمشاعري ( F )

- المفكر يحتاج للمشاعري في تقبل الآخرين كما هم وليكون حساس لمشاعرهم. ويؤسس علاقته بناءا أخلاقهم وقيمهم.
- المشاعري يحتاج للمفكر في التحليل والنقد ويندفع للترابط. وليكون أكثر امكانية اتعامل مع المشاكل من الناس او المهمات.

## تقبل الاختلاف بين الحكم ( J ) والمدرك ( F )

- الحكم يحتاج الملاحظ للبحث عن المعلومات الاضافية وليكون مفتوح العقل.
- الملاحظ يحتاج للحكم للبقاء على المهام وللتخطيط.

# أبعاد التصنيف في الانبساطي والانطوائي

الأشخاص الذين يكونون أكثر قربا من الانطواء ينوون صنع القرارات إلى حد ما باستقلالية وبعيدا عن التقيدات ويتجنبون الاحتكاك بالناس والأشياء من حولهم . هم هادئون مجتهدون في العمل بانفراد ومتحفظون اجتماعيا كما أنهم يكرهون أن يقاطعهم أحد ، عندما يعملون ينسون انفسهم ووجودهم .

الأشخاص المنبسطون منسجمون بثقافتهم وبمن حولهم من الناس ويحاولون صياغة القرارات وفقا للإحتياجات والتوقعات.
الانبساطيون اجتماعيون مهتمون بالتنوع والعمل مع الناس ، وهم غير صبورين في تأدية المهمات الشاقة، وذات المدى الطويل كما أنهم لا يمانعون في أن يقاطعوا من قبل الآخرين.

# أبعاد التصنيف في الحدسي والحسي

**الأشخاص الحدسيون يفضلون الإمكانيات والنظريات والتصورات الاجمالية ، ويحب الاختراع وكل شيء جديد ويصاب بالملل من التفاصيل الدقيقة والروابط والأفعال والحقائق غير المتصلة بالمفاهيم . الشخص الحدسي يفكر ويناقش بانتقالات عفوية للحدس التي قد تهملها التفاصيل، وحل المشكلة يأتي بسهولة لهذا الفرد على الرغم من إمكانية وجود أخطاء في بعض الحقائق .**

**أما الحسي فهو يفضل التماس الحقيقة الواقعية بناء على تلمس الواقع الحالي، وهو غير صبور على النظريات والأمور المجردة وعديم الثقة بالحدس . النوع الحساس يفكر بحذر في التفاصيل الدقيقة ، ويتذكر الوقائع يعمل أخطاء قليلة للوقائع ولكن يمكن أن يفقد مفهوم من اجمالي التفاصيل.**

# أبعاد التصنيف في المشاعري والمفكر

المشاعري: يصنع الأحكام عن الحياة بشكل عام ، الناس ، الظواهر ، والأحداث ، والأشياء معتمدا على عاطفته واندفاعه وقيمه الشخصية، كنتيجة لذلك العاطفيون مهتمون بالناس والعواطف اكثر من المنطق الموضوعي والتحليل والأشياء. ويهتمون بإصلاح الآخرين وإرضائهم والانسجام معهم اكثر من أن يكونوا في القمة أو انجاز الأهداف. المشاعري يجاري الناس عامة

أما المفكر يصنع الحكم عن الحياة والناس الحوادث والأشياء معتمدا على المنطق والتحليل والدليل . ويتجنب اللاعقلانية في صنع القرار المعتمد على العواطف والقيم ، كنتيجة للمفكر يهتم أكثر بالمنطق والتحليل والنتائج المثبتة اكثر من العاطفة نحو الآخرين والقيم والدوافع الشخصية. المفكر يمكن أن يتعدى على مشاعر الناس واحتياجاتهم بدون تدبرها ولا الاعتبار لها .

# أبعاد التصنيف في الملاحظ والحكم

المدرك أو الملاحظ يعتبر إنسان مجمّع يريد أن يعرف قبل أن يقرر . يتصدى للقرارات والأحكام. كنتيجة للملاحظ هو منفتح ومتأقلم ومرن لا يحكم بسرعة يرى ويثمن جميع جوانب القضايا دائما يرحب بالمفاهيم كذلك المعلومات والقضايا الجديدة . إلا أن الملاحظين صعبين في تحمل المسؤولية ومترددين وذوي شخصية غير واضحة يتورطون في مهام متعددة لا توصلهم إلى نهاية محددة ويصابون بالإحباط مع الوقت حتى عندما ينهون المهمة. الملاحظون يحبون أن يتأقلموا مع الحياة أكثر من أن يغيروها .

أما الحكم فهو حاسم وثابت ومتأكد ويضع الأهداف ويرتبط بها يريد أن ينهي المهمة ويصنع القرار ولا ينتقل لخطة أخرى إلا عندما تنتهي خطته الأولى.

# تمرين

مجموعات من أربعة أشخاص

١. يناقشون الأبعاد لهذه الأنماط.
٢. تحدد المجموعة الأنماط التي تصلح في:
   - الخيالية الابداعية
   - التحليلية والموضوعية.
   - التي تهتم بالمشاعر والقيم
   - التجريبية والتنفيذية.

# المجموعات والوظائف

| | | | |
|---|---|---|---|
| *ESFP* | *ESFJ* | *ESTJ* | *ENTP* |
| *ISFP* | *ISFJ* | *ISTJ* | *INTP* |
| *ESTP* | *ENFJ* | *ENTJ* | *ENFP* |
| *ISTP* | *INFJ* | *ENTJ* | *INFP* |
| المنفذ الواقعي (*SP*)<br>يتعاملون مع الواقع والتطبيق | المشارك (*FJ*)<br>يتعاملون مع القيم والعواطف | التحليلي المنطقي (*TJ*)<br>يعملون مع الجانب الأيسر للمخ | الخيالي: للعصف الذهني (*NP*)<br>يعملون في الجانب الأيمن للمخ |