



DISC profile

مدل رفتاری DISC که به عنوان "مدل رفتاری برتر" شناخته می شود، یکی از معتبرترین ابزارهای رفتار شناسی در جهان است. دیسک استاندارد یا زبان مشترکی است برای شناخت و بازگشایی رموز رفتاری افراد و پیش بینی رفتارهایی که به طور معمول از آنها مشاهده می شود. اطلاعات کسب شده بر اساس این مدل کمک می کند تا با دانستن این که افراد چه تمایلات فکری دارند و زبان بدن آن ها چگونه است، بتوان مدل رفتاری افراد را حدس زد و بهتر با آنها رابطه برقرار کرد. این مدل در واقع ابزاری است که شما می توانید با استفاده از آن با هر کس به شیوه مناسبی ارتباط برقرار کنید و به نتیجه اثربخشی دست پیدا کنید. این مدل اولین بار توسط دکتر ویلیام مولتون مارستون براساس مطالعات روانشناسی کارل گوستاو یونگ معرفی گردیده است.



تحلیل ویژگی های بارز رفتاری

آقای حمیدرضا صابر احمدی

مبتنی بر مدل جهانی

DISC

An Evaluation of Behavioral Styles

Disc Code:

6 3 3 4



2020 Edition





نام: حمیدرضا

نام خانوادگی: صابر احمدی

کد ملی: ۵۳۳۶۱۶۴۷۴۵

رشته تحصیلی: مدیر بازاریابی

مقطع تحصیلی: فوق لیسانس

سال تولد: ۱۳۵۳

نام سازمان: فناپ

سال اخذ آزمون: ۱۴۰۰

شناسه: S:6 3 3 4 A:5 1 2 3 N:7 6 4 5

فهرست مطالب

۳	معرفی مدل
۴	اهم نتایج
۵	داشبورد DISC
۶	ویژگی های اصلی رفتاری
۷	الگوی غالب
۷	انگیزه
۷	عادات کاری
۸	دیدگاه ها
۸	اوقات فراغت
۹	راهکارهای بهبود
۹	تصمیم گیری
۹	نحوه بهبود عملکرد
۱۰	رمز موفقیت
۱۰	آموزش های مورد نیاز
۱۱	نحوه تعدیل و تقویت لایه های رفتاری
۱۲	مقایسه حالت طبیعی و تطبیقی
۱۳	شرح حالت طبیعی
۱۴	شرح حالت تطبیقی
۱۵	شناسایی مشاغل
۱۶	تحلیل وزن و گروه خونی

رفتار "عبارت است از عمل و عکس العمل های قابل مشاهده از یک فرد در موقعیت ها و شرایط متفاوت که در این مدل به چهار نوع مجزا تقسیم بندی می شود. همه ما به نسبت های متفاوت از همه این تمایلات رفتاری برخوردار هستیم، اما همواره میزان یک یا دو تمایل رفتاری در ما بیشترین است که به آنها "سبک های غالب رفتاری" گفته می شود. تحلیل های ارائه شده در این گزارش کمک می کند تا:



- خود را بیشتر بشناسید .
 - به نقاط قوت و قابل بهبود خود آگاه شوید .
 - تفاوت های فردی خود را با دیگران بشناسید .
 - بتوانند خود را با دیگران تطبیق دهید .
 - به یک ارتباط برد - برد دست یابید .
- این ابزار، رفتار افراد را در دو محور "وظیفه محور - مردم محور" و "درونگرا - برونگرا" در قالب سبک رفتاری سلطه گرا، تاثیرگذار، دارای ثبات و وظیفه محور طبقه بندی می کند.

حرف D مخفف کلمه تسلط و سلطه گرایی است. این شاخص نشان می دهد شما در مواجهه با مسائل و چالش ها چطور برخورد می کنید. کسانی که این شاخص را در حد بالایی دارند رفتارها و کلماتی از قبیل : صریح و رک، قوی، مدعی و ... را از خود نشان می دهند.



حرف I مخفف کلمه تاثیرگذار می باشد و نشان میدهد که شما با دیگران چگونه ارتباط برقرار می کنید. افرادی که در این شاخص امتیاز بالایی دارند برون گرا بوده و ویژگی هایی نظیر پرحرفی، اهل معاشرت، خوش بین و... دارند.



حرف S مخفف کلمه ثبات است. این شاخص نشان میدهد که ما چقدر طرفدار ثبات هستیم. کسانی که این شاخص را در حد بالایی دارند معمولاً صلح طلب و سازگار هستند. این افراد معمولاً راحت، پایدار، بی کشش و صبور در تعامل با افراد هستند.



حرف C مخفف کلمه قانون گرایی یا وظیفه گرایی می باشد و نشان میدهد که شما در برخورد با محدودیت ها و دستورالعمل ها چطور برخورد میکنید. افرادی که این شاخص را در حد بالایی دارند افراد محتاط، دقیق، سیستمی، روشمند و تحلیل گرا، ساختارمند می باشد.



در این مدل با ترکیب ابعاد اصلی چهارگانه فوق ۱۶ الگوی رفتاری ارائه می شود که مبنای تحلیل و پیش بینی گونه های رفتاری هر فرد تلقی می شود. بر اساس این مدل افراد در سه حالت تطبیقی، طبیعی و اجتماعی مورد تحلیل می گیرد. حالت **طبیعی**، همان رفتار ذاتی شماست که امکان برگشت رفتار به این حالت در آینده زیاد است. حالت **تطبیقی** لایه ای از رفتار است که بدلیل اقتضای عوامل محیط کاری ایجاد شده تا بتوانید با محیط کار خود تطبیق پیدا کنید. نهایتاً حالت **اجتماعی** برآیند حالت طبیعی و تطبیقی است که رفتار فرد را در سطح جامعه و از منظر دیگران نشان می دهد به عبارتی دیگران در سطح جامعه شما را بر اساس "حالت اجتماعی" تان می بینند.

امروزه این مدل را به عنوان ابزار دستیابی به اهداف، توسعه رهبری، آموزش ارتباطات، تشکیل تیمهای کاری، فروش موثر، مشاوره های شغلی، خدمات پس از فروش، مربی گری، تغییرات سازمانی، مدیریت زمان، توسعه فردی، بهبود تعاملات خانوادگی، مذاکره و مدیریت می دانند. امید است مطالعه این گزارش ضمن ارائه شناخت مناسب نسبت به ابعاد پنهان و آشکار رفتاری شما، راهکارهایی نیز جهت توسعه ارتباطات و ارتقای بهره وری کاری فراهم آورد.



اجتماعی



تطبیقی



طبیعی (ذاتی)

از منظر اجتماعی به دنبال فرصتهای جدید بوده و از طریق جستجوی راه حلهایی برای مشکلات و نمایش قدرت شخصی بر اطرافیان خود تاثیر می گذارد. ایشان از طریق اجتناب از "طفره رفتن از مسئولیت" و جستجوی روشهای جدید یا مبتکرانه حل مشکلات برای سازمان ارزش آفرینی می کند و در تعاملات اجتماعی خود از اعمال کنترل روی افراد و موقعیتهای جهت دستیابی به نتایج خود بیشتر بهره گرفته و اثربخشی خود را از طریق صبر و شکیبائی، همدلی، مشارکت و همکاری با دیگران و دنبال کردن کارها تا آخر با توجه به کنترل کیفیت ارتقاء می بخشد. آقای صابر احمدی از خستگی و از دست دادن کنترل احساس نگرانی نموده و در صورتی که تحت فشار قرار بگیرد برای اتمام و تکمیل کارها به تنهایی کار می کند و اگر چنانچه فرصت های عرض اندام او تهدید شود، پرخاشگر می شود.

از لحاظ ویژگی های تطبیقی (اقتضای عوامل محیطی) به دنبال حفظ وضع موجود و محیط کنترل شده بوده و از طریق عملکرد پایدار و همراهی با دیگران بر اطرافیان خود تاثیر می گذارد. ایشان از طریق برنامه ریزی کوتاه مدت، قابل پیش بینی و حفظ ثبات برای سازمان یا محل کار خود ارزش آفرینی نموده و در تعاملات اجتماعی خود از محافظه کاری و مخالفت منفعلانه با نوآوری بیشتر بهره می گیرد. معمولاً اثربخشی خود را از طریق تشریح علنی عقایدشان؛ اعتماد به نفس براساس واکنش ها، بازخوردها و روشهای میان بر و کوتاه ارتقاء می بخشند. آقای حمیدرضا صابر احمدی از تغییر و ایجاد بی نظمی احساس نگرانی نموده و در صورتی که تحت فشار قرار بگیرد با افرادی که در مسند قدرت هستند تطبیق می یابد و گروهی فکرمی کند

از منظر ویژگی های ذاتی یا طبیعی به دنبال تسلط و استقلال بوده و از طریق صلابت شخصیتی و استقامت بر اطرافیان خود تاثیر می گذارد. ایشان از طریق استقامت و سرسختی برای سازمان یا محل کار خود ارزش آفرینی نموده و در تعاملات اجتماعی خود از رقابت برد- باخت بیشتر بهره می گیرد. معمولاً اثربخشی خود را از طریق بیان دلایله در نظر گرفتن دیدگاهها و عقاید دیگران درباره اهداف و حل مشکلات؛ توجه صادقانه به دیگران و شکیبائی و تواضع ارتقاء می بخشند. آقای حمیدرضا صابر احمدی از بهره جویی دیگران از آنها، کندی در انجام فعالیتهای کاری، ساده و قابل دسترس به نظر رسیدن احساس نگرانی نموده و در صورتی که تحت فشار قرار بگیرد منتقد و عیب جو شده و در برابر مشارکت گروهی مقاومت می نماید.

هر چقدر توصیف های رفتاری ارائه شده در سه گروه فوق شباهت محتوایی داشته باشند نشان دهنده آن است که شما فشار کمتری را در جهت تغییر رفتار خود بر اساس عوامل محیطی متحمل شده اید.



در این قسمت ابتدا چهار بعد اصلی مدل دیسک به طور مختصر شرح داده شده و سپس وضعیت شما در هر یک از ابعاد تعیین گردیده است. در انتهای هر بعد، قریب به هفت ویژگی بازر رفتاری شما ارائه گردیده که ترکیب این ویژگی ها، مجموعه خلیات شما را از حیث اجتماعی به نمایش می گذارد.



افراد با ویژگی "D" بالا،
انسانهایی مسلط و کنترل گر بوده و بیشتر اوقات سعی دارند همه چیز را در کنترل خود قرار دهند و نتایج کار برای آنها از اهمیت ویژه ای برخوردار است. این افراد نسبت به دیگران اعتماد به نفس بیشتری دارند. آنها افراد کلی نگر هستند که از لحاظ کلامی صریح، رک و قاطع بوده و اهل چالشی و رقابت هستند. آنها افرادی قوی و نافذ به حساب می آیند.

ویژگی های مذکور از منظر اجتماعی در آقای صابر احمدی در حد "بسیار بالا" بوده و مجموعه رفتارهای های زیر در ایشان بیشتر مشاهده می شود.

پر جرأت
سلطه جو
متوقع
قوی نافذ
خطر پذیر
ماجراجو
قاطع



Dominance
تسلط



افراد با ویژگی "I" بالا،
انسانهایی بسیار تاثیرگذار و اجتماعی هستند. آنها از تاثیر گذاشتن بر افراد و محیط پیرامون خود لذت می برند. اغلب شروع کننده بحث بوده و خوش مشرب به نظر می رسند. آنها افرادی مثبت اندیش، خوش بین، شاد و سرزنده هستند و بر اطرافیان خود بسیار تاثیر گذار می گذارند. افرادی مشارکتجو، اجتماعی و پر انرژی و دوست داشتنی هستند.

ویژگی های مذکور از منظر اجتماعی در آقای صابر احمدی در حد "کم" بوده و مجموعه رفتارهای های زیر در ایشان بیشتر مشاهده می شود.

مقاعد کننده
مشاهده کننده
تشخیص دهنده
ژرف اندیش
واقع گرا
منطقی
خوشتن دار



Influence
تاثیر گذاری



افراد با ویژگی "S" بالا،
انسانهایی قابل اعتماد و مطمئن هستند. این افراد از نفوذ خود برای متقاعد کردن دیگران بخوبی استفاده می کنند آنها اغلب از خدمت گذاری و کمک به دیگران لذت می برند. این افراد شخصیتی آرام و بسیار صبوری دارند. افرادی حمایت گر و بسیار متواضع بوده و جزء افراد احساسی و خوش برخورد شده و رفتارشان قابل پیش بینی و سنجیده می باشد.

ویژگی های مذکور از منظر اجتماعی در آقای صابر احمدی در حد "کم" بوده و مجموعه رفتارهای های زیر در ایشان بیشتر مشاهده می شود.

هوشیار
مشاق
نقاد
ناراضی
بیقرار
عجول
ناآرام



Steadiness
ثبات



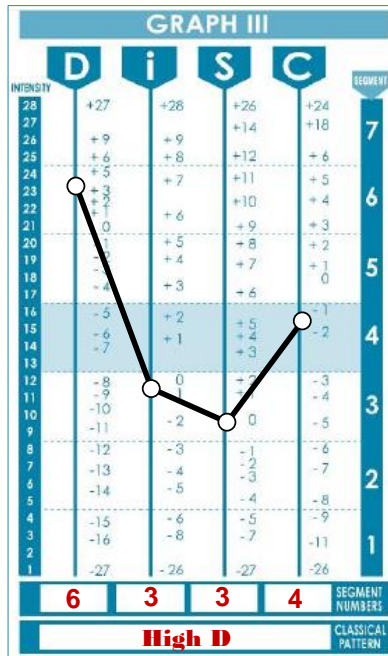
افراد با ویژگی "C" بالا
دارای شخصیتی وظیفه شناس و مطیع بوده و تمایل دارند کارها را بر اساس قانون و استانداردهای تعیین شده انجام دهند. آنها ترجیح می دهند در هر کاری تخصص و قدرت تحلیل بلایی داشته باشند. این افراد بسیار دقیق و جزئی نگر و منظم بوده و از اشتباه کردن در هر کاری پرهیز می کنند. برخورداری از استقلال مالی و روانی امری مهم در زندگی آنها می باشد.

ویژگی های مذکور از منظر اجتماعی در آقای صابر احمدی در حد "متوسط" بوده و مجموعه رفتارهای های زیر در ایشان بیشتر مشاهده می شود.

تحلیل گر
حساس
جا افتاده
مردد
از خود راضی
حق به جانب
رفتار آمرانه



Compliance
وظیفه شناسی



Developer

الگوی توسعه دهنده

الگوی رفتاری غالب آقای
صابر احمدی

ویژگی بارز

اعمال کنترل روی افراد و موقعیتها جهت دستیابی به
نتایج خود

نحوه مدیریت احساسات

نگران جوابگویی نیازهای فردی است.

نحوه تاثیر گذاری

جستجوی راه حلهایی برای مشکلات و
نمایش قدرت شخصی

هدف

فرصتهای جدید

شما به همدلی در رابطه با نیازهای شخصی علاقمند هستید و هدف تان ایجاد فرصت های جدید می باشد. از طریق جست و جوی راه حل های جدید برای حل مشکلات و نمایش قدرت شخصی بر دیگران تاثیر می گذارید. شما با اجتناب از طفره رفتن از مسئولیت و حتی پذیرش مسئولیت و با یافتن روش های نوین و مبتکرانه برای حل مسائل در سازمان ایجاد ارزش می کنید. ولی برای دستیابی به نتایج خود، از اعمال کنترل روی افراد و موقعیت ها بیش از اندازه استفاده می کنید. تحت اجبار و فشار، برای اتمام و تکمیل کارها به تنهایی کار می کنید. اگر خود محوری یا فرصت های عرض اندام شما تهدید شود، پرخاشگر می شوید.

شما می توانید اثر بخشی خود را با استفاده بیشتر از عواملی چون، صبر و شکیبایی، همدلی، مشارکت و همکاری با دیگران، دنبال کردن کارها تا آخر با توجه به کنترل کیفیت، افزایش دهید.

شما فردی با اراده و مصمم می باشید و پیوسته دنبال یافتن افق های جدید هستید. به عنوان فردی متکی به خود و متفکری مستقل، ترجیح می دهید خودتان راه حل را بیابید. شما وقتی نسبتاً "فارغ از قید و بند های گروهی باشید، قادرید رسم و عرف را کنار زده و راه حل های مبتکرانه بیافرینید.

اغلب به صراحت و قدرتمند رفتار می کنید. در عین حال می توانید به طور نامحسوس اوضاع و افراد را کنترل کنید. هنگامی که نیاز به مشارکت دیگران دارید و فردیت شما محدود می شود، مستعد پرخاشگری می شوید. در پیگیری نتایج دلخواه سرسخت هستید و هر کاری که لازم باشد برای برداشتن موانع جهت کسب موفقیت انجام می دهید. به علاوه از دیگران انتظارات زیادی دارید و زمانی که استانداردهای شما رعایت نشود، عیب جو و منتقد می شوید. مشتاق دستیابی به اهداف خود هستید. وجود فرصت هایی برای پیشرفت و چالش برای تان مهم است. هنگامی که تمرکز تان روی کسب نتایج است شما بی توجه به علائق دیگران و فاقد همدلی به نظر می رسید.

در این بخش تمایلات رفتاری و ترجیحات فردی شما با توجه به امتیاز کسب شده در چهار بعد اصلی مدل جهانی دیسک ارائه گردیده است. این قسمت صرفاً جنبه رفتاری شما را که متأثر از عوامل ارثی و محیطی است به نمایش می گذارد ، لذا برای شناخت لایه های عمقی شخصیتی نیاز به مصاحبه های عمیق می باشد. مطالب ارائه شده در این قسمت به شما کمک خواهد کرد تا بتوانید با شناخت بهتر ویژگی های بارز رفتاری ، اقدام به بهبود تعاملات اجتماعی و توسعه شخصی خود نمایید.

انگیزه:



تمایل زیادی به سریع فکر کردن دارید و این را نشانه ای بر قوی بودن و اعتماد به نفس خود تلقی می کنید. در بیشتر اوقات قاطع، سرسخت و به احتمال زیاد خودمحور و خشن هستید. ممکن است شما از نگاه دیگران فردی مقتدر و قوی جلوه کنید و این موضوع شما را فردی نافذ، صریح و قدرتمند جلوه می دهد. شما ممکن است بیشتر اوقات با توجه به تمایلات رفتاری خود دنبال مشاغل مهم و مقتدرانه باشید و از شرایط پیچیده و رقابتی و کسب مقام برتر لذت می برید. شما در بیشتر اوقات مشتاقانه منتظر پذیرش مسئولیت ها هستید و معمولاً به آسانی مرعوب نمی شوید. از آنجایی که شما مایلید احساسات واقعی خود را بیان کنید و در این احساسات زمانیکه شرایط به نفع شما نیست معمولاً تندی و خشم بروز می دهید و در صورت لزوم، از منافع خود دفاع قاطع و سرسختانه ای می کنید. ممکن است تمایل به استقلال زیاد، جاه طلبی و سرعت زیاد تفکر و تمایل سریع به پاسخ دادن شما را فردی بی ملاحظه و خودمحور و بی توجه به روابط با دیگران در نزد اطرافیان معرفی کند.

عادت های کاری :



شما احتمالاً در جستجوی راه کارهای جدید به منظور محک زدن توانایی ها و قابلیت های خود جهت رسیدن به نتایج مورد انتظار هستید. وظایف و فعالیت های منحصر به فرد که نیازمند فرصت و نکته سنجی بالایی دارد و نوعی پیچیدگی در آن وجود دارد و شما می توانید برای آن ایده، راهکار، استراتژی و یا بازی خاصی جهت پیروز شدن در آن طراحی کنید، برای شما جذاب است و می توانید قدرت و توانمندی های خود را محک بزنید.

با توجه به انرژی و سرعت بالایی که دارید، فرآیندهای و فعالیت های زمان بر و حتی افراد کند برای شما جذاب نیستند. جزئیات وقت گیر معمولاً شما را عصبانی می کند. شما سخت و چالشی تلاش می کنید و در عین کار انتظار دارید که اطرافیان هم مانند شما سخت و سریع کار کنند و ممکن است برای رسیدن به نتایج و سرعت بخشیدن به انجام امور به اطرافیان فشار کاری وارد کنید. خشنودی شما رسیدن به نتیجه، پیروزی یا برنده شدن در کارهاست و معمولاً اگر این فعالیت ها سخت و چالشی و توأم با رقابت زیاد باشد برای شما جذاب تر است. شما در رسیدن به نتیجه و کسب نتایج کمی و کیفی سرسخت هستید و با سایرین مدارا نمی کنید. همچنین شما در بیشتر اوقات به "توسعه کسب و کار" جهت درآمد و سودآوری بیشتر توجه و تمرکز می کنید و در این ویژگی منحصر بفرد هستید. شما فردی مستقلی هستید که عموماً در روابط کاری بهتر از روابط اجتماعی و فردی هستید و اگر اوضاع تحت کنترل و سرپرستی شما نباشد ترجیح می دهید تنها کار کنید و زمانی به فعالیت های جمعی و گروهی علاقه مند هستید که کنترل خوبی بر افراد و فعالیت ها داشته باشید و خودتان آزادی و ابتکار عمل خوبی داشته باشید. شما معمولاً در کارهای خیلی سخت و چالشی که قدرت و توانمندی زیادی می خواهد و در نزد سایرین انجام نشدنی است، داوطلب پذیرش مسئولیت و انجام کار می شوید. شیوه اصلی تاثیر گذاری شما بر همکاران به احتمال زیاد به صلابت شخصیتی است. شما در ارتباط با افراد کند و آرام معمولاً ناآرام و پرخاشگر می شوند.

از آنجایی که تمایل دارید در بسیاری از فعالیت ها و کارها در شرایط رقابتی و با سرعت بالا کار کنید، ممکن است این اتفاق شما را به سمت چالش و تعارض با همکاران و اطرافیان پیش ببرد و می بایستی رویکرد برد-برد اتخاذ کنید.

تمایل زیاد شما به استقلال، جاه طلبی و رک و صریح بودن بیش از حد ممکن است منجر به همکاری کمتر در فعالیت های گروهی و تیمی شود و همچنین شما به عنوان فرد خودمحمور دیده شوید، افراط در این موضوع می تواند عملکرد فردی شما تحت تاثیر قرار دهد. در گرفتن اطلاعات و شنیدن نظرات و دیدگاه های متضاد و متفاوت اطرافیان و همکاران شکیباً باشد و در خصوص دلایل تصمیم خود با اطرافیان بیشتر صحبت کنید و تواضع و صبوری بیشتری خرج دهید. در پذیرش مسئولیت و فعالیت ها قبل از اقدام خوب فکر کنید و خود و دیگران را بیش از اندازه تحت فشار نگذارید.

شما فردی هستید که می توانید با شناخت موانع و محدودیت های خود، برای اطرافیان و سازمان مطبوع خود خلق ارزش و ثروت کنید.

اوقات فراغت:

شما در سفر تمایل دارید ضمن حفظ استقلال و حریم خصوصی خود کارهای بسیار متفاوت و مخاطره آمیز انجام دهید. از عکاسی های خاص، کوهنوردی، شکار، پرش با چتر، پرش با طناب، موج سواری، قایق رانی لذت می برید و دوست دارید در جاهای لوکس و خاص در حد امکان و توان خود این تفریحات را انجام دهید. شما به عنوان فردی میان گرا دوستان محدودی دارید و در بخش روابط کاری دوستان بیشتری دارید و حتی امکان است تفریحات خود را نیز بر مبنای توسعه روابط و فرصت های کاری و کسب و کار برنامه ریزی کنید و از بازی و تفریح کردن لذت می برید. از بازی ها و تفریح های رقابتی که در آن نیازمند استراتژی و راهبرد جهت برنده شدن باشد لذت می برید.

با توجه به مجموعه ویژگی های رفتاری شما، در ادامه راهکارهایی جهت بهبود عملکرد فردی و اجتماعی شما پیشنهاد گردیده، که لازم است با دقت مطالعه نموده و در تعاملات اجتماعی خود از آنها بهره بگیرید.

تصمیم گیری:



جهت اخذ تصمیم، بررسی های عمیق تری را انجام دهید و ریسک های بیشتری را بررسی کنید، شتابزده نباشید. اعتماد به نفس زیاد و عجول بودن شما ممکن است در برخی از موارد پیامدهایی را برای شما به همراه داشته باشد. به شما توصیه می شود قبل از اقدام با افراد درون گرای منطقی مشورت کنید و الگوهای با هوش هیجانی بالا گزینه های خوبی برای مشورت هستند. همچنین با توجه به زمینه خشم یا عصبیت بالا در شما، هنگام عصبانی بودن تصمیم گیری نکنید.

پیشنهادهایی جهت بهبود عملکرد:



برای موفقیت در عملکرد خود سعی کنید مسائل را بطور عمیقی مورد بررسی قرار دهید. برای رسیدن به راه حل ها، گزینه های مختلفی را در نظر بگیرید ولی هرگز شتابزده عمل نکنید. با وجود اینکه اعتماد به نفس در تحقق اهداف موثر است اما بنظر می رسد اعتماد به نفس زیاده از حد شما در مسیر عملکرد بهینه مسائلی را ایجاد کند. لذا برای عملکرد مطلوب دست از شتابزدگی بردارید. اعتماد به نفس زیاد، و شتابزدگی در انجام امور دو مانع مهم در مسیر عملکرد موفقیت آمیز شما می باشد که بایستی آنرا مدیریت نمایید. برای موفقیت در عملکرد به شما توصیه می شود قبل از اقدام با افراد درون گرای منطقی مشورت کنید ضمناً الگوهای CS و High C با هوش هیجانی بالا گزینه های خوبی برای مشورت هستند. همچنین با توجه به زمینه خشم یا عصبیت بالا در شما، هنگام عصبانی بودن تصمیم گیری نکنید.



- خوب گوش کردن
- کاهش تحریک پذیری
- تمرکز بیشتر
- توجه به احساسات دیگران
- توقف دوره ای و بازنگری عمیق در کارها
- عمیق شدن
- توسعه ارتباطات اجتماعی
- متعهد بودن

دانش و مهارت های آموزشی مورد نیاز:



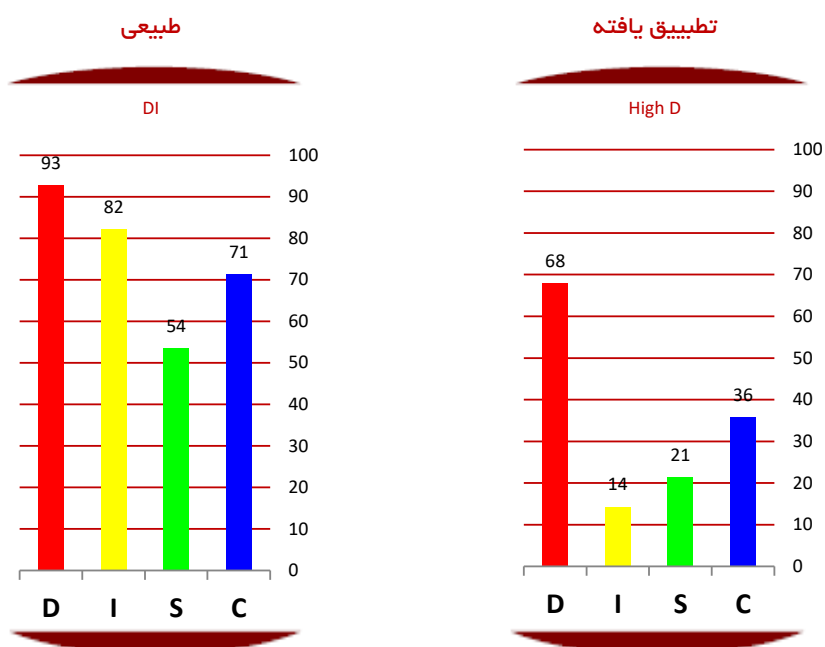
- کار تیمی
- همدلی و سازگاری
- مثبت اندیشی
- مهارت های کار و زندگی
- ترسیم نقشه راه موفقیت همراه با جزئیات
- ارتباطات موثر
- مدیریت خشم
- رقابت در عین همکاری
- اخلاق حرفه ای
- انعطاف پذیری
- خوب گوش کردن
- عمیق شدن در جزئیات
- شفاف کردن خواسته ها و دلیل آن
- نحوه بروز احساسات
- هوش هیجانی
- سخنرانی اثربخش
- توسعه مهارت های اجتماعی
- برند سازی شخصی
- توسعه مهارت های تمرکز



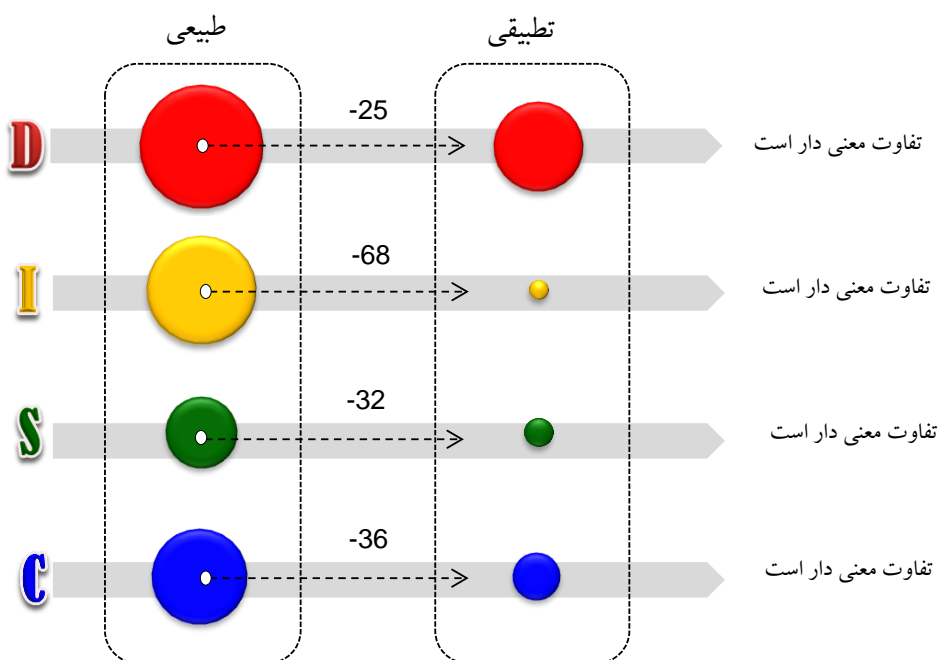
- از کلمه مدارا زیاد استفاده کنید.
- از کلمه شیوایی کلام زیاد استفاده کنید.
- از کلمه همدلی زیاد استفاده کنید.
- از کلمه شادی زیاد استفاده کنید.
- از کلمه صمیمت زیاد استفاده کنید.
- از جمله رضایت از داشته ها زیاد استفاده کنید.
- از جمله جزئیات مهم هستند زیاد استفاده کنید.
- از جمله لذت بردن از داشته ها هنر است بیشتر استفاده کنید.
- از جمله بررسی مجدد کارها خیلی مهم است، بیشتر استفاده کنید.
- از جمله ما نیازمند هستیم مسیر رسیدن به نتیجه را دوباره چک کنیم و مشکلات و موانع پیش رو را دقیق شناسایی کنیم استفاده کنید
- از جمله عمیق تر شدن در کارها رمز موفقیت است بیشتر استفاده کنید.
- از کلمه کار تیمی زیاد استفاده کنید.
- از کلمه انعطاف پذیری زیاد استفاده کنید.
- از کلمه حمایت زیاد استفاده کنید.
- از جمله مطابق با یک نقشه و چارچوب عمل کردن رمز موفقیت است استفاده کنید
- از کلمه صبور زیاد استفاده کنید.
- از کلمه آرامش زیاد استفاده کنیم.
- از کلمه صلح و دوستی زیاد استفاده کنید.
- از جمله ما نیازمند جزئیات و تحلیل های عمیق تر هستیم زیاد استفاده کنید.

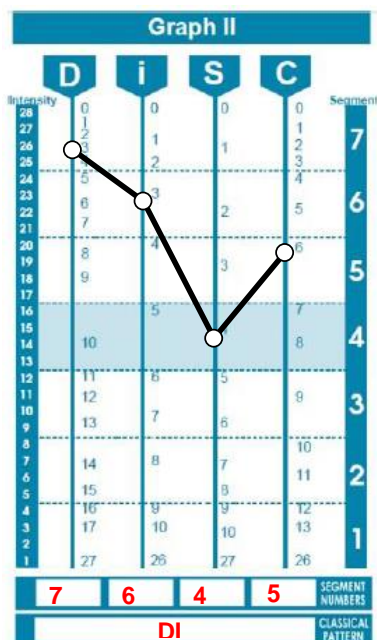


تحلیل ابعاد طبیعی و تطبیقی رفتار آقای حمیدرضا صابر احمدی



در نمودار فوق ویژگی های ذاتی و تطبیقی شما ارائه شده است که حالت طبیعی نشانگر رفتار ذاتی شماست. رفتاری که برای کارتان به ارمغان میآورد. حالت تطبیق یافته معرف پاسخ شما به محیط است. رفتاری که شما فکر می کنید نیاز است از خود بروز دهید تا در کارهای تان موفق باشید. اگر نمودار تطبیق یافته شما با نمودار طبیعی شما بسیار متفاوت باشد، شما برای تغییر یا پوشاندن رفتار تان تحت فشار خواهید بود.





Result Oriented

الگوی نتیجه گرا

حالت طبیعی

ویژگی بارز

رقابت برد- باخت

نحوه مدیریت احساسات

نقاط قوت خود را بیان می کنند؛

خودمحوری تندی از خود نشان می دهند

نحوه تاثیر گذاری

صلابت شخصیتی و استقامت

هدف

تسلط و استقلال

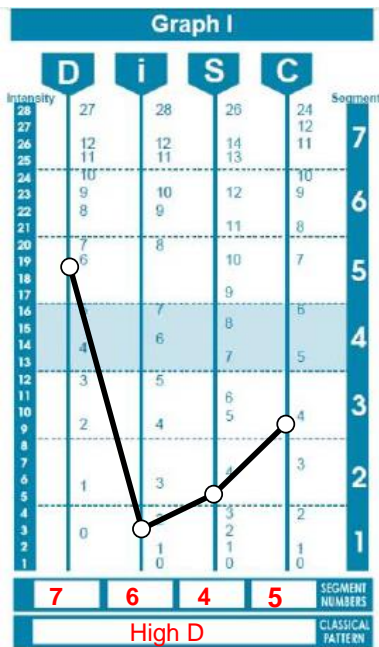
شما نیاز به محبت را کم اهمیت جلوه می دهید و هدف تان کنترل بر محیط و اطرافیان تان می باشد. دیگران را از طریق توانایی آن ها در نشان دادن قدرت فردی و شخصیت و قدرت اجتماعی ارزیابی می کنید. به وسیله عمل کردن به عنوان فردی محرک در راه اندازی فعالیت ها و انجام کارهای ضروری و همچنین اظهار ادب، ایجاد نظم و ترتیب، برای سازمان خود ارزش ایجاد می کنید. شما بیش از حد از "نگرش" هدف وسیله را توجیه می کند " استفاده می کنید و تحت اجبار و فشار، ستیزه جو یا پرخاشگر می شوید. ترس و نگرانی تان از دست دادن موقعیت اجتماعی می باشد.

می توانید اثر بخشی خود را با استفاده بیشتر از عواملی چون حساسیت صادقانه، اشتیاق در کمک به پیشرفت دیگران در جهت موفقیت افزایش دهید.

شما هوشیارانه تلاش می کنید تا افکار و رفتارهای دیگران را تغییر دهید و می خواهید بر محیط کنترل داشته باشید، در شناخت و کنترل انگیزه های شخصی افراد به منظور هدایت آن ها به سمت پایانی از پیش تعیین شده زیرک و هوشیار هستید.

شما نتایج دلخواه تان شفاف و روشن است، اما بلافاصله آن را بیان نمی کنید و نتایج را زمانی بیان می کنید که افراد توجیه شده باشند، پیشنهاد دوستی به کسانی می دهید که مایل به پذیرشند. بر کسانی که در جستجوی قدرتند، اعمال نفوذ می کنید و برای کسانی که نیازمند محیط قابل پیش بینی هستند ایجاد امنیت می کنید. شما در تعاملات خود جذاب هستید و هنگامی که جزئیات تکراری و زمان بر می شود، همکاری افراد را می طلبید و مشوق دیگران می شوید، مردم با خدشه دار شدن احساسات شان اغلب حس درگیری با شما را تجربه می کنند و هوشیارانه از شما فاصله می گیرند، بعضی دیگر ممکن است احساس کنند شما با قدرت کنترل تان از آن ها استفاده می کنید.

شما گاهی ترس را به دیگران القا می کنید و تصمیمات آنها را تغییر می دهید با این حال به دلیل مهارتهای کلامی که برای متقاعد کردن دیگران دارید در نظر همکاران معمولاً دوست داشتنی هستید و ترجیح می دهید برای دستیابی به اهدافتان از طریق همکاری و متقاعد کردن دیگران پیش روید تا تسلط بر آنها.



Specialist
الگوی متخصص

حالت تطبیقی

ویژگی بارز

محافظه کاری و مخالفت منفعلانه با نوآوری

نحوه مدیریت احساسات

آگاهانه میانه رو هستید؛ با دیگران
همراهی می کنید

نحوه تاثیر گذاری

عملکرد پایدار و همراهی با
دیگران

هدف

حفظ وضع موجود و محیط کنترل شده

شما به همدلی در رابطه با نیازهای شخصی علاقمند هستید و هدف تان ایجاد فرصت های جدید می باشد. از طریق جست و جوی راه حل های جدید برای حل مشکلات و نمایش قدرت شخصی بر دیگران تاثیر می گذارید. شما با اجتناب از طفره رفتن از مسئولیت و حتی پذیرش مسئولیت و با یافتن روش های نوین و مبتکرانه برای حل مسائل در سازمان ایجاد ارزش می کنید. ولی برای دستیابی به نتایج خود، از اعمال کنترل روی افراد و موقعیت ها بیش از اندازه استفاده می کنید. تحت اجبار و فشار، برای اتمام و تکمیل کارها به تنهایی کار می کنید. اگر خود محوری یا فرصت های عرض اندام شما تهدید شود، پرخاشگر می شوید. شما می توانید اثر بخشی خود را با استفاده بیشتر از عواملی چون، صبر و شکیبایی، همدلی، مشارکت و همکاری با دیگران، دنبال کردن کارها تا آخر با توجه به کنترل کیفیت، افزایش دهید.

شما فردی با اراده و مصمم می باشید و پیوسته دنبال یافتن افق های جدید هستید. به عنوان فردی متکی به خود و متفکری مستقل، ترجیح می دهید خودتان راه حل را بیابید. شما وقتی نسبتاً "فارغ از قید و بند های گروهی باشید، قادرید رسم و عرف را کنار زده و راه حل های مبتکرانه بیافرینید.

اغلب به صراحت و قدرتمند رفتار می کنید. در عین حال می توانید به طور نامحسوس اوضاع و افراد را کنترل کنید. هنگامی که نیاز به مشارکت دیگران دارید و فردیت شما محدود می شود، مستعد پرخاشگری می شوید. در پیگیری نتایج دلخواه سرسخت هستید و هر کاری که لازم باشد برای برداشتن موانع جهت کسب موفقیت انجام می دهید. به علاوه از دیگران انتظارات زیادی دارید و زمانی که استانداردهای شما رعایت نشود، عیب جو و منتقد می شوید. مشتاق دستیابی به اهداف خود هستید. وجود فرصت هایی برای پیشرفت و چالش برای تان مهم است. هنگامی که تمرکزتان روی کسب نتایج است شما بی توجه به علائق دیگران و فاقد همدلی به نظر می رسید.

از آنجاییکه حالت تطبیقی و اجتماعی شما تفاوت معنی داری نداشته لذا توضیحات این قسمت مشابه حالت اجتماعی ارائه



با توجه به مجموعه ویژگی های رفتاری شما، در ادامه مجموعه مشاغلی متناسب با الگوی رفتاری غالب شما ارائه گردیده است. نمونه های ارائه شده در این قسمت صرفاً بر اساس لایه های رفتاری و بدون در نظر گرفتن رغبت ها و توانمندی ها تدوین شده است. لذا جهت کسب نتایج بهتر، بهره گیری از مشاور و مصاحبه حضوری در این خصوص توصیه می گردد.

نمونه مشاغلی که کمترین تناسب را دارد

- معلم کودکان خاص
- مددکار اجتماعی
- کارشناس بیمه
- کارمند آژانس مسافرتی
- کشاورز
- مراقب پرواز
- جنگل بان
- زمین شناس
- تعمیرکار لوازم خانگی
- حسابدار
- آشپز
- مکانیک
- کارمند
- راننده سرویس مدارس
- خیاط
- جواهر ساز
- باغبان
- هنرمند صنایع دستی مانند سفال
- گر
- نجار
- متخصص گفتاردرمانی
- متخصص شنوایی سنجی
- چشم پزشک
- جراح
- دامپزشک
- داروساز
- مترجم

نمونه مشاغلی که بیشترین تناسب را دارد

- پلیس نیروی انتظامی
- افسر ارتش
- آتش نشان
- کارآگاه
- خلبان هواپیما
- ناخدای کشتی
- صادر کننده مجوز پرواز
- کنترل کننده ترافیک هوایی
- بازرس راه و ساختمان
- تکنسین رادیو لوژی
- مکانیک هواپیما
- مدیر دارایی و اموال
- مهندس عمران
- مدیر ارزیابی توسعه کسب و کار
- متخصص فوریت های پزشکی
- فیزیولوژیست ورزشی (طب ورزشی)
- مدرس پرواز
- معامله گر بورس اوراق بهادار
- سرمایه گذار
- مهندس الکترونیک
- مهندس مکانیک
- مکانیک هواپیما
- کارشناس توسعه کسب و کار
- طراح بازی های کسب و کار
- آژانس املاک
- مدیر نهادهای سرمایه گذاری
- مدیر امور شهری
- مدیر تولید
- مدیرعامل



در جدول فوق ابتدا مشاغلی که بیشترین تناسب رفتاری را با ابعاد رفتاری فرد دارد در ستون سمت راست ارائه شده و در ستون سمت چپ مشاغلی که کمترین تناسب را با ویژگی های فرد دارد نمایش داده شده است. مشاغلی هم که در هر دو گروه تکرار شده، کمترین تاثیر را از ویژگی های رفتاری مثبت و منفی فرد ارزیابی شونده دارد. لازم به توضیح است که این مشاغل صرفاً بر اساس ابعاد رفتاری فرد استخراج شده است و لذا توانایی های تخصصی و علائق فرد در آنها لحاظ نگردیده است.

باتوجه به اهمیت سلامتی و تناسب اندام، محاسبه وزن مناسب و میزان اضافه وزن براساس خصوصیات فیزیکی هر شخص امری ضروری است. جهت تعیین وزن مناسب شاخصهایی نیازاست که یکی از آنها BMI یا شاخص توده بدنی (Body Mass Index) می باشد. تحلیل های ارائه شده در این قسمت مبتنی بر اطلاعات مربوط به قد، وزن و دامنه سنی شما می باشد.

قد و وزن دو فاکتور مهم تعیین وزن مناسب و ایده آل هستند. برای افراد بالای ۱۹ سال و غیر ورزشکار و غیر معلول شاخص BMI بر اساس نسبت وزن (کیلو گرم) بر مجذور قد محاسبه می شود که این مقدار برای شما به شرح زیر می باشد:

		WEIGHT																												
		lbs	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210	220	230	240	250	260	270	280	290							
		kgs	41	45	50	54	59	64	68	73	77	82	86	91	95	100	104	109	113	118	122	127	132							
HEIGHT	ft/in	cm																												
	4'8"	142.2	20	22	25	27	29	31	34	36	38	40	43	45	47	49	52	54	56	58	61	63	65							
	4'9"	144.7	19	22	24	26	28	30	32	35	37	39	41	43	45	48	50	52	54	56	58	61	63	65						
	4'10"	147.3	19	21	23	25	27	29	31	33	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54	56	59	61	63						
	4'11"	149.8	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	51	53	55	57	59	61						
	5'0"	152.4	18	20	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49	51	53	55	57	59						
	5'1"	154.9	17	19	21	23	25	27	29	31	33	35	37	39	41	43	45	47	49	51	53	55	57	59						
	5'2"	157.4	16	18	20	22	24	26	27	29	31	33	35	37	38	40	42	44	46	48	49	51	53	55						
	5'3"	160.0	16	18	19	21	23	25	27	28	30	32	34	35	37	39	41	43	44	46	48	50	51	53						
	5'4"	162.5	15	17	19	21	22	24	26	27	29	31	33	34	36	38	39	41	43	45	46	48	50	51						
	5'5"	165.1	15	17	18	20	22	23	25	27	28	30	32	33	35	37	38	40	42	43	45	47	48	50						
	5'6"	167.6	15	16	18	19	21	22	24	26	27	29	31	32	34	36	37	39	40	42	44	45	47	48						
	5'7"	170.1	14	16	17	19	20	22	24	25	27	28	30	31	33	34	36	38	39	41	42	44	45	47						
	5'8"	172.7	14	15	17	18	20	21	23	24	26	27	29	30	32	33	35	37	38	40	41	43	44	45						
	5'9"	175.2	13	15	16	18	19	21	22	24	25	27	28	30	31	33	34	36	37	38	40	41	43	44						
	5'10"	177.8	13	14	16	17	19	20	22	23	24	26	27	29	30	32	33	34	36	37	39	40	42	43						
5'11"	180.3	13	14	15	17	18	20	21	22	24	25	27	28	29	31	32	33	35	36	38	39	40	42							
6'0"	182.8	12	14	15	16	18	19	20	22	23	24	26	27	28	30	31	33	34	35	37	38	39	40							
6'1"	185.4	12	13	15	16	17	18	20	21	22	24	25	26	28	29	30	32	33	34	36	37	38	39							
6'2"	187.9	12	13	14	15	17	18	19	21	22	23	24	26	27	28	30	31	32	33	35	36	37	38							
6'3"	190.5	11	13	14	15	16	18	19	20	21	23	24	25	26	28	29	30	31	33	34	35	36	37							
6'4"	193.0	11	12	13	15	16	17	18	19	21	22	23	24	26	27	28	29	30	32	33	34	35	36							
6'5"	195.5	11	12	13	14	15	17	18	19	20	21	23	24	25	26	27	28	30	31	32	33	34	35							
6'6"	198.1	10	12	13	14	15	16	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28	29	30	31	32	34	35							
6'7"	200.6	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20	21	23	24	25	26	27	28	29	30	32	33	34							
6'8"	203.2	10	11	12	13	14	15	16	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	29	30	31	32	33							
6'9"	205.7	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	24	24	25	26	27	28	29	30	31	32							
6'10"	208.2	9	10	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31							
6'11"	210.8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	25	26	27	28	29	30	31							
			Underweight					Healthy					Overweight					Obese					Extremely Obese							

$$\text{BMI} = \text{وزن} / \text{مجذور قد}$$

$$\text{BMI} = ۷۳ / ۲۸۹$$

kg m

$$\text{BMI} = ۲۵.۳$$

تفسیر مقدار شاخص بی ام ای آقای صابر احمدی (۲۵.۳) حاکی از آن است که وضعیت وزنی ایشان در حالت "دارای اضافه وزن" می باشد.



BMI	بیشتر از ۴۰	۳۵-۴۰	۳۰-۳۵	۲۵-۳۰	۱۸.۵-۲۵	کمبود وزن	کمبود وزن شدید	کمبود وزن بسیار شدید
	شدید (نوع سوم)	چاقی شدید (نوع دوم)	چاقی معمولی (نوع اول)	دارای اضافه وزن	وزن طبیعی و نرمال	کمبود وزن	کمبود وزن شدید	کمبود وزن بسیار شدید

با توجه به دامنه سنی آقای صابر احمدی مقدار BMI مطلوب برای ایشان برابر ۲۳ می باشد که این معیار تعیین کننده حدود وزن مطلوب تلقی می شود. بر این اساس می توان گفت که وزن ایده آل ایشان برابر ۶۶.۵ می باشد.

۶.۵ اضافه وزن → ۶۶.۵ کیلوگرم وزن ایده آل → ۷۳ کیلوگرم وزن فعلی

شما می توانید با پیروی از رژیم های غذایی ارائه شده از سوی مشاور تغذیه ، به سلامتی و وزن ایده آل برسید.دقت داشته باشید که با بالا رفتن سن باید هر چه بیشتر مراقب اضافه وزن خود باشید و با تغذیه صحیح و ورزش مداوم اجازه ندهید که ماهیچه هایتان تحلیل رفته و چربی بدن افزایش یابد.

گروه خونی آقای صابر احمدی	افرادی که آقای صابر احمدی می تواند به آنها خون بدهد.	افرادی که آقای صابر احمدی می تواند از آنها خون بگیرد.
O+	O+, A+, B+, AB+	O-, O+