

# تیپ نمای شخصیتی MBTI

## ESFJ = حامی

### صفات کلیدی

حمایتگر، مهربان، خوش قلب، باوجدان، وظیفه شناس، همدل، وفادار، اجتماعی، تمایل به همکاری با دیگران، دگرمحور، متعهد، بخشنده، سنتی، پیرو قانون، قانون مدار، مسؤولیت پذیر، خونگرم، منظم، مهمان نواز، صمیمی و دوستانه، خوش قول، وقت شناس، ساخت یافته، رابطه گرا، شاد، واقع بین، محبوب، عملگرا، فداکار و از خود گذشته

### ویژگیهای شخصیتی

ESFJها اشخاصی خونگرم، معاشرتی، دوستانه و همدل بوده و می خواهند به طور واقعی و عملی به دیگران کمک کنند. از آنجایی که برای روابط خود با دیگران اهمیت فراوان قائل هستند، برای کسب حسن شهرت تلاش می کنند و میل به راضی کردن دیگران دارند. در واقع آنها نگران جایگاه خود در جامعه هستند. این اشخاص زیاد حرف می زنند و خواهان روابط هماهنگ با دیگران هستند و به سختی تلاش می کنند که به این هماهنگی دست پیدا کنند. در واقع آنان از هر کس یا هر چیز خوششان بیاید، به عنوان الگو به دیگران معرفی می کنند.

به شدت اجتماعی هستند و وقتی از دیگران فاصله می گیرند، بی قرار می شوند. تمایل به همکاری با دیگران برای انجام دقیق و به موقع وظایف دارند، به نیازهای روزانه دیگران توجه کرده و سعی در برآورده ساختن آن دارند و اهمیت زیادی به احساسات دیگران و راضی بودن آنها می دهند. آنان به نیازهای دیگران بیش از نیازهای خود بها می دهند. دوست دارند که مورد نیاز باشند و از کارشان تشکر و قدردانی شود.

ESFJها عملگرا و واقع بین هستند، به حقایق و واقعیتها بها می دهند و اشخاصی سازمان یافته هستند. به حقایق و جزئیات توجه کرده و در خاطره خود نگه می دارند. آنان براساس تجارب شخصی خود یا کسانی که به آنها اعتماد دارند، برنامه ریزی می کنند. با محیط فیزیکی خود در تماس بوده و دوست دارند که پویا و فعال باشند.

از آن جهت که ESFJها هوشیار و سنتی هستند، مسؤولیت پذیر بوده و به وظایف و تعهدات خود پایبند باقی می مانند. برای خود و دیگران بایدها و نبایدهای فراوانی دارند. آنان به نهادهای اجتماعی بها داده و علاقمند به عضویت فعال در نهادها و سازمانهای اجتماعی مختلف اند. روابط اجتماعی برای آنها مهم تلقی می شود و از این رو روابط و پیوندهای اجتماعی خوب و قوی دارند. سعی می کنند برای اشخاص دیگر کار مفیدی صورت بدهند و به خصوص در مواقع سختی و دشواری به آنها کمک کنند. وفاداری حتی در مسائل جزئی از خصوصیات این تیپ شخصیتی است.

### نقاط ضعف شخصیتی

از آنجا که این اشخاص به هماهنگی بهای فراوان می دهند، از تضاد و اختلاف دوری می جویند، حتی اگر بسیاری از مسائل، حل نشده سر جای خود باقی بمانند. این تیپ شخصیتی در مواقعی نسبت به نقطه نظرهای کسانی که به آنها توجه دارند، تأکید بیش از اندازه می ورزند. ممکن است در شرایط سخت و دشوار واقعیتها را نبینند. آنان باید بیاموزند که با تعارضات و اختلافات برخورد صادقانه داشته باشند و بدانند که به خاطر احساساتی که نسبت به دیگران دارند، حتی در دشوارترین موقعیت ها می توانند خوشایند ظاهر گردند.

ESFJها اغلب نیازهای شخصی خود را نادیده می انگارند، زیرا می خواهند هر طور شده دیگران را راضی کنند. برای آنها پاسخ

نه دادن به دیگران دشوار است. کمتر تقاضای کمک می کنند، زیرا نمی خواهند که دیگران احیاناً با احساسی ناخوشایند روبرو گردند. برای آنان قبول انتقادات سازنده دشوار است، زیرا مسائل را به شدت شخصی ارزیابی می کنند. آنها وقتی نمی توانند تغییری در زندگی خود بدهند ناراحت می شوند. این اشخاص باید قدمی از مسائل خود فاصله بگیرند و با عینیت بیشتری به آن نگاه کنند.

ESFJها در تلاش خود برای راضی کردن دیگران، گاه دستور می دهند و این ممکن است آنها را به لحاظ رفتاری یک رئیس معرفی کند. از این رو بهتر است که این اشخاص کمی صبر کنند و ببینند آیا اصلاً به کمک آنان نیازی وجود دارد یا نه. این تیپ شخصیتی باید قضاوت های خود را درباره مسائل به عقب بیندازد تا بتواند تصمیمات بهتری بگیرد.

## روابط با دیگران

- مهربان، دلسوز و ملاحظه کار هستند.
- تمایل زیادی به حرف زدن دارند.
- به بهترین کیفیات اشخاص توجه می کنند و رفتار اشخاص مورد نظر خود را آرمان سازی می کنند.
- به هماهنگی بها می دهند. دوست ندارند به کسی توهین کنند یا اشخاص را از خود ناامید سازند.
- ممکن است قدر شناس به نظر برسند.
- دوست دارند که به شدت مورد توجه قرار بگیرند، تایید شوند و به خاطر کارهایی که برای دیگران می کنند، مورد تایید و تحسین واقع شوند.
- اگر بفهمند کسی از کارشان انتقاد می کند، ممکن است افسرده و کسل شوند و یا دیگران را سرزنش نمایند.
- دوست دارند سنتها و آداب و رسوم را زنده نگهدارند.
- می توانند بی انعطاف، سختگیر و خود مدار باشند و از کسانی که نظراتشان را با آنها در میان نمی گذارند، انتقاد نمایند.

## در محل کار

- آگاه و هوشیار و سازمان یافته هستند و کارشان را انجام می دهند.
- دوست دارند کارشان برنامه ریزی شده و به حالت روزمره درآید.
- به جزئیات بها می دهند. دقت می کنند همه چیز با کارایی انجام شود.
- بازیگران گروه خوبی هستند. دوست دارند همه افرادی که با آنان همکار هستند، در شمار دوستانشان باشند.
- دوست دارند تصمیم گیری ها سریعاً انجام شوند. اما نمی خواهند که همه تصمیمات را خودشان بگیرند.
- اهل کمک و تعاون بوده و خدمت گذار هستند و دوست دارند به دیگران کمک کنند.
- دوست ندارند بر اساس باورهای نظری و فلسفی تصمیم گیری کنند.
- در برخورد با دیگران گرم و صمیمی هستند.
- بسیار معاشرتی هستند و دوست دارند کارهایی انجام دهند که دیگران در آن حضور داشته باشند.
- دوست دارند در محیطی عاری از تضاد و تنش کار کنند. دوست دارند به دیگران کمک کنند تا به شکلی هماهنگ به سمت هدف مشترک خود حرکت کنند.
- خواهان مشاغل مدیریتی نیستند، اما وقتی این مقامها را به آنها بدهند، از خود اهتمام فراوان به خرج می دهند.
- به مقامات بالا دست احترام می گذارند و معتقدند که دیگران هم باید به مقامات احترام بگذارند.

## نقاط قوت کاری

- قاطعیت
- احساس مسئولیت زیاد

- مهارت‌های سازمانی قوی
- انرژی زیاد و میل به انجام کارها
- همکاری با دیگران
- دیدگاه واقع بینانه و توجه به جزئیات
- علاقه مندی و توجه به دیگران همراه با تایید رفتار خوب آنها
- توانایی حفظ سنت‌های سازمان
- وفاداری و توجه به ارزشها
- رعایت رویه ها و مقررات

## نقاط ضعف کاری

- حساسیت داشتن به انتقادات و شخصی تلقی کردن آنها
- حساسیت زیاد داشتن و عدم تحمل شرایط نامطلوب
- توجه زیاد به لحظه حال و عدم توجه به آینده
- عدم انعطاف پذیری کافی
- عدم تمایل به تنهایی کارکردن به مدت طولانی
- توجه زیاد از حد به احساسات دیگران
- توجه زیاد به جزئیات و نداشتن دید جامع و کلی نگر
- تصمیم گیری شتابزده
- داشتن نیاز شدید به تعریف و تمجید
- بی میلی به آزمودن نظرات و ایده های جدید
- مایوس شدن در صورت نبود تایید و تحسین از سوی دیگران
- دشواری در شنیدن نظرات متفاوت

## رضایت شغلی

برای یک ESFJ رضایت شغلی یعنی:

- این امکان را داشته باشد که با دیگران روابطی گرم و صمیمانه داشته باشد و بتواند به تغییر شرایط زندگی دیگران کمک کند.
- کار برای دیگران منافع عملی و ملموس داشته باشد و به او فرصت دهد که مهارت‌های ضروری را قبل از استفاده از آنها بیاموزد.
- امکان اعمال کنترل داشته باشد، بتواند با اشخاص متعدد کار کند و به آنها کمک کند تا در جهت رسیدن به اهداف خود گام بردارند.
- انتظارات روشن و واضحی از کار وجود داشته باشد و معیارها و ملاک های آن روشن باشد.
- کار در محیطی با حس همکاری مشترک صورت پذیرد، محیطی رها از تعارض و تنش میان همکاران، سرپرستان، مراجعان، بیماران و غیره.
- امکان تصمیم گیری و استفاده از روشهای کارآمد را داشته باشد.
- فرصت کافی در اختیارش قرار گیرد تا با دیگران تبادل نظر کرده و نقشی در تصمیم گیری ها داشته باشد.
- این امکان را داشته باشد که کارش را سازماندهی کرده و در این کار به اطرافیانش نیز کمک کند تا مطمئن شود که کارها به روال و سیاق درست به جریان می افتند.

- کار در محیطی دوستانه انجام شود و دیگران از موفقیت‌های وی تعریف کنند، جایی که کارش تأیید گردد و او احساس کند که همکارانش دوستان وی هستند.
- کار با توجه به ساختارها و رویه‌های موجود انجام شود، در آن خط فرماندهی رعایت شود و به مقامات بالا دست احترام گذاشته شود.