



تست شخصیت DISC

دانلود پی دی اف

سبا قدیری

۱۴۰۰/۰۲/۲۵

۱ راهنمای استفاده از گزارش

۲ خلاصه نتایج در یک نگاه

۳ کارنامه و نتایج تفصیلی تست

راهنمای استفاده از گزارش:

شما اولین گام خود آگهی و اثر بخشی شخصی را برداشته اید. لطفاً جهت استفاده درست از نتایج، توجه داشته باشید که هیچ سبک و الگوی "بهتر یا بدتر" وجود ندارد. هر سبکی از نقاط قوت و فرصت های منحصر به فرد خود برای ادامه پیشرفت و رشد برخوردار است. آنچه در ادامه میآید، گزارش پروفایل دیسک شما بوده که بر اساس پاسخ های منحصر به فرد شما به سوالات تعیین شده است. ابتدا نمودار دیسک خود را مشاهده خواهید کرد که در آن سبک غالب و الگوی رفتاری شما مشخص شده است. تست پروفایل DISC افراد را در یکی از ۴ سبک غالب زیر و ۱۸ الگوی رفتاری دسته بندی می کند.

- ۴ سبک غالب در مدل DISC شامل :

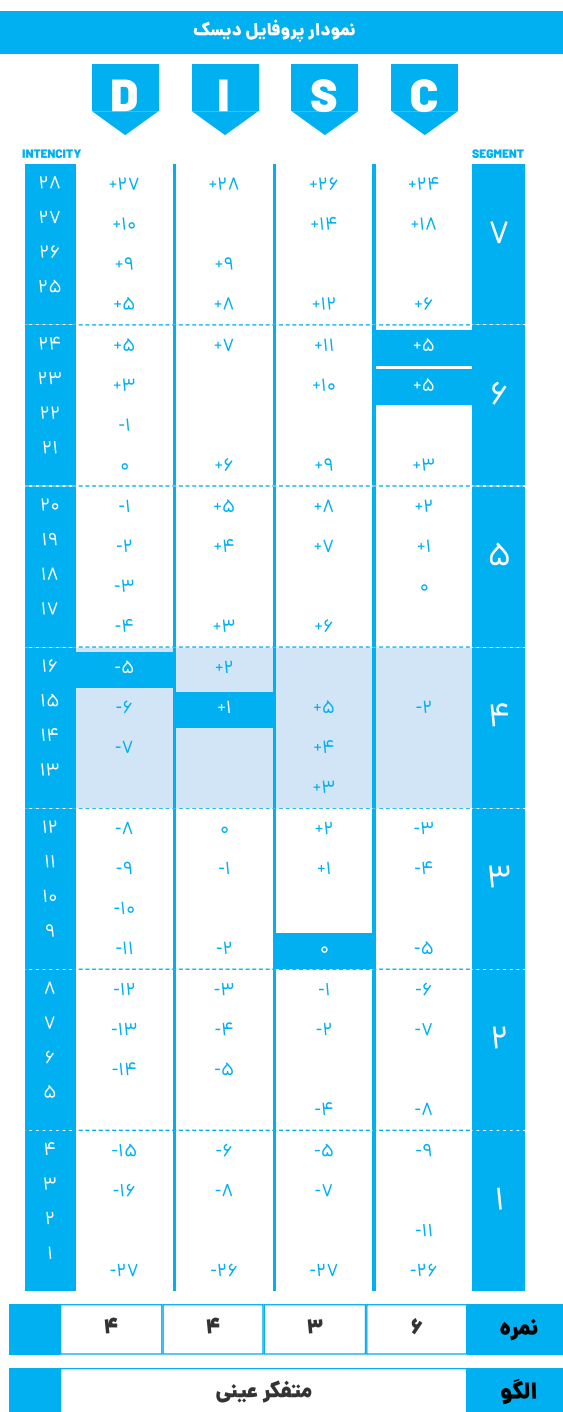
(D) Dominance تسلط گرا (I) Influence ترغیب کننده (S) Steadiness ثبات گرا (C) Compliance وظیفه گرا

- از ۱۸ الگوی رفتاری ۳ حالت (الگوی فشرده ، الگوی انتقال بالا، الگوی انتقال پایین) جز موارد استثنا بوده و به معنای نداشتن الگوی غالب می باشد. در این حالت ها توصیه می شود فرد تست را یک بار دیگر با دقت بیشتری انجام دهد. در ادامه گزارش ویژگی های مربوط به شدت شاخص ها، تمایلات، نیاز ها، محیط ترجیحی و استراتژی های اثر بخش سبک غالب و نیز با ابعاد مختلف الگوی رفتاری خود بیشتر آشنا خواهید شد.

در انتها به مرور حالت هایی بالقوه ایجاد تنش میان سبک ها ی مختلف می پردازیم. آگهی از این زمینه های تنش به مدیریت روابط بین فردی و تیمی شما کمک خواهد کرد.

خلاصه نتایج دریک نگاه:

در نمودار زیر پروفایل دیسک خود را که بر اساس پاسخ های شما به هر یک از ابعاد تست مشخص شده، مشاهده می کنید. تمامی تفاسیر بعدی و اطلاعات مربوط به نقاط قوت و قابل بهبود پروفایل شما بر اساس این نمرات مشخص خواهند شد.



سبک غالب شما :

D-تسلط گرا	i-ترغیب کننده	S-ثباتگرا	c-وظیفه گرا
------------	---------------	-----------	-------------

الگوی کلاسیک شما :

پیشرفت گرا	نماینده	ارزیاب	مشاور	خلاق	توسعه دهنده	الهام دهنده	جستجوگر	متفکر عینی
کمال گرا	مجاگر	عامل	ارتقاء دهنده	نتیجه گرا	متخصص	الگوی انتقال بالا	الگوی انتقال پایین	الگوی فشرده

در ادامه کلیه گرایش های مربوط به سبک غالب شما شامل محیط شغلی ایده آل، نقاط قوت و قابل توسعه، سبک های ارتباطی و ... شما بیان شده است. آن ها را با دقت مطالعه کرده و در فرایند شناخت بهتر خود و برقراری ارتباط سازنده و موثر با دیگران به کار بندید.

وظیفه گرا سبک (سبک C): تأکید روی وجدان و وظیفه شناسی در کار درون محیط موجود، به منظور تضمین کیفیت و دقت کار .	
<ul style="list-style-type: none"> - به دستورات کلیدی و استانداردها وفادار می مانید - روی جزئیات کلیدی تمرکز می کنید - به شیوه ای تحلیلی تفکر و امور را سبک- سنگین می کنید - بادیگران سیاست مدارانه رفتار می کنید - نسبت به تعارض، رویکردی ظریف و غیرمستقیم دارید - دقت و صحت کار را بازرسی می کنید - عملکرد را با دید انتقادی تحلیل می کنید - به موقعیت ها و فعالیت ها رویکردی سیستماتیک دارید 	<p>گرایش های شما شامل:</p>
<ul style="list-style-type: none"> - انتظارات عملکردی در آن به خوبی تعریف شده باشد - به کیفیت و دقت اهمیت داده و برای آن ارزش قائل شود - جو محافظه کارانه و تجاری مانند داشته باشد - فرصت نشان دادن تخصص را به شما بدهد - فرصت پرسیدن سوالات " چرا " وجود داشته باشد - امکان کنترل روی عواملی که بر عملکرد شما تاثیر می گذارد وجود داشته باشد - شناسایی مهارت های ویژه و پیشرفت ها و دستاوردها انجام شود . 	<p>محیط هایی را ترجیح می دهید که بتواند این موارد را برای شما فراهم کند:</p>
<ul style="list-style-type: none"> - بتوانید وظایف مهم را به آنها محول کنید - تصمیمات سریع بگیرید - از سیاست ها فقط به عنوان یک راهنما استفاده کنید - با مخالفان مذاکره و مصالحه کنند - موقعیت های نامطلوب را تشریح کنند - آغازگر مباحثه ها باشند و آن را تسهیل کنند - کارتهمی را تشویق کنند 	<p>در کنار خود به افرادی نیاز دارید که:</p>
<ul style="list-style-type: none"> - برای برنامه ریزی دقیق تر زمان کافی داشته باشید - شرح شغل دقیق و اهداف دقیق عملکردی را بشناسید - برنامه های زمانی ارزیابی عملکرد را داشته باشید - بازخورد دقیقی پس از عملکرد دریافت کنید - برای ارزش شخصی افراد نیز به اندازه ی پیشرفت های آنها، احترام قائل باشید - تحمل خود را برای تعارض افزایش دهید 	<p>شما برای کارآمد بودن نیاز دارید به اینک:</p>

<ul style="list-style-type: none"> - وظیفه شناس و آرام هستید . - کارها را از اول تا آخر به انجام می رسانید . - موقعیت ها را تعریف و مشخص می کنید . - جمع آوری کننده ، تحلیل گر و آزمایشگر ی اطلاعات هستید . - خلاقانه فکر می کنید و توانایی سازماندهی بالایی دارید . - اهداف گسترده ای برای خود تنظیم می کنید . 	<p>نقاط قوت:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - نیاز به مرزها و حدود مشخص و تعیین شده ای دارید . - خود را در رویه ها، قواعد ، سیاست های کاری و جزئیات اسیر می کنید . - ترجیح می دهید احساسات خود را به زبان نیاورید . - بیش از آنکه تمایل به بحث کردن و مجادله داشته باشید ، تمایل دارید تسلیم شوید . - نکات منفی را بیشتر به یاد می آورید و به دیگران بدبین هستید . - به راحتی افسرده و غمگین می شوید . 	<p>محدودیت ها:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - تا زمانی که مطمئن نشده اید چه چیزی می خواهید بگویید و به خوبی روی آن تأمل نکرده اید، صحبت نمی کنید . - اغلب شنونده ی خوبی هستید . 	<p>ارتباطات:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - استاندارد و کیفیت بالا - تعاملات اجتماعی محدود - تکالیف جزئی و دقیق - سازماندهی منطقی اطلاعات - درست و صحیح بودن 	<p>منبع انگیزه (شما با موارد زیر برانگیخته میشوید) :</p>	

<ul style="list-style-type: none"> - شما با رویکرد بوروکراتیک مدیریت می کنید . - تا زمانی به دیگران قدرت و اختیار می دهید که از رویه های مناسب و تعیین شده پیروی کنند . - شایسته و سازگار هستید . - طبق رویه های مشخص پیش می روید و همه چیز را آنگونه می خواهید که باید باشد . - کمال گرایی و بر جزئیات تمرکز دارید . - بسیار مطعید و سوالاتی را پاسخ می دهید که افراد از شما نپرسیده اند . - زمانی که خوش بین هستید ، به شدت تأثیرگذارید . - بهتر است بیش از آنکه روی مشکلات متمرکز شوید ، روی پتانسیل ها و توان بالقوه ی افراد تأکید کنید . 	<p>سبک رهبری شما در جایگاه رهبر و مدیر:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - پیرو گزارش مصرف کننده - هر تصمیم را تحلیل می کنید - پیروان کیفیت محور هستید - تصمیمات سریع یا پر هزینه را دوست ندارید - مشکل پسند و دقیق هستید . - با منطقتان پیروی می کنید ، نه قلبتان . - کمتر پیش می آید که در همان ابتدا با دیگران همراهی کنید و پاسخ مثبت دهید . - برای فکر کردن به تصمیماتتان نیاز به زمان دارید . - زمانی که اقناع شوید ، بهترین پیروان هستید . 	<p>سبک رهبری به عنوان پیرو:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - اطمینان می دهد - رویه های عملیاتی را کامل و با جزئیات توضیح می دهد - برای انجام درست تکلیف منابع فراهم می کند - به پیشنهاد ها گوش می دهد 	<p>بهترین واکنش را به رهبری نشان می‌دهید که:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - نظم و حساسیت - دوست دارید برای کیفیت کاری که انجام داده اید، تحسین شوید . 	<p>نیازهای هیجانی:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - انتقاد - اشتباه کردن - مورد سوءتفاهم قرار گرفتن - از دست رفتن معیار ها 	<p>بزرگ ترین ترس:</p>	

	محیط ایده آل:	<ul style="list-style-type: none"> - از کنترل کیفیت نیرو می گیرید و معمولا ساختار و نظم را ترجیح می دهید . - کار کردن با گروه یا به تنهایی را دوست دارید ؛ ولی با تأکید بر کیفیت محصول و خدمات . - از تکالیف و پروژه هایی لذت می برید که می توان آنها را تا مرحله ی آخر پیگیری نمود . - تکالیف تخصصی یا تکنیکی را دوست دارید - رویه های عملی کار و روتین ها را ترجیح می دهید - به دنبال تعارضات و مجادلات کمتر هستید - دستورات عمل و خط مشی را دوست دارید . - دوست دارید مطمئن باشید که هر کس کار خود را به درستی انجام می دهد و همانی است که باید باشد .
	اولویت ها:	<ul style="list-style-type: none"> - تضمین کیفیت - تأکید بر قابلیت اعتماد - نشان دادن شایستگی ها
	وجود این موارد در شما، توجه دیگران را جلب می-کند:	<ul style="list-style-type: none"> - دقت - تحلیل - تردید - احتیاط - سکوت
	مدیریت زمان:	<ul style="list-style-type: none"> - تمرکز شما روی گذشته است - آهسته تر کار می کنید تا از دقیق بودن کار مطمئن شوید
	حوزه های قابل رشد:	<ul style="list-style-type: none"> - بر انجام کار درست ؛ نه فقط درست انجام دادن کارها تمرکز کنید . - کمتر از ایده ها و روش های کاری دیگران انتقاد کنید . - بیشتر بر تامین اهداف گروه تمرکز کنید . - برای برقراری ارتباط با دیگر اعضای گروه تلاش کنید . - قاطعیت بیشتری داشته باشید . - کمتر بر واقعیت ها تمرکز کنید و توجه بیشتری به افراد داشته باشید . - ریسک پذیر باشید .

<p>- به خاطر تمرکز بر اهداف و وظایف و رویکرد منطقی به احساسات ، همدلی و درک کمی نسبت به دیگران دارید .</p>	<p>حساسیت به دیگران:</p>
<p>- استاندارد های بالایی برای خود در نظر می گیرید . - می خواهید همه چیز درست انجام شود . - پشت کودکان حرکت می کنید و همه چیز را مرتب می کنید . - خواسته های خودتان را فدا می کنید . - توانایی ها و استعداد ها را تشویق می کنید . - با احتیاط دوستی می کنید . - ترجیح می دهید در پس زمینه باشید . - از جلب توجه دوری می کنید . - اهداف غیر واقعی دارید . - بسیار باریک بین هستید . - حساس و غمگین هستید . - از نظر اجتماعی نا مطمئن هستید . - عیب جو و غیر بخشنده هستید . - احساسات تان را کنترل می کنید . - ستیزه جو و انتقام جو هستید .</p>	<p>ویژگی های ارتباطی:</p>
<p>- شما مصرف کننده گزارش ها هستید . - قبل از تصمیم گیری تحقیق و محاسبه می کنید . - از مباحثات فکری و فلسفی لذت می برید . - دقیق و ایرادگیر هستید و با مغزتان گوش می کنید نه با قلبتان و نیاز دارید هر تصمیمی را تنها با منطق بگیرید . - از بی کفایتی ، بی نظمی ، حماقت ، بی صداقتی ، بی دقتی ، اسراف ، تناقض و باورهای کورکورانه ناراحت می شوید . - زیر فشار دمدمی مزاج ، انتقاد گر ، بیش از حد منطقی ، منفی و نگران می شوید . - نیاز دارید که با نشاط ، مثبت ، شکیبایا ، باز ، اعتماد کننده ، با اشتیاق و مصالحه جو باشید .</p>	<p>سبک پذیرش:</p>

<p>- یادگیرندگان جنبشی می خواهند احساس کنید که درس واضح و قابل درک است .،بهترین یادگیری را زمانی دارید که ارتباط هم زمان بر مبنای عقلانیت و احساس است و وضعیت متوازی بین واقعیت ها و احساسات برقرار است .،نیازمند ارائه هایی هستید که اگر چه احساس هم در آنها نقش دارد اما منطقی نیز باشند .،نیاز دارید منطق موجود در درس را ببینید .</p> <p>- یادگیرندگان دیداری: ترجیح می دهید به جای تنها شنیدن درس آن را ببینید .،بیشترین یادگیری را زمانی دارید که درس به صورت اکتشافی ارائه می شود .،نیاز دارید عکس ها و نمودار هایی برای توضیح درس ببینید .</p> <p>- یادگیرندگان شنیداری: به موضوعات واضح و دقیق بیشتر گوش می کنید .،درس هایی را بشنوید که توضیح می دهد چرا ، چه چیز ، چه وقت و چگونه انجام می شود .،دوست دارید روش انجام کارها را بشنوید .،به نمایش و داستان علاقه ندارید و دوست دارید تنها واقعیت ها را بشنوید .،با توضیحات دقیق بهترین یادگیری را دارید .</p>	<p>سبک یادگیری:</p>
<p>- برای غلبه بر C: دقیق باشید در برابر خاسته های تهاجمی فرد پاسخ هایی دقیق ارائه دهید . به دانسته هایتان اعتماد داشته باشید و در برابر پیشنهادهای جدید باز برخورد کنید .</p> <p>- برای غلبه بر D: خونسرد باشید و حالت دفاعی به خود نگیرید . به حداقل توضیحات اکتفا کنید و فرد بازنده را با ارائه اطلاعات زیاد خسته نکنید . با راه حل هایی که از منظر متفاوت ارائه شده اند سازگاری نشان دهید .</p> <p>- برای غلبه بر A: صبور باشید و اجازه دهید که فرد بازنده صحبت کند . فرد را هدایت کنید تا صحبتهايش را به سمت ارائه یک راه حل ببرد .</p> <p>- برای غلبه بر S: توجه و علاقه تان را نثار فرد بازنده کنید . اجازه دهید فرد احساس کند که واقعا از کاری که دارید انجام می دهید لذت می برید . خوش بین باشید و به برنامه تان اعتماد داشته باشید.</p>	<p>سبک غلبه:</p>
<p>ضربه زنده ، انتقادگر ، غیراجتماعی یا گوشه نشین می شوید ، استانداردهای بالا وضع می کنید ، نگرانی ، تحقیق و کاوش های عمیق تر در مشکل نیز از جمله ویژگی های شماست .</p> <p>شما به عنوان والد نیاز دارید به اینکته :</p> <p>بهبود مهارت های جمعی ، مشتاق ، مثبت ، مراقب ، حساس و قاطع بودن . آنها باید به دیگران اجازه دهند تا از اشتباهاتشان درس بگیرند .</p> <p>علل عمده ی خشم یا رنجش شما به عنوان والد :</p> <p>گزارش های ناقص ، اشتباهات ناشی از بی دقتی ، بی ملاحظه کار کردن ، پاسخ های غیرمنطقی ، حقایق نادرست ، پاسخ های مبهم ، کار ابلهانه</p>	<p>مدیریت فشار و استرس به عنوان والد:</p>

	ارتباط عاشقانه:	<p>شما محتاط و محاسبه گر هستید . زمانی که آرام و متفکرید ، عبوس و اخمو به نظر می رسید . دوست ندارید ملزم به تصمیم گیری های سریع شوید و ترجیح می دهید قبل از تصمیم گیری ، تمام گزینه ها را بررسی کنید . شما مستبد و خودرای هستید ، اما آنچه که بیان می کنید اغلب خردمندانه است . ممکن است بیش از حد واقع بین باشید و فرصت های مهیج را از دست بدهید . لازم است که اغلب اوقات آسان تر بگیرید و از زندگی لذت ببرید ، نه اینکه فقط آن را تحمل کنید .</p>
	تیم سازی (توصیه برای مدیران)	<p>هنگامی که با "C" ها ارتباط برقرار می کنید :</p> <p>- از رویکرد سازمان یافته و اندیشمندانه شان طرفداری کنید . با اعمال اثبات کنید نه با کلمات، صریح ، منظم ، دقیق و سازمان یافته باشید، مزایا و معایب هر طرحی را لیست کنید، شواهد محکم ، ملموس واقعی ارائه کنید، تضمین کنید که اقدامات نتیجه معکوس نخواهند داشت . مهم تر از همه : کامل و خیلی دقیق، و بخوبی آماده باشید</p>
	رژیم و ورزش:	<p>شما بسیار جدی هستید ، اما بهتر است از " تحمیل کننده " بودن خودداری کنید .</p> <p>رژیم غذایی :</p> <p>شما نسبت به وزن تن بسیار هشیار و آگاه هستید . اغلب نگران اضافه وزن هستید ، اما به آسانی نیز ناامید می شوید و خیلی زود از رژیم منصرف می شوید . باید در مورد احتمالات خوشبین تر باشید و بلافاصله رژیم را شروع کنید . شما نباید زمان زیادی را صرف تحقیق در مورد برنامه های رژیمی موجود کنید .</p> <p>ورزش :</p> <p>شما بسیار حسابگر و کوشا هستید . شما بهترین برنامه را که ممکن است خیلی جدی و دسته بندی شده و منظم باشد انتخاب می کنید . شما نیاز به استراحت و لذت بیشتری دارید . ممکن است به خودتان خیلی سخت بگیرید . شما اغلب در مورد آنچه انجام می دهید بهترین هستید اما نگرش ضعیفی در مورد انجام آن دارید .</p>

تفسیر الگوی کلاسیک غالب شما:

از ترکیب حالت های مختلف و درجه شدت متفاوت چهار سبک ، ۱۵ الگوی رفتاری ترسیم می شود که معمولا هر فرد در یک الگوی خاص ، برجسته تر است. الگوی پروفایل شما در زیر مشخص شده است.

پیشرفت گرا	نماینده	ارزیاب	مشاور	خللاق	توسعه دهنده	الهام دهنده	جستجوگر	متفکر عینی
کمال گرا	مجاورگر	عامل	ارتقاء دهنده	نتیجه گرا	متخصص	الگوی انتقال بالا	الگوی انتقال پایین	الگوی فشرده

متفکر عینی:

ارزش برای سازمان :

افزایش تأثیر با :

تأثیرگذاری روی دیگران با :

تحت فشار :

ترس ها :

فصاحت دیگران با :

هدف :

هیجان ها :

گرایش بیش از حد به :

تعریف و روشن سازی - اطلاعات را به دست می آورد و ارزیابی می کند

افشای شخصی - بحث عمومی درباره ی نظرات و عقایدشان

استفاده از واقعیت ها ، داده ها و بحث های منطقی

آزاددهنده می شود

کار های غیر منطقی - تمسخر

توانایی تفکر منطقی

عملکرد درست

پرخاشگری را نمی پذیرد

تحلیل

متفکران عینی توانایی پیشرفته ای در تفکر انتقادی دارند . آن ها بر اهمیت واقعیت ها هنگام نتیجه گیری و برنامه ریزی تأکید می کنند و درستی و دقت را در هر کاری که انجام می دهند ، مد نظر دارند . متفکران عینی برای مدیریت نتیجه بخش کارشان ، اطلاعات شهودی را با واقعیت هایی که جمع آوری کرده اند ، ترکیب می کنند . آن ها هنگامی که در مورد انجام کاری مردد هستند ، با پیش بینی و آماده سازی بسیار دقیق ، از شکست کلی جلوگیری می کنند . به طور مثال ، متفکران عینی قبل از استفاده از مهارتی در گروه ابتدا در خفا خود را با تمرین قوی می کنند . متفکران عینی ترجیح می دهند با افرادی کار کنند که مثل خودشان می خواهند محیط کار مسالمت آمیزی داشته باشند . آن ها که بعضا خجالتی به نظر می آیند ، ممکن است در نشان دادن عقایدشان تعلل به خرج دهند . آن ها خصوصا با افراد پرخاشگر راحت نیستند . متفکران منطقی به رغم خوی آرام ، نیازی قوی به کنترل کردن محیطشان دارند . آن ها برای دستیابی به این کنترل گرایش دارند تا دیگران را به اطاعت از قوانین و معیارها ترغیب کنند . متفکران عینی به جواب " درست " اهمیت زیادی می دهند و ممکن است هنگام تصمیم گیری در موقعیت های مبهم دچار مشکل شوند . گرایش بالای آنها به نگرانی ، ممکن است موجب شود در رخوت تحلیلی گیر کنند و نتوانند به نتایج سریعی برسند . در اعتراف به اشتباه خود و به رسمیت شناختن آن ، تعلل به خرج می دهند . آنها در عوض به دنبال اطلاعاتی می گردند که عملکردشان را تایید و اشتباهشان را توجیه کند .

نمودار پروفایل دیسک

	D	I	S	C	
INTENSITY					SEGMENT
۲۸	+۲۷	+۲۸	+۲۶	+۲۴	۷
۲۷	+۱۰		+۱۴	+۱۸	
۲۶	+۹	+۹			
۲۵	+۵	+۸	+۱۲	+۶	
۲۴	+۵	+۷	+۱۱	+۵	۶
۲۳	+۳		+۱۰	+۵	
۲۲	-۱				
۲۱	۰	+۶	+۹	+۳	
۲۰	-۱	+۵	+۸	+۲	۵
۱۹	-۲	+۴	+۷	+۱	
۱۸	-۳			۰	
۱۷	-۴	+۳	+۶		
۱۶	-۵	+۲			۴
۱۵	-۶	+۱	+۵	-۲	
۱۴	-۷		+۴		
۱۳			+۳		
۱۲	-۸	۰	+۲	-۳	۳
۱۱	-۹	-۱	+۱	-۴	
۱۰	-۱۰				
۹	-۱۱	-۲	۰	-۵	
۸	-۱۲	-۳	-۱	-۶	۲
۷	-۱۳	-۴	-۲	-۷	
۶	-۱۴	-۵			
۵			-۴	-۸	
۴	-۱۵	-۶	-۵	-۹	۱
۳	-۱۶	-۸	-۷		
۲				-۱۱	
۱	-۲۷	-۲۶	-۲۷	-۲۶	



www.andaze.io (+98) 21 88871975

نمره	۶	۳	۴	۴
الگوی	متفکر عینی			