

SHAXSIYAT QO'LLANMASI

Xotirjam Yetakchi

Yetakchilar oilasi

Vaziyat qizib ketganda ham ovozingizni ko'tarmaysiz — shuning uchun odamlar sizga quloq soladi.

Guruh adashib qolganda yo'nalishni ko'rsatadigan odam odatda siz bo'lasiz.



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.

HISSIIY BARQARORLIK

Xotirjam

Sizni tez chiqarib yuborish qiyin. Kutilmagan narsa bo'lganda ham bir necha soniya to'xtab, keyin harakat qilasiz. Atrofdagilar shovqin ko'targanda sizning ovozingiz baland chiqmaydi — va aynan shuning uchun sizni eshitishadi.

KIRISHIMLILIK

Kirishimli

Odamlar sizga quvvat beradi, olib qo'ymaydi. Notanish davraga kirish, birinchi bo'lib gap boshlash, ko'pchilik oldida gapirish sizga boshqalarga qaraganda oson.

Bu ikkisi birga kelganda yetakchi chiqadi — baqiradigan emas, ishonch uyg'otadigani. Odamlar sizga ergashadi, chunki siz sarosimaga tushmaysiz.

Siz kundalik hayotda

Guruh adashib qolganda — kim nima qilishini bilmay, hamma bir-biriga qarab turganda — ko'pincha birinchi bo'lib siz gapirasiz. Buni maxsus o'ylab qilmaysiz; shunchaki jimlik sizni boshqalarchalik noqulay ahvolga solmaydi.

Vaziyat qizib ketganda ovozingiz ko'tarilmaydi. Boshqalar bir-birining gapini bo'layotganda siz kutasiz, keyin bir jumla aytasiz — va shu bir jumla ko'pincha ishlaydi. Bu sehr emas: baland ovoz orasida tinch ovoz boshqacha eshitiladi.

Odamlar bilan tanishish sizga og'ir emas. Yangi sinfga, yangi to'garagga borsangiz, bir haftada bir necha odamni bilib olasiz. Notanish odamga birinchi bo'lib gap qotish sizni charchatmaydi.

Sizdan ko'pincha maslahat so'rashadi. Nafaqat do'stlaringiz — ba'zan sizdan kattaroqlar ham. Chunki siz vaziyatni bahslashmasdan, ayblamasdan tushuntira olasiz.

Lekin xotirjamligingiz ba'zan boshqacha ko'rinadi. Kimdir yig'lab turganda sizning tinch turishingiz «unga farqi yo'q ekan» degan taassurot qoldiradi. Siz beparvo emassiz — shunchaki tashqi ko'rinishingiz ichkaridagini ko'rsatmaydi.

“ Odamlar sizga ergashishi — imtiyoz emas, mas'uliyat.
Ergashayotganlar sizning nima his qilayotganingizni ham bilishga haqli.

Kuchli tomonlaringiz

Bularni siz o‘zingiz sezmasligingiz mumkin — atrofdagilar sezadi.

Bosim ostida to‘g‘ri qaror qabul qilasiz 01

Hamma shoshib qolganda sizning fikringiz ishlashda davom etadi. Bu juda kam uchraydigan narsa va katta hayotda eng qadrlanadigan sifatlardan biri.

Sizni eshitishadi 02

Ovozingizni ko‘tarmasdan ham e‘tiborni tortasiz. Baqirib gapiradigan odam bir kunda unutiladi; tinch va aniq gapiradigan odam esdan chiqmaydi.

Yangi odamlar bilan tez til topasiz 03

Notanish muhitga kirish sizni qo‘rqitmaydi. Bu ko‘nikma keyinchalik ish, o‘qish, sayohat — hamma joyda eshik ochadi.

Guruhga yo‘nalish bera olasiz 04

Siz «kel, avval shuni qilaylik» deya olasiz va odamlar qarshilik ko‘rsatmaydi, chunki siz buyruq berayotgandek eshitilmaysiz.

Bir jumlada: Bosim ostida to‘g‘ri qaror qabul qilish.

Ikkinchi tomoni

Xotirjamligingiz ba‘zan befarqlikdek ko‘rinadi. Yaqinlaringiz sizdan ko‘proq hissiyot kutayotganini sezmay qolmang. Keyingi sahifada shu haqda.

O‘shish nuqtalari

Bular kamchilik emas — kuchli tomoningizning teskari tomoni.

Hissiyotingizni ham ko‘rsating

Sizning xotirjamligingiz kuch, lekin u devorga aylanib qolishi ham mumkin. Yaqin odamlar ba‘zan sizdan tashvish emas, hamdardlik kutadi. «Men ham xavotirdaman» degan bitta jumla ularni sizga yaqinlashtiradi.

SHU HAFTA SINAB KO‘RING

Shu hafta yaqin bir odamga o‘zingiz haqingizda bitta rost gap ayting: nimadan xursandsiz yoki nimadan charchadingiz. Bitta jumla yetarli.

Hamma javobni o‘zingiz bermang

Siz tez javob topasiz, shuning uchun guruh sizga qarab qoladi va sekin-asta o‘ylashni to‘xtatadi. Yetakchining ishi javob berish emas, javob chiqishiga sharoit yaratish.

SHU HAFTA SINAB KO‘RING

Keyingi guruh ishida o‘z fikringizni oxirida ayting. Avval ikki kishidan «sen qanday o‘ylaysan?» deb so‘rang.

Gapirishdan ko‘ra ko‘proq tinglang

Gapirish sizga oson, shuning uchun jimlikni siz to‘ldirasiz. Lekin jimlik ba‘zan boshqa birovga kerak bo‘ladi — u fikrini yig‘ayotgan bo‘ladi. Uch soniya kutish ko‘p narsani o‘zgartiradi.

SHU HAFTA SINAB KO‘RING

Bitta suhbatda o‘zingizni sanang: nechta savol berdingiz? Maqsad — kamida uchta savol.

Maktabda va odamlar orasida

Xuddi shu xususiyatlar kundalik ishda qanday ishlaydi.

● **Guruh ishida**

Rahbarlik odatda sizga tushadi. Yaxshi — lekin rolni almashtirib turing: bir marta oddiy ijrochi bo'lib ko'ring. Boshqalarning qanday ishlashini shunda tushunasiz.

● **Taqdimot va chiqishlarda**

Bu sizning maydoningiz. Faqat tayyorgarlikni tashlab qo'ymang — sizga oson kelgani uchun oxirgi kunga qoldirish vasvasasi katta.

● **Imtihon va nazoratda**

Hayajon sizni kam bosadi, shuning uchun asosiy xavf — «men bilaman-ku» deb yetarlicha tayyorlanmaslik. Xotirjamlik bilimning o'rnini bosmaydi.

● **To'qnashuv bo'lganda**

Siz vositachi bo'la olasiz va ko'pincha shu rolni olasiz. Faqat bir narsani unutmang: siz ham tomonlardan biri bo'lishingiz mumkin. Har doim «betaraf hakam» bo'lish shart emas.

● **Do'stlik va oila**

Sizning atrofingizda odam ko'p. Xavf shundaki, ko'p tanish orasida chin do'st yo'qolib qolishi mumkin. Yiliga bir-ikki odam bilan chuqurroq munosabat butun bir davradan qimmatroq.

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, bemalol tashlab keting.

Yetakchilik va boshqaruv

Loyiha rahbari, tadbirkorlik, jamoa boshqaruvi, davlat xizmati. Odamlarni qaror atrofida birlashtira olish — o'rganish qiyin bo'lgan ko'nikma.

Ta'lim va murabbiylik

O'qituvchilik, trenerlik, sport murabbiysi. Sinf oldida tinch turish va e'tiborni ushlab qolish — bu ishning yarmi.

Muzokara va vakillik

Huquq, diplomatiya, savdo va sotuv, jamoatchilik bilan aloqa. Bosim ostida ovozni ko'tarmaslik bu yerda ustunlik.

Favqulodda vaziyatlar

Tez tibbiy yordam, qutqaruv xizmati, dispetcherlik, xavfsizlik. Sarosimaga tushmaydigan odam bu sohalarda oltin qadrida.

E'tibor bering

Sizga eng zerikarli tuyuladigan joy — uzoq vaqt yolg'iz, jimjit va bir xil ish. Bunday ish sizning kuchli tomonlaringizni umuman ishlatmaydi. Agar shunday yo'nalish sizni baribir qiziqtirsa, ichida odamlar bilan ishlaydigan qismini toping — masalan, natijani boshqalarga tushuntirish.

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

Bahouddin Naqshband

1318–1389

Bahouddin Naqshband o'z davrining eng nufuzli odamlaridan bo'lgan, lekin na lashkari, na taxti bor edi. Odamlar unga majburlanganidan emas, uning o'zini tutishiga qarab ergashgan. «Dil ba yor-u, dast ba kor» — ko'ngil maqsadda, qo'l ishda. Yetakchilikning bu turi baland ovoz talab qilmaydi; u faqat izchillik talab qiladi.

Ikki haftalik amaliyot

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

- ☐ Guruh ishida o'z fikrimni oxirida aytdim.
- ☐ Bitta suhbatda kamida uchta savol berdim.
- ☐ Yaqin bir odamga o'zim haqimda rost bir gap aytdim.
- ☐ Bir marta yetakchi emas, oddiy ijrochi bo'ldim.
- ☐ Chiqishga oldindan tayyorlandim (oxirgi kunga qoldirmadim).
- ☐ Kimdir gapirayotganda uch soniya kutdim, bo'lmadim.
- ☐ Bitta odam bilan chuqurroq suhbatlashdim — davra bilan emas.

Odamlar sizni kuchli deb biladi. Kuchli bo'lish — hech narsa his qilmaslik degani emas. Eng yaxshi yetakchilar o'z zaifligini ko'rsatishdan qo'rqmaydiganlar bo'ladi.

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