

NEO

نام و نام خانوادگی - -

تحصیلات -

تاریخ -

به نام او

مقدمه

تست پنج عاملی شخصیت یکی از معتبرترین تست‌های روان‌شناسی در دنیاست. محققانی که این تست را به وجود آورده‌اند سال‌ها صفات مختلف شخصیتی را انتخاب کرده‌اند و پرسشنامه‌های مفصل را روی مردم اجرا کرده‌اند و بعد با روش‌های پیچیده آماری به این پنج عامل بزرگ شخصیت رسیده‌اند. 5 عامل یعنی: روان‌آزرده‌گرایی، برون‌گرایی، گشودگی، توافق‌پذیری (موافق بودن) و وظیفه‌شناسی (با وجدان بودن). 5 عاملی که تحقیقات بین‌فرهنگی ثابت کرده‌اند در بیشتر کشورهای دنیا از جمله ایران و کشورهای اروپایی 5 عامل بزرگ شخصیت است. آزمون شخصیتی NEO-FFI فرم تجدیدنظر شده و 60 جمله‌ای فرم بلند نئو (NEO PI-R) است که از معروف‌ترین پرسشنامه‌های خودسنجی برای ارزیابی مختصر و سریع پنج عامل اصلی می‌باشد:

N روان‌آزرده‌گرایی، بی‌ثباتی هیجانی یا عصبیت (Neuroticism))
 E برون‌گرایی (Extraversion))
 O گشودگی نسبت به تجربه (Openness to experience))
 A توافق‌پذیری یا موافق بودن (Agreeableness))
 C با وجدان بودن یا وظیفه‌شناسی (Conscientiousness))

هر عامل، شش جنبه یا مقیاس فرعی دارد که به صورت جزئی‌تر هر عامل را توصیف می‌کند.

نمودار NEO						
45-48	42-48	37-48	37-48	32-48	70 به بالا	Very high
42-44	39-41	34-36	34-36	27-31	65	
40-41	36-38	31-33	31-33	23-26	60	High
37-39	33-35	29-30	29-30	20-22	55	
33-36	31-32	26-28	26-28	16-19	50	Average
29-32	28-30	23-25	23-25	12-15	45	
26-28	26-27	20-22	20-22	9-11	40	Low
23-25	23-25	18-19	18-19	6-8	35	
0-22	0-22	0-17	0-17	0-5	30 به پایین	Very Low
C=33	A=29	O=31	E=31	N=14	نمره T نمره خام	

N روان آزرده‌گرایی (عصیت یا بی ثباتی)

شما گاهی هیجانتان پایدار است و گاهی نه. احتمالاً خیلی آدم خوشحال و آرامی نیستید. ولی ناراحت و نا آرام هم نیستید. هر چند معمولاً آرام هستید و می‌توانید با فشارها مقابله نمایید اما گاهی خشم، شرم و یا غم را نیز احساس می‌کنید.

E برون‌گرایی

شما آدم برون‌گرایی هستید و دوست دارید بیشتر اوقات در حضور دیگران باشید. در واقع با جمع بودن را دوست دارید. و ترجیح می‌دهید حتی کارهایی را که می‌شود تنهایی انجام داد با جمع انجام دهید. شما فردی معاشرتی، فعال و بلند پرواز هستید. اجتماعی، قاطع، فعال، حراف، اهل گفتگو و دوستدار دیگران بودن از ویژگی‌های خاص شماست. به شرکت در اجتماعات و مهمانی‌ها علاقه داشته و هیجان و تحرک را دوست دارید و برآنید که به موفقیت در آینده امیدوار باشید. احتمالاً بازاریاب موفق و نمونه‌ای هستید و روابط عمومی بالایی دارید.

O گشودگی نسبت به تجربه (باز بودن)

شما فردی هستید که در باروری تجربه‌های درونی و دنیای پیرامون کنجکاو بوده و زندگی سرشار از تجربه دارید. فردی طالب لذت بردن از نظریه‌های جدید و ارزش‌های غیرمتعارف هستید و در مقایسه با افراد بسته (غیر انعطاف پذیر) احساسات مثبت و منفی فراوانی دارید. شما معمولاً فردی خلاق هستید و تفکر و اگرآ دارید. شما عشق سفر هستید. عشق چیزهای جدید. حالا بستگی به علاقه‌تان دارد از غذاهای جدید گرفته تا داستان‌های جدید. در واقع تجربه‌های جدید مورد استقبال شماست، دارای علایق وسیع و علاقمند به شروع کارهای جدید هستید، دنیای تخیل و تجسم قوی‌ای دارید. پذیرای تغییر بوده و تنوع را به روزمرگی ترجیح می‌دهید. از دیدن مکان‌های جدید لذت می‌برید. برای انعطاف پذیری

G با وجدان و وظیفه شناس بودن

شما فردی متکی و تاحدی منظم هستید، معمولاً اهداف مشخصی دارید ولی می‌توانید کارهایتان را نادیده بگیرید. روی هم رفته نه چندان وظیفه شناسید و نه چندان بی وجدان.

A توافق، دلپذیری و خوشایندی

شما فرد ناموافق و خودمحوری هستید، شما کسی هستید که خیلی دیگران برایتان مهم نیستند. برای همین گروه‌های دوستان، گروه‌های کاری و خانواده خیلی از شما خوششان نمی‌آید. گویی شما برای زندگی سازگاران در جمع تلاشی نداشته‌اید. آدم سرسخت، دیر باور، مغرور، رقابت کننده‌ای هستید و معمولاً خشم خود را مستقیم بروز می‌دهید. به قصد و نیت دیگران مضمون هستید و بیشتر اهل رقابتید تا همکاری.

تعامل خرده مقیاسهای آزمون NEO در ایجاد شیوه شخصیتی مراجع

شیوه سلامت

N+ E- عصبیت بالا، برونگرایی پایین

N+ E+ عصبیت بالا، برونگرایی بالا

N- E- برونگرایی پایین، عصبیت پایین

N- E+ عصبیت پایین، برونگرایی بالا

شیوه دفاعی

N+ 0- عصیت بالا، باز بودن پایین

N+0+ عصیت بالا، باز بودن بالا

N- 0- باز بودن پایین، عصیت پایین

N- 0+ عصیت پایین باز بودن بالا

شیوه کنترل چشم

N+ A- عصبیت بالا، توافق پایین

N+ A+ عصبیت بالا، توافق بالا

N- A- عصبیت پایین، توافق پایین

N- A+ عصبیت پایین، توافق بالا

شیوه کنترل خویشتن

N+ C- عصبيت بالا، باوجدان بودن پايين

N+ C+ عصبيت بالا، باوجدان بودن بالا

N- C- عصبيت پايين، باوجدان بودن پايين

N- C+ عصبيت پايين، باوجدان بودن بالا

شیوه علاقه‌ها

E+ 0- برونگرایی بالا، گشودگی به تجربه پایین

E+ 0+ برونگرایی بالا، گشودگی به تجربه بالا

تعامل خلاق: علایق این افراد پیرامون موضوعات جدید و متنوع می‌چرخد و دوست دارند کشفیات خود را با دیگران در میان بگذارند. از صحبت کردن در جمع و سخنرانی لذت می‌برند و دوست دارند به دیگران آموزش دهند و در بحث‌های گروهی به خوبی جای خود را باز می‌کنند. از ملاقات با افراد مختلفی با زمینه‌های متفاوت لذت می‌برند شغل احتمالی مردم شناسی است.

E- 0- برونگرایی پایین، گشودگی به تجربه پایین

E- 0+ برونگرایی پایین، گشودگی به تجربه بالا

شیوه تعامل

E+ A- برونگرایی بالا، توافق پایین

رهبر: این افراد موقعیتهای اجتماعی را به عنوان محلی برای شکوفایی خود دوست دارند. علاقمندند که مورد قبول واقع شوند و تصمیمات آنها در اولویت قرار گیرد. ممکن است بلند پرواز یا لاف زن به نظر برسند. به خوبی می دانند که چگونه دیگران را وادار به انجام دادن کارها کنند.

E+ A+ برونگرایی بالا، توافق بالا

E- A- برونگرایی پایین، توافق پایین

E- A+ برونگرایی پایین، توافق بالا

شیوه فعالیت

E+ C- برونگرایی بالا، باوجدان بودن پایین

E+ C+ برونگرایی بالا، باوجدان بودن بالا

E- C- برونگرایی پایین، باوجدان بودن پایین

E- C+ برونگرایی پایین، باوجدان بودن بالا

شیوه نگرش

0+ A- گشودگی به تجربه بالا، توافق پایین

آزاداندیش: این افراد دارای نگرش‌های آزادی هستند و تحت تأثیر سنت یا احساسات نیستند. آن‌ها همه آرا را در نظر می‌گیرند اما در نهایت داوری خود را معیار درستی یا نادرستی می‌دانند. معمولاً احساسات دیگران را در نظر نمی‌گیرند و نظرات خود را دنبال می‌کنند.

0+ A+ گشودگی به تجربه بالا، توافق بالا

0- A- گشودگی به تجربه پایین، توافق پایین

0- A+ گشودگی به تجربه پایین، توافق بالا

شیوه یادگیری

0+ G- گشودگی به تجربه بالا، باوجدان بودن پایین

0+ G+ گشودگی به تجربه بالا، باوجدان بودن بالا

0- G- گشودگی به تجربه پایین. باوجدان بودن پایین

0- G+ گشودگی به تجربه پایین. باوجدان بودن بالا

A+ G- توافق بالا، باوجدان بودن پایین

A+ G+ توافق بالا، باوجدان بودن بالا

A- G- توافق پایین، باوجدان بودن پایین

A- G+ توافق پایین، باوجدان بودن بالا

خلاصه اطلاعات پرونده شما

نام و نام خانوادگی : - -
تاریخ تولد : 0
جنسیت : مرد
رشته تحصیلی :
میزان تحصیلات : -
شغل :
گروه خونی :
قد : 0
وزن : 0
وضعیت تاهل :
شماره تماس :
ایمیل : sayadian.m@gmail.com

BMI : BMI - وزن بر حسب کیلوگرم تقسیم بر قد بر حسب متر به توان ۲

شما می توانید عدد بدست آمده از فرمول بالا را با جدول زیر مقایسه کنید:

BMI کمتر از ۱۸.۵ = کمبود وزن

BMI بین ۱۸.۵ تا ۲۴.۹ = طبیعی

BMI بین ۲۵ تا ۲۹.۹ = اضافه وزن

BMI برابر ۳۰ و بیشتر = چاق

جدول مقایسه ای BMI مطلوب برای گروه های سنی مختلف :

BMI 21 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 17 تا 19.

BMI 22 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 19 تا 24.

BMI 23 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 24 تا 34.

BMI 24 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 34 تا 44.

BMI 25 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 44 تا 54.

BMI 26 = مطلوب ، برای گروه سنی بین 54 تا 64.