

مقياس : مايرز وبريقز (Myers- Briggs)

في دراسة الأنماط الشخصية ل مايرز Myers وابنتها بريغز Briggs استندت على سلسلة من التجارب والإحصائيات التي قامت بها على جنسيات مختلفة وعلى مدى خمسين عاماً حتى وصلنا إلى هذه النتائج الدقيقة الرائعة في معرفة أنماط الناس وشخصياتهم وميولهم ، وكانت هذه الأنماط نتيجة الإجابة على أربعة أسئلة المدونة اسفل :

السؤال الأول : من أين تكتسب حيويتك غالباً ؟

الانطوائي (Introverted)		الانبساطي (Extroverted)	
I	أنا أفضل الدراسة لوحدي	E	1 أنا أفضل الدراسة مع غيري أو في مجموعة من الطلاب
I	عندما أدرس مع غيري ، معظم استيعابي يكون من خلال الاستماع لأفكار وآراء الغير	E	2 عندما أدرس مع غيري ، معظم استيعابي يكون من خلال مشاركاتي وطرحي لأرائي في المجموعة
I	عندما أدرس مع غيري ، آرائي لا أطرحها حتى أفكر فيها جيداً	E	3 عندما ادرس مع غيري ، يكون طرحي لعدة آراء بسرعة وفور تفكيري فيها ، حتى وإن لم أتأكد من صحتها
I	عندما أبدأ العمل على مشروع ما ، فإنني أفكر فيه وأحلله جيداً قبل أن أبدأ العمل لاحقاً	E	4 عندما أبدأ العمل على مشروع ما ، فإنني أباشر بالعمل أولاً ثم أفكر بالنتائج
I	عندما أدرس لوحدي، يمكنني البقاء لأوقات طويلة دون التوقف للراحة ويضايقني جداً لو قاطعني أحدهم	E	5 عندما أدرس لوحدي ، أنا أحتاج لعدة أوقات أتوقف فيها للراحة ولا أتضايق حتى لو قاطعني أحد أثناء دراستي
I	هل تفضل أن تصف وتشرح ما تعرفه ؟ (فقط للمشاهدة)	E	6 هل تفضل أن تثبت وتعرض ما تعرفه ؟ (محاولة للإقناع)
I	أنا أحب أن أضع لنفسني قواعد وطموحات خاصة بي	E	7 أنا أحب أن أعرف ما الذي يتوقعه الناس مني لإنجازه
مجموع I		مجموع E	

السؤال الثاني : كيف تستقبل المعلومات غالباً؟

الحدسي (Intuition)		الحسي (Sensor)	
N	أنا لا أتضايق من الخلاصات و المواضيع والحقائق المعقدة في حياتي أو دراستي	S	1 أنا لا أتضايق من الروتين والتفاصيل في حياتي وفي دراستي
N	لا تضايقتني الحقائق التي تشذ عن القوانين المعروفة ، بل أجدتها تستحق الدراسة لأتعلم منها .	S	2 أتضايق بشدة عندما أتواجه مع حقائق تشذ عن القوانين التي تعلمتها أو درستها
N	أنزعج بشدة عندما يتم تعليمي أو شرح المادة بكل التفاصيل وخطوات العمل	S	3 أتضايق عندما يترك جزء من المادة أو طريقة العمل لمخيلتي
N	أفضل أن أتعلم أشياء كثيرة ، وسأقتن ما يجب علي إتقانه عند حاجتي لذلك	S	4 أفضل أن أتعلم مهارات قليلة على أن أتقنها بشكل جيد
N	أتعلم أفضل عندما أفكر بالاحتمالات وأتخيل وأحاول أن أؤمن مال الذي سيحصل	S	5 أتعلم أفضل عندما أجرب الشيء لأرى ما الذي سيحصل
N	أفضل أن أتعلم أشياء مفيدة ومبنية على قواعد ونظريات واستخدام مخيلتي	S	6 أفضل أن أتعلم أشياء مفيدة ومبنية على قواعد ونظريات قائمة وصلبة
N	غالباً ما أثق في حدسي في قراراتي وإجاباتي على الأسئلة ، فلا أحتاج لمراجعة نفسي في أغلب الأوقات	S	7 قيل أن أجاب على سؤال أو أصدر قراراً غالباً ما أراجع نفسي وأفكر فيما إن كنت مصيباً أم لا
مجموع N		مجموع S	

السؤال الثالث : كيف تتخذ القرار غالباً ؟

الشعوري (Feeler)		المفكر (Thinker)	
أفضل أن أعرف إن كان الذي سأدرسه سيفيد المجتمع من حولي	F	أفضل أن أعرف السبب المنطقي والذي يدعوني لدراسة مادة أو العمل على مشروع ما	T 1
أفضل المدرس المحترم والخلوق على المدرس المرتب والمنظم في شرحه	F	أفضل المدرس المرتب والمنظم في شرحه على المدرس المحترم والخلوق	T 2
أفضل مجموعة العمل في الدراسة التي يكون أعضاؤها متفقيين فيما بينهم ويعملون بتناغم	F	أفضل مجموعة العمل في الدراسة التي تكون فيها النقاشات حادة للوصول إلى فهم أفضل للمادة	T 3
أفضل أن أتعلم ما أحبه ويعجبني أكثر أو لا	F	أفضل أن أتعلم ما يجب علي تعلمه أو لا	T 4
أفضل طريقة لتصحيح خطأ زميلي هو : أن أحاول أن أفهم موقفه ، وأتعرّف على الأسباب الداعية لما صنع	F	أفضل طريقة لتصحيح خطأ زميلي هو : أن أكون صريحا حتى لو تسبب ذلك في جرحه	T 5
أفضل إرضاء زميلي على تطبيق القوانين والأنظمة والسياسات	F	أفضل تطبيق الأنظمة والقوانين والسياسات على إرضاء زميلي	T 6
أفضل أن يراني زملائي لطيفا وودودا فضلا من أن يروني لطيفا وودودا	F	أفضل أن يراني زملائي منطقيًا ومقتعا فضلا من أن يروني لطيفا وودودا	T 7
مجموع F		مجموع T	

السؤال الرابع : كيف تنظم العالم من حولك غالباً ؟

الملاحظ : (perceiver)		الحاكم (Judger)	
أفضل أن أدرس بطريقة مرنة ، وقد يعني ذلك أن أكون متهورا في بعض الحالات	P	أفضل أن أدرس بطريقة مرتبة ومنظمة	J 1
غالبا ما أقوم بتأجيل الدراسة أو تأجيل العمل على الواجبات المملة أو التي لا أحبها	P	ألتزم بجدول دراستي حتى وإن كانت المادة التي أدرسها مملة	J 2
غالبا ما أحاول أن أحصل على الدرجة التي تؤهلني للنجاح فقط	P	غالبا ما أحاول أن أعمل لأكون أفضل الطلاب وأحقق أعلى الدرجات	J 3
أفضل أن أبقى مرنا وأن أتعامل مع ضيق الوقت حال حدوثه	P	أفضل أن أجدول المهمات لأتجنب ضيق الوقت لاحقا	J 4
أفضل أن أبحث عن المعلومات حول الموضوع قبل أن أعطي الإجابة على السؤال	P	أفضل أن أعطي الإجابات بقدر المعلومات التي أعرفها وفور سؤالي	J 5
أفضل أن أعمل على عدة واجبات ومهمات في نفس الوقت	P	أفضل أن أنهي المهمة أو الواجب الذي بيدي قبل أن أبدأ العمل على واجب جديد	J 6
أفضل العمل على واجب مهمة مفتوحة وغير محددة المطلوبات	P	أفضل أن أعمل على واجب أو مهمة مشروحة بشكل كامل	J 7
مجموع P		مجموع J	

الآن قم بحساب المجموع في الاستبيان ودونه في الجدول التالي :

الفقرة	عدد مرات الاختيار	رتب الحروف الأكثر عدداً تنازلياً في الأسفل في جملة نمط شخصيتك
E		
I		
S		
N		
T		
F		
J		
P		

اكتب أكثر مجموع أربعة حروف من الجدول أعلاه ورتبها تنازلياً والتي تمثل نمط شخصيتك :

.....

الصفات الشخصية والتخصص الدراسي والوظيفي المناسب لك :-

والآن بعد أن تعرفت على نمط شخصيتك المكون من أربعة أحرف ، قارن بين صفاتك والصفات المدونة لهذا النمط وما يناسبك من اختيار التخصص المناسبة للدارسة والوظيفة في الجداول التالية :

E.N.F.J أخصائي العلاقات العامة	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
مستشار (حقوق) - (عالم نفس) مدرس (أداب / تربية) - عالم دين (شريعة) مندوب مبيعات / تسويق (إدارة أعمال) مدير (إدارة أعمال) سياسي / دبلوماسي (علوم سياسة)	مسؤول وحساس ، عاطفي واجتماعي يميل إلى أن يكون شعبياً يستجيب جيداً للإطراء والنقد يدبر النقاش بلباقة هين ولين مع الآخرين يهتم بشدة لمشاعر الآخرين

E.N.F.P الملهم صاحب الإبداع	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
محلل نفسي (علم نفس) - رجل أعمال (إدارة أعمال) ممثل (الفنون) - مدرس (أداب / تربية) سياسي / دبلوماسي (علوم سياسية) إعلامي (الإعلام) - مبرمج (علوم الكمبيوتر) مهندس (هندسة مدنية / معمارية)	خيالي وجريء ومتحمس وبارع يرتجل بدلاً من أن يستعد يستمتع بالمساعدة في حل المشاكل والصعوبات يعالج أي شيء يثير اهتمامه إذا هم بالأمر فلا شيء يوقفه عن بلوغ الهدف

E.N.T.J القائد الميداني	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
مدير تنفيذي تجاري (إدارة أعمال) مؤسس أنظمة (إدارة أعمال) رجل أعمال (إدارة أعمال) محامي / قاضي (حقوق)	ولد قائداً ، حاسم ومنفتح يبدوا إيجابياً وواقفاً حتى وإن لم يكن كذلك يكون عادة مطلعاً جيداً يكون مستعداً دائماً لتعلم أشياء جديدة جيد في الاستنتاجات يتحدث بثقة ونفوذ

E.N.T.P صاحب الرؤية المستقبلية	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
محامي (حقوق) عالم نفس (علم النفس) رجل أعمال (إدارة أعمال) مصور (الإعلام / كلية الفنون) مهندس (هندسة العمارة / هندسة الديكور) ممثل الفنون تحليل نظم (علوم الكمبيوتر)	سريع ومبدع مبادر بالأعمال صريح وأحياناً يناقش (يجادل) للمتعة يطير من فكرة إلى فكرة يفضل المشاكل الجديدة التي بها تحدي روتيني ومنخفض في إنجاز المهمات يعرف ما يريده ويجد المنطق لإثبات ذلك

E.S.F.J مقدم العناية للآخرين

التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
فنان / ممثل (الفنون) مندوب مبيعات / التسويق (إدارة أعمال) العناية بالطفل (تربية طفل) مهندس ديكور (هندسة الديكور) مصور (الإعلام / كلية الفنون) أعمال خيرية (علوم اجتماعية)	ولد متعاوناً وفي وكريم محبوب وثرثار يحتاج إلى الإنسجام ويوجده مهتم بسعادة الآخرين وخدمتهم يستجيب أكثر للتشجيع والمدح لاعب جماعي

E.S.F.P المنجز

التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
فنان / ممثل (الفنون) مندوب مبيعات / التسويق (إدارة أعمال) العناية بالطفل (تربية طفل) مهندس ديكور (هندسة الديكور) مصور (الإعلام / كلية الفنون) أعمال خيرية (علوم اجتماعية)	مستهتر ومنبسط وغير متحفظ يتسبب في حدوث الأشياء يحب المشاركة يضع النقاط على الحروف الفطرة السليمة والنهج العلمي ممتاز في تذكر الحقائق وليس النظريات رياضي وحب للهو والمزاح

E.S.T.J الحارس – الوصي

التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
قادة عسكريون (الكلية الحربية) مدير ، إداري / تجاري (إدارة أعمال / تجارة واقتصاد) ضابط شرطة / مخبر (كلية الشرطة) قضاة (حقوق) مدرس (آداب / تربية) مندوب مبيعات / التسويق (إدارة أعمال)	بسيط جداً واقعي وعملي ميال للتجارة ينظم ويدير النشاطات إداري جيد لا يهتم بالموضوعات عديمة الفائدة يحتاج أن يراعي آراء ومشاعر الآخرين

E.S.T.P الفاعل

التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
مندوب مبيعات / التسويق (إدارة أعمال) ضابط شرطة / مخبر (كلية الشرطة) مساعد طبيب / فني طوارئ طبي (كلية الطب والتمريض) مهندس كمبيوتر / شبكات (كلية الهندسة) رجل أعمال (إدارة أعمال)	متسامح ومتكيف يأخذ الأشياء كما تأتي مرتاح ومسترخ مهتم بالرياضة حركي (يعمل منفرداً ومع الجماعة) يحب الشرح المختصر يحب حل المشاكل وخصوصاً في وقتها

I.N.F.J الحامي	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
عالم دين / قاضي شرعي (شريعة) مدرس (آداب / تربية) طبيب بشري / طبيب أخصائي / طبيب أسنان (الطب البشري / طب الأسنان) مستشار نفسي (علم نفس) مصور (الإعلام / كلية الفنون) العناية بالطفل (تربية طفل)	أصيل وذو ضمير حي مدرك لاحتياجات ورغبات الآخرين ينجز عمله بهدوء لديه إحساس قوي بالأهداف والمبادئ يكون قوياً وفعالاً إذا اقتضى الأمر يستمتع بالعمل وخاصة خدمة المجتمع ذو قيم ومعتقدات قوية

I.N.F.P المثالي	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
كاتب ومؤلف (آداب) مستشار نفسي (علم نفس) مدرس (آداب / تربية) مستشار نفسي (علم نفس) عالم دين (شريعة) أعمال خيرية (علوم اجتماعية)	وفي متحمس بطيء في الانفتاح ولكن يمكن أن يكون اجتماعياً المشارك الشخصية مستوحدة عليه تماماً ليس مولعاً بالماديات يستمتع بالتعلم وخصوصاً اللغات مهتم بالأفكار الجديدة يستغرق وقتاً طويلاً لكنه ينجز عمله

I.N.T.J العالم	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
مهندس (هندسة العمارة / هندسة مدنية / هندسة الديكور) - مدرس (آداب / تربية) طبيب بشري / طبيب أخصائي / طبيب أسنان (البشري / طب الأسنان) خبير استراتيجي في التجارة وبناء المؤسسات / مدير (إدارة أعمال / اقتصاد) محامي / قاضي (حقوق) مبرمج / تحليل نظم (علوم الكمبيوتر)	عقل أصيل مع تأثير وقيادة نزاع إلى الانتقاد والشك ينظر في أدق التفاصيل إذا راق له الموضوع فإنه منظم جيد سعيد بأن يعمل بمفرده أو مع الآخرين يمكن أن يكون عنيدا ينجز عمله

I.N.T.P المفكر - العبقري	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
عالم (فيزياء / كيمياء / رياضيات) مصور (الإعلام / كلية الفنون) مخططون إستراتيجيون أستاذ جامعي (حسب التخصص المراد تدريسه) مبرمج / تحليل نظم / رسوم متحركة (علوم الكمبيوتر) مهندس (كلية الهندسة) محامي / قاضي / باحث شرعي (حقوق)	هادئ ومتحفظ منطقي إنساني يكره الكلام الكثير وإقامة العلاقات الاجتماعية يحلل المشاكل اهتماماته واضحة رجل أفكار سيرته الذاتية يجب أن تشمل على اهتماماته

I.S.F.J المربي الحاضن	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
<p>مهندس ديكور (كلية الهندسة) مصمم (Graphic Design) ممرض (كلية الصحة) مدير / إداري / سكرتير (إدارة أعمال) العناية بالطفل (تربية طفل) الخدمة الاجتماعية (علوم اجتماعية) محاسب / اقتصادي (كلية المحاسبة / كلية الاقتصاد)</p>	<p>مهتم بزميل مجانس له ملاحظ حاد وفي ومراعي لحقوق ومشاعر الآخرين مجتهد وصبور تأثيره متوازن عندما يعمل في مجموعة يهتم بالتفاصيل اهتماماته عادة في الأشياء غير الفنية ينجز هدفه</p>

I.S.F.P الفنان	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
<p>فنان (كلية الفنون) العناية بالطفل (تربية طفل) مصمم (Graphic Design) مدرس (أي تخصص) عالم نفس (علم النفس) طبيب بيطري (الطب البيطري) طبيب أطفال (كلية الطب)</p>	<p>معتدل تجاه قدراته طبيب وحساس عادة ما يكون خجولا و لكنه ودود يكره الاختلاف في الرأي ليس مغروراً يعيش ليومه سعيد بالإتباع يفضل العمل باسترخاء ، ولكن بعدم الضغط عليه</p>

I.S.T.J المتقن - المؤدي للواجب	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
<p>مدير تنفيذي (إدارة أعمال) محاسب / مراقب مالي (المحاسبة) ضابط شرطة / مخبر (كلية الشرطة) محامي / قاضي (حقوق) طبيب بشري / طبيب أخصائي / طبيب أسنان (الطب البشري / طب الأسنان) مبرمج / تحليل نظم (علوم الكمبيوتر) قادة عسكريون (الكلية الحربية)</p>	<p>شخص مجتهد منطقي وواقعي جاد لكنه هادئ عقله أحادي وليس من السهل صرف انتباهه أو الضحك عليه لا تحمله آراء الآخرين على تغيير رأيه بسهولة يتحمل المسؤولية جيد التنظيم ويعتمد عليه</p>

I.S.T.P صاحب المهارات اليدوية	
التخصص والوظيفة	الصفات الشخصية لهذا النمط
<p>ضابط شرطة / مخبر (كلية الشرطة) طبيب شرعي / (كلية الطب) مبرمج / تحليل نظم (علوم الكمبيوتر) مهندس (كلية الهندسة) طيار (كلية الطيران) رياضي (الكلية الرياضية) رجال أعمال (إدارة أعمال / اقتصاد)</p>	<p>مشاهد متحفظ يقظ سريع الملاحظة ومحلل للأمور هادئ ومزاجه متوقع يستمتع باكتشاف كيف تعمل الأشياء مشارك يرتب الحقائق منطقياً يهتم بالسؤال لماذا وكيف ؟ لديه فضول (ما الذي سبب النتيجة ؟)</p>

جمع مشرف التوجيه والإرشاد بمنطقة بالقصيم
عبدالله بن إبراهيم حمد الحميده