

نظرية الأنماط الجسمية		
النمط المكتنز	الشخص القصير ممتلئ الأطراف متقلب العواطف مزاجي	نظرية كرتشمير- طبيب ألماني
النمط الواهن	الشخص الطويل النحيف يتميز بالخجل والانطواء	
النمط الرياضي	الشخص المفتول العضلات يتميز بالتحفظ	
نظرية شيلدون		
النمط البطني	معتدل المزاج بطيء الاستجابة يعتمد على الغير	نظرية شيلدون
النمط العضلي	يميل إلى اثبات الذات وحب السيطرة وبذل النشاط	
النمط الرقيق	عدم قدره ع التحمل حب العزله والاستغراق في التفكير	

نظريات الأنماط السيكلوجية – كارل يونج	
الانبساطي المفكر	عملي، واقعي، يعتمد على الحقائق والتجارب العملية
الانطوائي المفكر	نظري، مفكر، غير مبالي بالناس، لا يهتم بالواقع، يميل إلى العزلة
الانبساطي الوجداني	منسجم مع العالم الخارجي وتنمية العلاقات الودية، ذو تعبير انفعالي
الانطوائي الوجداني	منسجم مع عالمه الداخلي، غارق في الأحلام، وجداني
الانبساطي الحسي	تتأثر حياته بالمؤثرات الحسية، سطحي التفكير، لا يقيم علاقات عميقة
الانطوائي الحسي	يتأمل المحسوسات والفنون والمناظر الطبيعية،
الانبساطي الحدسي	سريع إنتاج الأفكار وتنفيذها، مغامر، مقتحم، مخاطر، مؤمن بالنجاح
الانطوائي الحدسي	غير مهتم بالمؤثرات الحسية الخارجية، سريع الحكم بدون أدلة

فرد صاحب مركز الضبط الداخلي	فرد صاحب مركز الضبط الخارجي
قادر على تحديد مصيره	غير قادر على تحديد مصيره
أكثر استغراقاً في العمل	أقل استغراقاً في العمل
أكثر رضاء عن الوظيفة	أقل رضاء
يميل إلى المشاركة	يميل للعزلة
قليل التغيب	أكثر تغيب

- بما يخص صاحب مركز الضبط الخارجي دائماً يكون مخالف لصاحب الضبط الداخلي بحيث إذا كان صاحب مركز الضبط الداخلي أكثر يكون هو أقل وهكذا

أتمنى لي ولكم التوفيق والنجاح في كلا الدارين