

الشخصية اضطر اباتها

تعريف الشخصية

الشخصية هي السلوك المميز للشخص ، وهي مجموعة من السمات تظهر في عاداته الفكرية وتعبيراته واتجاهاته واهتماماته وأسلوبه 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
- تنعكس على معاملاته مع الناس،
- صفة بشرية متأصلة يمكن التنبؤ بها

العوامل المؤثرة في شخصية الإنسان

العوامل المكتسبة

هي العوامل التي يكتسبها الفرد نتيجة تفاعله الاجتماعي 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 غالبية سلوكه كالبشاشة والتجهم والسخاء والبخل والصدق وحب السيطرة والرياء وطيبة القلب. هذه السمات هي نتاج تطور الفرد ونمائه مع تأثره بعوامل الثقافة والمجتمع والتربية العائلية، 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 وحنان ويكسبه 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 أمنيات .
- الشخصية المتوازنة السليمة هي التي توافق بالحكمة بين هذه الأبعاد الثلاثة .

• تصنيف الشخصية وتقسيمها

• حسب إيزنك Eysenck

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

- قسم إيزنك الناس إلى نمطين من الشخصيات
- أ- شخصيات انبساطية انفتاحية **extraversion** :
 إن اجتماع الأَرْضِيَّة الوراثة مع نمط الشخصية الانبساطية يساعد على ظهور الاضطراب التحويلي الهستريائي أو الشخصية المضادة للمجتمع، وهؤلاء الأشخاص يتصفون بصعوبة تكوين الأفعال الانعكاسية الشرطية وسهولة الكف الشرطي .
- ب- شخصيات توحديَّة أو انطوائية : اجتماع هذا النموذج من الشخصيات مع الاستعداد الوراثي يفجر اضطرابات القلق و الوسواس القهري و الاكتئاب .
- إن اكتساب الصفات الانبساطية أو الشخصية تسيطر عليه مراكز خاصة في التشكلات الشبكية قريبا من مراكز الوعي و اليقظة .

• الاختبارات النفسية في الشخصية

• 1- الاختبارات الموضوعية أو ذات الهدف لتقييم الشخصية :

• تعتمد على مجموعة من الأفكار أو الإجابات التي نحصل عليها ونستطيع تقييمها وتحليلها إحصائياً ومنها اختبار مينسوتا لتقييم الشخصية متعددة الأطوار

- Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) revised 1989:

• 2- الاختبارات الإسقاطية لتقييم الشخصية :

• تستند على أن يقدم الشخص إجابات للأسئلة بناء 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

• 3- اختبارات الذكاء: من أهم الاختبارات المستخدمة هو :

• - اختبار ويكسلر المسمى (wechsler) بـ (Wechsler Adult Intelligence Scale WAIS)

• وهناك شكل خاص للأطفال وذلك بحسب الفئة العمرية

• - اختبار ستانفورد - بينه .

• 4 - اختبارات النجاح والتفوق وتقييم القوى المعرفية: كاختبار كاليفورنيا و اختبار إياوا

أنماط الشخصية



فوائد تعلم الأنماط الشخصية :

1. هي طريقة إيجابية للأشخاص للنظر إلى أنفسهم ، لتساعدهم على معرفة **وتقييم جوانب القوة والضعف** والمناطق التي يمكن أن يطورها 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 لتقييم قوتهم ويصبحون مدركين لها** .
5. الأنماط تدعم تعليماً نكون أكثر فاعلية في قيادة وإدارة وتدرّيس وتعليم فريق العمل الواحد .
6. تساعد الناس في التنظيم ليصبحوا أكثر إدراكاً للاختلافات بينهم .



محاوَر أنماط الشخصية

(1) التفاعل و الانفتاح مع الآخرين

(2) الحصول على المعلومات والأفكار

(3) طريقة اتخاذ القرار

(4) تنظيم الأمور



(1) الانفتاح على الآخرين

الذاتي

Introvert

(I)

منفتح

Extrovert

(E)

Extrovert

المنفتح :

يتفاعل مع الناس بسهولة

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

Introvert

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



(2) الحصول على المعلومات والأفكار

الحدسي
Intuitive
(N)

الحسي
Sensor
(S)

Sensor

الحسي :

- 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 والتجديد (تقليدي).
- يعتمد على تجاربه وخبراته.
- يستخدم طرق قياسية وثابتة ومتكررة لحل 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 تعلمه الآن ، ولا يفكر في الموضوع إلا في وقته .
- غالباً لا يفهم التلميح (قد يتهم ببطء الفهم والبساطة)

Intuitive

الحدسي :

- يجذبه الخيال والتوقعات ويحب المثالية
- يحب المجاز والرمز والعمومية والتورية
- يحب التخطيط ويتقنه وقد لا ينجز ما وضعه في الخطة
- يحب الإبداع والتجديد ويكره الروتين ويتعب فيه (مجدد ومطور
- 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 شروء الذهن
- يرى التفاصيل مملة
- سريع الفهم للتلميح (يفهمها وهي طائفة)

(3) طريقة اتخاذ القرار

المشاعري
Feeler
(F)

عقلاني
Thinker
(T)

Thinker

العقلاني :

- يهتم أكثر بالمبادئ والقوانين
- يحب الإقناع والاقتناع و موضوعي في أحكامه
- يهتم أن يكون مقبول عقلياً عند الناس
- يرى الخلل والعيوب ويميل إلى كونه ناقد
- معياري وثابت وعادل ومتجرد (هدفه الحقيقة)
- تحليلي و يلاحظ الاستنتاج والتفكير الخاطئ
- يستفهم عما توصل إليه الآخرون من نتائج لأنها قد تكون خاطئة
- يفضل الصدق ويتعامل مع الناس بحزم
- يتوقع من الآخرين الالتزام بالمبادئ المنطقية
- المشاعر تقبل إذا كانت منطقية
- المواجهة سهلة عنده

Feeler

المشاعري :

- يتأثر و يراعي مشاعر وأحاسيس الآخرين (أي مشاعر فهي مقبولة)
- يراعي الظروف المحيطة و لا يحب المواجهة
- يلاحظ حاجة الناس إلى الدعم
- يهتم أن يكون متجانس مع الناس (هدفه الانسجام)
- يحب أن يكون دبلوماسياً ويبدو مناوراً
- إنساني وشخصي ومتقلب
- عاطفي يقرر أكثر بقلبه
- يوافق على ما توصل إليه الآخرون من نتائج مما يجعلهم مقبولاً عندهم
- يفضل اللباقة ويتعامل مع الناس بعطف
- يتوقع من الآخرين مراعاة الاختلافات الفردية بين الناس

(4) تنظيم الأمور

التلقائي
Perceiver
(P)

الحكم
Judger
(J)

Judger

الحكم :

- دقيق في مواعيده ومنظم ومرتب
- حاسم ومستعجل (يهتم بالإنتاج والانتهاء من الأعمال)
- عنده جدول أعمال ويتبعه ويرتبك إذا لم يسيركما هو
- منجز ومخطط 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

التلقائي :

- يحب الدقة لكنه قد لا يكون منظم ومرتب
- يشعر بالرضا عندما يبدأ تنفيذ مشروع ما
- مرن ويجمع بيانات ومعلومات أكثر
- يهتم بمراحل العمل أكثر من الانتهاء منه
- تجريبي ومتردد ويرى أن هناك الكثير من الوقت
- قد يخطط وليس شرطاً اتباع الخطة ومستعد للمتغيرات
- يحب التجريب قبل اتخاذ القرار ويمهد 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 الأنفعالات
- * 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 الشكاكة

* الشخصية الحدية

* الشخصية الأكتئابية

* الشخصية الأعمادية

* الشخصية التجنبية

* الشخصية المازوخية و الشخصية السادية

* الشخصية الشخصية الفصامية و شبه الفصامية

* الشخصية الهستيرية

* الشخصية السيكوباتية

* الشخصية النرجسية

* الشخصية القلقة

* الشخصية السلبية العدوانية