

SHAXSIYAT QO'LLANMASI

Ishonchli Tayanch

Tayanchlar oilasi

Va'da berishdan oldin o'ylaysiz — chunki bergan va'dangizni bajarasiz.

Shuning uchun muhim ish ko'pincha aynan sizga topshiriladi.



Bu qo‘llanmani qanday o‘qish kerak

1 Bu — hukm emas, oyna.

Bu yerda «siz shundaysiz, boshqacha bo‘la olmaysiz» degan gap yo‘q. Bu — bugungi suratingiz. 13–18 yoshda shaxsiyat hali shakllanmoqda, shuning uchun bir yildan keyin ayrim javoblaringiz o‘zgarishi tabiiy.

2 «Yaxshi» yoki «yomon» tur yo‘q.

Har bir obrazning kuchli tomoni ham, ehtiyot bo‘ladigan joyi ham bor. Sizniki boshqalarnikidan yaxshiroq ham, yomonroq ham emas — boshqacha.

3 Hammasi to‘g‘ri kelmasligi mumkin.

Test 50 ta savolga asoslangan, u sizni to‘liq bilmaydi. O‘zingizga mos kelgan joylarini oling, mos kelmaganini chetga qo‘ying — bu ham natija.

4 Eng foydali qismi — amaliyot.

Oxirgi sahifadagi kichik vazifalar shu qo‘llanmaning ma‘nosi. O‘qib qo‘yish bilan hech narsa o‘zgarmaydi; bitta narsani sinab ko‘rish bilan o‘zgaradi.

Ikki kuchli tomoningiz

Obrazingiz beshta xususiyatdan eng kuchli chiqqan ikkitasidan tug‘iladi. Qolgan uchta ham sizda bor — shunchaki bu ikkisi ulardan sal oldinda.

KELISHUVCHANLIK

Hamkor

Odamlarning holatini ilg‘aysiz. Kim xafa bo‘lganini, kim gapirmay qolganini ko‘pincha birinchi bo‘lib siz sezasiz. Yordam berish sizga majburiyat emas, tabiiy tuyuladi.

MAS‘ULIYATLILIK

Rejali

Boshlagan ishni oxiriga yetkazasiz. Tartib va anqlik sizni bosmaydi, aksincha — qulaylik beradi. Va‘da qilingan muddat siz uchun taxmin emas.

Kelishuvchanlik odamlarni ko‘radi, mas‘uliyatlilik so‘zida turadi. Bu ikkisi birga kelganda «tayanch» chiqadi — atrofdagilar bilmagan holda suyanadigan odam.

Siz kundalik hayotda

Va'da berishdan oldin o'ylaysiz. Chunki siz uchun aytilgan gap — bajarilishi shart bo'lgan gap. Ko'pchilik osongina «ha, qilaman» deydi; siz avval ulgurasizmi-yo'qmi, shuni o'ylaysiz.

Shuning uchun muhim ish ko'pincha aynan sizga topshiriladi. O'qituvchi ham, do'stlaringiz ham buni o'zlari sezmagan holda qiladi — sizga ishonish oson.

Odamlarning holatiga e'tiborlisiz. Kimdir ulgurmayotganini ko'rsangiz, so'ramasa ham yordamga tushasiz. Bu sizga majburiyat emas, oddiy narsa bo'lib tuyuladi.

Tartib va aniqlik sizni tinchlantiradi. Nima qilish kerakligini bilsangiz, xotirjam ishlaysiz. Chalkashlik esa sizni bezovta qiladi.

Lekin yuk sekin-asta sizga to'planadi. Har bir alohida ish kichik ko'rinadi va siz rad etolmaysiz. Bir kuni ortga qarasangiz, hammasini yolg'iz ko'tarib yurgan bo'lasiz — va buni hech kim bilmaydi ham.

“ Yordam so'rash zaiflik emas. Yolg'iz ko'tarilgan yuk bir kuni tushadi — va u tushganda hech kim tayyor bo'lmaydi.

Kuchli tomonlaringiz

Bularni siz o‘zingiz sezmasligingiz mumkin — atrofdagilar sezadi.

So‘zingizda turasiz 01

Aytgan ishingizni bajarasiz. Bu bitta sifat sizni butun umr olib yuradi — bugungi sinfda ham, kelajakdagi ishda ham.

Odamlarni ko‘rasiz 02

Kim qiynalayotganini, kim ulgurmayotganini sezasiz. Bu e‘tibor har qanday jamoani mustahkam qiladi.

Puxta ishlaysiz 03

Sizning ishingizni qayta tekshirish shart emas. Bu ishonch juda sekin to‘planadi va juda qadrlanadi.

Tinchlik olib kelasiz 04

Siz bor jamoada kamroq janjal, kamroq chalkashlik bo‘ladi. Buni odamlar ko‘rmaydi — lekin siz yo‘q bo‘lsangiz darhol sezishadi.

Bir jumlada: So‘zida turish.

Ikkinchi tomoni

Hamma ishni o‘z zimmangizga olib, ortiqcha yuk ko‘tarib yurasiz. Yordam so‘rash ham kuch. Keyingi sahifada shu haqda.

O'sish nuqtalari

Bular kamchilik emas — kuchli tomoningizning teskari tomoni.

Yordam so'rashni o'rganing

Siz hammaga yordam berasiz, lekin o'zingiz so'ramaysiz — chunki «bezovta qilmay» deb o'ylaysiz. Aslida odamlar sizga yordam berishdan xursand bo'ladi; siz ularga bu imkonni bermayapsiz.

SHU HAFTA SINAB KO'RING

Shu hafta bitta ishda ochiq yordam so'rang. Kichik bo'lsin: «shu joyini tushuntirib yuborasanmi?» Bir marta.

Ishni bo'lishing va nazorat qilmang

«O'zim qilganim aniqroq» — bu ko'pincha to'g'ri. Lekin shuning uchun yuk hech qachon kamaymaydi va jamoa o'rganmaydi.

SHU HAFTA SINAB KO'RING

Keyingi guruh ishida bitta vazifani to'liq boshqa odamga bering va ustidan turmang. Natija sizchalik bo'lmasligi mumkin — mayli.

Qilgan ishingizni ayting

Siz jimgina ishlaysiz va maqtanishni yoqtirmaysiz. Natijada sizning hissangiz ko'rinmay qoladi va boshqalar sizga yana ko'proq ish beradi.

SHU HAFTA SINAB KO'RING

Ish tugagach bir jumla ayting: «men shu qismini qildim». Maqtanish emas — ma'lumot.

Maktabda va odamlar orasida

Xuddi shu xususiyatlar kundalik ishda qanday ishlaydi.

● **Guruh ishida**

Siz eng ishonchli bo'g'insiz va hamma buni biladi. Aynan shuning uchun ish sizga to'planadi. Boshida rollarni yozib bo'lib oling — keyin emas, boshida.

● **Imtihon va nazoratda**

Tayyorgarlik sizda yaxshi. Xavf — boshqalarga yordam berib, o'z tayyorgarligingizni oxirgi kunga qoldirish. Avval o'zingiznikini bajaring.

● **Qanday o'rganganingiz ma'qul**

Sizga aniq reja va bosqichlar yarashadi. Mavzuni birovga tushuntirish ham sizga yaxshi ishlaydi — siz buni allaqachon qilib yurgan bo'lsangiz kerak.

● **To'qnashuv bo'lganda**

Siz nizodan qochasiz va ko'pincha o'zingiz yon berasiz. Yon berish bir marta — yaxshi; har safar — odat. Farqni sezib turing.

● **Do'stlik va oila**

Sizga tayanishadi. Bu yaxshi, lekin ikki tomonlama bo'lishi kerak. Bir oy kuzating: qiyin kuningizda siz kimga qo'ng'iroq qilasiz?

Kelajak yo'nalishlari

Quyidagilar — buyruq emas, yo'nalish. Shaxsiyat kasb tanlashning faqat bitta qismi; qolgani — nima qiziq va nimaga imkoningiz bor. Ro'yxatdagi biror narsa sizni qiziqtirmasa, bimalol tashlab keting.

Tibbiyot va parvarish

Hamshiralik, shifokorlik, farmatsevtika, reabilitatsiya. Aniqlik va odamga e'tibor birga kerak bo'ladigan soha.

Ta'lim

O'qituvchilik, maktabgacha ta'lim, maxsus ta'lim, kutubxona. Sabr va izchillik bu ishning asosi.

Boshqaruv va hujjat ishi

Buxgalteriya, ofis boshqaruvi, HR, notariat, sifat nazorati. Ishonchli odam bu joylarda oltin qadrida.

Xizmat va yordam ko'rsatish

Mijozlarni qo'llab-quvvatlash, ijtimoiy ish, davlat xizmatlari. Odam bilan ishlash ham, tartib ham talab qilinadi.

E'tibor bering

Sizga eng og'ir keladigan joy — doimiy raqobat, qattiq muzokara va o'z hissangizni baland ovozda talab qilish kerak bo'lgan muhitlar. U yerda sizning ishingiz ko'rinmay qolishi mumkin. Bunday sohani tanlasangiz, qilgan ishingizni yozib borish odatini oldindan shakllantiring.

Keyingi qadam. Bu qo'llanma sizning shaxsiyatingiz haqida. Kasb tanlash uchun ikkinchi qism ham kerak: nima sizga qiziq. TestMind yaqin orada shu savolga qaratilgan alohida test qo'shadi. Shu paytgacha oddiy mashq: so'nggi bir oyda vaqtingiz qanday o'tganini sezmay qolgan uchta ishni yozib qo'ying.

Shu xususiyat kimda kuchli bo‘lgan

Dilshod Barno

1800–1905

Dilshod Barno ellik yil davomida 891 nafar qizga o‘qish va yozishni o‘rgatgan. Ellik yil — bu ilhom emas, bu izchillik. Uning nomi mashhur bo‘lmagan, lekin o‘sha 891 ta hayot o‘zgargan. Katta ishlar ko‘pincha shunday qilinadi: har kuni, jimgina, oxirigacha.

Ikki haftalik amaliyot

Ikki hafta. Kuniga bir necha daqiqa. Hammasini emas, bajarganingizni belgilang — bittasi ham natija.

- ☐ Bitta ishda ochiq yordam so‘radim.
- ☐ Bitta vazifani boshqa odamga berdim va ustidan turmadim.
- ☐ Ish tugagach «men shu qismini qildim» dedim.
- ☐ Guruh ishida rollarni boshida yozib bo‘lib oldim.
- ☐ Avval o‘z tayyorgarligimni bajardim, keyin yordam berdim.
- ☐ Bir marta yon bermay, o‘z fikrimda qoldim.
- ☐ Qiyin kunimda bir odamga o‘zim qo‘ng‘iroq qildim.

Sizga suyanishadi va bu bejiz emas. Faqat bitta narsani unutmang: tayanch ham tayanchga muhtoj. Yordam so‘ragan kuningiz sizning ishonchingiz kamaymaydi — ortadi.

Bu natija maslahat xarakteriga ega — tibbiy yoki psixologik tashxis emas. Test Big Five (Katta beshlik) modeliga asoslangan.