

تیپ نمای مایر - بریگز

مایرز و بریگز ۱۹۹۸

قسمت اول: برای گرفتن این که معمولاً چگونه احساس یا عمل می‌کنید، کدام پاسخ به شما نزدیکتر است؟

- | | |
|---|---|
| الف) احساساتتان بر منطقتان غلبه می‌کند، یا | ۱- وقتی روز را جایی می‌روید، آیا ترجیح می‌دهید آنچه را که می‌خواهید انجام دهید و زمان آن را |
| ب) منطقتان بر احساساتتان غلبه می‌کند؟ | الف) از قبل برنامه‌ریزی کنید، یا |
| ۷- وقتی که با جمع هستید، آیا ترجیح می‌دهید | ب) بدون برنامه‌ریزی قبلی راه بیافتید؟ |
| الف) در مصاحبت جمع شرکت کنید، یا | ۲- اگر یک معلم بودید ترجیح می‌دادید کدامیک از موارد زیر را تدریس کنید؟ |
| ب) در هر بار فقط با یک نفر گفتگو کنید | الف) دروس عملی |
| ۸- شما در کدامیک از موقعیت‌های زیر بیشتر موفق هستید؟ | ب) دروس نظری |
| الف) هنگامی که با یک موضوع غیرمنتظره روبرو می‌شوید و می‌پنید که باید چه انجام بپذیرد. | ۳- آیا معمولاً |
| ب) از طرح‌های به دقت برنامه‌ریزی شده پیروی می‌کنید. | الف) اجتماعی و معاشرتی هستید، یا |
| ۹- ترجیح می‌دهید | ب) نسبتاً کم حرف و گوشه‌گیر؟ |
| الف) یک فرد اهل عمل در نظر گرفته شوید، یا | ۴- آیا ترجیح می‌دهید |
| ب) یک فرد نوآور؟ | الف) قرارها، میهمانی‌ها و مانند آن را از قبل برنامه‌ریزی کنید، یا |
| ۱۰- وقتی در گروه بزرگی هستید، اغلب | ب) روش هر آنچه پیش آید خوش آید را در پیش بگیرید؟ |
| الف) شما دیگران را معرفی می‌کنید، یا | ۵- شما معمولاً با کدام گروه از افراد بهتر کنار می‌آید؟ |
| ب) دیگران شما را معرفی می‌کنند؟ | الف) افراد خلاق |
| ۱۱- آیا شما بیشتر اشخاصی را تحسین می‌کنید که | ب) افراد واقع‌گرا |
| | ۶- آیا در بیشتر موارد |

الف) آنقدر پیرو رسوم هستند که خودشان را چشمگیر جلوه نمی سازند، یا

ب) اشخاصی که آنچنان خاص و نوآور هستند که چشمگیر بودن یا نبودن برایشان اهمیت ندارد؟

۱۲- آیا پیروی از یک برنامه برایتان

الف) جالب است؛ یا

ب) دست و پاگیر است؟

۱۳- آیا شما بیشتر ترجیح می دهید

الف) دوستان معدود و دوستی عمیق داشته باشید، یا

ب) روابط دوستانه گسترده ای با اشخاص مختلف داشته باشید؟

۱۴- آیا این ایده که درباره کارهایی که قرار است در تعطیلات آخر هفته انجام دهید، از قبل فهرستی درست کنید برایتان

الف) جالب است، یا

ب) ناخوشایند است، یا

ج) شما را واقعاً افسرده می کند؟

۱۵- نسبت داده شدن به کدام یک از ویژگی های زیر برایتان تحسین آمیزتر است؟
الف) شخصی هستید که احساسات اصیل دارید، یا
ب) همواره شخصی منطقی هستید.

۱۶- در میان دوستان خود
الف) یکی از آخرین کسانی هستید که از رویدادها با خبر می شوید، یا
ب) از همه چیز آگاهی کامل دارید؟

فقط در مورد سؤال شماره ۱۷، اگر دو جواب درست باشد، هر دو را علامت بزنید.

۱۷- در فعالیتهای روزانه آیا شما

الف) از یک موقعیت اضطراری که باعث شود شما با شتاب کار کنید

نسبتاً لذت می برید، یا
ب) از کار کردن تحت فشار متنفر هستید، یا

ج) معمولاً کار خود را طوری برنامه ریزی می کنید که نیازی به کار کردن تحت فشار نداشته باشید.

۱۸- آیا ترجیح می دهید دوستی داشته باشید

الف) که همیشه ایده های تازه ای را ارائه می دهد، یا

ب) دوستی که واقع بین است؟

۱۹- آیا شما

الف) تقریباً با هر فردی برای هر مدتی که لازم

با شد به سادگی صحبت
می‌کنید، یا

ب) تنها با اشخاص معین
یا تحت شرایط خاصی حرف
زیادتی برای گفتن
دارید؟

۲۰- وقتی می‌خواهید که کار
خاصی را انجام دهید، آیا
تمایل دارید

الف) قبل از شروع کار،
آن را به دقت سامان
دهید، یا

ب) آنچه را که لازم است
در حین انجام کار پیدا
کنید؟

۲۱- معمولاً برای کدامیک از
موارد زیر ارزش بیشتری
قائل می‌شوید؟
الف) منطق

ب) عاطفه

۲۲- وقتی که کتابی را برای
سرگرمی می‌خوانید:

الف) از بیان مطالب به
صورت عجیب و نوآورانه
لذت می‌برید، یا

ب) دوست دارید که
نویسندگان منظور خود
را به طور صریح و عیناً
بیان کنند؟

۲۳- آیا افراد جدیدی که شما
ملاقات می‌کنید، می‌توانند
علاق شما را

الف) فوراً حدس بزنند، یا

ب) فقط پس از شناخت کامل
شما قادر به این کار
هستند؟

۲۴- هنگامی که از قبل به
خوبی مقرر شده باشد که
شما کار خاصی را در زمان
معینی انجام دهید، آیا

الف) این که بتوانید
متناسب با آن
برنامه‌ریزی کنید
برایتان خوشایند خواهد
بود، یا

ب) از این که محدود شوید
آن را اندکی ناخوشایند
می‌یابید؟

۲۵- در انجام کاری که بسیاری
از اشخاص دیگر انجام
می‌دهند، برای شما جذاب‌تر
است که

الف) آن را به شیوه
متداول انجام دهید، یا
ب) شیوه خود را ابداع
کنید؟

۲۶- آیا معمولاً

الف) احساسات خود را به
راحتی ابراز می‌کنید،
یا

ب) آنها را به کسی
نمی‌گویید؟

به قسمت دوم بروید.

قسمت دوم: در هر جفت لغات کدام يك براي شما جالب توجه تر است؟
به معنای واقعی لغات بیشتر توجه کنید نه به شکل و مفهوم
ظاهري آنها.

- ۲۷- الف (ب) برنامهریزی ۵۰- الف (ب) دلریا
زمانبندی شده نشده معقول
- ۲۸- الف (ب) نرم (ب) محکم ۵۱- الف (ب) تحمل کردن
بخشیدن
- ۲۹- الف (ب) ایده ها ۵۲- الف (ب) طرح
واقعیتها تولید
- ۳۰- الف (ب) فکر (ب) احساس کردن ۵۳- الف (ب) تصمیم
کردن هوس
- ۳۱- الف (ب) کم حرف ۵۴- الف (ب) چه چیزی
دوستانه چه کسی
- ۳۲- الف (ب) تأثیر گذار ۵۵- الف (ب) نوشتن
مجاب کننده صحبت کردن
- ۳۳- الف (ب) مفهوم ۵۶- الف (ب) انتقادی
بیان غیرانتقادی
- ۳۴- الف (ب) همدردی ۵۷- الف (ب) سرفرصت
تحلیل کردن کردن سروقت
- ۳۵- الف (ب) خودجوش ۵۸- الف (ب) انتزاعی
نظاممند عینی
- ۳۶- الف (ب) بخشش ۵۹- الف (ب) ثابت
عدالت متغیر
- ۳۷- الف (ب) کم (ب) پر حرف ۶۰- الف (ب) خوش بین
حرف محتاط
- ۳۸- الف (ب) دوراندیشی ۶۱- الف (ب) اختراع

شفقت	بنا کردن	کردن
۳۹- الف (ب) تصادفی	۶۲ - الف (ب) آسانگیر	
نظام مند	منظم	
۴۰- الف (ب) سرزنده	۶۳ - الف (ب) قله	
آرام	پایه	
۴۱- الف (ب) نعمات	۶۴ - الف (ب) دقیق	
مزایا	سریع	
۴۲- الف (ب) یقین	۶۵ - الف (ب) تجربه	
نظریه	نظریه	
۴۳- الف (ب) سرسپرده	۶۶ - الف (ب) دور و جدا	
مصمم	اجتماعی	
۴۴- الف (ب) مجازی	۶۷ - الف (ب) نماد	
حقیقی	نشانه	
۴۵- الف (ب) خونگرم	۶۸ - الف (ب) تئاتر	
منصف اندیش	میهمانی	
۴۶- الف (ب) خلاق واقع‌گرا	۶۹ - الف (ب) تغییر دادن	
	پذیرفتن	
۴۷- الف (ب) دادرس	۷۰ - الف (ب) مورد بحث	
میانجی صلح	موافقت‌کردن	قرار دادن
۴۸- الف (ب) خلق کردن	۷۱ - الف (ب) ناشناخته	
ساختن	شناخته	
۴۹- الف (ب) نرم سخت		

به قسمت سوم بروید.
 قسمت سوم: برای گفتن این که معمولاً چگونه احساس یا عمل می‌کنید، کدام پاسخ نزدیکتر است؟

- ۷۲- فکر می‌کنید که در کار با نسبت به افرادی عادی
 الف) ذوق و شوق بیشتری
 نشان می‌دهید، یا
- ب) کمتر برانگیخته می‌شوید؟
 ۷۳- فکر می‌کنید

الف) همدل نبودن عیب بدتری است، یا
 ب) غیرمنطقی بودن؟
 ۷۴- آیا بیشتر ترجیح می‌دهید
 الف) کارها را در دقیقه ۹۰ انجام دهید، یا
 ب) انجام کارها در دقیقه ۹۰ برای شما آزاردهنده است؟
 ۷۵- در میهمانی‌ها، آیا
 الف) گاهی حوصله‌تان سر می‌رود، یا
 ب) همیشه به شما خوش می‌گذرد؟
 ۷۶- فکر می‌کنید که داشتن یک روال روزانه
 الف) شیوه‌ای راحت برای انجام کارها است، یا
 ب) حتی در مواقع لازم آزاردهنده است؟
 ۷۷- وقتی چیز جدیدی می‌شود، آیا معمولاً
 الف) یکی از اولین افرادی هستید که آن را امتحان می‌کنید، یا
 ب) علاقه‌ی زیادی به مد ندارید؟
 ۷۸- وقتی به فکر خرید یا انجام چیز کوچکی هستید آیا
 الف) اغلب آن را تا مدت زیادی فراموش می‌کنید، یا
 ب) معمولاً آن را برای یادآوری به خودتان یادداشت می‌کنید، یا
 ج) همیشه می‌توانید آن را بدون هیچگونه یادآوری انجام دهید؟
 ۷۹- کدامیک از موارد زیر در مورد شما صدق می‌کند؟
 الف) شناختن شما آسان است.
 ب) شناختن شما سخت است.
 ۸۰- در شیوه زندگی خود، ترجیح می‌دهید
 الف) نوآور باشید، یا
 ب) پیرو رسوم؟

۸۱- وقتی در موقعیت خجالت‌آوری قرار می‌گیرید، آیا معمولاً
 الف) موضوع را عوض می‌کنید، یا
 ب) از آن یِک لطیفه می‌سازید، یا
 ج) در روزهای بعد به این فکر می‌کنید که چه می‌بایست می‌گفتید؟
 ۸۲- کدامیک از شرایط زیر برای شما سخت‌تر است؟
 الف) خود را با روال همیشگی منطبق کنید.
 ب) خود را با تغییرات مداوم منطبق کنید.
 ۸۳- آیا تحسین برانگیزتر است که گفته شود
 الف) فردی دارای ژرف‌بینی است، یا
 ب) دارای عقل سلیم است؟
 ۸۴- هنگامی که طرح بزرگی را شروع می‌کنید که ضرب‌الاجل یک هفته‌ای دارد، آیا
 الف) زمان می‌گذارید تا فهرستی از کارها و ترتیب انجام آنها تهیه کنید، یا
 ب) در آن غوطه‌ور شوید
 ۸۵- فکر می‌کنید کدامیک از توانایی‌های زیر مهم‌تر است؟
 الف) توانایی دیدن این که چه امکاناتی در یک موقعیت وجود دارد.
 ب) توانایی انطباق با واقعیت‌ها همانطور که هستند.
 ۸۶- فکر می‌کنید افراد نزدیک به شما از چه گونه‌گی احساس شما

الف) نسبت به اکثر چیزها
آگاه هستند، یا

ب) فقط هنگامی پی به
احساس شما برده اند که
دلیل خاصی برای گفتن به
آنها داشته اید؟

۸۷- ترجیح می دهید که زیر
نظر چه کسی کار کنید؟

الف) کسی که همیشه مهربان
است.

ب) کسی که همیشه منصف
است.

۸۸- در انجام یک کار، به کدام
روش زیر متکی هستید؟

الف) این که کار را زود
شروع کنید تا سر وقت
آن را تمام کنید.

ب) سرعت کارتان را در
آخرین لحظات زیاد کنید.

۸۹- فکر می کنید کدام صفت
عیب بزرگتری است؟

الف) نشان دادن صمیمت
خیلی زیاد

ب) نداشتن صمیمت کافی

۹۰- ترجیح می دهید هنگامی که
در یک مهمانی هستید

الف) مجلس را گرم کنید،
یا

ب) اجازه دهید تا دیگران
به شیوه خودشان خوش
بگذرانند؟

۹۱- کدامیک از موارد زیر را
بیشتر ترجیح می دهید؟

الف) انجام کار با روش های
از پیش آزموده شده و
مطمئن.

ب) انجام کار در مورد
مسائل حل نشده و تحلیل
اموری که درستی آنها
روشن نیست.

۹۲- آیا بیشتر مواظب

الف) احساسات افراد
هستید، یا

ب) حقوق آنها؟

۹۳- اگر در یک صبح جمعه از

شما سؤال شود که می خواهید
آن روز را چه کار کنید،
آیا

الف) قادر خواهید بود که
به نحو خوبی آن را
بیان کنید، یا

ب) دو برابر هر آنچه که
هست را فهرست می کنید،
یا

ج) ناچار خواهید بود تا
منتظر بمانید و ببینید؟

۹۴- هنگامی که می خواهید

تصمیم مهمی بگیرید

الف) به احساسات خود نسبت
به انجام بهترین گزینه
اعتماد می کنید، یا

ب) فکر می کنید که صرف نظر
از این که چه احساسی
درباره آن دارید، بایست
کار منطقی را انجام
دهید؟

- ۹۵- اغلب روال‌های معمول روز
خود
الف) آرامش بخش می‌یابید،
یا
ب) کسالت‌آور؟
- ۹۶- آیا اهمیت موفق بودن در
یک آزمون عموماً
الف) باعث می‌شود که
راحت‌تر تمرکز کنید و
خوب عمل کنید، یا
ب) باعث می‌شود که تمرکز
کردن برایتان مشکل‌تر
شود و نتوانید لیاقت
خود را نشان دهید؟
- ۹۷- آیا شما
الف) تمایل دارید از این
که خودتان تصمیم
بگیرید لذت ببرید، یا
ب) خوشحال خواهید شد که
شرایط برای شما تصمیم
بگیرد؟
- ۹۸- در گوش دادن به یک فکر
جدید آیا بیشتر مشتاق هستید
که
الف) تمام جزئیات آن را
بفهمید، یا
ب) درست یا غلط بودن آن را
مورد قضاوت قرار دهید؟
- ۹۹- در هر یک از شرایط
اضطراری عادی زندگی
روزمه، ترجیح می‌دهید
الف) دستور بگیرید و کمک
باشید، یا
ب) دستور بدهید و مسئول
باشید؟
- ۱۰۰- پس از بودن با اشخاص
خرافاتی
الف) احساس می‌کنید اندکی
تحت تأثیر خرافات آنها
قرار گرفته‌اید، یا
ب) هیچ تأثیری از آنها
نگرفته‌اید؟

۱۰۱- محتملتر است که در

گفتار خود

(الف) تحسین کنید، یا

(ب) سرزنش کنید؟

۱۰۲- موقعی که می‌خواهید

تصمیم بگیرید، آیا معمولاً

(الف) فوراً تصمیم می‌گیرید،

یا

(ب) برای تأملی معقولانه قبل

از این که تصمیم

بگیرید، صبر می‌کنید؟

۱۰۳- وقتی کارهایتان روی هم

انباشته می‌شود چه احساسی

پیدا می‌کنید؟

(الف) احساس می‌کنید که

گرفتار وضعیت غیرقابل

تحملی شده‌اید.

(ب) احساس می‌کنید می‌توانید

فقط با اتمام کارهای

لازم مشکل خود را حل

کنید.

۱۰۴- از بین همه قرارهای

خوبی که ممکن است با

خودتان گذاشته باشید، آیا

(الف) به برخی از آنها

متعهد بوده‌اید، یا

(ب) واقعاً هیچ یک از آنها

دوام نیافته‌اند؟

۱۰۵- در حل یک مسئله شخصی

(الف) اگر نظر اشخاص دیگری

را پرسیده باشید آیا

احساس اطمینان بیشتری

پیدا می‌کنید، یا

(ب) احساس می‌کنید که هیچ

کس دیگری برای قضاوت

کردن در موقعیتی به

خوبی موقعیت شما نیست؟

۱۰۶- وقتی شرایط جدیدی رخ

می‌دهد که مغایر با

برنامه‌های شما است، آیا در

ابتدا تلاش می‌کنید که

(الف) برنامه‌های خود را

برای تناسب با شرایط

تغییر دهید، یا

(ب) شرایط را برای تناسب

با برنامه‌های خود

تغییر دهید؟

۱۰۷- اگر شما نوسانات

هیجانی را تجربه کنید، آیا

آنها

(الف) خیلی بارز هستند، یا

(ب) نسبتاً معمول هستند؟

۱۰۸- در باورهای شخصی خود

(الف) اعتقاد به چیزهایی

را ارجح می‌دانید که

اثبات‌پذیر نیستند، یا

(ب) فقط چیزهایی را باور

دارید که اثبات‌پذیر

باشند؟

۱۰۹- در کارهای خانه وقتی

کاری را به پایان

می‌رسانید، آیا

(الف) برای شما روشن است

که کار بعدی چیست و

آماده هستید که به

سراغش بروید، یا

(ب) از این که بتوانید فعلاً

استراحت بکنید خوشحال

می‌شوید، تا زمانی که

(ب) دوست دارید ذهن خود را
به روي عقايد جديد باز
نگاه دارید؟

دو باره حالش را پيدا
کنید؟
۱۱۰- وقتي فرصتي پيش آمده
است که کار جالبی را انجام
دهید، آیا
الف) در مورد آن نسبتاً
سريع تصمیم می‌گیرید،
یا

(ب) گاهي اوقات به خاطر
زمان‌بري زیاد در
تصمیم‌گیری، آن فرصت را
از دست می‌دهید؟

۱۱۱- اگر يك اختلال یا
آشفته‌گي کاری که شما و
دیگران در حال انجام آن
بوده‌اید را متوقف کند، میل
آني شما چه خواهد بود؟
الف) لذت بردن از زمان
استراحت

(ب) رفتن به دنبال برخی از
قسمت‌هاي کار که هنوز
می‌توانید آن را پیش
ببرید.

(ج) هم‌کاري با افرادی که
در پی حل مشکل هستند.
۱۱۲- وقتي چیزی گفته می‌شود
که شما با آن موافق
نیستید، آیا معمولاً
الف) آن را نادیده
می‌گیرید، یا

(ب) در مورد آن وارد بحث
می‌شوید؟

۱۱۳- در اکثر موارد آیا شما
الف) يك عقیده نسبتاً
مشخصی دارید، یا

- ۱۱۴- ترجیح می‌دهید
الف) فرصتی داشته باشید
که ممکن است به کارهای
بزرگتری منجر شود، یا
ب) تجربه‌ای داشته باشید
که مطمئن هستید از آن
لذت می‌برید.
- ۱۱۵- در اداره زندگی خود،
آیا تمایل دارید
الف) تعهد خیلی زیادی به
گرددن بگیریید و به
تنگنا برسید، یا
ب) خود را محدود به
کارهایی کنید که
می‌توانید از عهده‌اش
برآیید؟
- ۱۱۶- به هنگام بازی با ورق
از کدامیک از جنبه‌های بازی
لذت بیشتری می‌برید؟
الف) از جنبه دور هم بودن
و گروهی بازی
ب) از هیجان برنده بودن
ج) از این که چگونه از هر
دست بازی بیشترین
امتیاز را به دست
آورید
د) از بازی ورق لذت
نمی‌برید؟
- ۱۱۷- وقتی حقیقت مؤدبانه
نیست، بیشتر احتمال دارد
الف) دروغ مؤدبانه
بگویید، یا
ب) یک حقیقت بی‌ادبانه؟
- ۱۱۸- بیشتر راغب هستید که
بار سنگینی از کار اضافه
را به خاطر
الف) راحتی و رفاه اضافی
تقبل کنید، یا
ب) به خاطر فرصتی برای
رسیدن به یک هدف مهم؟
- ۱۱۹- وقتی یکی از دوستان
شما به شیوه‌ای عمل می‌کند
که مورد تأیید شما نیست،
آیا
الف) منتظر می‌مانید تا
ببینید که چه اتفاقی
می‌افتد، یا
ب) راجع به آن کاری
می‌کنید یا چیزی
می‌گویید؟
- ۱۲۰- آیا این تجربه شما
بوده است که
الف) اغلب شیفته تصویر یا
طرحی بشوید که منجر به
یک تجربه دل‌سردکننده
شود - طوری که «اول
پرواز کنید و بعد با
مخ به پایین سرنگون
می‌شوید»، یا
ب) راجع به اشتیاق خود
آنقدر درایت خرج
می‌دهید تا باعث
سرخوردگی شما نشود؟
- ۱۲۱- وقتی انتخاب مهمی را
در پیش دارید
الف) تقریباً همیشه به یک
تصمیم قاطع می‌رسید، یا

ب) گاهي آنقدر تصميم
گرفتن براي شما مشکل
مي شود كه هيچ كدام از
انتخاب ها را مشتاقانه
دنبال نمي كنيد؟

۱۲۲- آيا معمولاً

الف) از لحظه حال لذت
مي برديد و حـداكثر
استفاده را از آن
مي كنيد، يا

ب) احساس مي كنيد كه چيز
مهم تري در پيش رو هست؟

۱۲۳- وقتي به يك فعاليت
گروهي كمك مي كنيد، آيا
بيشتر تحت تأثير

الف) همكاري قرار
مي گيريد، يا

ب) ناكارآمدي، يا

ج) درگير تعهدات گروهي
نمي شويد؟

۱۲۴- هنگامي كه در چيزي كه
در حال انجامش هستيد با يك
مشكل غيرمنتظره روبرو
مي شويد، احساس مي كنيد كه
آن

الف) يك شانس بد است، يا

ب) يك درد سر اذيت كننده،
يا

ج) بخشي از كار روزانه
است؟

۱۲۵- كدام اشتباه براي شما
طبيعي تر است؟

الف) در تمام زندگي خود
از شاخه اي به شاخه
ديگر پریدن

ب) ادامه دادن برنامه
يكنواختي كه مناسب شما
نيست.

۱۲۶- معنای چه تعداد از این
سؤالات را تمایل پیدا
کرده اید مورد بحث قرار
دهید؟

الف) بسياري از این سؤالات
را

ب) چندانايي را