# পাওয়ার অফ পার্সনালিটি

MBTI ও ক্যারিয়ার: সফলতার পরীক্ষিত দিকনির্দেশনা

শাফী শাওন

## সূচিপত্র


আমরা মানুষ ..... 1

নিজেকে বোঝাটা কতটা জরুরী? ..... 2

বইয়ের উদ্দেশ্য – কেন এই বই? ..... 3

বইটি কাদের জন্য ..... 4

বইটা লিখতে যেসব বই এর সহায়তা নেওয়া হয়েছে ..... 5

MBTI – সংক্ষিপ্ত ইতিহাস ..... 6

MBTI কি এবং কেন – ব্যক্তিত্বের দর্পণ ..... 10

MBTI টাইপ কিভাবে তৈরি হয়? ..... 11

MBTI এর ব্যবহার – এতে লাভ কী? ..... 12

MBTI ব্যবহারের সীমাবদ্ধতা ..... 14

ইন্টারেকশন-রেসপন্স | এনার্জি গেইন ..... 17

ইন্ট্রোভার্ট ..... 17

এক্সট্রভার্ট ..... 23

গেদার | শেয়ার | প্রসেস ইনফর্মেশন (S/N) ..... 31

সেন্স বেইজড: বাস্তবতার অনুসন্ধান ..... 34

Intuitive দের জগৎ (N) ..... 38

সিদ্ধান্ত গ্রহণ (T/F) ..... 43

Thinking based / Rational (যৌক্তিকতা নির্ভর) ..... 43

Feeling | Emotion Based অনুভূতির স্পর্শে সিদ্ধান্ত ..... 47

Live your life (P/J) ..... 53

ডিসিশন ওরিয়েন্টেড | Judging (জাজার) ..... 54

Perceiving (P-Type): উদার এবং অভিযোজনশীল ..... 59

পার্থক্য তুলনামূলক চিত্র ..... 65

আমার টাইপ ইন্ডিকেটর ..... 72

প্রত্যেকটা ট্রেইটের বর্ণনা ..... 73
ENTP- অনেক ভিড়েও একা ..... 73
INTP- সব থেকে একা, সবার থেকে একা ..... 88
ENTJ এই লড়াইয়ে জিততে হবে ..... 108
INTJ হিসাব মিললেই শান্তি, মানুষ না মিললে বিভ্রান্তি। ..... 119
ESTP নো চিন্তা ডু ফূর্তি ..... 130
ESTJ এসপার কি ওসপারঃ ধর তক্তা মার পেরকে ..... 139
ISTP Try first, think later ..... 147
ISTJ - সব ঠিক আছে কিনা- এই চিন্তাতেই ঘুম হারাম ..... 158
ENFP: উচ্ছ্বাস, কল্পনা আর গভীর সংযোগের মিশেল ..... 166
ENFJ সবার ভালোর জন্য ছুটে চলে ..... 176
INFP স্বপ্নচারী ..... 185
INFJ ইতিবাচকাতায় বাঁচি ..... 195
ESFP যাই হোক মজা করতেই হবে! ..... 204
ESFJ উষ্ণতায় ভরে থাক জীবন ..... 213
ISFP জীবন এক ক্যানভাস ..... 222
ISFJ প্রিয়জনরা ভাল থাকুক ..... 230
MBTI অনুযায়ী একাডেমিক সাফল্য এবং পেশাগত প্রস্তুতি ..... 238
MBTI এবং পেশা নির্বাচন ..... 279
ENTP ..... 280
INTP ..... 282
ENTJ ..... 284
INTJ ..... 286
ESTP ..... 288

ESTJ ..... 290
ISTP ..... 292
ISTJ ..... 294
ENFP ..... 296
ENFJ ..... 298
INFP ..... 300
INFJ ..... 302
ESFP ..... 304
ESFJ ..... 306
ISFP ..... 307
ISFJ ..... 309
টিম ডায়নামিক্স এবং কর্মক্ষেত্রে MBTI-এর প্রভাব ..... 311
ENTP – The Debater ..... 312
INTP – The Think Tank ..... 315
ENTJ – The Commander ..... 318
INTJ – The Mastermind ..... 321
ESTP – The Dynamo ..... 324
ESTJ – The Executive ..... 326
ISTP – The Virtuoso ..... 329
ISTJ – The Logistician ..... 332
ENFP – The Campaigner ..... 335
ENFJ – The Protagonist ..... 337
INFP The Mediator ..... 340
INFJ – The Advocate ..... 343

ESFP – The Entertainer ..... 346
ESFJ – The Caregiver ..... 348
ISFP – The Adventurer ..... 351
ISFJ – The Defender ..... 353
MBTI অনুযায়ী নেতৃত্বের ধরন এবং উন্নতির সুযোগ ..... 356
INTJ – The Strategist ..... 356
INTP – The Innovator ..... 357
ENTJ – The Commander ..... 358
ENTP – The Visionary ..... 359
INFJ – The Guiding Mentor ..... 360
INFP – The Idealist ..... 361
ENFJ – The Charismatic Coach ..... 362
ENFP – The Enthusiastic Inspirer ..... 364
ISTJ – The Responsible Manager ..... 365
ISFJ – The Supportive Guardian ..... 366
ESTJ - Structured Leader ..... 367
ESFJ – The People-Centric Leader ..... 368
ISTP – The Practical Problem-Solver ..... 369
ISFP – The Gentle Leader ..... 370
ESTP – The Dynamic Risk-Taker ..... 371
ESFP – The Cheerleader Leader ..... 372
MBTI অনুযায়ী কনফ্লিক্ট রিজোলুশন এবং কার্যকর যোগাযোগ ..... 375
MBTI ও জীবন-কর্মের ভারসাম্য, স্ট্রেস ম্যানেজমেন্ট, টাইম ম্যানেজমেন্ট ... 379
নিজেকে জানো, সামনে এগিয়ে যাও ..... 388

## আমরা মানুষ

মানুষ সব থেকে বেশি জানে মানুষ, মানুষ সব থেকে কম জানে মানুষ। এটা একটা পরস্পর বিরোধী কথা মনে হলেও, গভীরে ভাবলে এই কথার যথার্থতা অনুভব করা যায়! মানবসভ্যতা গড়িয়েছে বহু বহু বছর। এই অযুত নিযুত অর্বুদ বছর যাবত মানুষ মানুষের সাথে মিশছে, মানুষ মানুষকে জানছে-বুঝছে, মানুষ মানুষকে নিয়ে গবেষণা করছে- তবুও রহস্যময় মানুষ! আল্লাহ তাআলা মানুষকে এমনভাবেই বানিয়েছেন।

পাশাপাশি দু'জন মানুষ বসে আছে- একজন জানে না আরেকজন কি চিন্তা করছে- যতক্ষণ পর্যন্ত না অপর পক্ষ প্রকাশ করে।

আবার এমন হতে পারে একজন মানুষ আরেকজন মানুষকে সে কি ভাবছে সেটা শেয়ার করেছে- কিন্তু আসলে সে সেটা ভাবছে না- অন্য একটা কিছু ভাবছে। যেটা বলছে সেটা ভাবছে না; যেটা ভাবছে সেটা বলছে না। আরেকজনের কথা বাদই দিলাম, একজন মানুষ নিজেই আসলে নিজের সম্পর্কে কতটুকু জানে? নিজেকে নিয়ে কতটুকু চিন্তা করা হয়?

আমার প্রথম প্রকাশিত বই ফ্রেশার টু জবরেডি বইয়ের কিছু লাইন এখানে রিপিট করি, প্রাসংগিক তাই

**"নিজেকে বুঝতে পারা**

আমাদের চিন্তা জগতের অধিকাংশ সময় কাটে আশেপাশের মানুষদের নিয়ে। আশেপাশের নানান রকম ঘটনা প্রবাহ নিয়ে। রাজনৈতিক, আঞ্চলিক, আন্তর্জাতিক নানা রকমের ক্রাইসিস নিয়ে। রাস্তায় জ্যাম, এখানে এ সমস্যা, অইখানে অই সমস্যা, এল ক্লাসিকো, ইংলিশ প্রিমিয়ার লীগ, বিশ্বকাপ, ভারত-পাকিস্তান খেলা, রাশিয়া-ইউক্রেন যুদ্ধ, ব্রাজিল-আর্জেন্টিনা, গান, নাটক, সিনেমা, উপন্যাস, গার্লফ্রেন্ড, বয়ফ্রেন্ড আমরা নানারকমের নানা কিছু দিয়ে বুঁদ হয়ে আছি। নিজেদের চিন্তা জগতকে বুঁদ করে রাখছি।

কার কোন দিকটা ভাল, কার কোন দিকটা খারাপ। কে কি করছে বা না করছে, কার কোনটা করা উচিত বা উচিত নয়। কার কি পছন্দ-অপছন্দ, কে কোন কথায় রাগ করবে বা খুশি হবে, কার ফ্রিজে মাংস দুই দিনেই নষ্ট হয়ে যায়- এসব চিন্তায়; মাথা ভরপুর হয়ে থাকে।

এতকিছুর ভিড়ে শুধু চিন্তা করা হয় না নিজেকে নিয়ে। নিজেকে নিয়ে চিন্তা করার সময় এবং স্পেস কোনটাই হয়ে উঠে না। ইউটিউব, ফেসবুক, শর্টস, রিলস, টিভিস্ক্রিন সময়গুলো কেড়ে নিচ্ছে। নিজেকে বুঝে উঠার আগেই সময়, তারুণ্য আমাদেরকে ছেড়ে চলে যাচ্ছে।

বছরের পর বছর, যুগের পর যুগ নিজের কাছে নিজে অচেনা থেকে যাচ্ছি।

এই মন ভালো, এই ভালো মন খারাপ হয়ে যাচ্ছে। আজ যেটা সবকিছু ভাবছি, কাল সেটা ফেলনা হয়ে যাচ্ছে।

কারণ হলো- নিজের সাথে নিজের সংযোগটা কমে গেছে। আমার নিজেকে আমি বুঝতে পারছি না।

আমার কোন বিষয়গুলো আসলেই ভাল লাগে? আমার কি খারাপ লাগে? কোন বিষয়গুলো আমাকে বিরক্ত করে? কোন বিষয় গুলো আমাকে অনুপ্রেরণা যোগায়? আমার পছন্দ-অপছন্দ, আমার আদর্শ, আমার আগ্রহ, কিসে আমি মটিভেটেড হই, আমার সক্ষমতার জায়গা, আমার দূর্বলতা। এই বিষয়গুলো ক্যারিয়ারের সাথে খুবই সংশ্লিষ্ট বিষয়। এই প্রত্যেকটা বিষয়ের সঠিক উত্তর জানা খুবই জরুরী।

নিজের গ্যাপ না বুঝেই আমরা হরেক রকমের ডেভেলপমেন্ট কোর্স, স্কিল ডেভেলপমেন্ট এসবের পেছনে ছুটতে থাকি। ছুটতে ছুটতে, কোর্স করতে করতে পরিশ্রান্ত হয়ে যাই এবং খেয়াল করি - আসলে আমার মধ্যে তেমন একটা পরিবর্তন আসেনি। আগে লাউ ছিলাম এখন কদু হয়েছি। কেন লাউ থেকে কদু হলাম? অন্য কোন পরিবর্তন বা পরিবর্ধন কেন আসলো না?

নিজের সমস্যা না বুঝে আরেকজনের বানানো রেডিমেড কোর্সে আদতে তেমন কোন লাভই হয় না। এখন তো সব থেকে সহজলভ্য বিষয় হলো স্কিল ডেভেলপমেন্ট কোর্স। কড়া পুঁটি মাছের শুটকি থেকেও সহজলভ্য। নিজেকে বুঝতে হলে, নিজেকে খুঁজতে হয়। নিজেকে খুঁজতে হলে নিজেকে সময় দিতে হয়। নিজের সাথে কথা বলতে হয়। নিজের সাথে মিশতে হয়।"

## নিজেকে বোঝা কতটা জরুরী?

যারা নিজের সম্পর্কে যত বেশি জানতে পেরেছে- তাদের সফলতার হারও তত বেশি। আমি যদি সফল হতে চাই, বড় কিছু হতে চাই- তাহলে সবার আগে আমার আমাকে চিনতে হবে, নিজের সম্পর্কে ক্লিয়ার ধারণা থাকতে হবে।

একই সাথে আমাদের আশেপাশে যারা আছে তাদেরকে, বুঝতে হবে। তাদের পছন্দ-অপছন্দ এবং চিন্তার ধরণ সম্পর্কে ধারণা থাকতে হবে।

সফল মানুষদের প্রধান বৈশিষ্ট্য হলো তারা নিজের সম্পর্কে পরিষ্কার ধারণা রাখে।

প্রত্যেকটা মানুষের একদম বেসিক বা মূল সমস্যা হলো - বুঝা এবং না বুঝা। আমাদের সকল সমস্যার রুট হলো এইটা। আমি বুঝতে পারি না, আমাকে বুঝতে পারে না, আমি বুঝাইতে পারি না। আমাকে বুঝাইতে পারে না।

বাবা-মা সন্তানকে বুঝতে পারে না, বুঝাতে পারে না।

সন্তান বাবা-মাকে বুঝতে পারে না, বুঝাতে পারে না।

শিক্ষক ছাত্রকে বুঝতে পারে না, ছাত্র শিক্ষককে বুঝাতে পারে না।

স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে কলহ- একজন আরেকজনকে বুঝতে পারছে না। দিনকে দিন ডিভোর্সের সংখ্যা বাড়ছে। যৌথ পরিবার ভাঙছে।

বুঝা টা দিনকে দিন বোঝা হয়ে যাচ্ছে মানে বার্ডেন হয়ে যাচ্ছে।

ধরা যাক, দুই বন্ধু একই ক্লাসে পড়ে – নাফিস এবং আরমান। নাফিস প্রতিদিন নির্দিষ্ট সময়ে পড়াশোনা করে, প্রতিটি বিষয় পরিকল্পনা মেনে শেষ করে। অন্যদিকে, আরমান তার পড়ালেখাটা নিড বেসিসে করে সে আগে থেকেই সবকিছু পড়ে রাখে না, যখন যেটা প্রয়োজন হয় তখন সেটা পড়ে।

এখন প্রশ্ন হলো – নাফিস কি বেশি সফল হবে? না কি আরমান? উত্তরটা হলো – দুজনেই সফল হতে পারে, শুধু তাদের পড়ার ধরন আলাদা। এখানেই MBTI কাজে আসে। এটি আমাদের শেখায়- আমাদের শেখার ধরন, চিন্তাভাবনা সবই আমাদের ব্যক্তিত্বের অংশ।

নিজেদেরকে ভালোভাবে বোঝা এবং নিজের জায়গা থেকে অন্যকে বোঝা এই দুইটা জায়গা ঠিক থাকলে আমাদের প্রতিদিনের জীবন যাপনটা আরও অনেক ভালো এবং স্বাচ্ছন্দ্যময় হবে। এটা আমাদের পার্সনাল লাইফ, ম্যারিচুয়াল লাইফ, জব, বিজনিস প্রত্যেকটা জায়গাতে কাজে লাগবে, ইনশাআল্লাহ।

আমরা যখন এক জন আরেক জনের পার্সনালিটি টাইপ সম্পর্কে জানতে পারবো – তখন আমাদের ধারনা এসে যাবে- একজন কিভাবে তার চারপাশের সাথে ইন্ট্যারেক্ট করে, কিভাবে ইনফর্মেশন নেয়, কিভাবে ডিসিসন নেয়- তখন অনেক ভুল বোঝাবুঝিরই অবসান হবে।

## বইয়ের উদ্দেশ্য – কেন এই বই?

এক কথায়- আমাদের সবার মধ্যে যে সম্ভাবনা লুকিয়ে আছে, তা উন্মোচন করা। আমরা প্রায়ই নিজেদের সীমাবদ্ধতাকে বুঝতে না পেরে হোঁচট খাই। আবার কখনো অন্যদের সাথে সম্পর্ক তৈরি করতে গিয়ে বিপত্তি ঘটে, কারণ আমরা বুঝতে পারি না তাদের চিন্তার ধরন আমাদের থেকে এত আলাদা কেন।

আপনি যদি একটা ম্যাচের কাঠির সামর্থ্য চিন্তা করেন- তাহলে খুব দূর সামর্থ্য খুঁজে পাবেন না। বড়জোর একটা কয়েল জ্বালানো যায় বা পাট কাঠিতে আগুন লাগানো যায়।

কিন্তু যদি সম্ভবনার কথা চিন্তা করেন, একটা শহরও জ্বালিয়ে দেয়ার সম্ভবনা রাখে। আপনি, আমি, আমরাও তাই। সামর্থ্যের কথা চিন্তা করলে আপনি তেমন কিছু পাবেন না হয়তো। কিন্তু যদি সম্ভবনার কথা চিন্তা করেন- আপনার মাঝেও অমিত সম্ভবনা লুকিয়ে আছে; জাবির আল হাইয়ান, ইবনে সীনা, ইমাম বুখারী, ইমাম ইবনে মালেক হওয়ার মত সম্ভবনা।

আমরা হয়তো জানি না, কিন্তু প্রতিটি মুহূর্তে আমরা আমাদের স্বভাব এবং ব্যক্তিত্বের প্রকাশ ঘটাই। এই বইটির উদ্দেশ্য হলো – ব্যক্তিত্বের বৈচিত্র্যগুলো চেনা, বোঝা এবং গ্রহণ করা। এই বইটি আপনাকে শেখাবে:

- কীভাবে আপনার শক্তি কাজে লাগিয়ে সঠিক ক্যারিয়ার গড়ে তুলবেন।
- পারস্পরিক সম্পর্ক উন্নত করে কর্মক্ষেত্রে কীভাবে আরও কার্যকরভাবে কাজ করা যায়।
- নিজের শক্তি, সম্ভবনা এবং উন্নতির জায়গা।
- কোন ক্যারিয়ার বা বিষয় আমার জন্য সঠিক।
- শিক্ষার্থীদের জন্য স্টাডি টিপস এবং অভিভাবকদের জন্য গাইডলাইন।
- কীভাবে নিজের শক্তি এবং সম্ভবনা কাজে লাগিয়ে সফল হওয়া যায়।

এই বই শুধুমাত্র ব্যক্তিত্ব বিশ্লেষণের জন্য নয়, এটি একটি সেলফ ডেভেলপমেন্ট বই। এই বই থেকে আমরা যা শিখবো ইনশাআল্লাহ আমাদের প্রতিদিনের জীবন, শিক্ষা জীবন, ভবিষ্যত কর্মক্ষেত্র এবং ব্যক্তিগত সম্পর্ককে আরও সমৃদ্ধ করবে।

## বইটি কাদের জন্য

এই বইটি বিভিন্ন ধরনের পাঠকদের জন্য উপযোগী।

### শিক্ষার্থী

আপনি কী ধরনের শিখন পদ্ধতিতে স্বচ্ছন্দবোধ করেন, কোন বিষয়ে বেশি আগ্রহী এবং কোন ক্যারিয়ার আপনার জন্য উপযুক্ত হতে পারে – MBTI আপনার পথ দেখাবে।

### পেশাজীবী এবং ব্যবস্থাপক

কীভাবে কর্মক্ষেত্রে টিম পরিচালনা করবেন, কিভাবে কর্মীদের ব্যক্তিত্ব অনুযায়ী কাজ ভাগ করবেন এবং নেতৃত্বের ধরন আরও কার্যকর করবেন – এই বইটি হবে আপনার জন্য এক সহায়ক হাতিয়ার।

### অভিভাবক এবং শিক্ষক

আপনার সন্তান বা শিক্ষার্থীর চিন্তাভাবনা এবং আচরণ বোঝা অনেক সময় কঠিন মনে হয়। MBTI আপনাকে সাহায্য করবে প্রতিটি শিশুর ব্যক্তিত্ব অনুযায়ী তাদের শিক্ষা এবং বিকাশের পরিকল্পনা করতে।

### ক্যারিয়ার কোচ এবং পরামর্শদাতা

আপনি যদি একজন কোচ বা পরামর্শদাতা হন, তাহলে MBTI আপনাকে শেখাবে কীভাবে ক্লায়েন্টদের ব্যক্তিত্বের ওপর ভিত্তি করে তাদের ক্যারিয়ার পরিকল্পনা তৈরি করতে হয়।

### তরুণ পেশাজীবী

যারা তাদের কর্মজীবন শুরু করছেন এবং তাদের ব্যক্তিত্বের সাথে মানানসই কর্মজীবন বেছে নেওয়ার জন্য নির্দেশিকা খুঁজছেন।

ম্যানেজার, CEO, HR দের জন্য মাস্টরিড।

### ক্যারিয়ার পরিবর্তনকারী

যারা তাদের কর্মজীবন পরিবর্তন করতে চান এবং তাদের ব্যক্তিত্বের ধরন তাদের সিদ্ধান্ত গ্রহণের প্রক্রিয়াকে কিভাবে প্রভাবিত করে তা বুঝতে চান।

আমরা সবাই আলাদা, কিন্তু সেই আলাদা হওয়াতেই আছে সৌন্দর্য। এই বইয়ের প্রতিটি অধ্যায় আপনাকে নিজের ব্যক্তিত্বের গভীরে নিয়ে যাবে এবং শেখাবে কীভাবে নিজের শক্তি এবং দুর্বলতাকে কাজে লাগিয়ে জীবনে এগিয়ে যেতে হয়।

## বইটা লিখতে যেসব বই এর সহায়তা নেওয়া হয়েছে

Do What you Are by by Paul D. Tieger, Barbara Barron , Kelly Tieger

Nurture by nature by Paul D. Tieger, Barbara Barron-Tieger

Psychological Types by Carl Jung

16 Personalities.com (Web service)

- ✓ **S (Sensing):** বাস্তব তথ্য এবং অভিজ্ঞতাকে গুরুত্ব দেয়। যা দেখা, শোনা বা অনুভব করা যায়, সেটাই তাদের কাছে গুরুত্বপূর্ণ।
- ✓ **N (Intuition):** সম্ভাবনা, ভবিষ্যত এবং নতুন আইডিয়ার দিকে বেশি মনোযোগ দেয়। বড় ছবি এবং ধারণা নিয়ে ভাবতে ভালোবাসে।

**T (Thinking) vs. F (Feeling):**

- ✓ **T (Thinking):** সিদ্ধান্ত নেওয়ার সময় যুক্তি এবং তত্ত্বকে অগ্রাধিকার দেয়।
- ✓ **F (Feeling):** সিদ্ধান্ত নেওয়ার সময় মানসিকতা এবং সম্পর্কের গুরুত্বকে বেশি প্রাধান্য দেয়।

**J (Judging) vs. P (Perceiving):**

- ✓ **J (Judging):** পরিকল্পনা এবং সংগঠিত কাজ পছন্দ করে। নির্দিষ্ট সময়ের মধ্যে কাজ শেষ করতে চায়।
- ✓ **P (Perceiving):** নমনীয় এবং খোলামেলা। পরিস্থিতি অনুযায়ী নিজেকে মানিয়ে নেওয়ার চেষ্টা করে।

### MBTI টাইপ কিভাবে তৈরি হয়?

MBTI টাইপ চারটি লেটারের সমন্বয়ে তৈরি হয়। প্রতিটি লেটার একটি নির্দিষ্ট প্রেফারেন্স বা ধরণ প্রকাশ করে। যেমন:

- **ISTJ:** Introversion + Sensing + Thinking + Judging
- **ENFP:** Extraversion + Intuition + Feeling + Perceiving

চারটি লেটারের এই কম্বিনেশন থেকে ১৬টি আলাদা ব্যক্তিত্ব টাইপ তৈরি হয়। যেমন:

1. **ISTJ:** দায়িত্বশীল ও সংগঠিত।
2. **ENFP:** উদ্যমী ও সৃজনশীল।
3. **INTP:** চিন্তাশীল এবং বিশ্লেষণধর্মী।
4. **ESFJ:** যত্নশীল এবং টিম প্লেয়ার।

## MBTI এর ব্যবহার – এতে লাভ কী?

MBTI হলো এমন একটি মানসিক টুল, যা আমাদের নিজেদের সম্পর্কে জানতে এবং অন্যদেরকে আরও ভালোভাবে বুঝতে সাহায্য করে। এটি শুধু ব্যক্তিগত উন্নয়নের জন্য নয়, বরং পেশাগত জীবন, দলগত কাজ এবং সম্পর্ক গঠনের ক্ষেত্রেও গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

১. আত্ম-উপলব্ধি

আমরা প্রায়ই নিজের শক্তি-দুর্বলতা সম্পর্কে নিশ্চিত নই। MBTI আমাদের শেখায়:

- আমরা কেমন মানুষ।
- কোন পরিবেশে আমরা সবচেয়ে ভালো কাজ করি।
- আমাদের সিদ্ধান্ত গ্রহণের ধরন কেমন।

২. যোগাযোগ দক্ষতা বৃদ্ধি

কখনো কি মনে হয়েছে, আপনি যা বলতে চাচ্ছেন, অন্যরা তা বুঝতে পারছে না?

- এটি শেখায় কীভাবে নিজের ভাবনা স্পষ্টভাবে প্রকাশ করতে হয়।
- অন্যের ব্যক্তিত্ব ও ভাবনা বুঝে কার্যকর যোগাযোগ করতে সহায়তা করে।
- টিমের মধ্যে ভুল বোঝাবুঝি কমিয়ে দলগত কাজকে আরও ফলপ্রসূ করে।

৩. সিদ্ধান্ত গ্রহণ

আমরা প্রতিদিন অসংখ্য সিদ্ধান্ত নেই। MBTI আমাদের সিদ্ধান্ত গ্রহণের ধরন বিশ্লেষণ করতে সাহায্য করে।

- Thinking টাইপ ব্যক্তিরা যুক্তি দিয়ে সিদ্ধান্ত নেয়।
- Feeling টাইপ ব্যক্তিরা আবেগ এবং সম্পর্ক বিবেচনা করে সিদ্ধান্ত নেয়।

এই পার্থক্য বোঝা মানে নিজের এবং অন্যদের সিদ্ধান্তকে সম্মান করা।

৪. দ্বন্দ্ব নিরসন

দলগত কাজে দ্বন্দ্ব এড়ানো সম্ভব নয়। তবে MBTI এই দ্বন্দ্বকে ইতিবাচকভাবে সমাধান করতে সাহায্য করে।

- একজন Judging টাইপ দ্রুত সিদ্ধান্ত নিতে চায়, আর Perceiving টাইপ শেষ মুহূর্ত পর্যন্ত অপেক্ষা করে। এই দুই ধরণের মানুষের মধ্যে ভুল বোঝাবুঝি এড়াতে MBTI তাদের নিজস্ব ধরন বুঝতে শেখায়।

৫. ক্যারিয়ার উন্নয়ন

MBTI সবচেয়ে বেশি ব্যবহার হয় ক্যারিয়ার পরিকল্পনা এবং উন্নয়নে। আপনি কোন কাজে সেরা হবেন, কোন পরিবেশে আপনার দক্ষতা ফুটে উঠবে – এসব বোঝার জন্য MBTI অসাধারণ একটি হাতিয়ার।

- পেশা বাছাইয়ের ক্ষেত্রে এটি দিকনির্দেশনা দেয়।
- ক্যারিয়ার কোচ এবং পরামর্শদাতারা এটি ব্যবহার করে শিক্ষার্থী এবং পেশাজীবীদের ক্যারিয়ার পরিকল্পনা করতে সাহায্য করেন।
- প্রায় ৯০% Fortune 100 কোম্পানি MBTI ব্যবহার করে কর্মী নিয়োগ এবং টিম বিল্ডিং প্রক্রিয়ায়।

৬. দলগত কাজ এবং নেতৃত্ব বিকাশ

প্রত্যেকটি সফল দলের পেছনে রয়েছে এক ঝাঁক ভিন্ন ব্যক্তিত্বের মানুষ। কিন্তু এই ভিন্নতা যদি সঠিকভাবে পরিচালিত না হয়, তাহলে দল ভেঙে পড়তে পারে। MBTI দল গঠনে সাহায্য করে এবং শেখায়:

- কিভাবে ভিন্ন ব্যক্তিত্বের মানুষ একসঙ্গে কাজ করতে পারে।
- নেতৃত্ব কৌশল কীভাবে বিভিন্ন ব্যক্তিত্বের সাথে মানিয়ে নেওয়া যায়।

৭. ব্যক্তিগত উন্নয়ন

MBTI শুধুমাত্র পেশাগত জীবনে নয়, ব্যক্তিগত জীবনেও আত্ম-উন্নয়নে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রাখে।

- এটি আমাদের শেখায় যে, মানুষের চিন্তাভাবনা এবং কাজের ধরন আলাদা হওয়া স্বাভাবিক।
- আমরা আমাদের সীমাবদ্ধতাকে বুঝে, উন্নয়নের সুযোগ হিসেবে নিতে পারি।

৮. সম্পর্ক উন্নয়ন

MBTI শুধু কর্মক্ষেত্রের জন্য নয়, এটি ব্যক্তিগত সম্পর্ককেও গভীর করে।

- দাম্পত্য জীবন, বন্ধুত্ব এবং পারিবারিক সম্পর্কের ক্ষেত্রে এটি সাহায্য করে।
- পারস্পরিক বোঝাপড়া বৃদ্ধি এবং সম্পর্কের মধ্যে আরও সমঝোতা তৈরি করে।

৯. আত্মবিশ্বাস বৃদ্ধি

MBTI আপনাকে আপনার শক্তির দিকগুলো চিনতে সাহায্য করে।

- আপনার যে স্ট্রেন্থ রয়েছে, সেগুলো আরও পরিপক্ক করে তোলে।
- নিজের দুর্বলতা মোকাবিলা করার জন্য দিকনির্দেশনা দেয়।

## MBTI ব্যবহারের সীমাবদ্ধতা

MBTI অত্যন্ত কার্যকর হলেও, এটি একটি টুলস। এটি আমাদের জীবন পরিচালনার জন্য একটি পথ দেখায়, কিন্তু এটি চূড়ান্ত উত্তর নয়। MBTI ব্যবহার করে সিদ্ধান্ত নিতে পারি, তবে সব সময় বিবেচনা করতে হবে বাস্তবতা এবং অভিজ্ঞতা।

মানুষ খুব complex; MBTI তাদের 16 টাইপে ফেলার চেষ্টা করে। যদিও সহায়ক, তবুও পুরো মানুষকে ব্যাখ্যা করে না।

MBTI মানসিক অসুস্থতা ডায়াগনসিস করার জন্য নয়, শুধু self-awareness এবং interpersonal understanding এর জন্য।

MBTI বলে মানুষ একধরনের tendency রাখে, কিন্তু বাস্তবে পরিস্থিতি অনুযায়ী মানুষ flexible হতে পারে।

কাজের ধরন, সংস্কৃতি, পরিবেশ, অভিজ্ঞতা—এসবও মানুষের আচরণে প্রভাব ফেলে, শুধু MBTI একা পুরো পিকচার দেয় না।

### চার চাকার জীবন

আমরা কিভাবে এনার্জি নিচ্ছি বা বাইরের পৃথিবীর সাথে সংযোগ স্থাপন করছি, কিভাবে ইনফর্মেশন আদান-প্রদান করছি, কিভাবে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করছি - সেই অনুযায়ি কিভাবে এক্সিকিউশন করছি এই সবকিছু মিলে আমাদের ব্যক্তিত্ব তৈরী হয়।

বলতে পারি আমাদের ব্যক্তিত্বের চারটা ডাইমেনশন রয়েছে। যেমনঃ

১। শক্তির উৎস | ইন্টারেকশন-রেসপন্স (ভিতরে-বাহিরে)

২। ইনফর্মেশন আদান-প্রদান।

৩। সিদ্ধান্ত নেয়া।

৪। এক্সিকিউশন।

আমাদের প্রাত্যহিক জীবনে প্রত্যেকটা সময় আমরা যা করছি, সেটাকে ভেঙে ভেঙে বললে; এভাবে বলা যায়-

**১। শক্তির উৎস | ইন্টারেকশন-রেসপন্সঃ** অধিকাংশ সময়ই আমরা কোন না কোন ইন্টারেকশনের মধ্যে আছি - কেউ আমার সাথে ইন্টারেক্ট করছে বা আমি কারও সাথে ইন্টারেক্ট করছি। অথবা নিজের মত করে সময় কাটাচ্ছি নিজেকে বাইরের ওয়ার্ল্ডে (ব্যক্তি আমির বাইরে) কাজ করার জন্য উপযুক্ত করতে। এই লেয়ারটাকে আমরা এনার্জি গেইন লেয়ারও বলতে পারি।

**২। ইনফর্মেশন প্রসেসঃ** আমরা নানাভাবে ইনফর্মেশন সংগ্রহ করছি- কথা বলে, চোখ দিয়ে দেখে, চিন্তা করে, অবজার্ভেশনের মাধ্যমে। অথবা ইনফর্মেশন ডেলিভার করছি বা দিচ্ছি- মৌখিক ভাবে, লিখার মাধ্যমে, ব্রেইনে চিন্তার ইনপুট হিসাবে।

**৩। ডিসিসান | সিদ্ধান্ত নেয়াঃ** আমরা প্রত্যেকটা সময় কোন কোন ডিসিসান নিচ্ছি বা ডিসিসান নেয়ার জন্য প্রস্তুত হচ্ছি। ইন্টারেকশন এবং ইনফর্মেশন, প্রথমে যে ২ টা ডাইমেনশনের কথা বলা হয়েছে এই দুটো লেয়ার অতিক্রম করে আল্টিমেটলি আমরা কিন্তু কোন না কোন ডিসিসান নেয়ার দিকেই যাচ্ছি।

**৪। এক্সিকিউশন | একশন নেয়াঃ** সিদ্ধান্ত নেয়ার পর আমরা কী করি? সহজ উত্তর হচ্ছে এক্সিকিউশনে যাই অর্থাৎ একশন নেই। এক্সিকিউশনের মধ্যেও আমরা কিন্তু উপরের ৩ টা ডাইমেনশনের কাজই করছি- ইন্টারেকশন করছি, ইনফর্মেশন প্রসেস করছি, ডিসিসান নিচ্ছি- এইগুলার মাধ্যমেই আমরা কোন প্ল্যান এক্সিকিউট করি।

ঠান্ডা মাথায় ভাবুন, আমরা আমাদের প্রাত্যহিক জীবনে যখন যে কাজই করি না কেন, অধিকাংশ কাজই এই চারটা ডাইমেনশনের কোন একটাতে পড়ে যায়।

## আরও একটু গভীরে যাই

এই যে চারটা ডাইমেনশনের কথা বলা হচ্ছে- শক্তির উৎস | ইন্টারেকশন-রেসপন্স, ইনফর্মেশন আদান-প্রদান, সিদ্ধান্ত নেয়া, এক্সিকিউশন বা একশন নেয়া। এই প্রত্যেকটা ডাইমেনশনে একজন মানুষ সাধারণত ২ ভাবে বিহেভ করে। শক্তির উৎস | ইন্টারেকশন-রেসপন্স করার ক্ষেত্রে মানুষ সাধারণত ২ ভাবে বিহেভ করে-

এক্ষেত্রে কারও আচরণের মধ্যে ইন্ট্রোভার্সন প্রাধান্য পায়, আবার কারও আচরণের মধ্যে এক্সট্রভার্সন প্রাধান্য পায়। আপাতত ধৈর্য্য ধরে রাখুন, মাথার প্রশ্নগুলো মাথাতেই থাক, অথবা প্রশ্নগুলো টুকে রাখতে পারেন। পরে বিস্তারিত যখন আলোচনা করা হবে- তখন দেখা যাবে উত্তরগুলো পাওয়া গেছে কী না।

১। ইন্ট্রোভার্সন

২। এক্সট্রোভার্সন

একইভাবে ইনফর্মেশন আদান-প্রদান বা প্রসেস করার ক্ষেত্রে মানুষ সাধারণত ২ ভাবে বিহেভ করে- কেউ সেন্স বেইজড হওয়া বা ইন্দ্রিয় নির্ভরতাকে বেশি প্রাধান্য দেয়, আবার কেউ কেউ ইনটিউশন বা অনুমান, সম্ভবনা এসবকে বেশি প্রাধান্য দেয়।

১। সেন্সবেইজড (ইন্দ্রিয় নির্ভর)

২। ইনটিউটিভ (অনুমান নির্ভর/ সম্ভবনামূলক

বুঝতেই পারছেন, সিদ্ধান্ত নেয়া 'র ক্ষেত্রেও মানুষ সাধারণত ২ ভাবে বিহেভ করে-

১। Thinking based / Rational (যৌক্তিকতা নির্ভর)

২। Feeling based / Emotion Based (আবেগ নির্ভর)

সিদ্ধান্ত নেয়া 'র ক্ষেত্রে কেউ কেউ তার Rationality, Logic, Reason অর্থাৎ ঐ সিদ্ধান্তটা যৌক্তি হওয়ার দিকে বেশি প্রাধান্য দিয়ে থাকে, আবার কেউ কেউ ফিলিংস বা ইমোশন, রিলেশনশিপ এসবকে প্রাধান্য দিয়ে থাকে।

হ্যা ঠিক ধরেছেন, এক্সিকিউশন এর ক্ষেত্রেও মানুষ সাধারণত ২ ভাবে বিহেভ করে-

১। Judging / More structured (গোছানো)

২। Perceiving / Spontaneous / Flexible / (স্বতস্ফূর্ত)

এক্সিকিউশন বা একশন নেয়া 'র ক্ষেত্রে কেউ কেউ অনেক গোছানো ভাবে আগায়। আগে থেকেই সব ডিসিসানগুলো নিয়ে রাখা, কোনটার পর কি হবে বা কেমনে কী হবে সব কিছু আগে থেকেই গুছিয়ে রাখাকে প্রাধান্য দেয়। এরা হচ্ছে Judging / More structured (গোছানো)। আবার কেউ কেউ ডিসিসানগুলো আগে থেকেই নিয়ে না রেখে, সম্ভবনা গুলো ওপেন রাখে- অর্থাৎ পরিস্থিতি বুঝে কাজ করাটাকে প্রাধান্য দেয়। এরা হচ্ছে Perceiving / Spontaneous / Flexible / (স্বতস্ফূর্ত)।

একটা বিষয় লক্ষণীয়, খেয়াল করলে দেখা যাবে- প্রত্যেকটা ডাইমেনশন অর্থাৎ- ইন্টারেকশন-রেসপন্স, ইনফর্মেশন আদান-প্রদান, সিদ্ধান্ত নেয়া, এক্সিকিউশন বা একশন নেয়া; ২টা করে বিহেভ উল্লেখ করা হয়েছে। যেমনঃ ইন্টারেকশন-রেসপন্স এর ক্ষেত্রে বলা হয়েছে কারও আচরণের মধ্যে ইন্ট্রোভার্সন প্রাধান্য পায়, আবার কারও আচরণের মধ্যে এক্সট্রভার্সন প্রাধান্য পায়।

প্রাধান্য পায় কথাটা প্রত্যেকটা ডাইমেনশনের ২ টা বিহেভ এর ক্ষেত্রেই কিন্তু কমন।

তারমানে প্রত্যেকটা মানুষের মধ্যে এই চারটা ডাইমেনশনের ২ ধরণের বিহেভিয়রই থাকে। কেউ শতভাগ ইন্ট্রোভার্টও না আবার কেউ শতভাগ এক্সট্রোভার্টও না। একইভাবে কেউ শতভাগ সেন্সবেইজডও আবার কেউ শতভাগ ইনটিউটিভও না। প্রত্যেকটা মানুষের মধ্যে ২ ধরণের বিহেভিয়রই থাকে। তবে পরিমাণে বেশি কম থাকে। কারও মধ্যে ইন্ট্রোভার্সন বেশি থাক, এক্সট্রোভার্সন কম থাকে। আবার কারও মধ্যে এক্সট্রোভার্সন বেশি থাকে ইন্ট্রোভার্সন কম থাক।

আমরা ১০০ দিয়ে বিবেচনা করতে পারি- কারও মধ্যে ইন্ট্রোভার্সন ৬০ ভাগ থাকলে, এক্সট্রোভার্সন ৪০ ভাগ থাকবে।

এখন আমরা প্রত্যেকটা ডাইমেনশন ধরে আরও বিস্তারিত ভাবে দেখবো।

## ইন্টারেকশন-রেসপন্স | এনার্জি গেইন

অধিকাংশ সময়ই আমরা কোন না কোন ইন্টারেকশনের মধ্যে আছি - আমি কারও সাথে কথা বলছি অথবা কেউ আমার সাথে কথা বলছে অথবা নিজেই নিজের সাথে কথা বলছি।

ইন্টারেকশন-রেসপন্স এর ক্ষেত্রে কারও আচরণের মধ্যে ইন্ট্রোভার্সন প্রাধান্য পায়, আবার কারও আচরণের মধ্যে এক্সট্রভার্সন প্রাধান্য পায়। ইন্ট্রোভার্সন - এক্সট্রোভার্সন সম্পর্কে আমাদের অনেকেরই হয়তো ভাসা ভাসা ধারণা আছে।

ইন্ট্রোভার্টরা বাইরের ওয়ার্ল্ডের সাথে কীভাবে কমিউনিকেট করে, কীভাবে তারা- ইন্টারেকশন-রেসপন্স এ স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করে- এই বিষয়গুলো বুঝার চেষ্টা করবো। একইভাবে এক্সট্রোভার্টারা বাইরের ওয়ার্ল্ডের সাথে কীভাবে কমিউনিকেট করে, কীভাবে তারা- ইন্টারেকশন-রেসপন্স এ স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করে- এই বিষয়গুলো বুঝবো।

## ইন্ট্রোভার্ট

ইন্ট্রোভার্টদের সহজাত প্রবণতা হল নিজেকে গুটিয়ে রাখা, লুকিয়ে রাখা- কোলাহল থেকে একটু আড়ালে। বাইরের পৃথিবী থেকে নিজের ভিতরে থাকাটাতে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করে। বাংলায় বলতে গেলে এদেরকে মুখচোরা বলা যায়।

বাসায় কোন আত্মীয় বেড়াতে এসেছে। পুরনো আত্মীয় বহু বছর দেখা সাক্ষাৎ নেই। কই আরমান নিজে থেকে এসে পরিচিত হবে। উল্টো তাকে ঠেলে

## আমার টাইপ ইন্ডিকেটর _ _ _ _

Introvert / Extravert: .....

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

Intuitive / Sense Based: .....

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

Thinking / Feeling: .....

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

Judging (Structured) / Perceiving(Flexible): .....

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

বৈশিষ্ট্য

**প্রত্যেকটা ট্রেইটের বর্ণনা**

## ENTP- অনেক ভিড়েও একা

E for Extraverted

নিজেকে এনার্জাইজড করার ক্ষেত্রে Extraversion কে প্রাধান্য দেয়। ইন্টারেকশন - রেসপন্স করার ক্ষেত্রে Extraversion কে প্রাধান্য দেয়।

N for Intuitive

ইনফর্মশন শেয়ার, সংগ্রহ এবং প্রসেস করার ক্ষেত্রে Intuition কে প্রাধান্য দেয়।

T for thinking based

সিদ্ধান্ত নেয়ার ক্ষেত্রে র‍্যাশনাল মাইন্ড অর্থাৎ থিংকিং বেইজড (Thinking based)- লজিক, রিজন কে বেশি প্রাধান্য দেয়।

P for Perceiving

এক্সিকিউশন বা কাজ করার ক্ষেত্রে ডিসিসানগুলো আগে থেকেই নিয়ে না রেখে, সম্ভবনা গুলো ওপেন রাখে- অর্থাৎ পরিস্থিতি বুঝে কাজ করাটাকে প্রাধান্য দেয়া।

এই চারটা প্রধান বৈশিষ্ট্যকে ঘিরে ENTP দের ব্যক্তিত্ব তৈরি হয়।

ENTP পার্সনালিটির মানুষদের বলা হয় The Debater। তারা অত্যন্ত বুদ্ধিদীপ্ত, উদ্ভাবনী এবং সামাজিক ব্যক্তিত্বের অধিকারী। যুক্তি-তর্কের জগতে তারা তুখোড় খেলোয়াড়ের অন্ধবিশ্বাস ভেঙে, যুক্তি দিয়ে নতুন চিন্তা উন্মোচনে আনন্দ পায়। তারা জীবনে সীমানা বা সীমাবদ্ধতাকে মানতে নারাজ এবং সবসময় নতুন আইডিয়া, দৃষ্টিভঙ্গি এবং অভিজ্ঞতার সন্ধানে থাকে।

ব্যস্ততা প্রিয়, একসাথে অনেক ইনিটিয়েটিভ নিয়ে কাজ শুরু করে। আর কোনটায় প্রায়োরিটি বেশি দিবে এবং কোনটাতে কম দিবে এটা নিয়ে ভুগতে থাকে।

নতুন নতুন সুযোগ এবং উদ্যোগ তাদের কাছে আকর্ষণীয় মনে হয়। একঘেয়েমি তাদের জন্য এক ধরনের মানসিক বাধা। তারা সব সময় নতুন আইডিয়া নিয়ে কাজ করতে এবং বিভিন্ন ধরনের প্রজেক্টে নিজেকে যুক্ত রাখতে ভালোবাসে।

ENTP-রা সহজাতভাবে এক্সট্রোভার্ট, তারা মানুষের সঙ্গে মিশতে এবং সামাজিক পরিবেশে নিজেকে প্রকাশ করতে স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করে। অন্যদের দৃষ্টি আকর্ষণ করতে এবং তাদের চারপাশে ইতিবাচক পরিবেশ তৈরি করতে ভালোবাসে। পাবলিক এটেনশন এনজয় করে।

ENTP-রা এমন ব্যক্তিত্বের অধিকারী যারা সম্ভবনাকে বেশি গুরুত্ব দেয়। তারা নিয়ম, প্রথাকে চ্যালেঞ্জ করতে পছন্দ করে।

যেমন ধরেন আমাদের দেশে একটা কথা প্রচলিত আছে- ছোটবেলায় আমরা শুনতাম দুধ খেয়ে আনারস খাওয়া যাবে না। খাইলে কিছু একটা হবে। খাইলে কি হবে? দুধ খেয়ে আনারস খাওয়া যাবে না, জেনে কতজন এইটা টেস্ট করে দেখছেন! আপনি ENTP দের মধ্যে অনেককেই পাবেন যারা এরকম প্রচলিত কথা, নিয়ম কে চ্যালেঞ্জ করে, ভেঙে দেখে।

যে কয়জনকে আমি আনারস দুধের মধ্যে চুবাইয়া খাইতে দেখছি তারা ENTP.

অধিকাংশ ENTP তাদের চারপাশের সীমানাগুলো টেস্ট করে দেখে। তারা মনে করে অধিকাংশ নিয়ম-কানুন বা প্রথা ভাঙা না গেলেও বাঁকানো যায়। যেমন বিয়ের বয়স বেঁধে দেওয়াঃ এই নিয়ম ENTP দের মানতে কষ্ট হবে। একেকজনের এডাল্টনেস একেক বয়সে আসে।

বহু বছর যাবত একটা কিছু যেভাবে হয়ে আসছে এবং যেভাবে মানুষ প্রত্যাশা করে; সেটা কোন সামাজিক প্রথা বা নিয়ম, এসব ক্ষেত্রে ENTP'রা এই সামাজিক গন্ডির বাইরে গিয়ে আনকনভেনশনাল এপ্রোচ বেঁছে নেয়। বাকিদেরকেও সেই এপ্রোচে এগিয়ে যেতে অনুপ্রাণিত করে। তারা মুক্ত জীবন-যাপন করতে চায়। দৈনন্দিন জীবনের বিভিন্ন পরিস্থিতিতে আনন্দ এবং বৈচত্র্যের সন্ধান করে।

তারা বিশ্বাস করে, যেকোনো সমস্যার একাধিক সমাধান থাকতে পারে। সেগুলো অন্বেষণ করা মানে নতুন কিছু শেখার সুযোগ। তাই তাদের চিন্তাধারা সীমিত দৃষ্টিভঙ্গির মধ্যে সীমাবদ্ধ থাকে না। সব দিক থেকে চিন্তা করে তারা সবচেয়ে কার্যকর পন্থাটি বেছে নিতে চায়। তাদের লক্ষ্য শুধু সমাধান নয়, বরং সবচেয়ে কার্যকর, সৃজনশীল এবং দীর্ঘমেয়াদে উপকারী পথটি খুঁজে বের করা। তারা তাৎক্ষণিক সমাধানের চেয়ে টেকসই এবং ফলপ্রসূ সমাধানকে প্রাধান্য দেয়।

তারা যুক্তিকে সর্বোচ্চ গুরুত্ব দেয় এবং তাদের চিন্তার প্রতিটি ধাপে প্রশ্ন এবং উত্তর বিনিময়ের মাধ্যমে সিদ্ধান্তে পৌঁছায়। এ প্রক্রিয়াটি শুধুমাত্র সমস্যার সমাধান বা সিদ্ধান্ত গ্রহণের জন্য নয়, বরং তাদের সৃজনশীল চিন্তার একটা প্র্যাকটিসিং টুলস হিসেবেও কাজ করে।

ENTP-রা প্রতিটি তথ্য, ধারণা বা সমস্যাকে একটি প্রশ্ন হিসেবে দেখে। তারা বিশ্বাস করে, একটি বিষয়কে যত বেশি প্রশ্ন করা যাবে তত বেশি সেটি গভীরে যাওয়া যাবে, তাদের উত্তর তত বেশি কার্যকর এবং অর্থবহ হবে। এ কারণেই ENTP-রা এক মুহূর্তে একটি উত্তর খুঁজে বের করলেও পর মুহূর্তেই সেই উত্তরকে চ্যালেঞ্জ করে আরও গভীর বা ভালো ব্যাখ্যার সন্ধান করতে থাকে। এটি তাদের মনের মধ্যে ক্রমাগত একটি সৃজনশীল চিন্তা প্রক্রিয়ার সূচনা করে।

- নতুন প্রজেক্ট শুরু করার জন্য মানুষকে উত্তেজিত করতে পারে।

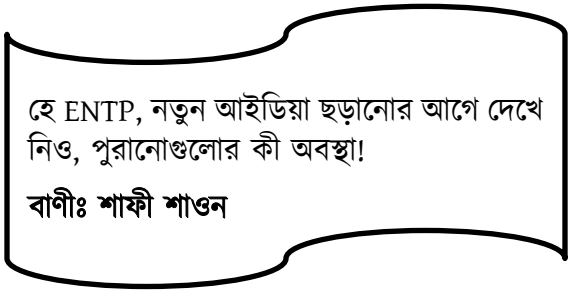
  Power: Charismatic Leader & Motivator

Networking Genius

- মানুষকে কানেক্ট করায়, নতুন সম্পর্ক গড়ে তোলে।
- এরা natural connector "who knows who" mindset কাজ করে।

  Power: Connector & Network Builder

ENTP-রা যখন তাদের আইডিয়ার ঝড়কে ফোকাসড execution এর সাথে মেলাতে পারে, তখন তারা হয়ে ওঠে visionary leader, charismatic entrepreneur, এবং unstoppable innovator




## INTP- সব থেকে একা, সবার থেকে একা

I for Introversion

নিজেকে এনার্জাইজড করার ক্ষেত্রে Introversion কে প্রাধান্য দেয়। ইন্টারেকশন - রেসপন্স করার ক্ষেত্রে Introversion কে প্রাধান্য দেয়।

N for Intuitive

ইনফর্মশন শেয়ার, সংগ্রহ এবং প্রসেস করার ক্ষেত্রে Intuition কে প্রাধান্য দেয়।

T for thinking based

সিদ্ধান্ত নেয়ার ক্ষেত্রে র‍্যাশনাল মাইন্ড অর্থাৎ থিংকিং বেইজড (Thinking based)- লজিক, রিজন কে বেশি প্রাধান্য দেয়।

P for Perceiving

এক্সিকিউশন বা কাজ করার ক্ষেত্রে ডিসিসানগুলো আগে থেকেই নিয়ে না রেখে, সম্ভবনা গুলো ওপেন রাখে- অর্থাৎ পরিস্থিতি বুঝে কাজ করাটাকে প্রাধান্য দেয়া।

এই চারটা প্রধান বৈশিষ্ট্যকে ঘিরে INTP দের ব্যক্তিত্ব তৈরি হয়।

চাপা স্বভাবের, অন্তর্মুখি, নির্জনতা প্রিয়, কল্পনাপ্রবণ, সম্ভবনাকে বেশি গুরুত্ব দেয়, কেন কে বেশি গুরুত্ব দেয়, যুক্তি দিয়ে সিদ্ধান্ত নেয়। অপশন রাখতে পছন্দ করেন, অবসেশন, ইমাজিনেটিভ, নিজের সাথে নিজে কথা বলে- এই শব্দগুলো INTP দের সাথে ভাল যায়।

তারা জীবনানন্দ দাশের কবিতার মত যেন এক জটিল ধাঁধার কারিগর, তাদের চিন্তা যেন অদৃশ্য নক্ষত্রের পথ খোঁজে। বাস্তবতা যেখানে থমকে দাঁড়ায়, সেখানে তারা নতুন সম্ভাবনার সেতু গড়ে। একলা ঘরে, বইয়ের পাহাড়ে ডুবে থাকা তারা দিগন্তের ওপারে উড়তে থাকে চিন্তার ডানায়।

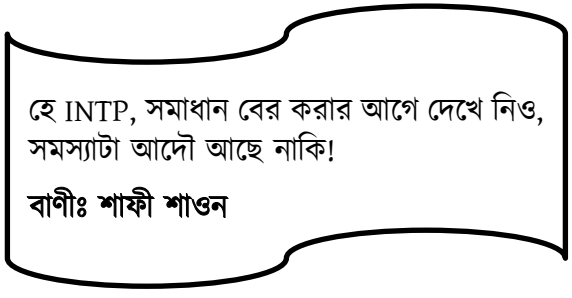
তারা মুগ্ধ হয় রহস্যের অন্ধকারে। কারণ প্রতিটি প্রশ্নের উত্তরেই লুকিয়ে থাকে আরও হাজারো প্রশ্ন। তাদের কাছে প্রকৃতি, মহাবিশ্ব, জীবন- সবকিছুই একেকটি ধাঁধার টুকরো, যা জোড়া লাগানোর দায়িত্ব তারা নিজ কাঁধে তুলে নিয়েছে।

তারা কবি নয়, তবু তাদের চিন্তা কাব্যিক, তারা শিল্পী নয়, তবু তাদের বিশ্লেষণ শিল্পের চেয়ে কম নয়। জ্ঞানের প্রতি তাদের ভালোবাসা এবং ত্যাগ শাশ্বত। INTP'রা জীবনকে একটি বিশাল গবেষণাগার হিসেবে দেখে। তারা কেবল নির্দিষ্ট নিয়ম মেনে চলতে আগ্রহী নয়, বরং প্রচলিত ধ্যান-ধারণা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে এবং নতুন কিছু আবিষ্কার করতে ভালোবাসে।

INTP-রা বাস্তবতার সাথে আপস করতে চায় না, সবকিছুকে নতুনভাবে দেখতে এবং ব্যাখ্যা করতে চায়। এক জায়গায় থিতু হয়ে যায় না, বরং প্রতিনিয়ত নতুন কিছু শিখতে ও বুঝতে চায়। তাদের চিন্তা বহুমাত্রিক, একটি আইডিয়া মাথায় এলে তারা সেটাকে ভেঙে চুরে দেখে, বিভিন্নভাবে বিশ্লেষণ করে এবং সেটার কার্যকারিতা যাচাই করে। অনেক সময়ই তারা একসঙ্গে বহু বিষয় নিয়ে চিন্তা করে এবং বিভিন্ন থিওরির মধ্যে যোগসূত্র খুঁজতে ব্যস্ত থাকে।

তারা প্রায়শই প্রচলিত নিয়ম-নীতি মেনে চলার চেয়ে, নিয়মের যৌক্তিকতা যাচাই করতে বেশি আগ্রহী হয়। তাদের কাছে স্বাধীনতা মানে চিন্তার স্বাধীনতা। তারা যুক্তি ও বিশ্লেষণ দিয়ে জগতকে বোঝার চেষ্টা করে এবং নতুন কিছু আবিষ্কারের নেশায় মেতে থাকে।

এরা হলো *"Architect of Ideas"* যারা নতুন theory তৈরি করে, ভবিষ্যতের জন্য পথনকশা আঁকে।




## ENTJ এই লড়াইয়ে জিততে হবে

E for Extraverted

নিজেকে এনার্জাইজড করার ক্ষেত্রে Extraversion কে প্রাধান্য দেয়। ইন্টারেকশন - রেসপন্স করার ক্ষেত্রে Extraversion কে প্রাধান্য দেয়।

N for Intuitive

ইনফর্মশন শেয়ার, সংগ্রহ এবং প্রসেস করার ক্ষেত্রে Intuition কে প্রাধান্য দেয়।

T for thinking based

সিদ্ধান্ত নেয়ার ক্ষেত্রে র‍্যাশনাল মাইন্ড অর্থাৎ থিংকিং বেইজড (Thinking based)- লজিক, রিজন কে বেশি প্রাধান্য দেয়।

J for Judging

এক্সিকিউশন বা কাজ করার ক্ষেত্রে ডিসিসানগুলো আগে থেকেই নিয়ে রেখে, সিদ্ধান্তপ্রবণ।

এই চারটা প্রধান বৈশিষ্ট্যকে ঘিরে ENTJ দের ব্যক্তিত্ব তৈরি হয়।

তারা জন্মায় শুধু পথচলার জন্য নয়, পথ দেখানোর জন্যও। তারা সম্ভাবনাকে বাস্তবতার রূপ দেয়। তারা বিশ্বাস করে- জীবন একটি দাবার চাল, যেখানে বিজয় নির্ধারিত হয় স্ট্র্যাটেজি দিয়ে, আবেগ দিয়ে নয়।

তারা সবাইকে অনুপ্রাণিত করে, দলকে সামনে এগিয়ে নেয়, তারা অগোছালো কিছুতে শৃঙ্খলা আনে, স্বপ্নকে কাঠামোবদ্ধ করে, পরিকল্পনাকে রূপ দেয় বাস্তবে। তারা চ্যালেঞ্জকে ভয় পায় না, বরং চ্যালেঞ্জই তাদের রক্তকে উষ্ণ করে তোলে।

তারা তর্ক করতে ভালোবাসে, কিন্তু উদ্দেশ্যহীন বিতর্কে সময় নষ্ট করে না। তারা নিজের যুক্তিকে এতটাই ধারালো করে যে, প্রতিপক্ষের জবান আটকে যায়।

তাদের জন্য সম্ভাব্যতা একটি সংখ্যা নয়, এটি একটি গন্তব্য। তারা জানে, একজন নেতা কেবল নির্দেশ দেয় না, প্রথম পদক্ষেপটা সে নিজেই নেয়।

তাদের উদ্দেশ্য তাকেই ছাপিয়ে যাওয়া, যে তার গতকাল ছিল। তাদের প্রতিজ্ঞা স্বপ্ন পূরণে থামবে না, যতক্ষণ না পরবর্তী স্বপ্ন পূরণ হয়।

ENTJ- জীবন যাদের কাছে এই লড়াইয়ে জিততে হবে। ENTJ-রা জীবনকে যুদ্ধক্ষেত্র ভাবে, আর প্রতিটি কাজকে চ্যালেঞ্জ হিসেবে নেয়। তাদের কাছে সম্ভাবনা মানেই সুযোগ, আর বাঁধা মানেই জয়ের নতুন পরীক্ষা।

তারা চরম টার্গেট ওরিয়েন্টেড। একবার কোনো লক্ষ্য স্থির করে ফেললে, তার দৃষ্টি, মনোযোগ, এবং সমস্ত শক্তি কেবল সেই দিকে নিবদ্ধ থাকে। তারা দ্রুত সিদ্ধান্ত নেয়, ঝটপট পরিকল্পনা করে, এবং সঙ্গে সঙ্গেই কাজে ঝাঁপিয়ে পড়ে। তারা বিশ্বাস করে, একটি দ্রুত পরিকল্পনা ধীর গতির ভাল পরিকল্পনার চেয়ে বেশি কার্যকর।

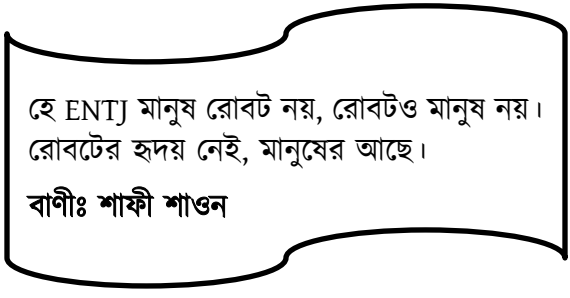
তাদের মূল শক্তি এক্সিকিউশন (execution)। কেবল ভাবনায় আটকে না থেকে, তারা তাৎক্ষণিকভাবে কাজ শুরু করে এবং সুপার ফাস্ট গতিতে একের পর এক টাস্ক শেষ করে ফেলে। তারা সময় নষ্ট করতে পছন্দ করে না, অপ্রয়োজনীয় জটিলতা এড়িয়ে কাজের শর্টকাট বের করে। তাদের মতে, দীর্ঘ প্রক্রিয়ার মধ্যে হারিয়ে না গিয়ে দ্রুত ফলাফল আনাটাই বেশি গুরুত্বপূর্ণ। কাজে দেরি করা তাদের ধৈর্যের বাইরে। একবার কিছু শুরু করলে সেটা দ্রুত শেষ না করা পর্যন্ত শান্তি নেই।

ENTJ— গতির সাথে তাল মিলিয়ে চলে না, বরং গতি তৈরি করে। কাজকে যুদ্ধ ভাবে, আর জেতার জন্যই কাজ করে। একবার যেটা ঠিক করে, সেটা করেই ছাড়ে!

তারা স্বভাবগতভাবেই নেতৃত্ব দেওয়ার জন্য তৈরি। তাদের মধ্যে এক ধরনের সহজাত ক্যারিশমা এবং দৃঢ় মানসিকতা থাকে, যা তাদের চারপাশের মানুষদের প্রভাবিত করে এবং একসাথে একটি লক্ষ্য অর্জনের পথে এগিয়ে নিয়ে যায়।

এদের আত্মবিশ্বাস, কৌশলী পরিকল্পনা এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষমতা এতটাই তীক্ষ্ণ যে, তারা যেকোনো পরিস্থিতিকে দ্রুত বিশ্লেষণ করে এবং কার্যকর সমাধান

ENTJ Personality Power = Leadership + Strategic Thinking + Decisiveness + Efficiency + Persuasive Influence + Ambition + Results-Orientation.
এরা হলো *"Commander Leaders"* যারা টিমকে vision, structure ও bold action দিয়ে সামনে নিয়ে যায়।




## INTJ হিসাব মিললে শান্তি, মানুষ না মিললে বিভ্রান্তি।

I for Introverted

নিজেকে এনার্জাইজড করার ক্ষেত্রে Introversion কে প্রাধান্য দেয়। ইন্টারেকশন - রেসপন্স করার ক্ষেত্রে Introversion কে প্রাধান্য দেয়।

N for Intuitive

ইনফর্মশন শেয়ার, সংগ্রহ এবং প্রসেস করার ক্ষেত্রে Intuition কে প্রাধান্য দেয়।

T for thinking based

সিদ্ধান্ত নেয়ার ক্ষেত্রে র‍্যাশনাল মাইন্ড অর্থাৎ থিংকিং বেইজড (Thinking based)- লজিক, রিজন কে বেশি প্রাধান্য দেয়।

J for Judging

এক্সিকিউশন বা কাজ করার ক্ষেত্রে ডিসিসানগুলো আগে থেকেই নিয়ে রেখে, সিদ্ধান্তপ্রবণ।

এই চারটা প্রধান বৈশিষ্ট্যকে ঘিরে INTJ দের ব্যক্তিত্ব তৈরি হয়।

যে পাহাড় যত উঁচু, সে ততই নিঃসঙ্গ, ততই বিচ্ছিন্ন। INTJ-রা সেই একাকী পাহাড়ের মতো নীরব, অথচ দৃঢ়। তারা একা চলতে অভ্যস্ত, কারণ তাদের মনের গভীরে চলতে থাকা চিন্তার জটিল ধাধাঁ অনেকের পক্ষে বোঝা সম্ভব হয় না।

তাদের দৃষ্টি দূর ভবিষ্যতের পানে, যেখানে অন্যরা পৌঁছানোর কথা কল্পনাও করতে পারে না। তারা কথা কম বলে, চিন্তা করে অনেক বেশি।

তারা সমাজের প্রচলিত নিয়মগুলোকে প্রশ্নবিদ্ধ করে, যুক্তির আলোয় পরীক্ষা করে সবকিছু। তারা বিশ্বাস করে— "যা আছে, তারচেয়েও ভালো কিছু হতে পারে," আর সেই বিশ্বাস থেকেই তারা প্রতিনিয়ত নতুন দিগন্তের সন্ধানে ছুটে চলে।

তারা সম্পর্কের নাটকীয়তা এড়িয়ে চলে, কিন্তু সঠিক মানুষের প্রতি তাদের আনুগত্য অটুট। তাদের বন্ধুত্ব শীতল হলেও, গভীর এবং সত্য।

তারা জানে শক্তি আসে জ্ঞান থেকে, ক্ষমতা জন্ম নেয় কৌশল থেকে। তারা স্রোতের বিপরীতে হাঁটে, নেতৃত্ব দেয় নীরবে, তৈরি করে ভবিষ্যতের রূপরেখা। যখন অন্যরা ভাবতে শুরু করে, তারা ততক্ষণে এগিয়ে গেছে আরও বহু দূর...

তাদের নিজস্ব পৃথিবী আছে, যা খুবই ব্যক্তিগত, কখনও কখনও জটিলও বটে!

তাদের চটজলদি বিশ্লেষণক্ষমতা, যুক্তিবোধ এবং আশেপাশের প্রতিটি বিষয়কে গভীরভাবে পর্যবেক্ষণ করার প্রবণতা অনেক সময় চারপাশের মানুষকে অস্বস্তিতে ফেলে দেয়। তারা প্রতিটি কথার পেছনে লজিক খোঁজে, প্রতিটি ঘটনার বিশ্লেষণ করে সম্ভাবনার গ্রাফ আঁকে। আর এ কারণেই সাধারণ মানুষের আবেগনির্ভর সিদ্ধান্ত বা প্রচলিত রীতিনীতিগুলো তাদের কাছে অসংলগ্ন মনে হয়।

তারা আগেই বুঝে যায় কোন পথটি কার্যকরী, কোন পরিকল্পনাটি ব্যর্থ হবে- কিন্তু সবাই তা বোঝার আগেই তারা অনেকটা পথ পেরিয়ে যায়। তাই হয়তো তাদের সঙ্গী খুব বেশি থাকে না, তবে যারা থাকে, তারা জানে- একজন INTJ-এর সঙ্গ পাওয়া মানে পৃথিবীকে দেখার নতুন এক দৃষ্টিভঙ্গি পাওয়া।

INTJ-দের জীবন যেন এক নিরন্তর অনুসন্ধান- সত্যের, যুক্তির, এবং নতুন সম্ভাবনার। তারা সবসময় আরও শিখতে চায়, আরও জানতে চায়। কারণ তাদের কাছে জ্ঞান মানেই ক্ষমতা, উন্নতি, এবং সম্ভাবনার নতুন দিগন্ত। তারা কেবল বই পড়ে বা তথ্য সংগ্রহ করে সন্তুষ্ট হয় না; তারা চিন্তা করে, প্রশ্ন তোলে, বিশ্লেষণ করে, আর সেই জ্ঞানের বাস্তব প্রয়োগ খোঁজে।

অন্যরা যখন সামাজিক স্বীকৃতি, আনন্দ বা স্বস্তির পেছনে ছোটে, INTJ-রা তখন জ্ঞান, দক্ষতা এবং ভবিষ্যতের সম্ভাবনাগুলো নিয়ে ব্যস্ত থাকে। তারা যে কোনো নতুন পরিস্থিতিকে শেখার সুযোগ হিসেবে দেখে এবং ভুলকেও অভিজ্ঞতা হিসেবে

## ENFP – The Enthusiastic Inspirer

### নেতৃত্বের ধরণ

- Energetic & Inspiring: এনার্জি ও উচ্ছ্বাস দিয়ে টিমকে drive করে।
- Creative Visionary: টিমকে out-of-the-box চিন্তায় উদ্বুদ্ধ করে।
- People-Oriented: strong emotional connection তৈরি করে।
- Flexible & Open-Minded: টিমকে freedom & autonomy দেয়।
- Motivational Communicator

ENFP লিডাররা "Cheerleader Leader" বা "Creative Coach"

### উন্নতির সুযোগ

- Discipline & routine কাজ sustain করতে কষ্ট হয়।
- অনেক কাজ একসাথে কাজ শুরু করে, consictency রাখতে পারে না।
- Impulsiveness: হঠাৎ সিদ্ধান্ত নিয়ে পরে regret করতে পারে।
- details বা repetitive কাজ এড়িয়ে চলে।
- Emotional Fluctuation মুড অনুযায়ী লিডারশীপ চেঞ্জ হয়।

### উন্নতির উপায়

#### Prioritize & Focus

- একসাথে অনেক project না নিয়ে ২-৩টা key priority ফোকাস করুন।
- SMART goals ব্যবহার করুন।

#### Develop Structure

- Routine ও system বানান (daily checklist, progress tracking)
- টিমে একজন structure-focused partner রাখুন (যেমন: ISTJ/ESTJ)

Think Before Acting

- Impulsive decision এড়িয়ে সামান্য বিরতি নিন।
- Major decision-এর আগে data review করুন।

Follow-Through Discipline

- নতুন আইডিয়া লঞ্চ করার আগে execution roadmap fix করুন।
- Accountability partner বা টিম member assign করুন।

Emotional Balance

- Self-awareness practice করুন (mood swings এ খেয়াল রাখুন)
- Stress-management (journaling, mindfulness) ব্যবহার করুন।

## ISTJ – The Responsible Manager

### নেতৃত্বের ধরণ

- Structured & Organized: নিয়ম-কানুন মেনে টিম পরিচালনা করে।
- Detail-Oriented & Perfectionist
- Reliable & Responsible: দায়িত্বশীল এবং commitment রাখে।
- Rule-Follower: Established process ও tradition বজায় রাখে।
- Practical & Efficient

ISTJ লিডাররা "Managerial Leader" বা "Inspector Leader"- যারা টিমে stability ও discipline তৈরি করে।

### উন্নতির সুযোগ

- Overly Rigid: Flexibility কম, নতুন approach নিতে দ্বিধা করে।
- Innovation বা নতুন experiment এ স্বস্তি বোধ করে না।
- Over-Focus on Rules: টিমের human side বা emotion মিস করে।
- Communication Style: অনেক সময় বেশি শুকনা, কাঠখোট্টা শোনায়।
- Delegation Issue: "নিজে না করলে ঠিক হবে না" মাইন্ডসেট রয়েছে।

### উন্নতির উপায়

Flexibility Develop করুন

- নতুন approach ও alternative methods গ্রহণের practice করুন।

Encourage Innovation

- টিমকে experiment করতে উৎসাহিত করুন। Fail-safe পরিবেশ তৈরি করুন (শেখার কালচার) ।

Balance Rules with People

- শুধু প্রসেস নয়, মানুষের আবেগ এবং অনুভূতিতেও ফোকাস করুন।

Improve Communication

- Dry বা শুধু facts-based tone না নিয়ে engaging style ব্যবহার করুন।
- Vision + Purpose communicate করতে শিখুন।

Delegate & Trust Team

- সবকিছু নিজের কাঁধে না নিয়ে টিমকে দায়িত্ব দিন।

- Trust করলে efficiency ও morale দুটোই বাড়বে।

## ISFJ – The Supportive Guardian

### নেতৃত্বের ধরণ

- Caring & Supportive
- Loyal & Responsible: টিম ও প্রতিষ্ঠানের প্রতি গভীর দায়িত্ববোধ থাকে।
- Detail-Oriented: কাজের সূক্ষ্ম দিকগুলোতে খেয়াল রাখে।
- Harmony Builder: টিমে শান্তিপূর্ণ ও সহযোগিতামূলক পরিবেশ তৈরি করে।
- Service-Oriented: নিজের স্বার্থের আগে অন্যদের চাহিদা মেটাতে আগ্রহী।

ISFJ লিডাররা "Servant Leader" বা "Protective Manager" টাইপ- যারা টিমকে পরিবারের মতো দেখাশোনা করে।

### উন্নতির সুযোগ

- Conflict Avoidance: ঝগড়া বা কঠিন আলোচনা এড়িয়ে চলে।
- Over Self-Sacrifice: অন্যকে অগ্রাধিকার দিতে নিজের প্রয়োজন ভুলে যান।
- Resistance to Change: হঠাৎ পরিবর্তন বা নতুন পদ্ধতি মানতে কষ্ট হয়।
- Over-Detail Focus
- নিজের মতামত জোরালোভাবে প্রকাশ করতে দ্বিধা করে।

### উন্নতির উপায়

#### Assertiveness Practice করুন

- নিজের মতামত আত্মবিশ্বাসের সাথে প্রকাশ করুন। না বলা শিখুন।

#### Conflict Handling Skills

- Conflict এড়িয়ে না গিয়ে diplomatically মোকাবিলা করুন।
- Constructive feedback দিতে শিখুন।

#### Balance Caring with Boundaries

- অন্যদের সাহায্য করুন, তবে নিজের wellbeing অবহেলা না করে।
- Clear boundary set করুন (team needs vs personal capacity)

| MBTI | নেতৃত্বের ধরণ | Strengths | Weaknesses |
|---|---|---|---|
| INTJ | Visionary, Planner | Long-term focus, high standards | Perfectionist, rigid |
| INTP | Idea-driven, Explorer | Problem-solving, innovative | Poor execution, detached |
| ENTJ | Authoritative, Goal-driven | Assertive, efficient, decisive | Dominating, কম empathy |
| ENTP | Energetic, Opportunistic | Creative, risk-taker, inspiring | Impulsive, inconsistent |
| INFJ | Values-based, Inspirational | Empathetic, purpose-driven | Conflict-avoidant, indecisive |
| INFP | Moral, Authentic | Individuality encourage করে, loyal | Too idealistic, impractical |
| ENFJ | People-focused, Motivator | Inspires, builds harmony | Over-pleasing, কম firmness |
| ENFP | Energetic, Creative | High energy, motivating | Unstructured, easily distracted |
| ISTJ | Rule-driven, Reliable | Organized, disciplined | Rigid, কম flexible |
| ISFJ | Caring, Protective | Loyal, nurturing, supportive | Conflict avoid করে, |

- সক্রিয়ভাবে শুনুন
- আবেগ নিয়ন্ত্রণ করুন
- যুক্তিসম্মত আলোচনা করুন
- পারস্পরিক শ্রদ্ধাশীল থাকুন

যদি এই বিষয়গুলো মেনে চলা যায়, তাহলে কর্মক্ষেত্রে, বন্ধুত্বে বা ব্যক্তিগত জীবনে আরও উন্নত ও সুস্থ সম্পর্ক গড়ে তোলা সম্ভব।

| MBTI টাইপ | কনফ্লিক্ট সমাধানের মূলনীতি |
|---|---|
| ISTJ | যুক্তিসঙ্গত এবং কাঠামোবদ্ধ আলোচনা। |
| ISFJ | সহানুভূতিশীল এবং আন্তরিক আলোচনা। |
| ESTJ | কার্যকর এবং দ্রুত সিদ্ধান্ত। |
| ESFJ | সম্পর্কমুখী এবং সহযোগিতামূলক সমাধান। |
| INTP | যৌক্তিক এবং বিশ্লেষণমূলক আলোচনা ও সমাধান। |
| ENTP | ইনোভেটিভ এবং বিতর্কমুখী সমাধান। |
| INFJ | আবেগ এবং গভীর চিন্তাধারার মিশ্রণ। |
| ENFJ | আদর্শবাদ এবং নেতৃত্বের সমন্বয়। |
| INTJ | কৌশলগত এবং ভবিষ্যৎমুখী সমাধান। |
| ENTJ | শক্তিশালী এবং ফলাফলমুখী সমাধান। |
| INFP | মূল্যবোধ, ন্যায্য এবং নৈতিকতার উপর ভিত্তি। |
| ENFP | উদ্যম এবং সৃজনশীল সমাধান। |
| ISTP | বাস্তববাদী এবং দ্রুত সমস্যা সমাধান। |
| ISFP | ইমোশনাল এবং স্বাধীন চিন্তাধারা। |
| ESTP | তাৎক্ষণিক এবং অ্যাকশন-ভিত্তিক সমাধান। |
| ESFP | আবেগময় এবং সামাজিক সমাধান (সবার ভাল হয়)। |

- সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ কাজ আগে করা এবং ছোট কাজ পরে।
- প্রায়োরিটি সেট করা।
- কাজের মাঝে ১০-১৫ মিনিট বিরতি।
- বড় কাজকে ছোট ছোট ধাপে ভাগ করা।
- ব্যস্ত সময়ের মধ্যে "না" বলতে শেখা এবং অতিরিক্ত দায়িত্ব না নেওয়া।

## নিজেকে জানো, সামনে এগিয়ে যাও

জীবন এক নিরন্তর অভিযাত্রা। প্রতিদিন আমাদের সামনে নতুন নতুন চ্যালেঞ্জ আসে, আর আমরা সেগুলোর মোকাবিলা করি আমাদের ব্যক্তিত্বের শক্তি ও সীমাবদ্ধতাকে কাজে লাগিয়ে। কিন্তু সব পরিস্থিতিতে কি একই পদ্ধতিতে কাজ করা সম্ভব? অবশ্যই না! জীবনের প্রতিটি ধাপে আমাদের একটু নমনীয় হতে হয়, পরিস্থিতির সাথে মানিয়ে নিতে হয়, আর কখনো কখনো নিজের ভেতরের শক্তিকে নতুনভাবে আবিষ্কার করতে হয়।

আপনার ব্যক্তিত্বের ধরন বুঝতে পারা মানে এই নয় যে, আপনি একটি নির্দিষ্ট ছাঁচে বন্দী। বরং এটি আপনাকে এমন এক হাতিয়ার দেয়, যার মাধ্যমে আপনি বুঝতে পারবেন—কখন নিজের স্বাভাবিক বৈশিষ্ট্য কাজে লাগাতে হবে, আর কখন পরিস্থিতি অনুযায়ী নিজেকে নতুনভাবে গড়ে নিতে হবে।

কখনো আমাদের ENTJ-এর মতো দৃঢ় নেতৃত্ব দেখাতে হয়, কখনো INFJ-এর মতো সহানুভূতিশীল হতে হয়। কখনো ESTP-এর মতো ঝুঁকি নিতে হয়, কখনো ISTJ-এর মতো স্থির থেকে ধৈর্য ধরে কাজ করতে হয়। জীবন একটানা এক গতিতে চলে না, তাই আমাদেরও কেবল এক ধরনের চিন্তাধারা বা আচরণ ধরে রাখা উচিত নয়।

আপনি যদি INTP হন, তাহলে কখনো কখনো ENFP-এর মতো উদ্যমী হয়ে নতুন সুযোগ গ্রহণ করতে হবে।

আপনি যদি ISFJ হন, তাহলে কখনো কখনো ENTJ-এর মতো দৃঢ়ভাবে নিজের কথা বলতে হবে।

পরিস্থিতি অনুযায়ী মানসিকতা বদলানোর ক্ষমতা—এটাই প্রকৃত বুদ্ধিমত্তা।

আপনি কেমন মানুষ, সেটাই কি সবকিছু? নাকি আপনি কীভাবে নিজেকে তৈরি করছেন, সেটাই আসল?

ব্যক্তিত্ব আমাদের ভিত্তি, কিন্তু আমাদের প্রকৃত সাফল্য নির্ভর করে আমরা কীভাবে নিজেদের সামর্থ্যকে কাজে লাগাচ্ছি তার ওপর। শুধু নিজের টাইপ জানলেই হবে না, সেটিকে কীভাবে ব্যবহার করতে হয়, সেটাও জানতে হবে।

কখনো পরিকল্পিত হতে হবে, কখনো ঝুঁকি নিতে হবে। কখনো নেতৃত্ব দিতে হবে, কখনো সহযোগিতা করতে হবে। কখনো দ্রুত সিদ্ধান্ত নিতে হবে, কখনো ভেবে-চিন্তে ধাপে ধাপে এগোতে হবে।

MBTI আপনাকে শুধু আপনার ব্যক্তিত্ব সম্পর্কে সচেতন হতে শেখায় না, এটি আপনাকে শেখায় কীভাবে নিজের ভেতরের শক্তিকে কাজে লাগিয়ে সামনে এগোতে হবে। আপনি আপনার স্বপ্নের ক্যারিয়ার গড়তে পারবেন, সঠিক সম্পর্ক তৈরি করতে পারবেন, জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে সেরা সিদ্ধান্ত নিতে পারবেন—যদি আপনি নিজের ক্ষমতা ও সীমাবদ্ধতাকে বুঝে সঠিকভাবে ব্যবহার করতে শেখেন।

আপনার জীবন আপনার হাতে না, আপনার রবের হাতে! সবকিছু আমাদের ইচ্ছা অনুযায়ী হবে না। কিন্তু আমাদের চেষ্টা, সৎ ভাবে লেগে থাকা এগুলো আমাদের হাতে।

এজন্য আমরা আমাদের জায়গা থেকে সর্বোচ্চ ইফোর্টটা দেয়ার চেষ্টা করবো। ইনশাআল্লাহ্, আপনি যদি সততার সাথে লেগে থাকেন, পরিশ্রম করেন-সফলতা আসবেই।

সবাইকে ধন্যবাদ, ভালো থাকুন। এই বইটি যদি আপনার কাজে আসে, তবে আমার জন্য দোয়া করতে ভুলবেন না। আমাদের প্রত্যেকটি কাজ যেন আমাদের রবের সন্তুষ্টির জন্য হয়।

ক্যারিয়ার বিষয়ক পরামর্শ পেতে আমার linkedin এবং ফেসবুকে কানেক্ট থাকতে পারেন।