

الشخصية
اضطراباتها

تعريف الشخصية

الشخصية هي السلوك المميز للشخص ، وهي مجموعة من السمات تظهر في عاداته الفكرية وتعبيراته واتجاهاته واهتماماته وأسلوبيه في العمل وفلسفته في الحياة.

شخصية الإنسان هي عبارة عن مجموع الخصائص التي يتميز بها والتي تحدد مدى استعداده للتفاعل والسلوك.

تعريف الشخصية

- هي جملة من الخصائص التي تحدد سلوك الفرد و اهتماماته وأفكاره وانفعالاته
- تتبع من أشياء فطرية
- آليات دفاعية،
- تميز كل فرد من غيره
- تعكس على معاملاته مع الناس،
- صفة بشرية متصلة يمكن التنبؤ بها

العوامل المؤثرة في شخصية الإنسان

العوامل المكتسبة

هي العوامل التي يكتسبها الفرد نتيجة تفاعلاته الاجتماعية مع البيئة المحيطة به سواء كانت الأسرة أو العمل أو الأصدقاء وغيرهم.

العوامل الموروثة

هي العوامل التي يورثها الفرد عن أبويه وأجداده وهي ما تعرف بالجينات الوراثية.

مكونات الشخصية

- السمات والخلال النفسية أو الطبع : التي تتجلى على صاحبها وتميز غالبيه سلوكه كالبساشة والتجهم والسخاء والبخل والصدق وحب السيطرة والرياء وطيبة القلب. هذه السمات هي نتاج تطور الفرد ونمائه مع تأثره بعوامل الثقافة والمجتمع والتربيه العائليه، وعندما يقود هذا النموذج المستقر من الصفات إلى اضطراب في الاستجابة الاجتماعية والسلوكية للفرد يحدث اضطراب الشخصية .
- معامل الذكاء IQ والسمات الشخصية .
- معامل الانفعال الذي يمنح الفرد القدرة على التعامل مع الآخرين بدفء و حنان ويكتسبه القدرة على جذب الآخرين .

أبعاد الشخصية

- **الصورة الذاتية :** هي ما يعتقد المرء عن نفسه عندما يخلو لذاته ويسبر بواطنه.
- **الصورة الاجتماعية :** نظرة المجتمع والآخرين وتقييمهم لهذه الشخصية، قد تكون مختلفة عن الصورة الذاتية.
- **الصورة المثالية :** وهو ما يتمنى الشخص تحقيقه من أمنياته.
- الشخصية المتوازنة السليمة هي التي تتوافق بالحكمة بين هذه الأبعاد الثلاثة .

• تصنیف الشخصية وتقسیمها

• حسب إيزنك Eysenck

- محور العصابيين: الذي يميز بين أشخاص هادئين ومستقرین وآخرين لديهم حساسية زائدة للكرب.
- محور الانطواء - الانفتاح: الذي يميز بين أشخاص هادئين منطويين وآخرين اجتماعيين اندفاعيين يبحثون عن الإثارة
- محور الذهانين: الذي يميز بين الأشخاص العاديين والمرضى الذهانيين .

- قسم إيزنك الناس إلى نمطين من الشخصيات
- أ- **شخصيات انبساطية افتتاحية :extraversion**
- إن اجتماع الأرضية الوراثية مع نمط الشخصية الانبساطية يساعد على ظهور الاضطراب التحويلي الهستيري أو الشخصية المضادة للمجتمع، وهؤلاء الأشخاص يتصرفون بصعوبة تكوين الأفعال الانعكاسية الشرطية وسهولة الكف الشرطي .
- ب- **شخصيات توحيدية أو انتروائية** : اجتماع هذا النموذج من الشخصيات مع الاستعداد الوراثي يفجر اضطرابات القلق والوسواس القهري و الاكتئاب .
- إن اكتساب الصفات الانبساطية أو الشخصية تسسيطر عليه مراكز خاصة في التشكلات الشبكية قريبا من مراكز الوعي و اليقظة .

• الاختبارات النفسية في الشخصية

- ١- الاختبارات الموضوعية أو ذات الهدف لتقدير الشخصية :
- تعتمد على مجموعة من الأفكار أو الإجابات التي نحصل عليها ونستطيع تقييمها وتحليلها إحصائياً ومنها اختبار مينسوتا لتقدير الشخصية متعددة الأطوار
 - Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) revised 1989:
- ٢- الاختبارات الإسقاطية لتقدير الشخصية :
- تستند على أن يقدم الشخص إجابات للأسئلة بناءً على استيعابه أو تفسيره للفكرة أو السؤال، ومنها اختبار روشاش ذو البطاقات العشر ، اختبار الإدراك ذو الفكرة الرئيسية (TAT: تكوين قصة من الصور) روتر ، اختبار الجملة الناقصة ، اختبار رسم شخص
- ٣- اختبارات الذكاء: من أهم الاختبارات المستخدمة هو :
- اختبار ويكسنر المسمى (wechsler Adult Intelligence Scale WAIS) - وهناك شكل خاص للأطفال وذلك بحسب الفئة العمرية
- - اختبار ستانفورد - بينه .
- ٤ - اختبارات النجاح والتفوق وتقدير القوى المعرفية: كاختبار كاليفورنيا و اختبار إياوا

أنماط الشخصية

(Personality Patterns)



فوائد تعلم الأنماط الشخصية :

1. هي طريقة إيجابية للأشخاص للنظر إلى أنفسهم ، لتساعدهم على معرفة وتقدير جوانب القوة والضعف والمناطق التي يمكن أن يتطورها تبعاً لاحتياجاتهم
2. في المقابل تساعد الأشخاص لفهم الاختلافات الشخصية واستخدام التفضيلات للآخرين بشكل إيجابي ومفيد .
3. تستخدم لبناء التواصل والاتصال الذي يلبي احتياجاتهم واحتياجات الآخرين ، وتساعدهم للوصول إلى أعلى مستوى من التأثير .
4. الأنماط تساعد الناس لتقدير قوتهم ويصبحون مدركون لها .
5. الأنماط تدعم تعليمنا لنكون أكثر فاعلية في قيادة وإدارة وتدريس وتعليم فريق العمل الواحد .
6. تساعد الناس في التنظيم ليصبحوا أكثر إدراكاً للاختلافات بينهم .



محاور أنماط الشخصية

(1) التفاعل و الانفتاح مع الآخرين

(2) الحصول على المعلومات والأفكار

(3) طريقة اتخاذ القرار

(4) تنظيم الأمور



(١) الانفتاح على الآخرين

الذاتي

Introvert

(I)

منفتح

Extrovert

(E)

المنفتح :

يتفاعل مع الناس بسهولة

Extrovert

- تعجبه التجمعات والاحفالات ويطيل الجلوس فيها
- يكون قريب من الناس كثيراً
- يتعارف على الغرباء بسرعة وله أصدقاء كثيرون
- سهل الوصول إلى شخصيته أي سهل أن تفهمه (قراءة)
- يمل من الجلوس لوحده
- يتكلم أكثر ويسمع أقل
- مقبول اجتماعياً
- يفضل توليد الأفكار مع مجموعته
- يتكلم بدون تفكير ومتحدث جيد
- يركز في الأحداث الخارجية
- قد لا يحب القراءة لأنها تعني بقاوه وحده إذا لم يدرِّب نفسه عليها

الذاتي:

- يحب الجلوس وحده
- لا يحب الاحتكاك الكثير مع الناس
- يفكر في الأمور بعمق داخل نفسه
- أصدقاءه المقربون قليلون ولكن بدرجة عميقة
- يستمع أكثر مما يتكلم (وهو مستمع جيد)
- صعب الوصول إلى شخصيته
- عادة ما يفكر بدون كلام
- يميل إلى الوحدة أو الخصوصية
- يركز في الأحداث الداخلية



Introvert

(2) الحصول على المعلومات والأفكار

الحدسي
Intuitive
(N)

الحسي
Sensor
(S)

الحسبي:

- يجذبه الحقيقة والواقعية ويكره المثالية.
- يحب الوضوح في التعبير.
- منجز وعملي أكثر (يحب الإنتاج أكثر من التخطيط).
- يتكيف مع الواقع وينهمك فيه
- يحب الروتين ولا يحب التغيير والتتجديـ (تقليدي).
- يعتمد على تجاربـه وخبراته.
- يستخدم طرق قياسية وثابتة ومتكررة لـ حل المشاكل
- . يهتم بالحدث وتفصيلاته دون معلقاته
- يعطي المعلومات بطريقة منتظمة وتفصيلية
- ينتقل في الأفكار بطريقة منهجية ومنظمة
- يتعلم الجديد من خلال المحاكاة والملاحظة
- يحب التركيز على ما تعلمـه الآن ، ولا يفكـر في الموضوع إلا في وقتـه .
- غالباً لا يفهم التلمـيح (قد يتـهم بـبطء الفـهم والبسـاطـة)

Sensor

Intuitive

الحدسي :

يجد به الخيال والتوقعات ويحب المثالية

يحب المجاز والرمز والعمومية والتورية

يحب التخطيط ويتقنه وقد لا ينجز ما وضعه في الخطة

يحب الإبداع والتجدد ويكره الروتين ويتعب فيه (مجد وتطور

يعتمد على إحساسه الداخلي

يهتم بما وراء الحدث وارتباط المعلومات

يعطي المعلومات بشكل عام وبطريقة غير مباشرة وبدون تفاصيل

يفكر في المستقبل

يستخدم طرق جديدة ومختلفة لحل المشاكل من خلال أفكار عامة

ينتقل من فكرة إلى أخرى بطريقة غير منتظمة

يميل أن يفكر في عدة أشياء في آن واحد ويكره شرود الذهن

يرى التفاصيل مملة

سرع الفهم للتلميح (يفهمها وهي طائرة)

(3) طريقة اتخاذ القرار

المشاعري
Feeler

(F)

عقلاني
Thinker

(T)

Thinker

العقلاني :

- يهتم أكثر بالمبادئ والقوانين
- يحب الإقناع والاقتناع و موضوعي في أحکامه
- يهمه أن يكون مقبول عقلياً عند الناس
- يرى الخلل والعيوب ويعيل إلى كونه ناقد
- معياري و ثابت و عادل و متجرد (هدفه الحقيقة)
- تحليلي و يلاحظ الاستنتاج والتفكير الخاطئ
- يستفهم عما توصل إليه الآخرون من نتائج لأنها قد تكون خاطئة
- يفضل الصدق و يتعامل مع الناس بحزم
- يتوقع من الآخرين الالتزام بالمبادئ المنطقية
- المشاعر قبل إذا كانت منطقية
- المواجهة سهلة عنده

المشاعري :

Feeler

- يتأثر و يراعي مشاعر وأحاسيس الآخرين (أي مشاعر فهـي مقبولة)
- يراعي الظروف المحيطة و لا يحب المواجهة
- يلاحظ حاجة الناس إلى الدعم
- يهمه أن يكون متـجانس مع الناس (هـدفه الانسجام)
- يحب أن يكون دبلوماسيًّا و يـدوـ مناوراً
- إنساني و شخصي و متقلب
- عاطفي يـقرـ أـكـثـرـ بـقـلـبـه
- يـوـافـقـ عـلـىـ ماـ تـوـصـلـ إـلـيـهـ الآـخـرـونـ منـ نـتـائـجـ ماـ يـجـعـلـهـمـ مـقـبـولاـ عـنـهـمـ
- يـفـضـلـ الـلـبـاقـةـ وـيـتـعـامـلـ مـعـ النـاسـ بـعـطـفـ
- يـتوـقـعـ مـنـ الآـخـرـينـ مـرـاعـاهـ الاـخـتـلـافـاتـ الفـرـديـةـ بـيـنـ النـاسـ

(٤) تنظيم الأمور

التلقائي
Perceiver
(P)

الحكم
Judger
(J)

الحكم :

Judger

- دقيق في مواعيده ومنظم ومرتب
- حاسم ومستعجل (يهتم بالإنتاج والانتهاء من الأعمال)
- عنده جدول أعمال ويتبعه ويرتبك إذا لم يسير كما هو منجز ومحاط مقدما
- ينجح في ظل النظام ولا يحب تغيير الخطة
- يتخذ القرارات بسرعة
- يفضل أن يكون عنده اختيار واحد
- يرتاح بعد اتخاذ القرار
- يشعر بالرضا عند انتهاء المشروع
- يحب الاستقرار والثبات
- يفضل العمل في المشاريع معلومة النهاية

Perceiver

التلقاءي :

- يحب الدقة لكنه قد لا يكون منظم ومرتب
- يشعر بالرضا عندما يبدأ تنفيذ مشروع ما
- مرن ويجمع بيانات ومعلومات أكثر
- يهتم ب ERA العمل أكثر من الانتهاء منه
- تجريبى ومتعدد ويرى أن هناك الكثير من الوقت
- قد يخطط وليس شرطاً اتباع الخطة ومستعد للمتغيرات
- يحب التجريب قبل اتخاذ القرار ويجهد له
- يتمهل ويتروى في القرار لعل الأحداث تتغير
- يفضل أن تكون اختياراته مفتوحة وغير محددة
- يحب المشاريع مفتوحة النهاية
- متخصص طوارئ ويتكيف سريعاً مع المتغيرات

كيف يتمثل اضطراب الشخصية؟

- * غرابة التفكير
- * عدم اتزان الانفعالات
- * اضطراب السلوك
- * إشكالات كثيرة ومتكررة في التعامل
- * لا يستطيع أن يتعامل مع المشكلات
- * دائماً يفترض افتراضات غير صحيحة في الناس

*

انماط الشخصيات المرضية

اضطراب الشخصية

- * الشخصية الشكاكية
- * الشخصية الحدية
- * الشخصية الأكتئابية
- * الشخصية الاعتمادية
- * الشخصية التجنبية
- * الشخصية المازوخية و الشخصية السادية
- * الشخصية الشخصية الفصامية و شبه الفصامية
- * الشخصية الهستيرية
- * الشخصية السيكوباتية
- * الشخصية النرجسية
- * الشخصية القلقة
- * الشخصية السلبية العدوانية