

## דע את עצמך – דע את האחר

לדעת את האחר זו אינטליגנציה  
לדעת את עצמך זו חכמה אמיתית  
לשלוט באחר זה כוח  
לשלוט בעצמך זו עוצמה

לאו טסה



כיצד לרתום את האישיות שלך להתחדשות ושינוי  
במציאות החיצונית והחוויה הפנימית

מאת: עופר ערד [www.oferarad.com](http://www.oferarad.com)

# דע את עצמך – דע את האחר

כיצד לרתום את האישיות שלך להתפתחות ושינוי במציאות  
החיצונית והחוויה הפנימית

מאת: עופר ערד  
© כול הזכויות שמורות 2013

הנך מוזמן להעביר חוברת זו הלאה, ובלבד שהיא מועברת בשלמותה וללא שום תוספת או גריעה ממנה. אין להעתיק, לשכפל, לצלם, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לשדר או להקליט בכל אמצעי אלקטרוני, אופטי או מכני אחר כל חלק שהוא מהרשום בחוברת זו. שימוש מכל סוג שהוא בחומר הכלול בחוברת זו אסור בהחלט, אלא ברשות מפורשת ובכתב מעופר ערד.

כתובת: שמעון התרסי 27, ת"א  
טלפון: 03-5277257  
נייד: 054-445204

## אודות המחבר

עופר ערד – מנכ"ל "עופר ערד – כלים מתקדמים למיצוי פוטנציאל אישי ועסקי" המספקת שירותי ייעוץ, אימון והנחייה שנועדו להעצים ולסייע לאנשים וארגונים לממש את הפוטנציאל הקיים בהם, ולצמוח להצלחה מרבית בתחום האישי, התעסוקתי, העסקי, הכספי, והקהילתי. לעופר יש ניסיון עשיר מאוד בעבודה עם אנשים בצמתי חיים, בעיקר בנושאים הקשורים לייעוד וקריירה, מנהיגות אישית ומנהיגות ארגונית, גיבוש ואימון צוותים.



עופר התמחה בכלים ייחודיים כמו כלי סגנונות האישיות ה-MBTI, אשר תורגם ל-22 שפות והינו כלי רב עוצמה, מדעי ומוכח לדיהוי העדפות, נטיות, ואפיונים דומיננטיים של כול אדם. ה-MBTI המבוסס על תיאורית האישיות של הפסיכולוג הנודע ק.ג. יונג ופותח ע"י ק. מאירס וא. בריגס. כמו כן, עופר התמחה בגישה ובטכניקות המבוססות של ה-NLP והוכשר כטריינר וכמאמן NLP. עופר מאמן, מטפל ומנחה מנהלים וצוותים בארגונים וכן לקוחות פרטיים הרוצים לעבור תהליך של התחדשות אישית ומנהיגותית ולהביא לשינוי בעולמם הפנימי והחיצוני.

### לקוחות אשר השתמשו בכלים ובמוצרים של המרכז להתחדשות פורצת דרך:

הנהלת שטראוס והנהלות חטיבות שטראוס  
צ.ה.ל – מכללה לביטחון לאומי, קורסי פו"ם ברק ומשולב,  
שירות בתי הסוהר (שב"ס) – קורס מפקדי בתי כלא, קורס פו"ם  
משרד החינוך, מכון אבני הראשה למנהיגות בית ספרית - מנהלי בתי ספר מכול הארץ  
קבוצת הארץ  
שירותי ביטחון  
קרן היסוד  
ג'וינט ישראל  
אינטל



## הקדמה

מדוע **דע את עצמך – דע את האחר** חשוב עבורך?

כול אחד מאיתנו שונה מהאחר. לכול אחד "מערכת הפעלה" שונה הבאה לידי ביטוי בהעדפות, הנטיות והאיפיונים ובדרך שבה אנו קולטים מידע על העולם סביבנו, הדרך שבה אנו מקבלים החלטות, לאן אנו מפנים את האנרגיה וכיצד אנו מעדיפים להתנהל בחיי היומיום. לכול אחד מהמאפיינים והעדפות הללו יש השלכות לגבי המקצוע או העיסוק שבו אנו בוחרים, הדרך שבה אנו מנהיגים את עצמנו ואת הזולת, הערכים שעל פיהם אנו בוחרים לחיות, דרך ההתקשרות שלנו עם הסביבה, וכיצד נכון שהסביבה תתקשר אתנו, כיצד אנו מתמודדים עם שינויים, עם לחץ, ועם תפקידינו בבית ובעבודה, וכיצד באלה.

אנחנו נולדים עם נטיות ואיפיונים אישיותיים וכאשר אני שואל אנשים שיש להם ילדים או אחים ואחיות מאותם הורים ואותו בית גידול האם הם דומים או שונים, התשובה בכול המקרים היא כי ישנה שונות, לעיתים מקצה לקצה. אחת ההוכחות הברורות לכך שנולדים עם נטיות ואיפיונים, היא שונות משמעותית בין תאומים זהים.

השונות האישיותית באה לידי ביטוי בכול מיני דרכים שיש להן השלכות על הדרך שבה אנו מתנהלים ביום יום. להלן כמה דוגמאות של השונות הנובעת משונות על רקע אישיותי: לעיתים השונות האישיותית באה לידי ביטוי בדרך שבה בני זוג מתנהלים. לדוגמא: אחד הצדדים מאוד זקוק ורוצה במפגש עם הרבה אנשים, נהנה לצאת לאירועים ולפגוש אנשים שונים וחדשים, יש לו (זה יכול להיות גבר או אישה) מכרים רבים, הוא רוצה להכיר וזוכה באנרגיה ממפגש זה עם אנשים. לעומת זאת, הבן/בת זוג זקוקים להרבה זמן עם עצמם ולפחות אנשים מסביב. המפגש איתם יהיה הרבה יותר לעומק. לרוב, יותר מדי אנשים ואירועים זוללים להם את האנרגיה. אז מה קורה כאשר הצרכים המולדים הינם כל כך שונים ויש רצון להיות ביחד?



דוגמא אחרת יכולה לבטא את התסכול שאנשים חווים כתוצאה משונות בדרך קליטת המידע על העולם ובאופן ההתנהלות היומיומית. מנהל צוות בעל תחושת אחריות גדולה הממוקד בעיקר במשימה, בל"ז ובפרטי פרטים של הפרוייקט, מתקשר עם הסביבה בצורה מאוד ישירה, ממוקדת וקצרה. לחלק מאנשי הצוות סגנון תקשורת זה הוא ישיר ומנוכר מדי, יש עודף מיקוד בפרטים "וירידה לנשמה" של חברי הצוות. יש פחות מדי חשיבה על מיקום הפרוייקט במערכת הגדולה, ופחות מדי חשיבה וחיפוש אחר פתרונות יצירתיים. פערים מסוג זה, הנובעים בעיקר משונות אישיותית, יכולים להוות אבני נגף בעבודת הצוות ומקור לתיסכול רב של כול הצדדים. לעיתים השונות הזאת נהפכת להיות "אישית" כשהיא בעצם פועל יוצא של סגנון אישיותי שונה של חברי הצוות.

דוגמא אחרונה נותנת ביטוי לנטיה ולהעדפה של אנשים בהתקשרותם עם הזול. מנהל בכיר בארגון בטחוני גדול התקשה מאוד לייצר תקשורת קרובה במצבים של אחד על אחד. בכול פעם שנקלע למצב כזה, הוא חש אי נוחות בולטת וחיפש את הדרך המהירה ביותר להיחלץ ממבוכת המפגש הבין אישי. לקושי הזה היה מחיר גבוה ביצירת חיבור עם אנשים הנמצאים תחת הנהגתו. כלפי פקודיו הוא נראה מרוחק, לא מתעניין בהם, לא איכפתי, בלתי נגיש, מתנשא. החוויה הפנימית של אותו מפקד היתה של תסכול עמוק וחווית קושי גדולה מחוסר היכולת לשוחח באופן חופשי ונינוח עם פקודיו. בתוכו הוא הרגיש מסורבל ומתקשה להביע את עצמו ותחושותיו באופן אוטנטי. קושי זה, בחלקו הגדול, הינו פועל יוצא של אישיותו המופנמת של אותו מפקד. בעומדו מול קבוצה של אנשים יכולתו להביע את עצמו היתה מצויינת, אך במקום שבו יש צורך בחיבור לא פורמלי, אישי, הוא התקשה מאוד. מאידך גיסא, ישנם כאלה הזקוקים לחיבור אישי מאוד כדי שאפשר יהיה להניע אותם קדימה לקראת מטרה או פעולה.

התבוננות על אנשים דרך הפריזמה של האישיות יכולה להסביר הרבה התנהגויות, ללא ביקורת, בהבנה ובסלחנות. כמו בדוגמא שלעיל, מה שנתפס כיהירות בשל התנהגות מסויימת, הוא בעצם פועל יוצא של נטיות והעדפות אישיותיות. וכאשר יוצאת מהמשוואה כי האחר מתנשא, יהיר או מרוחק, ניתן למצוא דרכים אחרות לתקשר.

## תיאוריית האישיות של קרל יונג

הפסיכולוג הנודע קרל גוסטב יונג היה ידוע ביכולות ההתבוננות שלו. נוסף על היותו מאבות הפסיכולוגיה המודרנית, הוא היה גם אנתרופולוג, פילוסוף ומיסטיקן. אנשים, כמו שאר בעלי החיים עושים שתי פעולות מרכזיות: קולטים מידע ומקבלים החלטות על סמך מידע זה. יונג זיהה שונות מהותית בדרך שבה אנשים קולטים ומקבלים החלטות על סמך מידע. הוא היה הראשון בפסיכולוגיה המודרנית אשר פיתח תיאוריית אישיות מורחבת ומותאמת לכלל בני האדם, ללא קשר לדת, מוצא או מין של אדם. הוא מצא איפיונים אוניברסליים המאפשרים לזהות את סוג האישיות של כול אדם, ובכך לאפשר לכול אדם לזהות את "מערכת ההפעלה" שלו ושל אנשים סביבו.

### מהו ה-MBTI ?

ה-MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) הינו כלי רב עוצמה, מדעי ומוכח לזיהוי העדפות, נטיות, ואפיונים דומיננטיים של כול אדם. ה-MBTI המבוסס על תיאורית האישיות של יונג, פותח ע"י ק. מאירס וא. בריג'ס. זיהוי ה העדפות, נטיות, ואפיונים הדומיננטיים מאפשר לנו לדעת:

- ☺ היכן אנחנו ממקדים את תשומת הלב שלנו (כלפי חוץ או כלפי פנים)
  - ☺ כיצד אנו קולטים מידע (פרטים או תמונה גדולה)
  - ☺ כיצד אנו מקבלים החלטות (חשיבה או רגש)
  - ☺ כיצד אנו מתנהלים בעולם (החלטה או זרימה)
- (בהמשך נפרט באופן מלא את משמעות כל אחת מההעדפות הללו).

שילוב ארבע ההעדפות מרכיב את סוג האישיות של האדם (Personality Type). על פי תיאוריה זו, לאנשים עם נטיות ואפיונים שונים יש התנהגויות, דרכי תקשורת, זווית ראייה, ועניין שונים, אך אין מדובר בשיפוטיים או במדד של טוב ורע ביחס להעדפות. מודעות להעדפות אלו

מסייעת לאנשים להבין את עצמם ואת זולתם טוב יותר ולהתאים את עצמם  
באופן מיטבי לסביבה שבה הם פועלים.

תרגיל מס' 1:  
חלק א':  
קח/י עכשיו עט ורשמי מתחת לשורה זו, את שמך וכתובתך:

---

חלק ב': עכשיו, עם אותה עט, אך ביד השנייה, רשמי פעם נוספת את שמך  
וכתובתך:



חלק ג':

במה היתה שונה חוויית הכתיבה ביד הראשונה (הדומיננטית) לעומת היד  
השנייה (הפחות דומיננטית)?

יד דומיננטית	יד לא דומיננטית

כפי שחווית, לכתוב ביד הדומיננטית שונה מלכתוב ביד הלא דומיננטית. ניתן לכתוב בשתי הידיים, אך התהליך והתוצאה שונים זה מזה. לא משנה אם היד הדומיננטית היא שמאל או ימין, מה שמשנה, שאחת דומיננטית והאחרת לא. כך נכון לגבי ארבעת צירי האישיות כפי שק. יונג ומאירס ובריג'ס מתארים. אנחנו נולדים עם איפיונים דומיננטיים ונמשכים באופן טבעי לעשות בהם שימוש והם מהווים את "אזור הנוחות" של כל אחד.



## מה סגנון האישיות שלך?

אנא סמני/ בעיגול את המשפט/היגד המתאר אותך באופן מדויק יותר, משני המשפטים/היגדים בשתי העמודות (כחול או אדום).

### דוגמא:

### אני מקבל יותר אנרגיה מ....

I	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. להיות עם עצמי ולחשוב</li> <li>2. לאסוף פנימה מידע ורעיונות</li> <li>3. לחשוב על מה שקורה עם עצמי</li> <li>4. למקד את עיקר תשומת הלב בעולם פנימי של רעיונות ותפיסות</li> <li>5. לעשות את הדברים בדרכי</li> </ol>	E	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. להיות במגע עם אנשים</li> <li>2. להיות עסוק בפעילויות שונות</li> <li>3. לדבר על מה שקורה עם אנשים אחרים</li> <li>4. למקד את עיקר תשומת הלב בעולם החיצוני, באנשים ודברים שקורים בחוץ</li> <li>5. להבין מה אחרים מצפים ממני</li> </ol>
---	---	---	---

### מידע שמדבר אלי יותר הוא....

N	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. דורש דמיון</li> <li>7. מופשט ותיאורטי</li> <li>8. ממוקד בעתיד – מה יכול להיות</li> <li>9. אקראי וכללי</li> <li>10. מעבר לפרטים וקיים במשמעויות</li> </ol>	S	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. פרקטי</li> <li>7. עובדתי וקונקרטי</li> <li>8. ממוקד בכאן ועכשיו – מה קיים</li> <li>9. רציף ומאורגן</li> <li>10. ממוקד בפרטים ובהוכחה שדברים באמת כפי שהם נראים</li> </ol>
---	---	---	---

### אני מבסס את החלטותיי יותר על....

F	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. ערכים ותפיסות סובייקטיביים ואישיים</li> <li>12. כיצד הן ישפיעו על הזולת</li> <li>13. אמפטיה</li> <li>14. נסיבות</li> <li>15. צורך בהרמוניה</li> </ol>	T	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. הגיון ועקרונות אובייקטיביים</li> <li>12. הסקת מסקנות על דרך סיבה-תוצאה</li> <li>13. ניתוח</li> <li>14. עקרונות</li> <li>15. צורך בצדק</li> </ol>
---	--	---	---

### הגישה הבסיסית שלי לחיים ....

P	<ol style="list-style-type: none"> <li>16. גמישה</li> <li>17. ספונטאנית ומסתגלת</li> <li>18. מכוונת לבחינת אפשרויות</li> <li>19. שואבת סיפוק מהשארית אפשרויות פתוחות</li> <li>20. דורשת הבנה מעמיקה של אירועים בחיי ולכן נדרש לי יותר זמן לקבל החלטות</li> </ol>	J	<ol style="list-style-type: none"> <li>16. החלטית</li> <li>17. מאורגנת ומתוכננת</li> <li>18. מכוונת מטרות ותוצאות</li> <li>19. שואבת סיפוק מלעשות ולסיים דברים</li> <li>20. דורשת שליטה על מה ואיך דברים קורים בחיי</li> </ol>
---	--	---	--

העדפה ונטייה דומיננטית נמצאת בעמודה שבה יש שלושה או יותר עיגולים מסומנים בכל משבצת. אנא רשום/רשמי את האותיות שהתקבלו מלמעלה למטה:

**E N F P**  
I x E N x S T x F P x J



אנא סמני/ בעיגול את המשפט/היגד המתאר אותך באופן מדויק יותר, משני המשפטים/היגדים בשתי העמודות (כחול או אדום).

### אני מקבל יותר אנרגיה מ....

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. להיות עם עצמי ולחשוב</li> <li>2. לאסוף פנימה מידע ורעיונות</li> <li>3. לחשוב על מה שקורה עם עצמי</li> <li>4. למקד את עיקר תשומת הלב בעולם פנימי של רעיונות ותפיסות</li> <li>5. לעשות את הדברים בדרכי</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. להיות במגע עם אנשים</li> <li>2. להיות עסוק בפעילויות שונות</li> <li>3. לדבר על מה שקורה עם אנשים אחרים</li> <li>4. למקד את עיקר תשומת הלב בעולם החיצוני, באנשים ודברים שקורים בחוץ</li> <li>5. להבין מה אחרים מצפים ממני</li> </ol>
---	---

I

E

### מידע שמדבר אלי יותר הוא.....

<ol style="list-style-type: none"> <li>6. דורש דמיון</li> <li>7. מופשט ותיאורטי</li> <li>8. ממוקד בעתיד – מה יכול להיות</li> <li>9. אקראי וכללי</li> <li>10. מעבר לפרטים וקיים במשמעויות</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. פרקטי</li> <li>7. עובדתי וקונקרטי</li> <li>8. ממוקד בכאן ועכשיו – מה קיים</li> <li>9. רציף ומאורגן</li> <li>10. ממוקד בפרטים ובהוכחה שדברים באמת כפי שנראים</li> </ol>
---	--

N

S

### אני מבסס את החלטותיי יותר על....

<ol style="list-style-type: none"> <li>11. ערכים ותפיסות סובייקטיביים ואישיים</li> <li>12. כיצד ישפיע על הזולת</li> <li>13. אמפטיה</li> <li>14. נסיבות</li> <li>15. צורך בהרמוניה</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>11. הגיון ועקרונות אובייקטיביים</li> <li>12. הסקת מסקנות על דרך סיבה-תוצאה</li> <li>13. ניתוח</li> <li>14. עקרונות</li> <li>15. צורך בצדק</li> </ol>
--	---

F

T

### הגישה הבסיסית שלי לחיים ....

<ol style="list-style-type: none"> <li>16. גמישה</li> <li>17. ספונטאנית ומסתגלת</li> <li>18. מכוונת לבחינת אפשרויות</li> <li>19. שואבת סיפוק מהשארת אפשרויות פתוחות</li> <li>20. דורשת הבנה מעמיקה של אירועים בחיי ולכן נדרש לי יותר זמן לקבל החלטות</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>16. החלטית</li> <li>17. מאורגנת ומתוכננת</li> <li>18. מכוונת מטרות ותוצאות</li> <li>19. שואבת סיפוק מלעשות ולסיים דברים</li> <li>20. דורשת שליטה על מה ואיך דברים קורים בחיי</li> </ol>
---	--

P

J

העדפה ונטייה דומיננטית נמצאת בעמודה היכן שיש 3 או יותר עיגולים מסומנים בכול משבצת. אנא רשום/רשמי את האותיות שהתקבל מלמעלה למטה:

J או P    T או F    N או S    I או E

לעיון במאפייני הפרופיל שלך  
עיון בנספח I בעמוד 17

## אבני היסוד של האישיות מורכבים מהפרמטרים הבאים:

<p style="text-align: center; color: blue;">את עיקר תשומת הלב</p> <p style="text-align: center; color: blue;"><b>E</b> (החצנה)</p> <p style="text-align: center; color: blue;">לעולם חיצוני של אנשים ומעשים?</p>	<p style="text-align: center; color: blue;">האם את/ה ממקד/ת</p> <p style="text-align: center; color: blue;"><b>I</b> (הפנמה)</p> <p style="text-align: center; color: blue;">לעולם פנימי של רעיונות ותפיסות?</p>
<p style="text-align: center; color: orange;">מידע ע"י מיקוד</p> <p style="text-align: center; color: orange;"><b>S</b> (חושים)</p> <p style="text-align: center; color: orange;">בהווה, במוחשי ובאמצעות חמשת החושים?</p>	<p style="text-align: center; color: orange;">האם את/ה מעדיף/ה לקלוט</p> <p style="text-align: center; color: orange;"><b>N</b> (אינטואיציה)</p> <p style="text-align: center; color: orange;">בעתיד, בזיהוי האפשרויות, הדפוסים והיחסים?</p>
<p style="text-align: center; color: green;">החלטות ע"י מיקוד</p> <p style="text-align: center; color: green;"><b>T</b> (חשיבה)</p> <p style="text-align: center; color: green;">בהגיוני, אובייקטיבי, וניתוח של סיבה-תוצאה?</p>	<p style="text-align: center; color: green;">האם את/ה מעדיף/ה לקבל</p> <p style="text-align: center; color: green;"><b>F</b> (רגש)</p> <p style="text-align: center; color: green;">בערכים, ובהערכה סובייקטיבית להשפעה על... וצרכים של... אנשים?</p>
<p style="text-align: center;">עם העולם החיצוני</p> <p style="text-align: center;"><b>J</b> (החלטה)</p> <p style="text-align: center;">על ידי שליטה באמצעות ארגון, תכנון, והגעה לידי סגירה?</p>	<p style="text-align: center;">האם אתה מעדיף/ה להתמודד</p> <p style="text-align: center;"><b>P</b> (זרימה)</p> <p style="text-align: center;">על ידי התנהלות ספונטאנית וגמישה, שומר את כול האפשרויות פתוחות?</p>

## מילים ומשפטי מפתח של סגנונות האישיות

### מיקוד תשומת הלב....

<p style="text-align: center;"><b>Extroversion – החצנה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>E</b></p> <p>עולם חיצוני של אנשים ומעשים מיקוד באנשים ואירועים <u>משפט ומילות מפתח</u> – " בוא נדבר על זה " • פעילות • מיקוד כלפי חוץ • חברותי • אנשים • הרבה • ביטוי • מרחב</p>	<p style="text-align: center;"><b>Introversion – הפנמה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I</b></p> <p>עולם פנימי של רעיונות ותפיסות <u>מיקוד פנימה במחשבות, רעיונות</u> <u>משפט ומילות מפתח</u> – " אני צריך לחשוב על זה " • פנימה • איפוק • שמירה על פרטיות • מעט • שקט • עומק • הבנה לפני התנסות</p>
---	--

### אופן קליטת מידע.....

<p style="text-align: center;"><b>Sensing - חושים</b></p> <p style="text-align: center;"><b>S</b></p> <p>מיקוד בהווה, במוחשי ובאמצעות חמשת החושים <u>משפט מילות מפתח</u> – "את העובדות בבקשה" * פרטים * הווה * מעשי * עובדות * סדרתי * מכוון * מיקוד מציאות * הנאה * משמר * פשוטו כמשמעו * כאן ועכשיו</p>	<p style="text-align: center;"><b>Intuition – אינטואיציה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>N</b></p> <p>מיקוד בעתיד, בזיהוי האפשרויות, הדפוסים והיחסים <u>משפט מילות מפתח</u> – "אני רואה את הכול עכשיו" • דפוסים • עתיד • דמיון • חדשנות • אקראי • ניחושים • מגוון • ציפייה • השראה • שינוי • עשיר בדימויים</p>
---	--

### אופן קבלת החלטות.....

<p style="text-align: center;"><b>Thinking – חשיבה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>T</b></p> <p>מיקוד בהגיוני, אובייקטיבי, וניתוח של סיבה- תוצאה <u>משפט מילות מפתח</u> – "האם זה הגיוני?" • אובייקטיבי * חשיבה * ראש * צדק * קור רוח * עקרונות * • לא אישי * ביקורתיות * ניתוח * דיוק</p>	<p style="text-align: center;"><b>Feeling – הרגשה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>F</b></p> <p>מיקוד בערכים, ובהערכה סובייקטיבית כיצד החלטה משפיעה על הזולת <u>משפט מילות מפתח</u> – "האם משהו עומד להפגע?" * סובייקטיבי * אהדה * אישי * הערכה * ערכים * נסיבות * אכפתיות * הזדהות</p>
--	--

### התנהלות בחיי היום-יום.....

<p style="text-align: center;"><b>Judgment – החלטה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>J</b></p> <p>התנהלות על ידי שליטה באמצעות ארגון, תכנון, והגעה לידי סגירה <u>מילות מפתח</u> – "עשה משהו" • ארגון • מובנות • שליטה בחיים * החלטיות • מכוון • סגירה • תכנון • לוחות זמנים פרודוקטיביות * מטרות</p>	<p style="text-align: center;"><b>Perception – זרימה</b></p> <p style="text-align: center;"><b>P</b></p> <p>התנהלות ספונטאנית וגמישה, השומרת את כול האפשרויות פתוחות <u>משפט ומילות מפתח</u> – "נחכה ונראה" • גמישות • התנסות • סקרנות • ספונטאניות • פתיחות • המתנה • גילויים • פתיחות לרעיונות</p>
--	--

כאשר מחברים את הנטיות והאיפיונים הדומיננטיים של כול אחד מארבעת הפרמטרים:

החצנה E או הפנמה I, חושים S או אינטואיציה N, חשיבה T או רגש F, החלטה J או זרימה P

### מקבלים 16 אבות טיפוס:

המארגן הטבעי ISTJ	מחוייב לעשות את העבודה ISFJ	מעורר השראה INFJ	החושב העצמאי - המדען INTJ
עשה זאת ISTP	המעשים מדברים בעד עצמם ISFP	מיטיב ועדין עם החיים INFP	פותר הבעיות - החושב INTP
מוציא את המקסימום מהרגע ESTP	בוא נעשה את העבודה כיף ESFP	אנשים הם המוצר ENFP	התקדמות היא המוצר חזון ENTP
המנהל הטבעי ESTJ	יוצר אמון ESFJ	יכולת שכנוע ENFJ	המנהיג הטבעי ENTJ

לכל אבטיפוס מאפיינים והעדפות שונים הבאים לידי ביטוי במה ואיך מעדיפים לעשות. לעיתים, אנשים פועלים בניגוד לנטיות והעדפות הטבעיות שלהם וכתוצאה מכך חווים תסכולים רבים. חשוב לציין, כי בנטיות והעדפות אין טוב או רע, נכון ולא נכון. היופי של הכלי הזה הוא בכך שאינו שיפוטי, אלא רק משקף את מה שמאפיין כול אחד ואחד כפי שאתם וכיצד ניתן להתפתח

## זיהוי העדפות, הנטיות, והאפיונים הדומיננטיים

### בתחום האישי

- 🕒 זיהוי נקודות התאמה וחיכוך פוטנציאלים בזוגיות ובמערכות יחסים
- 🕒 זיהוי ייעוד תעסוקתי
- 🕒 התאמת קריירה-עיסוק
- 🕒 הכוונה לסוגי יזמויות
- 🕒 זיהוי דרך ייחודית למיצוי פוטנציאל אישי
- 🕒 זיהוי נקודות כוח ותורפה אישיות
- 🕒 זיהוי תחומי התפתחות אישית מרכזיים

### בתחום הארגוני

- 🕒 התאמת אנשים לצוותים
- 🕒 התאמת אנשים לתפקידים ומשימות
- 🕒 זיהוי פוטנציאל מנהיגותי וניהולי
- 🕒 פיתוח וגיבוש צוותי עבודה
- 🕒 סיוע בכניסה לתפקיד
- 🕒 חניכה להצלחה בתפקיד
- 🕒 פיתוח מנהיגות

### בתחום המקצועי

- 🕒 אימון
- 🕒 טיפול
- 🕒 טיפול משפחתי
- 🕒 פיתוח צוותים
- 🕒 ייעוץ ואימון קריירה
- 🕒 פיתוח מנהיגות וניהול

## היתרונות בידיעת סוג האישיות שלי

- ☉ הבנה גדולה יותר את עצמי ודרכי פעולתי
- ☉ הבנה גדולה יותר של אנשים אחרים ומה מניע אותם
- ☉ שיפור ביכולת לתקשר עם אנשים אחרים על פי סגנון האישיות שלהם
- ☉ יכולת להבין ולצמצם קונפליקטים
- ☉ יכולת להתמודד טוב יותר עם הגורמים אצלי ואצל האחר ללחץ, כעס ושחיקה
- ☉ שיפור ביכולת לנהל עדיפויות וזמן
- ☉ זיהוי סגנון למידה ודרכים מיטביות ללמוד ולהתפתח
- ☉ נקודות כוח ותורפה באופן קבלת החלטות
- ☉ יכולת לצפות כיצד אני ואחרים מתמודדים עם שינוי
- ☉ הבנה עמוקה יותר של סגנון הניהול ונקודות הכוח והתורפה של סגנון זה.
- ☉ זיהוי של סוגי תפקידים ומטלות המתאימים לסוג האישיות

פריצת הדרך היא פועל יוצא של האישיות שלי ולכן פריצת הדרך חייבת

להיות **בדרך שלי וייחודית לי.**

רק מי שמכיר את עצמו היטב, על החוזקות והתורפות, יצליח לעשות את

**פריצת דרך** המיוחלת.



## נספח 16: סגנונות האישיות

### ISTJ – מארגן-מפקח - עושה מה שצריך לעשות באחריות, מחוייבות ויציבות

האיכות הדומיננטית בחיך היא חוש האחריות הבלתי ניתן לערעור של מה שצריך לעשות ולבצע בהווה. המעשיות שלך, יכולת הארגון, ושליטה בעובדות מביאים אותך למקום שבו אתה מבצע מטלות ביסודיות, עד הסוף ובהתחשב בפרטים הקטנים ביותר. אתה אחראי, ניתן לסמוך עליך, ואתה עושה את מה שאתה לוקח על עצמך במלוא הרצינות.

#### נקודות כוח

- ☺ התנהלות אחראית ומעשית
- ☺ מקבל החלטות על בסיס מאגר מידע עשיר הממוקם במוח, וניתן לשליפה בקלות
- ☺ יכולת למידה גבוהה ויכולת למידה מטעויות
- ☺ הוגנות
- ☺ פועל באופן נחוש גם בתקופות ומצבים קשים
- ☺ מתנהל באופן אחראי עם כסף

#### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ לעיתים רציני מדי ו"מרובע"
- ☹ נטיה לחשוב שאתה תמיד צודק
- ☹ מיקוד יתר בנהלים ודרכי עבודה, ומעט מדי עידוד לחדשנות ויצירתיות
- ☹ לפעמים שוכח להכיר בקול רם בתרומתם של אחרים
- ☹ שומר על הקיים ואינך שש לשינויים

### ISTP – מזהה ופותר בעיות יצירתי - יודע כיצד דברים עובדים

הכוח המניע הוא הצורך להבין כיצד דברים עובדים באופן מעשי כך שתוכל לעשות שימוש מיטבי באותם דברים. אתה לוגי ומעשי ויש לך נטייה טבעית לזהות ולפתור תקלות ובעיות קונקרטיות. לעיתים אתה מחפש ריגושים ומגוון בהתנהלות המעשית שלך. קיים בך צד ספונטאני ואף שובבי אך ניתן בעיקר להבחין במעשיות עניינית. קיימת בך סקרנות גדולה ויכולת התבוננות במציאות החומרית. יש לך צורך להתנסות על מנת להבין מה ההגיון והעקרונות העומדים מאחורי העולם הנגלה לעיניך.

#### נקודות כוח

- ☺ שליטה בפרטים ובעובדות
- ☺ יכולת לבטא באופן מדויק מצב עכשווי וקונקרטי
- ☺ נותן מענה מידי לצרכים או בעיות שעולות
- ☺ לומד מטעויות של עצמך
- ☺ ניהול מעשי וישיר ועניני

#### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ חי לגמרי בהווה ומתקשה עם מחוייבויות ארוכות טווח
- ☹ לעיתים אינך ער להשלכות של דברים שאתה עושה על אנשים אחרים
- ☹ מתקשה להביע תחושות ורגשות
- ☹ לעיתים הולך לאיבוד בתוך העולם הפנימי של עצמך
- ☹ מתקשה לעשות סדרי עדיפות ולהתמקד בעיקר

## ESTP – פותר בעיות מעשי ומציאותי - יוצר תנאים בסביבה כדי שדברים יתרחשו

עצמאי, הרפתקן, פעיל עם גישה כללית של התלהבות ואהבה לחיים. אוהב להיות שותף פעיל בעשייה ונהנה ממשימות, אתגרים ופרויקטים חדשים. יש לך נטייה להיות לוגי ואנאליטי בגישה שלך לחיים עם חוש והבנה מיוחדים כיצד מאורעות ואנשים פועלים. אתה במיטבך כאשר אתה פותר בעיות הדורשות אלתור ויצירתיות בזמן אמת, עומד בפני פרויקטים חדשים, ומשתתף באופן פעיל בנעשה בכאן ועכשיו.

### נקודות כוח

- 🕒 הכנסת אנרגיה וגישה יוזמת
- 🕒 יכולת להתמודד עם בעיות מיידיות ולמצוא פתרון יצירתי ובר השמה
- 🕒 יכולת לשכנע ולהלהיב אחרים לעשות דברים
- 🕒 נכונות להתגמש ולהתפשר אם זה מקדם את פתרון הבעיה או המטרה המיידית העומדת על הפרק

### נקודות תורפה אפשריות

- 🕒 מפתח אווירה לא רשמית המדלגת לעיתים על הברוקרטיה
- 🕒 לפעמים קופץ מדי מהר למים ואחר כך חושב או מניח כי הכול יסתדר בשל יכולתך לאלתר
- 🕒 לעיתים חסר סבלנות, עצבני וקצר רוח
- 🕒 לא תמיד רואה מעבר לכאן ועכשיו ומתקשה לראות את התוצאות האפשריות וההשלכות העתידיות של מעשיך הן על אנשים הן על תהליכים

## ESTJ – המנהל הטבעי - פועל ביסודיות ושכנוע ישיר, מכון, ומחליט

הכוח המניע המרכזי שלך הוא הצורך לנתח ולהביא לסדר הגיוני ומעשי את העולם החיצוני של אנשים ומעשים כך שיהיה ברור ויעיל, לך ולסביבתך. אתה הגיוני, מאורגן, החלטי ובעל יכולת להנחות את דרכך ודרכם של אחרים. חשיבתך פרגמטית ומכוונת עשייה, תוצאות ומשימות. אתה אנרגטי, מחפש להיות ברור והחלטי ולעיתים מעדיף לקבל החלטה מוטעית מאשר לא לקבל החלטה בכלל. אתה במיטבך כאשר, אתה מנהל משאבים, מיישם תכניות, ועומד במשימות.

### נקודות כוח

- 🕒 התנהלות אחראית ומעשית
- 🕒 מקבל החלטות על בסיס מידע ועובדות
- 🕒 יוצר בהירות אצלך ואצל הסובבים אותך לגבי מה צריך ומה התפקידים של כול אחד
- 🕒 מתמקד במה שאפשרי, מעשי, ובתוצאות
- 🕒 מכניס אנרגיה של מחויבות

### נקודות תורפה אפשריות

- 🕒 נטייה להאמין שזווית ההסתכלות שלך היא הנכונה
- 🕒 צורך להיות האחראי הבלעדי
- 🕒 חסר סבלנות לחוסר יעילות
- 🕒 לא תמיד בסינכרון עם מה שאחרים חווים ומרגישים



**עופר ערד**

כלים מתקדמים למיצוי פוטנציאל אישי ועסקי



## ISFJ – משמר ומטפח - יוצר ומקדם הרמוניה ושיתוף פעולה באופן אחראי

האיכות הדומיננטית בחיך הינה תחושת האחריות האישית שיש לך לגבי מה שצריך להיעשות בכאן ועכשיו. פעילות ומעשים הקשורים לעזרה וסיוע קונקרטיים לאחרים הינם בעלי חשיבות מרכזית. המציאותיות, יכולות הארגון והשליטה בעובדות ובפרטים מובילים אותך ליכולת גבוהה של ביצוע משימות ומטלות. אתה מביא איתך חום, אכפתיות, ומהימנות בכל מה שאתה עושה. אתה לוקח את עצמך וגם את האחרים ברצינות מרובה.

### נקודות כוח

- 👁️ יכולת הקשבה טובה
- 👁️ רגישות לצרכים של אחרים ונכונות אמיתית ללכת לקראתם
- 👁️ יכולת למידה מטעויות
- 👁️ יסודיות וזיהוי הפרטים הקטנים והחשובים
- 👁️ חם, ידידותי ומחזק באופן טבעי

### נקודות תורפה אפשריות

- 👁️ לעיתים רגישות יתר לביקורת וחוסר הערכה
- 👁️ נטייה לשמור רגשות יתר על המידה בפנים
- 👁️ לעיתים יכול להיות בעל דימוי עצמי נמוך ולא לעמוד על כך כי גם הצרכים שלך יבואו לידי ביטוי.
- 👁️ לעיתים לא שם לב לצרכים שלך

## ISFP – יוצר - איכפתי ומתחבר - מעשים חזקים ממילים

האיכות הדומיננטית בחיך היא האכפתיות והמחויבות העמוקה שיש לך כלפי אנשים, בעיקר אלה הקרובים אליך. אתה משלב את זה עם גישה שובבית שקטה ולעיתים הרפתקנית לחיים ולחוויות החיים. אתה מביע את האכפתיות בדרכים מעשיות ביותר מכיוון שאתה מעדיף באופן בסיסי מעשים על דיבורים. החום והדאגה הקיימים בתוכך אינם באים לידי ביטוי באופן פתוח, למרות שהם קיימים בתוכך. הרושם הראשוני שאתה יוצר הוא יכולת ההסתגלות, המעשיות והספונטאניות הקלילה.

### נקודות כוח

- 👁️ יכולת לזהות את הצרכים והדאגות של אנשים מסביב ולהיות מעורב בפתרונות אפשריים
- 👁️ גמישות ונינוחות
- 👁️ יכולת הקשבה ברמה גבוהה
- 👁️ טוב בהתנהלות יומיומית פרקטית

### נקודות תורפה אפשריות

- 👁️ לעיתים מתקשה לבטא את מחשבותייך ולהציג את מה שיש לך לומר
- 👁️ לעיתים אינך מתייחס להשלכות ארוכות טווח ומתמקד יתר על המידה בפרטים הקשורים להווה
- 👁️ גמישות יתר ונכונות ללכת עם התחושות של הרגע
- 👁️ יכול להסתפק בפתרון חלקי של בעיה/קונפליקט במחיר שבעתיד יחזור כבומרנג



## ESFP – עושה בהתלהבות ופועל לביצוע הלכה למעשה

המרכיב הדומיננטי בחיך הוא תשומת הלב שיש לך להתנסות אמיתית ומעשית. אתה אוהב להיות מעורב בפעילויות חדשות ויחסים חדשים. יש בך אכפתיות עמוקה כלפי אנשים ואתה מביע זאת באופן מעשי. באופן טיפוסי אתה אנרגטי, מציאותי ומסתגל המעדיף לחוות ולהתנסות כמה שיותר ולקבל את החיים כפי שהם יותר מאשר לשלוט ולארגן אותם. יש לך סובלנות, סבלנות, וסקרנות למגוון רחב ביותר של אנשים. אתה ספונטאני ואוהב פעילות, וקיימת בך מידה של שובביות מעצם רצונך לפעילויות והתנסויות פיזיות. אתה מגיב מהר ובטבעיות לצרכים שעולים בכאן ועכשיו.

### נקודות כוח

- ☺ מתלהב ונהנה ממה שעושה
- ☺ חכם ושנון, אנשים נמשכים אליך
- ☺ מחובר לקרקע ומעשי
- ☺ אומנותי ויצירתי

### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ לעיתים לוקח סיכוני יותר בהתנהלות כספית
- ☹ התנגדות חזקה לביקורת ומקבל ביקורת באופן אישי יותר על המידה
- ☹ מעדיף להתעלם או לברוח ממצבי קונפליקט
- ☹ לעיתים מתלהב יותר על המידה מבלי למצות דברים קודמים שלקחת על עצמך

## ESFJ - יוצר אמון מתקשר ומשתף פעולה, פועל ביסודיות ושכנוע

המרכיב הדומיננטי בחיך קשור לטיפול פעיל ועמוק באנשים ובצורך ורצון להרמוניה ביחסים עם אנשים, בעיקר עם כאלה שיש איתם מערכות יחסים. אתה מביא איתך חום ואכפתיות לכול מקום שאליו אתה הולך, ובכול מקום שבו אתה פועל. באופן טבעי אתה מחפש לסייע לאנשים, לארגן את העולם סביבך ולהביא דברים לידי סיום. אתה לוקח את העבודה שלך ברצינות וחש כי כך גם צריכים לעשות שאר האנשים מסביב. אתה ברור וחד לגבי מה אתה מעריך ובמה אתה מאמין. ברור לך מה טוב/רע, נכון/לא נכון, אתה מצפה כי העולם יתנהל באופן הרמוני על פי הערכים, האמונות והתפיסות שאתה מאמין בהם. אתה מרגיש נוח לארגן ולעשות סדר, ולהביא אנשים ודברים לידי מימוש.

### נקודות כוח

- ☺ אכפתיות עמוקה המעניקה לאנשים בסביבתך תחושה של שייכות
- ☺ יכולת הקשבה המאפשרת לאחרים לבוא לידי ביטוי בחופשיות
- ☺ מביע דעה, אפילו לא נעימה, באופן שמאפשר לאחרים לקבל אותה
- ☺ יוצר אווירה נינוחה המעודדת שיתוף פעולה

### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ באופן כללי אינך מרגיש נוח עם שינוי וכניסה לאזורים לא מוכרים
- ☹ מתקשה בסביבה שבה יש ביקורתיות יותר וקונפליקטים
- ☹ נטיה לתת יותר על המידה ולבסוף לחוש קורבן
- ☹ לעיתים מתמקד יותר על המידה באזור מסוים ומתקשה לראות את התמונה הגדולה



## INFJ – מדריך מעורר השראה – שומר ומגן

האיכות הדומיננטית בחיך היא שימת לב לעולם פנימי של אפשרויות, חיבורים, ומשמעויות. קיימת ידיעה והבנה דרך תובנה פנימית הנובעת מעולמך הפנימי. אתה מבטא אכפתיות עמוקה לאנשים ויחסים. יש לך צורך בביטוי יצירתי, ועניין בנושאים רוחניים והתפתחות אנושית ואישית. למרות שאנרגיה רבה מכוונת לעולם הפנימי של רעיונות ותובנות, כלפי חוץ אתה מצטייר כמי שרוצה להביא לידי סגירה רעיונות מעשיים הקשורים לאנשים. החשיבה שלך מופשטת, מורכבת ומבוססת על מטפורות. יש לך יכולת לראות אנשים, מצבים ובעיות ממספר נקודות מבט שונות ויצירתיות. קיימת איכות פילוסופית, רומנטית ואפילו מיסטית באופן שבו פועלת דרך חשיבתך.

### נקודות כוח

- ☺ הבנה עמוקה של יחסים בין אנשים
- ☺ אתה רואה קדימה ומזהה מוצא במקום שבו קיים בלבול
- ☺ אמפאטיות לאחרים ויכולת לזהות מה חשוב להם
- ☺ מזהה ומכבד את הייחודיות של האחר
- ☺ רגישות אישית

### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ לעיתים מסבך מה שצריך להישאר פשוט
- ☹ נטיה להתכנסות פנימה כך שאחרים לא רואים את האיכויות שלך
- ☹ לעיתים ציפיה גבוהה מדי שקשה מאוד לעמוד בה מעצמך ומאחרים
- ☹ מתקשה לשחרר מערכות יחסים שאינן טובות עבורך
- ☹ קושי בהתמודדות עם סמכות

## INFP – האידיאליסט - בעל הבחנה טובה, מקדם, איכפתי ומתחבר

המוטיבים המרכזים בחיך הם אכפתיות עמוקה ויחס המבוסס על ערכים כלפי אנשים, וזיהוי אפשרויות ופוטנציאל. אתה חווה את האכפתיות העמוקה הזו בעיקר כלפי אנשים, אך גם כלפי עקרונות וערכים שבהם אתה מאמין או כול דבר שבו אתה מאמין כחשוב. יש לך יכולת ביטוי גבוהה ואתה נמשך באופן טבעי לרעיונות הקשורים לפיתוח פוטנציאל באנשים. אתה חווה את העולם מעמדה מאוד אישית-סובייקטיבית המבוססת על הערכים שלך. אתה שואף לממש את החזון ותפיסת עולמך באופן אינטנסיבי כי באמצעות ביטוי תפיסת עולמך אתה גם מגדיר את הזהות העצמית שלך.

### נקודות כוח

- ☺ גורם לכול אדם להרגיש ייחודי ומיוחד
- ☺ מחפש באופן כנה להיות בעל ערך מוסף
- ☺ יצירתיות
- ☺ פתיחות ונכונות להבין דעות ותפיסות עולם שונות
- ☺ יוצר יחס אישי התומך ומעודד אחרים

### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ לעיתים מרפה ידיים ומאבד תקווה מהר מדי
- ☹ נוטה לאבד מהביטחון העצמי
- ☹ לעיתים מגלה ציפיות לא ריאליות מאנשים או מצבים
- ☹ יכול להרגיש בודד ומבודד
- ☹ לעיתים נכנס למצבי רוח ורגישות יתר



## ENFP – מעורר השראה - סקרנות והתלהבות הממוקדת באנשים

אתה מלא חיים, ערני, נמרץ, כריזמטי ומעודד. אתה משדר אופטימיות, אכפתיות, אמינות וחמלה. אתה עובד היטב כאשר אתה מחדש, יצירתי, מניע אנשים בהתלהבות לפעולה, ומניע אנשים לשינוי חיובי. אתה יוצר התלהבות בהתנעת דברים-נושאים-פרויקטים חדשים. יש לך יכולת מיוחדת ומהירה לזהות ו/או לחזות את צרכיהם של אנשים, כמו גם את הפוטנציאל הטמון בהם. ביכולתך לעזור לאנשים למצוא את מקומם, לפתח את הצדדים החזקים ולמצוא פיצוי לחולשות.

### נקודות כוח

- ☉ אתה מקשיב ומבין מה חשוב לכול אדם בין אם זה במצב של ארבע עיניים או במצב של קבוצה
- ☉ יש לך יכולת למקד אזורי הסכמה
- ☉ אתה מפתח מערכות יחסים אשר תומכות ומעודדות אחרים לבוא לידי ביטוי, להוציא מעצמם את המיטב ולאפשר לכול אחד להביע את זווית ראייתו הייחודית
- ☉ יש לך רצון ויכולת להשרות אווירה של קלילות וכיף
- ☉ אתה מעודד אנשים לפתוח את עיניהם לאפשרויות

### נקודות תורפה אפשריות

- ☉ לא תמיד מסיים את מה שמתחיל
- ☉ מתקשה לייצור מספיק מרחק מאנשים על מנת למצוא פתרון הולם
- ☉ לפעמים מסתפק בפתרון חלקי במצבי קונפליקט
- ☉ מרגיש מאוים כאשר לא מכבדים ומעריכים אותך
- ☉ תגובת יתר של האחר יכולה לגרור אותך לתגובה רגשית

## ENFJ – מצמיח ובעל כושר שיכנוע - תקשורתי ומשתף פעולה

המאפיין הבולט באישיותך הוא האכפתיות הפעילה והאינטנסיבית כלפי אנשים. יש לך יכולת בין-אישיות מצוינות ואתה נהנה ונטען מאינטראקציה ויחסים עם אנשים אחרים. מבחינתך, אנשים זה הסיפור המרכזי בעולם שבו אנו חיים, וסקרנותך לגביהם היא אין-סופית. יש לך חברים וקשרים רבים מסוגים שונים, ובכול מגע עם אנשים אתה מאוד נוכח. יש לך עניין רב לסייע לאנשים ולעזור להם לפתח את הפוטנציאל הטמון בהם. יש לך צורך לשתף פעולה ואתה גם זוכה לשיתוף פעולה מלא מאנשים אחרים.

### נקודות כוח

- ☉ יכולת להלהיב ולדרבן אחרים כאשר המצב קשה
- ☉ ניתן לסמוך עליך כאשר אתה לוקח דבר מה על עצמך
- ☉ אכפתיות אמיתית לאנשים ומחויבות כנה להתפתחותם
- ☉ יוצר אווירה המאפשרת לאחרים לבוא לידי ביטוי ושומר לא לפגוע או שלא תהייה פגיעה באנשים אחרים.
- ☉ בונה הסכמה רחבה דרך שיתוף פעולה והבהרה

### נקודות תורפה אפשריות

- ☉ לעיתים קובע יחס חיובי או שלילי כלפי משהו מהר מדי
- ☉ יכול להיות במצב של הזדהות יתר ולכן מתקשה להיות אובייקטיבי
- ☉ נוטה להימנע מקונפליקטים כדי שלא לייצור אי נוחות
- ☉ קיים קושי בלהיות במקום של ביקורתיות יתר וניתוח לוגי קר
- ☉ תגובת יתר של האחר יכולה לגרור אותך לתגובה רגשית



## INTJ – החושב העצמאי - מתכנן מאחורי הקלעים - מפרש ומיישם רעיונות

אתה עצמאי, אינדיבידואליסט, ובעל חזון. אינך פוחד מקושי, אתה מנתח באופן אובייקטיבי את שלל המרכיבים כדי להתמודד עם אתגרים מורכבים אשר מצריכים ממך יכולת ראיית הנולד. אתה נהנה מאתגרים מורכבים ויש לך את היכולת למזג תיאוריה ומעשה יחדיו, ולהגיע לתוצאות. אתה חדשני ופרגמטי בו זמנית עם יכולת תכנון ארוך טווח ויכולת לזהות דפוסים ואפשרויות עתידיות. בשונה מאלה הקוראים את המפה, אתה יוצר את המפה. עבורך, החיים הם מסע אינסופי של גילוי (עצמי) והגשמה (עצמית).

### נקודות כוח

- ⊕ אינך מאויים מקונפליקטים או ביקורת
- ⊕ בד"כ בטוח בעצמך
- ⊕ לוקח מערכות יחסים ומחויבויות ברצינות
- ⊕ בד"כ בעל אינטליגנציה גבוהה ובעל יכולות
- ⊕ יכולת הקשבה ברמה גבוהה
- ⊕ יכולת לאבחן מצבים בחדות

### נקודות תורפה אפשריות

- ⊖ לעיתים יכול להיות חסר רגישות כלפי אחרים
- ⊖ נוטה להגיב לקונפליקט באופן לוגי ושכלתני כאשר יש מקום להגיב באופן יותר רגיש ותומך.
- ⊖ מתקשה לבטא תחושות ורגשות, גם כאשר יש צורך ומקום לעשות כן.
- ⊖ נטיה להאמין שאתה תמיד צודק.
- ⊖ חוסר רצון או יכולת לקבל אשמה
- ⊖ הצורך התמידי לשפר והשאיפה למצוינות יכולים להיות על חשבון מערכות יחסים.

## INTP - חושב לעומק - בוחן ומעריך, מחפש את העקרונות שעומדים מאחורי

הכוח המניע עבורך זה להבין ולנתח לעומק, באופן הגיוני, את מה שתופס את תשומת לבך בזמן נתון. יש בך צורך להבין כיצד דברים עובדים ברמה של תפיסה ולעיתים אתה נהנה להיות יצירתי בבניית התפיסה שלך. למרות הסקרנות הרבה, אתה בוחן את מה שעומד מולך בעיקר באופן הגיוני, אנאליטי, ובמידה מסוימת אף קצת מרוחק ממה שאתה חוקר. יש לך צורך מוגבל לשלוט בעולם סביבך ולארגן אותו בצורה מאוד ברורה, ואתה נוטה להיות גמיש ומסתגל.

### נקודות כוח

- ⊕ באופן כללי נינוח ופתוח
- ⊕ יכולת מענה מבריק לבעיה
- ⊕ סבלנות וסובלנות לאחרים (חוץ מאלה שאתה חושב שהם חסרי יכולת)
- ⊕ מוכן לבדוק מחדש מצב ולחפש פתרונות אחרים (לא נתקע)
- ⊕ ניגש לדברים שמסקרים אותך בהתלהבות רבה

### נקודות תורפה אפשריות

- ⊖ שימוש יתר בשפה אשר אינה תמיד מובנת לכול המשתתפים
- ⊖ לעיתים מחפש פגמים בתהליך יתר על המידה
- ⊖ מגיב באיטיות אם בכלל לצרכים רגשיים
- ⊖ נוטה להיות חשדן יתר על המידה
- ⊖ מתקשה להתמקם בתפקיד או היררכיה ברורים מדי





### ENTP - מחדש ויוזם - מאתגר את הקיים באופן יצירתי

באופן טבעי אתה בעל מזג טוב ונינוח, אנרגטי ונעים להיות בסביבתך. אתה נהנה ומקבל סיפוק להיות עם אנשים ולפתח נושאי שיחה בתחומי עניין מגוונים. אתה מביא איתך רוח של חדשנות ומקוריות למיזמים ויזמויות ואתה מאמץ שינויים וחדשנות. אתה יכול לראות כמה צעדים קדימה, להבין משמעויות, לעשות חיבורים ולראות את התמונה הכוללת של ההווה ושל העתיד. אתה סובלני וסקרן כלפי אנשים ובעל יכולת אבחנה לגבי דרך פעולתם המיוחדת של אנשים אחרים. יחד עם זאת, אתה חסר סבלנות כלפי אנשים איטיים אשר מתקשים להבין על מה אתה מדבר.

#### נקודות כוח

- ☺ מתלהב ואנרגטי
- ☺ הרבה מאוד קסם אישי
- ☺ יכולות תקשורת בין-אישית גבוהות
- ☺ בעל רעיונות ותמיד עובד על רעיון או מיזם
- ☺ טוב בלעשות כסף, אך פחות טוב בלנהל אותו.

#### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ נטיה לא להביא לידי סיום פרויקטים ורעיונות
- ☹ נוטה להתווכח היכן שלא תמיד זה נדרש
- ☹ לעיתים לוקח סיכונים גדולים מדי ונטיה לבזבזנות
- ☹ לוקח על עצמך יותר מדי בו זמנית
- ☹ לפעמים משתלט וגונב את ההצגה

### ENTJ - מנהיג טבעי - תובנה לגבי הדרך: מוביל ומחליט

אתה מנהיג טבעי, היודע לאן, למה וכיצד להגיע למצב רצוי אותו אתה רואה בעיני רוחך. יש לך את היכולת לבנות מודלים מנטאליים ומטרות ארוכות טווח אשר מתורגמים לפעולה ברורה בהווה ואשר אחרים צריכים לממש בהנחייתך והדרכתך. אתה מעדיף לחיות בעולם מסודר, מאורגן ומובנה. עבורך, הגיון וניתוח מצבים ו/או אנשים הינו מרכזי. אתה צריך שהעולם סביבך יתנהל באופן מסודר והגיוני ואתה שואף להביאו למצב זה באמצעות הכלים העומדים לרשותך. הכלים הללו הינם האנרגיה וההחלטיות שקיימים בך.

#### נקודות כוח

- ☺ מתעניין באופן אמיתי במחשבות ורעיונות של אנשים אחרים
- ☺ מתלהב ואנרגטי
- ☺ יודע לנהל את כספך
- ☺ בעל יכולת ביטוי מדוייקת וזורמת
- ☺ יודע להפוך מצבי קונפליקט ללמידה והתפתחות

#### נקודות תורפה אפשריות

- ☹ נוטה לעיתים להיות צודק ולהתווכח יתר על המידה
- ☹ לעיתים תחרותי יתר על המידה ונכנס למצבי מנצח-מפסיד גם כשאין צורך בכך
- ☹ לעיתים ביקורתי יתר על המידה ומעביר תחושה של עליונות
- ☹ יכול להיות שתלטן יתר על המידה ולא די רגיש לאלה שאתה מנהל
- ☹ קושי לבטא רגשות ותחושות