

معرفی آزمون شخصیت شناسی نئو (NEO)+پرسشنامه شخصیتی (فرم کوتاه)

آزمون نئو از مشهورترین و معتبرترین تست‌های شخصیت شناسی در دنیا است که کاربردهای زیادی در روانشناسی دارد. در این قسمت از بیتوته به صحبت درباره آزمون شخصیت شناسی نئو و نحوه تفسیر آزمون نئو پرداخته‌ایم.

به گزارش سایت خبری پرسون، آزمون نئو از پرکاربردترین تست‌های روانشناسی است که مهم‌ترین مزیت آن، اعتبار و دقت بالای نتایج است. انجام تست نئو و تحلیل نتایج آن، زمان زیادی از شما میگیرد ولی آزمون نئو از علمی‌ترین تست‌ها برای بررسی بی‌طرفانه و دقیق شخصیت است و میتواند اطلاعاتی در اختیار شما بگذارد که در کمتر تست شخصیت‌شناسی بدست میاد.

کاربرد تست نئو

تست نئو کلا پنج جنبه از شخصیت شما را می‌سنجد. پایداری هیجانی تان، برون گرایی یا درون گرایی تان، اشتیاقاتان به تجربه های تازه، توافق پذیریتان و مسئولیت پذیریتان. به همین علت یک نمره کلی از این تست به دست نمی آید. ۵ نمره به دست می آید که هر کدامشان مربوط به یک عامل شخصیتی شماست.

تست نئو کاربرد گسترده‌ای در زمینه‌های فردی، شغلی، سازمانی و تحلیل رفتار گروه‌های انسانی دارد و در زمینه‌های ازدواج، استخدام و تشخیص اختلالات روانشناسی مورد استفاده قرار می‌گیرد.

مدل پنج عاملی شخصیت

آزمون نئو بر پایه مدل پنج عاملی شخصیت (Big ۵) تنظیم شده است. بیش از سه دهه است که مطرح شده و حاصل سال‌ها تحقیق در زمینه روانشناسی شخصیت صفاتی است. دانشمندانی که این تست را خلق نموده اند برای چند سال ویژگی های گوناگون شخصیتی را انتخاب نموده و پرسشنامه های مفصل را روی مردم اجرا کرده اند.

سپس با استفاده از روش های پیچیده آماری به ۵ عامل بزرگ شخصیت دست یافته اند. این ۵ عامل عبارتند از روان‌رنجوری یا نوروتیک بودن (N)، برون گرایی (E)، اشتیاق به تجارب تازه (O)، موافق بودن (A) و وظیفه‌شناسی (C).

پرسشنامه نئو

با انجام آزمون نئو، به پنج عامل اصلی شخصیت امتیاز داده میشود. و در نتایج این تست، صفات به صورت طیف نشان داده می‌شود و از دسته‌بندی‌هایی به سبک MBTI خبری نیست. این موضوع، دقت و صحت نتایج تست نئو را بالا برده ولی استفاده فردی از اطلاعات را سخت‌تر میکند.

پرسشنامه ۵ NEO، عامل بنیادی شخصیت و ۶ ویژگی در هر عامل یا به عبارتی ۳۰ ویژگی شخصیتی را مورد ارزیابی قرار می دهد و بر این اساس تحلیل کاملی از شخصیت افراد را نشان می‌دهد.

آزمون‌های NEO PI-R و NEO-FFI

تست NEO PI-R علاوه بر سنجش پنج عامل اصلی شخصیت، در هر عامل، شش صفت را بررسی میکند. این تست ۲۴۰ سوال دارد و نسخه کوتاه شده آن به نام NEO-FFI دارای ۶۰ سوال است و فقط پنج عامل اصلی شخصیت را امتیازدهی میکند.

پاسخنامه تست نئو

پاسخنامه تست نئو بر اساس مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالفم، مخالفم، بی تفاوت، موافقم و کاملاً موافقم) تنظیم شده است. نمره گذاری فرم کوتاه تست نئو یعنی NEO-FFI در تمام مواد یکسان نیست.

به این معنی که در نمره گذاری برخی از مواد فرم کوتاه تست نئو، به کاملاً مخالفم نمره ۴، مخالفم نمره ۳، بی تفاوت نمره ۲، موافقم نمره ۱ و کاملاً موافقم نمره ۵ تعلق می گیرد. در حالی که برخی دیگر از مواد این فرم کوتاه به صورت عکس حالت گفته شده نمره گذاری می شوند.

تفسیر آزمون نئو

در تفسیر آزمون نئو، امتیازات پنج عامل اصلی شخصیت را دو به دو در کنار هم قرار می دهند و با توجه به بالا و پایین بودن دو مولفه به دسته بندی هایی میرسند. این دسته بندی ها تمایلات رفتاری افراد در موقعیت های مختلف را بیان میکند.

به طور مثال دو عامل برون گرایی (E) و موافق بودن (A) در کنار هم قرار گرفتند و یک نوع تیپ بندی ایجاد کردند که شیوه تعاملات فرد را نشان میدهد.

انجام این تست بدون حضور یک روانشناس اعتبار چندانی برای تشخیص اختلالات روانی ندارد اما اگر تست را با دقت انجام داده باشید و به طور مثال در صفاتی نوروتیک (N)، امتیاز بسیار بالایی به دست بیاید، جا دارد مقداری روی آن تامل کنید.

پرسشنامه شخصیتی تست NEO (فرم کوتاه)

راهنمای تست نئو: هر کدام از عبارت های زیر را با دقت بخوانید و یکی از گزینه های کاملاً موافق/ موافق/ بی تفاوت/ کاملاً مخالف را انتخاب کنید. امتیاز هر گزینه در جلو آن قرار گرفته است. امتیاز گزینه انتخابی خود را برای هر سوال ثبت کنید.

bull& توجه داشته باشید که امتیاز هر گزینه در هر سوال متفاوت است.

۱- من آدم نگرانی هستم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۲- من دوست دارم همیشه آدم های زیادی دور و برم باشند.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۳- من دوست ندارم وقتم را با خیالبافی هدر بدهم.

کاملاً موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملاً مخالف(۵)

۴- من سعی می کنم با دیگران خوش رفتار و مودب باشم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۵- من چیزهای خودم را مرتب و پاکیزه نگه می دارم.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۶- من اغلب خودم را کمتر از دیگران حس می کنم.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۷- من لبخند زدن به دیگران و بیرون رفتن با آنها را کار آسانی می دانم.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۸- من وقتی روش درست انجام یک کار را پیدا کنم به همان می چسبم و ادامه می دهم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۹- من اغلب با اعضای خانواده بگو نگو دارم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۱۰- من به خوبی می توانم طوری برنامه ریزی کنم که کارهایم به موقع انجام شوند.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۱۱- وقتی من زیر بار یک استرس بزرگ هستم بعضی مواقع احساس می کنم دارم از هم می پاشم.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۱۲- من خودم را لزوماً آدم امیدواری نمی دانم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۱۳- نگاه کردن به نظم حاکم بر طبیعت و زیبایی هنرها برای من بسیار جالب است.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۱۴- بعضی از مردم من را آدم خودخواهی می دانند.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۱۵- من در کارهایم خیلی با برنامه نیستم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۱۶- من به ندرت احساس تنهایی و دل افسردگی می کنم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۱۷- من واقعا از صحبت کردن با دیگران لذت می برم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۱۸- من معتقدم که اگر به دانشجویان اجازه بدهند که به سخنرانی های بحث بر انگیز و متناقض گوش دهند، آن ها سردرگم و گمراه می شوند.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۱۹- من بیشتر ترجیح می دهم که با دیگران همکاری کنم تا با آن ها رقابت کنم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۰- من سعی می کنم وظایفی که بر عهده ام هست را با وجدان کار انجام دهم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۱- حس می کنم اغلب اوقات دچار تنش و وحشت زدگی هستم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۲- من ترجیح می دهم در جایی باشم که فعالیت وجود داشته باشد.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۳- خواندن یک شعر تاثیر ناچیزی بر من دارد یا این که اصلا تاثیری ندارد.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۲۴- معمولا من در مورد مقاصد دیگران بدگمان و عیبجو هستم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۲۵- من دارای اهداف مشخصی هستم و برای این اهداف برنامه دارم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۶- من بعضی وقت ها کاملا احساس بی ارزشی می کنم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۲۷- من معمولا ترجیح می دهم کارها را به تنهایی انجام دهم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۲۸- من معمولا غذاهای جدید و نا آشنا را امتحان می کنم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۲۹- من عقیده دارم که اکثر مردم اگر به آن ها اجازه داده شود می خواهند از آدم امتیاز به دست آورند.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۳۰- من قبل از شروع هر کاری وقت زیادی را تلف می کنم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۳۱- من به ندرت خودم را ترسو یا مضطرب می دانم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۳۲- من اغلب احساس می کنم که پر از نیرو و انرژی هستم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۳۳- من به ندرت متوجه می شوم که احساساتم در محیط های مختلف فرق می کند.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۳۴- بیشتر مردمانی را که می شناسم مرا دوست دارند.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۳۵- من برای دستیابی به اهداف خودم سخت تلاش می کنم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۳۶- اغلب از نحوه برخورد دیگران با من عصبانی می شوم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۳۷- من آدم بشاش و دارای روحیه بالایی هستم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۳۸- من معتقدم که برای اخذ تصمیم درباره موضوعات اخلاقی باید به مقامات دینی خودمان اقتدا کنیم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۳۹- بعضی از افراد فکر می کنند من آدم سرد و حسابگری هستم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۴۰- وقتی به انجام کاری را متعهد می شوم مردم می توانند همیشه مطمئن باشند که کار را پیگیری می کنم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۴۱- اغلب وقتی کارها طبق نقشه پیش نمی رود یا اشتباه از آب در می آید احساس دلسردی می کنم و می خواهم آن را نیمه تمام رها کنم.

کاملا موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملا مخالف(۱)

۴۲- من آدم خوش بینی نیستم.

کاملا موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملا مخالف(۵)

۴۳- گاهی وقتی که شعری می خوانم یا به یک اثر هنری نگاه می کنم یک حالت یاس یا موجی از برافروختگی را در خودم تجربه می کنم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۴۴- من در رفتار و نظر خود آدم سخت و بی انعطافی هستم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۴۵- گاهی آن قدری که خودم می خواهم، قابل اعتماد نیستم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۴۶- من به ندرت افسرده یا غمگین می شوم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۴۷- همه زندگی و کارهای من با سرعت طی می شوند.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۴۸- من علاقه ای به تامل و تفکر در مورد ماهیت جهان یا وضعیت انسان ندارم.

کاملاً موافق (۱) موافق (۲) بی تفاوت (۳) مخالف (۴) کاملاً مخالف (۵)

۴۹- اغلب سعی می کنم با فکر و با ملاحظه باشم.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۵۰- من آدم سازنده و مولدی هستم که همیشه کارها را به ثمر می رساند.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۵۱- من اغلب احساس درماندگی می کنم و میل دارم شخص دیگری را مسائل را حل کند.

کاملاً موافق (۵) موافق (۴) بی تفاوت (۳) مخالف (۲) کاملاً مخالف (۱)

۵۲- من شخص بسیار فعالی هستم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۵۳- من خیلی کنجکاوَم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۵۴- من اگر اشخاصی را دوست نداشته باشم از آن ها پنهان نمی کنم.

کاملاً موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملاً مخالف(۵)

۵۵- به نظر نمی رسد هرگز بتوانم کارهای خود را نظم و ترتیب بدهم.

کاملاً موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملاً مخالف(۵)

۵۶- بعضی وقت ها من طوری احساس خجالت می کنم که دلم می خواهد خودم را از دیگران پنهان کنم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۵۷- من ترجیح می دهم راه خودم را بروم تا اینکه رهبر دیگران باشم.

کاملاً موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملاً مخالف(۵)

۵۸- من اغلب از بازی کردن با نظریه ها و افکار انتزاعی لذت می برم.

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

۵۹- اگر نیاز باشد من حاضرَم از افراد دیگر برای رسیدن به مقاصد خودم استفاده کنم.

کاملاً موافق(۱) موافق (۲) بی تفاوت(۳) مخالف(۴) کاملاً مخالف(۵)

۶۰- من سعی می کنم کارهایم در حد عالی باشد

کاملاً موافق(۵) موافق (۴) بی تفاوت(۳) مخالف(۲) کاملاً مخالف(۱)

تست نئو به سنجش ۵ جنبه از شخصیت شما را می پردازد (مدل پنج عاملی شخصیت)

تفسیر تست نئو

تست نئو پنج جنبه از شخصیت شما را می سنجد: پایداری هیجانی تان، برون گرایی یا درون گرایی تان، اشتیاقاتان به تجربه های تازه، توافق پذیریتان و مسئولیت پذیریتان. برای همین یک نمره کلی از این تست به دست نمی آید. ۵ نمره به دست می آید که هر کدامشان مربوط به یک عامل شخصیتی شماست. تفسیر ها را که بخوانید دقیق تر دستتان می آید هر کدام از این عوامل شخصیتی چه معنایی دارند.

روان نژندی

نمره های سوالات زیر را جمع بزنید.

۱ - ۶ - ۱۱ - ۱۶ - ۲۱ - ۲۶ - ۳۱ - ۳۶ - ۴۱ - ۴۶ - ۵۱ - ۵۶

نمره از ۱۲ تا ۲۴: شما آدمی هستید که هیجانتان پایداری دارید. دمدمی مزاج نیستید و اضطراب و افسردگی و استرس را کمتر به خانه ذهنتان راه می دهید.

نمره از ۲۴ تا ۴۸: شما گاهی هیجانتان پایدار است و گاهی نه. احتمالاً خیلی آدم خوشحال و آرامی نیستید. ولی ناراحت و نا آرام هم نیستید. متوسطید دیگر

نمره از ۴۸ تا ۶۰: شما روی هم رفته آدم مضطربی هستید. همیشه زندگیتان با افسردگی، اضطراب و خشم درونی آمیخته است. برای تغییر دادن شخصیت وقت دراز مدتی لازم دارید.

برون گرایی & درون گرایی

نمره های سوالات زیر را جمع بزنید.

۲ - ۷ - ۱۲ - ۲۷ - ۳۲ - ۳۷ - ۴۲ - ۴۷ - ۵۲ - ۵۷

نمره از ۱۲ تا ۲۴: شما آدم درون گرایی هستید. تنهایی را بیشتر دوست دارید. دوست دارید هر کاری را بدون حضور دیگران انجام دهید.

نمره از ۲۴ تا ۴۸: شما نه کاملاً درون گرا هستید و نه کاملاً برون گرا. بعضی وقت ها با جمع بودن را ترجیح می دهید و گاهی تنهایی. هر چه نمره تان بالاتر باشد برونگرا ترید.

نمره از ۴۸ تا ۶۰: شما آدم برون گرایی هستید. با جمع بودن را دوست دارید. دوست دارید حتی کارهایی را که می شود تنهایی انجام داد با جمع انجام دهید.

اشتیاق به تجارب تازه

نمره های سوالات زیر را جمع بزنید.

نمره از ۱۲ تا ۲۴: شما آدمی هستید که خیلی با هنر و سفر کردن و چیزهای تازه را تجربه کردن میانه ای ندارید. دوست دارید چیزهای موجودزندگیتان را حفظ کنید. شما محافظه کارید.

نمره از ۲۴ تا ۴۸: شما نه کسی هستید که کاملاً محافظه کار است و نه از تجربه چیزهای جدید بدتان می آید. گاهی به این و گاهی به آن تمایل دارید.

نمره از ۴۸ تا ۶۰: شما عشق سفر هستید. عشق چیزهای جدید. حالا بستگی به علاقه تان دارد از غذاهای جدید گرفته تا داستان های جدید.

توافق پذیری

نمره های سوالات زیر را جمع بزنید.

۴ - ۹ - ۱۴ - ۱۹ - ۲۴ - ۲۹ - ۳۴ - ۳۹ - ۴۴ - ۴۹ - ۵۴ - ۵۹

نمره از ۱۲ تا ۲۴: شما کسی هستید که خیلی دیگران برایتان مهم نیستند. برای همین گروه های دوستان، گروه های کاری و خانواده خیلی از شما خوششان نمی آید. کلاً شما برای زندگی سازگاران در جمع آفریده نشده اید.

نمره از ۲۴ تا ۴۸: شما در بعضی از موارد ترجیح می دهید دیگران را هم در نظر بگیرید و در بعضی موارد نه. احتمالاً به موقعیت بستگی دارد. ممکن است در محل کار آدم سازگاری باشید اما در خانه نه.

نمره از ۴۸ تا ۶۰: شما آدم مردم داری هستید. آدمی که دیگران برایتان خیلی مهم هستند. خیلی زیاد. جمع با بودن با شما خیلی حال می کند. چون شما هم هوای جمع را دارید.

مسئولیت پذیری

نمره های سوالات زیر را جمع بزنید.

۵ - ۱۰ - ۱۵ - ۲۰ - ۲۵ - ۳۰ - ۳۵ - ۴۰ - ۴۵ - ۵۰ - ۵۵ - ۶۰

نمره از ۱۲ تا ۲۴: شما آدم بی مسئولیت و وظیفه شناسی هستید. معمولاً در محل کارتان به خاطر این ویژگیتان مشکل دارید. چندان آدم معتمدی نیستید.

نمره از ۲۴ تا ۴۸: هر چه نمره شما بالاتر باشد بیشتر مسئولیت پذیرید. روی هم رفته نه چندان وظیفه شناسید و نه چندان بی وجدان.

نمره از ۴۸ تا ۶۰: شما آدم با وجدان، وظیفه شناس و با مسئولیتی هستید. برای همین توی محل کار و جمع خانواده تان روی حرف شما خیلی حساب می‌کنند.