



BarOn Emotional Quotient Inventory

DEZVOLTAT DE REUVEN BAR-ON, PhD

RAPORT PREGATIT PENTRU **IOANA IONESCU**

Sex: FEMININ

Varsta: 32

Ocupatie: SECRETARA

*Acest raport a fost scorat conform cu ETALONUL ROMANESC COMBINAT
(N=1400ss)*

CHESTIONAR APLICAT SUB LICENTA DE:

Specialist: DEMO

Data aplicarii: 2009/10/01

Raport generat la data/ora: 01.10.2009 / 12:51:58

Identificator/serie: 00132360



MHS
Multi-Health Systems Inc.



INTERPRETAREA ACESTUI RAPORT

SCOP

Acest raport ajuta la înțelegerea mai buna a caracteristicilor preferentiale, atitudinale si comportamentale ale persoanei evaluate, caracteristici care provin din nivelul personal de inteligenta emotionala.

DEFINIRE

Inteligenta emotionala este definita de catre autorul testului drept "un grup de capacitati, competente si deprinderi non-cognitive care influenteaza aptitudinea persoanei de a se adapta la cerintele si presiunile mediului".

Numeroase studii au evidentiat importanta inteligentei emotionale în succesul personal. Inteligenta emotionala este unul dintre factorii care determina aptitudinea unei persoane de a reusi sa se adapteze la cerintele mediului, adaugându-se la alti factori importanti, cum ar fi predispozitiile si conditiile biomedicale, capacitatea intelectuala cognitiva si mediul în continua schimbare. Inteligenta emotionala influenteaza de asemenea direct bunastarea psihologica generala, adica starea mentala prezenta sau nivelul general de sanatate emotionala.

UTILIZARE

Raportul este creat pentru utilizarea în cadrul muncii lor cu clientii, de catre psihologi, consilieri ori alti profesionisti specializati.

Desi formulat ca un raport de-sine-statator, care, mai ales în a doua sectiune (raportul detaliat), poate fi cu destul de multa usurinta înțeles si de persoane nespecializate în utilizarea testelor psihologice, acest raport a fost proiectat si dezvoltat în asa fel încât sa ofere asistenta profesionistului care interpreteaza rezultatele testului.

Aceste rezultate trebuie luate în considerare doar împreuna cu opinia profesionala a unui specialist si doar dupa coroborarea datelor rezultate din acest test cu rezultatele unui interviu ori a altor posibile instrumente psihometrice. Rezultatele continute în acest raport pot fi supuse unor interpretari diferite si unor sublinieri speciale, ca functie a unor astfel de coroborari facute de profesionisti specializati.

FUNDAMENT

Acest raport este bazat pe EQ-i, un instrument psihometric care a fost validat într-o mare varietate de programe de cercetare în mai mult de 10 state ale lumii. EQ-i este o masura structurata, verbala, omnibus, a inteligentei emotionale. Testul este format din 133 itemi, cuprinde 17 scale (dintre care doua scale de validare), 5 scale compozite si ofera scoruri corespunzatoare acestora, oferind de asemenea si un coeficient de inteligenta emotionala total. La baza EQ-i sta modelul Bar-On al inteligentei social-emotionale, model elaborat de autorul testului, conform caruia inteligenta emotionala este formata din cinci meta factori: metafactorul intrapersonal, metafactorul interpersonal, metafactorul managementul stresului, metafactorul adaptabilitate si metafactorul stare generala.

CE INFORMATII POT FI REGASITE IN ACEST RAPORT?

STRUCTURA

Pe langa sectiunea introductiva, raportul contine trei mari sectiuni:

1. Profilul EQ-i,
2. Raportul detaliat,
3. Raportul interpretativ,
4. Detaliile 'modus operandi'.

1. Profilul EQ-i

GRAFICE

Aceasta sectiune contine trei grafice: graficul coeficientului de inteligenta emotionala total, graficul scorurilor celor cinci scale compozite si graficul cu scorurile la cele cincisprezece scale structurale. Toate scorurile sunt prezentate în scoruri T. Graficele sunt însoțite de prelucrarea numerica a scorurilor si de indicarea semnificatiei grupei în care se regasesc scorurile: arie pentru dezvoltare, functionare eficienta si deprinderi avansate.

SCORURI STANDARD

Scorurile pentru scalele EQ-i sunt reprezentate în cote standardizate T. Cotele standardizate T sunt transformari ale scorurilor brute, pe baza mediei si dispersiei esantionului de referinta. Scopul standardizarii în cote T a scorurilor EQ-i este acela de a uniformiza masurarea, astfel încât pentru fiecare scala media este de 100 si dispersia de 15. Scorurile standard au fost calculate pe baza esantionului normativ românesc, format din N=1400 persoane (700 femei si 700 barbati).

INDICATORI DE
VALIDITATE

Secțiunea profilului EQ-i conține de asemenea detalii privind indicatorii de validitate ai EQ-i și o raportare a corecțiilor statistice operate asupra fiecărei scale a chestionarului, ca urmare a rezultatelor obținute la indicatorii de validitate.

SCOP

2. Raportul detaliat al EQ-i

Detalierea scorurilor subscalelor oferă o descriere verbală a aptitudinilor de inteligență emoțională stabilite pe baza EQ-i și prezentate și în profilul EQ-i din secțiunea anterioară. Datele prezentate în această secțiune sunt bazate pe esanșionul normativ românesc combinat.

Această secțiune a fost dezvoltată cu scopul de a oferi asistență specialistilor care interpretează rezultatele și pentru a minimiza apelul acestora la manualul testului, însă poate fi de asemenea citită de persoana evaluată ca parte a unei discuții structurate cu psihologul ori ca parte a unui program de dezvoltare personală în care această persoană este parte. Este important, totuși, ca rezultatele acestui raport să fie luate în considerare numai după discutarea lor cu un profesionist specializat.

SEMNIFICATIE

Secțiunea detaliată conține pentru fiecare dintre cele 15 scale și 5 subscale compozite ale EQ-i, precum și pentru coeficientul de inteligență total, un grafic în care este evidențiat scorul standardizat obținut de persoana evaluată. Secțiunea mai conține de asemenea, sub grafic, o definiție a scalei, precum și semnificația scorurilor înalte la respectiva scală. Aceste semnificații descrise ale scorurilor înalte și respectiv reduse sunt cu atât mai caracteristice pentru persoana evaluată cu cât aceasta se apropie mai mult de un scor maxim sau respectiv minim.

În general, scorurile crescute semnifică o bună dezvoltare a aptitudinii continuate de numele scalei. Scorurile plasate în jurul mediei indică o funcționare satisfăcătoare și sunt obținute de către majoritatea persoanelor cărora le-a fost aplicat EQ-i. Scorurile scăzute indică arii care necesită îmbunătățire pentru a se crește inteligența emoțională și socială. În caz ca toate scorurile sunt înalte sau toate scorurile sunt scăzute, este necesar să se identifice dintre acestea cele mai înalte și cele mai scăzute scoruri, acest lucru contribuind la indicarea punctelor forte și a celor slabe.

SCOP

3. Raportul interpretativ al EQ-i

Raportul interpretativ al EQ-i oferă o descriere verbală a rezultatelor obținute de persoana evaluată prin chestionar. Rezultatele sunt interpretate verbal și nu vizual, făcând o trece în revista care este ușor de citit și de înțeles și care este o bază excelentă pentru sesiunile de feedback.

Utilizatorii testului ar trebui să fie tot timpul conștienți de faptul că raportul interpretativ este un raport generat de computer și că acesta este destinat să funcționeze ca ajutor în interpretare. Nu ar trebui să fie niciodată utilizat ca singură bază pentru selecție, plasare, intervenții sau alte tipuri de decizii. Raportul funcționează cel mai bine atunci când este coroborat cu alte surse de informații și ar trebui să fie validat de un profesionist specializat în interpretarea EQ-i.

STATISTICI
ITEMMETRICE

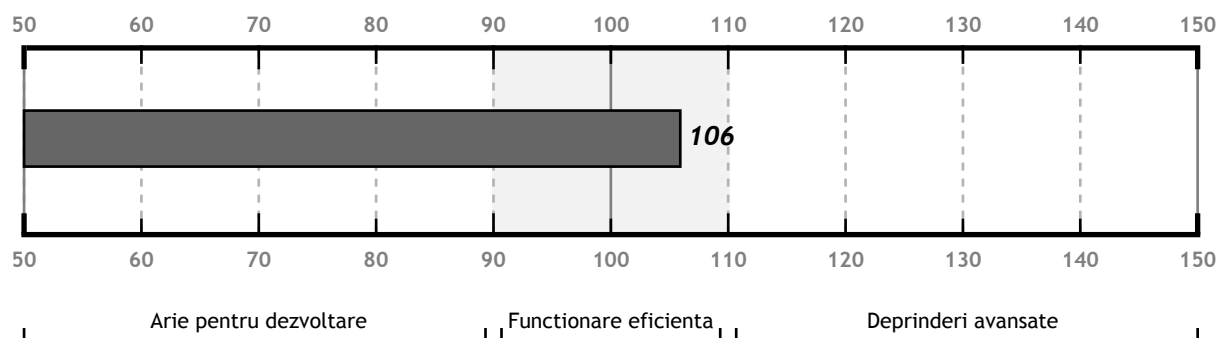
4. Detaliile "Modus Operandi"

Statisticile modus operandi oferă un rezumat al modalității în care a fost abordată aplicarea chestionarului de către persoana evaluată: scorurile de validitate, răspunsurile la itemi.

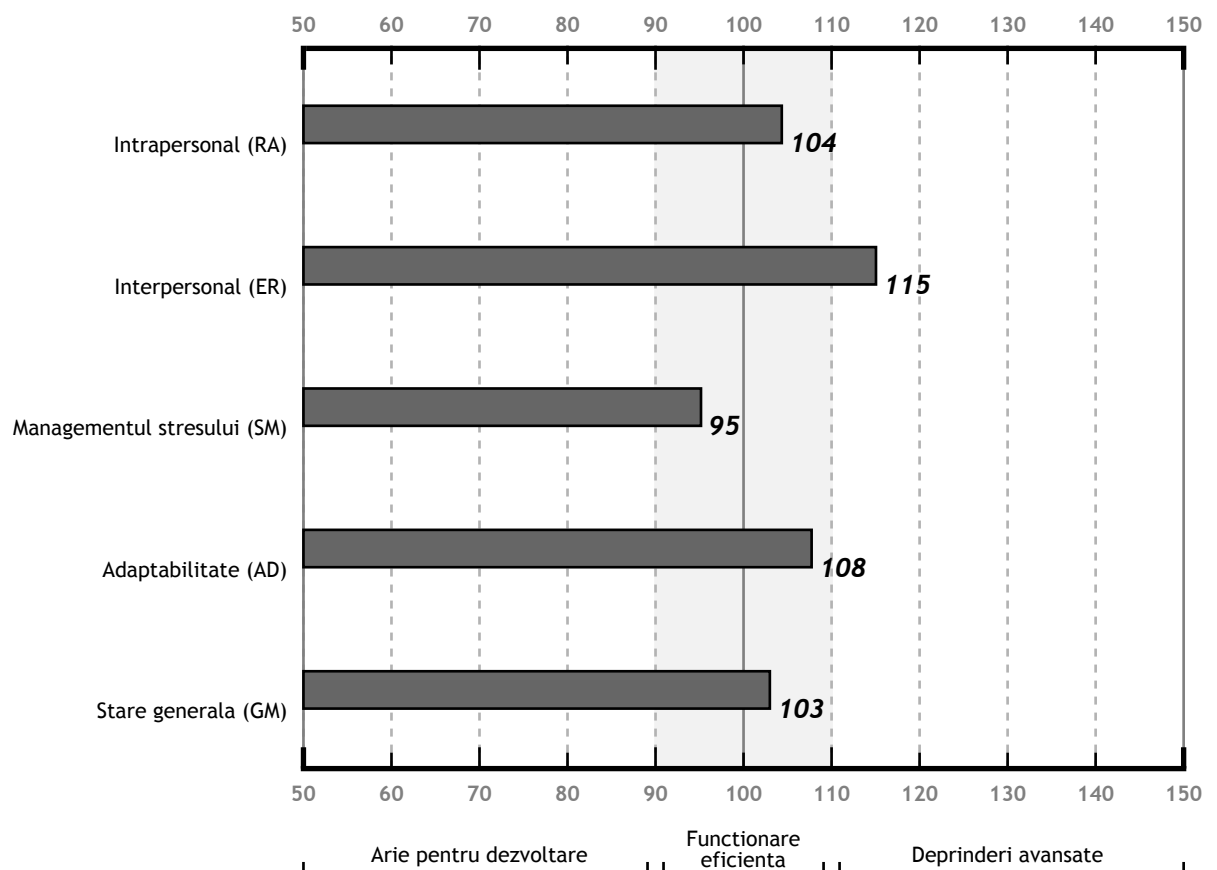
1

SECTIUNEA 1: PROFILUL EQ-I

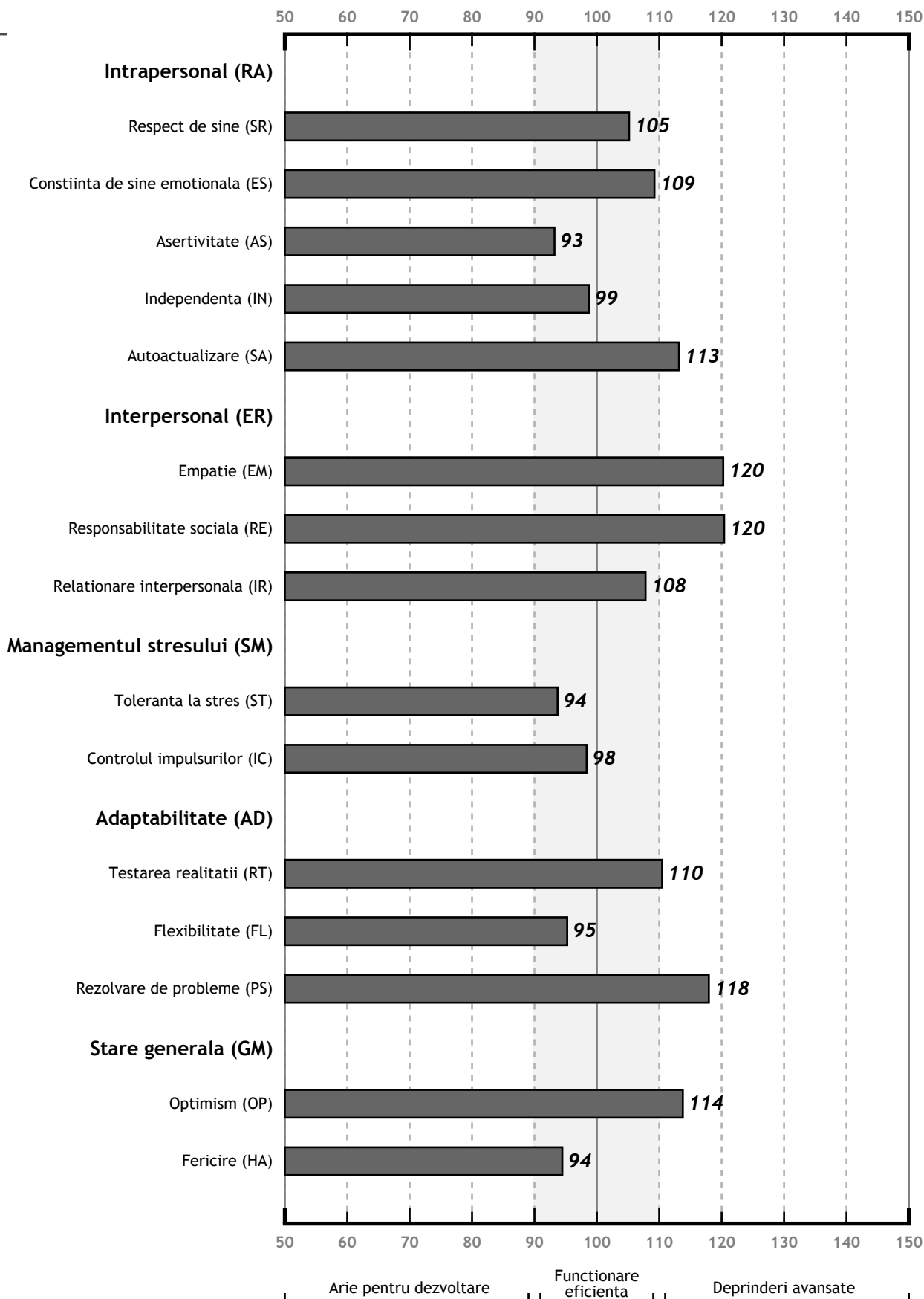
COEFICIENT EMOTIONAL TOTAL



SCALE COMPOZITE



SCALE DE CONTINUT

GRAFIC SCALE DE
CONTINUT

INDICATORI DE VALIDITATE

Comentariu de validitate:

Indicatorii de validitate se situeaza în limite acceptabile, sugerând raspunsuri valide si rezultate care nu sunt influentate de stilul de raspuns.

Indice de inconsistentă:	II = 6
Managementul impresiei:	Impresie pozitiva (PI) = 111 Impresie negativa (NI) = 90
Corectii:	Tip 1 = -1.92, Tip 2 = -2.56, Tip 3 = -3.27, Tip 4 = -3.90, Tip 5 = -2.90

Scorurile scalelor Impresie pozitiva (PI) si Impresie negativa (NI)

Scorul la scala Impresie pozitiva (PI) este oarecum înalt. Desi scorul la scala Impresie pozitiva indica tendinta de prezentare a propriei persoane într-o lumina mai pozitiva, tendinta este reduca si nu prezinta influente majore asupra rezultatelor si interpretarii scorurilor.

Factori de corectie:

Factorii de corectie sunt utilizati pentru a face "acordul fin" al scorurilor EQ-i pe baza scorurilor la scalele de validitate. Scorurile ajustate (sau corectate) tin cont de stilul de raspuns. Corectiile mai înalte de 0 semnifica faptul ca au fost adunate puncte la scoruri, iar corectiile mai scazute de 0 semnifica faptul ca au fost scazute puncte din scoruri. Deoarece scalele EQ-i sunt afectate diferit de tendintele de raspuns, sunt aplicate tipuri diferite de corectii dupa cum urmeaza:

Tipul I se corectie se aplica scalei compozite Intrapersonal si subscalelor Constiinta de sine emotionala, Rezolvare de probleme si Flexibilitate.

Tipul II de corectie se aplica coeficientului de inteligenta emotionala total, scalei compozite Adaptabilitate si subscalelor Testarea realitatii si Toleranta la stres.

Tipul III de corectie se aplica subscalelor Responsabilitate sociala, Fericire si Controlul impulsurilor.

Tipul IV de corectie se aplica scalelor compozite Managementul stresului si Stare generala si subscalei Respect de sine.

Tipul V de corectie se aplica scalei Interpersonal si subscalelor Relationare interpersonală, Optimism si Autoactualizare.

Nu se aplica nicio corectie pentru subscalele Independenta, Empatie si Asertivitate.

Indice de inconsistentă

Raspunsurile la itemi cu continut similar sunt consecvente unele cu altele.

AJUSTARI LA SCORURILE SCALELOR SI SUBSCALELOR

	Scor ajustat	Scor neajustat	Comentarii
Indice de inconsistenta (II)		6.00	OK
Impresie pozitiva (PI)		110.65	Mediu
Impresie negativa (NI)		90.36	Mediu
COEFICIENT EMOTIONAL (EQ)	105.91	108.47	Mediu
INTRAPERSONAL (RA)	104.34	106.26	Mediu
Respect de sine (SR)	105.17	109.07	Mediu
Constiinta de sine emotionala (ES)	109.23	111.15	Mediu
Asertivitate (AS)	93.21	93.21	Mediu
Independenta (IN)	98.77	98.77	Mediu
Autoactualizare (SA)	113.16	116.06	Înalt
INTERPERSONAL (ER)	115.05	117.95	Înalt
Empatie (EM)	120.25	120.25	Înalt
Responsabilitate sociala (RE)	120.40	123.67	Înalt
Relationare interpersonala (IR)	107.81	110.71	Mediu
MANAGEMENTUL STRESULUI (SM)	95.16	99.07	Mediu
Toleranta la stres (ST)	93.71	96.26	Mediu
Controlul impulsurilor (IC)	98.37	101.63	Mediu
ADAPTABILITATE (AD)	107.73	110.29	Mediu
Testarea realitatii (RT)	110.46	113.02	Mediu
Flexibilitate (FL)	95.25	97.17	Mediu
REZOLVARE DE PROBLEME (PS)	117.94	119.86	Înalt
Stare generala (GM)	102.99	106.89	Mediu
Optimism (OP)	113.78	116.68	Înalt
Fericire (HA)	94.47	97.73	Mediu

2 SECȚIUNEA 2: RAPORTUL DETALIAT

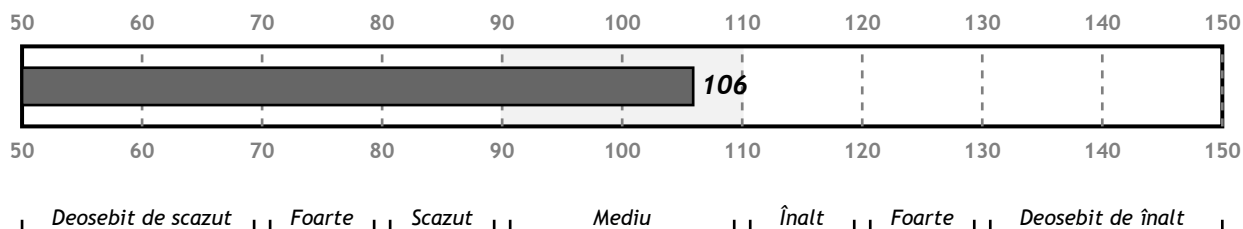
* Pentru folosirea optimă a acestui raport detaliat, vă rugăm să luați în considerare descrierea conținută în textul introductiv la acest fișier. Informațiile din această secțiune detaliată nu sunt o interpretare a testului, ci doar un ajutor în vederea acestei interpretări, care trebuie făcută de un specialist în utilizarea acestui test.

** Profilul este bazat pe manualul tehnic al EQ-i - BarOn, R. (1996). BarOn Emotional Quotient Inventory. Toronto: Multi-Health Systems Inc. - și pe rapoartele computerizate din varianta americană a testului.

DESCRIERE SCALA
EQ TOTAL

EQ: COEFICIENT EMOTIONAL

SCOR STANDARD = 105.91 (SCOR BRUT = 553)



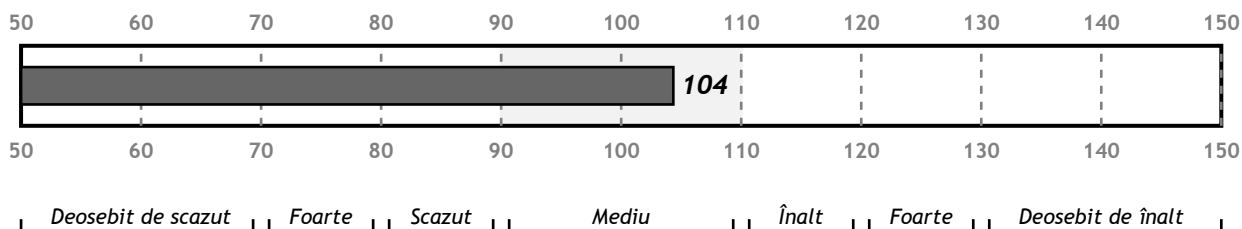
Coeficientul de inteligență emoțională total (EQ) indică gradul general de funcționare emoțională și socială eficientă, adică gradul în care o persoană deține anumite capacități și deprinderi non cognitive pe care le utilizează cu succes în adaptarea la presiunile și cerințele mediului.

Un scor redus este caracteristic persoanelor cu puține capacități și deprinderi non cognitive pe care să le utilizeze în adaptarea la mediu. Aceste persoane au în general o viziune mai pesimistă asupra vieții și un control mai redus al emoțiilor.

Un coeficient de inteligență emoțională total înalt semnifică faptul că persoana evaluată se simte bine în propria piele și în legătură cu ceilalți și are o viață împlinită. Un scor înalt este caracteristic unor persoane în general optimiste în fața problemelor și care au o viziune pozitivă asupra vieții. Sunt persoane care își controlează de obicei emoțiile și nu sunt impulsive în general.

DESCRIERE SCALA
MAJORA (FACTOR)**RA: INTRAPERSONAL**

SCOR STANDARD = 104.34 (SCOR BRUT = 166)



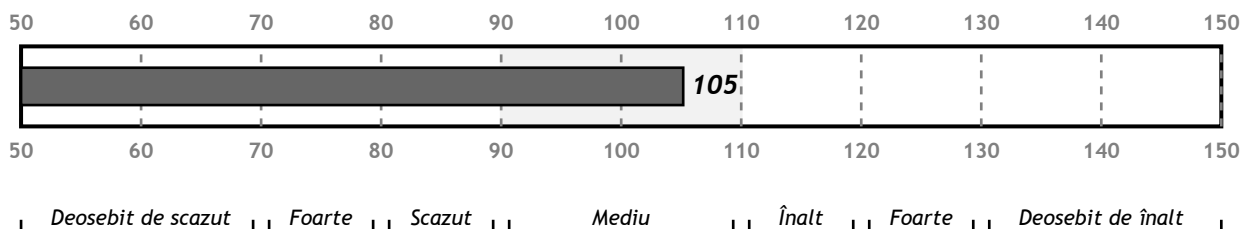
Aceasta componenta a coeficientului de inteligenta emotionala total se refera la evaluarea Eului interior, la functionarea intrapersonala. Componentele sale includ Respectul de sine (SR), Constiinta de sine emotionala (ES), Asertivitatea (AS), Independenta (IN) si Autoactualizarea (SA), componente care sunt descrise în sectiunea urmatoare.

Un scor redus indica faptul ca persoana evaluata are un respect de sine mai scazut, este mai putin în contact cu propriile traiuri, întâmpinând de asemenea dificultati în a le exterioriza, precum si în a-si apara drepturile într-o maniera non distructiva. Este o persoana mai putin independenta în gândire si actiune, care nu obtine satisfactie din îndeplinirea întregului potential personal si care nu este motivata de acest lucru.

Un scor înalt la aceasta componenta indica o persoana care este în contact cu propriile traiuri, se simte bine în propria piele si în legatura cu viata în general. Un scor înalt este caracteristic unor persoane independente, hotarâte si capabile sa isi exprime si sa isi comunice traiurile si ideile cu încredere. Un nivel intrapersonal înalt este în mod cert un avantaj pentru persoanele implicate în vânzari, relatii publice si marketing.

SR: RESPECT DE SINE

SCOR STANDARD = 105.17 (SCOR BRUT = 40)



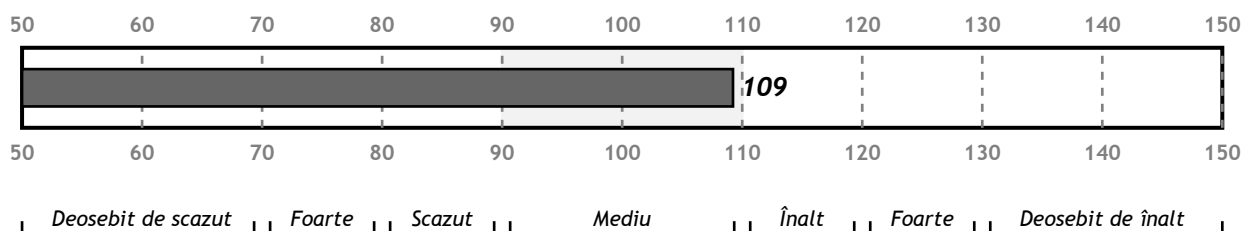
Respectul de sine reprezinta aptitudinea unei persoane de a se respecta pe sine si de a se accepta asa cum este, de a-si accepta atât aspectele pozitive, cât si pe cele negative, precum si de a-si accepta limitele si posibilitatile.

Un scor redus la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata prezinta cel mai probabil un sentiment de inadecvare si de inferioritate personala prin comparatie cu ceilalti. Îi poate lipsi încrederea în sine si poate avea un respect de sine scazut. În timpul interactiunii cu alte persoane sau în timpul desfasurarii unor sarcini prezinta teama ca va spune ceva nepotrivit sau ca va comite o eroare.

Un scor înalt la aceasta scala sugereaza persoane cu încredere în sine si în lucrurile pe care le pot realiza. Sunt persoane sigure pe sine, care se respecta, adica cu un grad ridicat al stimei de sine si un sentiment al identitatii si al adecvarii personale foarte bine dezvoltat. Scorurile înalte la aceasta scala sunt caracteristice persoanelor capabile sa îi motiveze pe ceilalti, fara ca acest lucru sa însemne ca nu prezinta si ele din când în când îndoieli în legatura cu rezultatele activitatilor întreprinse. De obicei, un respect de sine ridicat este asociat si cu alte caracteristici, printre care: o cantitate mai mare de energie pentru realizarea potentialului personal (scala Autoactualizare), o viziune mai pozitiva asupra lucrurilor (scala Optimism), o capacitate mai înalta de exprimare a încrederii (scala Asertivitate) si o multumire mai mare în legatura cu propria viata (scala Fericire).

ES: CONSTIINTA DE SINE EMOTIONALA

SCOR STANDARD = 109.23 (SCOR BRUT = 34)



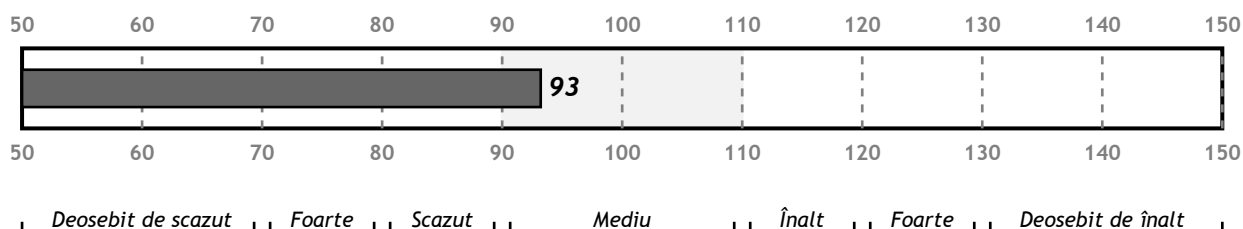
Constiinta de sine emotionala reprezinta aptitudinea unei persoane de a-si recunoaste si a fi în contact cu propriile traiuri. Constiinta emotionala de sine sta la baza multor deprinderi emotionale.

Un scor scazut la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata este mai puțin constienta de propriile sentimente si mai puțin capabila sa le exprime în cuvinte. Se caracterizeaza printr-o capacitate mai redusa de a crea un sentiment de intimitate emotionala, acest lucru putând avea urmări negative asupra relatiilor personale si profesionale cu ceilalti oameni.

Un scor înalt la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata este în contact cu si constienta de propriile sentimente si emotii. Le poate diferentia, stie ce simte si de ce si stie si ce anume a cauzat respectivele traiuri. Cunoaste impactul pe care trairile sale îl au asupra propriilor opinii si atitudini. Deasemenea, îi este usor si îi face placere sa-si împartaseasca emotiile cu ceilalti. Este o persoana capabila sa faciliteze interactiunile cu ceilalti oameni prin faptul ca își monitorizeaza si controleaza adecvat emotiile în timpul schimburilor relationale cu acestia.

AS: ASERTIVITATE

SCOR STANDARD = 93.21 (SCOR BRUT = 24)



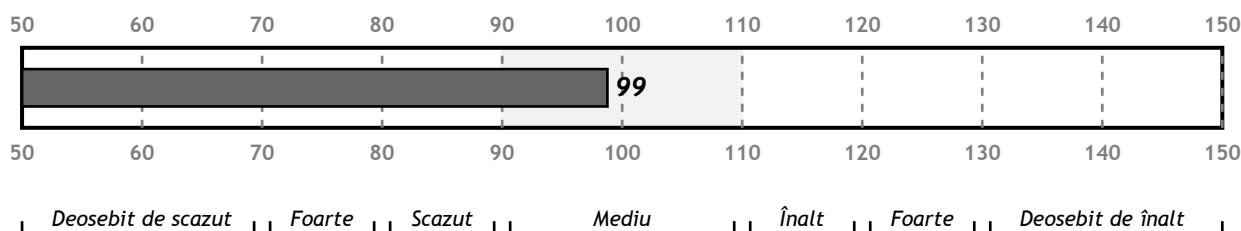
Asertivitatea reprezinta aptitudinea unei persoane de a-si exprima trairile, credintele si gândurile si de a-si apăra drepturile într-o maniera non-distructiva.

Persoanele care obtin scoruri scazute la aceasta scala sunt în general timide si excesiv de controlate. Nu sunt capabile si nu au forta de a-si exprima deschis si apăra în fata celorlalti anumite trairi, convingeri, gânduri si opinii, mai ales când acestea vin în contradicție cu cele ale interlocutorilor. Pot parea oameni naivi si indulgenti în fata celorlalti, care pot fi tentati sa profite de pe urma lor. Prezinta un comportament si atitudini pasive în situatiile în care punctul personal de vedere ar fi necesar, cum sunt de exemplu situatiile de munca. Un scor scazut este asociat de asemenea cu lipsa capacitatii de gestionare a conflictelor si cu lipsa capacitatii de atingere a obiectivelor personale si profesionale, chiar si a celor cu importanta înalta.

Persoanele care obtin scoruri înalte la aceasta scala sunt capabile sa își exprime deschis trairile si sa își apere convingerile, gândurile, opiniile, precum si sa își exprime dezacordul atunci când simt acest lucru. Obisnuiesc sa își exprime deschis si constructiv opiniile. Sunt persoane capabile sa își exprime o atitudine categorica, chiar daca acest lucru este dificil din punct de vedere emotional sau daca le poate aduce dezavantaje. își apăra propriile drepturi si nu le permit celorlalti sa profite de persoana lor. Asertivitatea nu înseamna manipularea situatiilor prin deprinderile sociale si verbale ridicate, ci mai degraba gasirea limbajului adecvat a își face înțeles punctul de vedere.

IN: INDEPENDENTA

SCOR STANDARD = 98.77 (SCOR BRUT = 26)



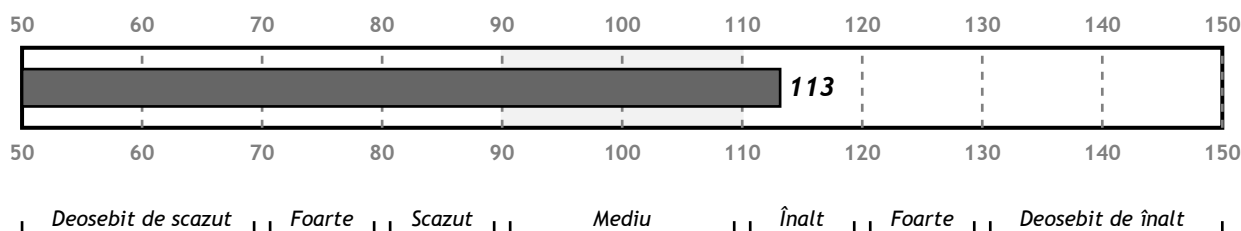
Independenta este definita drept aptitudinea de a fi autonom, adica autodirectionat si autocontrolat, atât în gândire si actiune, cât si din punct de vedere emotional.

Persoanele cu scoruri scazute la aceasta scala se caracterizeaza printr-o nevoie continua de protectie si sprijin în luarea deciziilor. Sunt persoane dependente de ceilalti din punct de vedere emotional si cognitiv. La locul de munca prefera sa faca mai degraba parte din nivelul subordonatilor decât sa fie lideri si sa se bazeze pe ideile celorlalti decât sa vina cu propriile idei.

Un scor înalt la aceasta scala este caracteristic unei persoane independente în gândire si care manifesta o preferinta pentru a actiona independent. Obisnuieste sa se bazeze pe sine în luarea unor decizii importante, fara ca acest lucru sa însemne ca nu ia în considerare opiniile persoanelor din jur, ci doar ca aceste opinii nu sunt factorul determinant al alternativei alese. Sunt persoane caracterizate de un grad înalt de încredere în propria persoana si care prefera sa fie ele cele care coordoneaza o activitate sau un grup de oameni în loc sa fie sub supervizarea altcuiva. La locul de munca prefera un stil de munca independent, în care activitatea lor sa nu depinda de a celorlalti, sa hotarasca singure actiunile întreprinse, iar uneori prefera sa lucreze singure si cu instructiuni minime. Sunt persoane cu initiativa.

SA: AUTOACTUALIZARE

SCOR STANDARD = 113.16 (SCOR BRUT = 42)



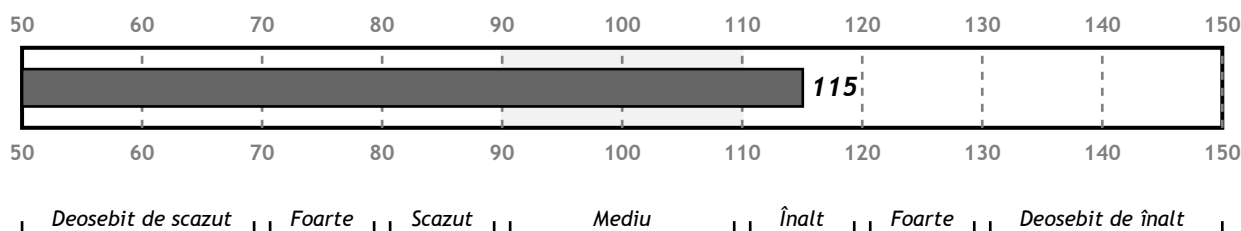
Autoactualizarea reprezinta aptitudinea unei persoane de a-si pune în valoare potentialul.

Un scor redus la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata nu este foarte interesata de a-si atinge întreg potentialul si prin urmare nu întreprinde eforturi consistente în acest sens. Nu încearca sa gaseasca semnificatie personala si satisfactie în lucrurile pe care le face, prin urmare este posibil ca si munca pe care o desfasoara sa nu fie activitatea sa preferata si nici sa nu-si fi pus vreodata întrebări în legatura cu acest lucru. Sunt oameni care nu si-au acordat destul timp pentru a descoperi ce le place si la ce sunt buni, de aceea este posibil sa nu simta o foarte mare satisfactie la locul de munca. Uneori îi încearca un sentiment de insatisfactie si sentimentul ca nu au realizat foarte multe lucruri în viata.

Un scor înalt la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata încearca sa faca tot ceea ce îi sta în putinta pentru a-si dezvolta la maxima aptitudinile, capacitatile, talentele si propria persoana în general. Se implica în eforturi de durată si manifesta atasament fata de anumite scopuri pe care le considera semnificative pentru propria persoana si dezvoltare. Implicarea în aceste scopuri îi dau acestei persoane un scop, o energie motivationala si o viata plina de semnificatie. Acestui fel de persoane le place sa învete lucruri noi si sunt în general pasionate de domeniul lor de activitate. Autoactualizarea este asociata cu sentimente de satisfactie de sine si de multumire în legatura cu propria viata. Aceste persoane au o idee foarte precisa în legatura cu unde vor sa ajunga si de ce.

DESCRIERE SCALA
MAJORA (FACTOR)**ER: INTERPERSONAL**

SCOR STANDARD = 115.05 (SCOR BRUT = 137)



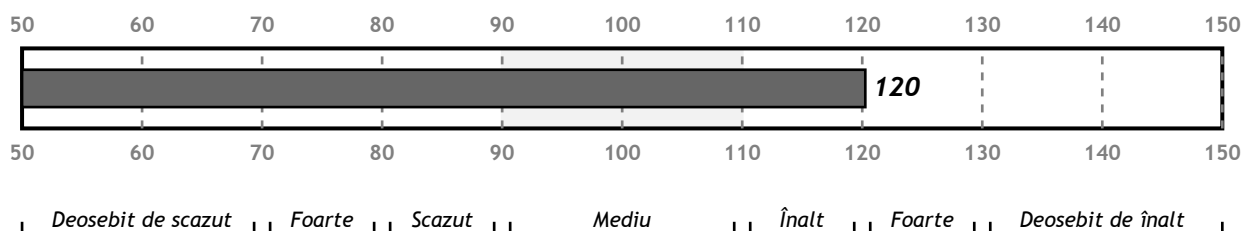
Aceasta componenta a inteligenței emotionale se referă la capacitatea și funcționarea interpersonală și socială. Subcomponentele scalei interpersonale includ Empatia, Responsabilitatea socială și Relaționarea interpersonală. În mare, rezultatele acestei componente indică adaptabilitatea socială, aptitudinea de a-i înțelege pe ceilalți, precum și aptitudinea de a interacționa și de a relaționa cu aceștia.

Un scor scazut la aceasta componenta este caracteristic persoanelor care prezintă anumite dificultăți în relaționarea cu ceilalți oameni. Au o capacitate redusă de a empatiza cu ceilalți și de a menține relații reciproc satisfăcătoare cu aceștia.

Scorurile înalte la aceste componente reflectă persoane responsabile, de încredere, cu deprinderi sociale adecvate și care funcționează corespunzător în sarcini care implică contactul și cooperarea cu ceilalți. Aceste persoane funcționează bine în poziții care necesită interacțiunea cu ceilalți și care presupun munca de echipă. Deprinderile interpersonale bine dezvoltate sunt importante pentru persoanele implicate în activități precum relațiile cu clienții, management și leadership.

EM: EMPATIE

SCOR STANDARD = 120.25 (SCOR BRUT = 38)



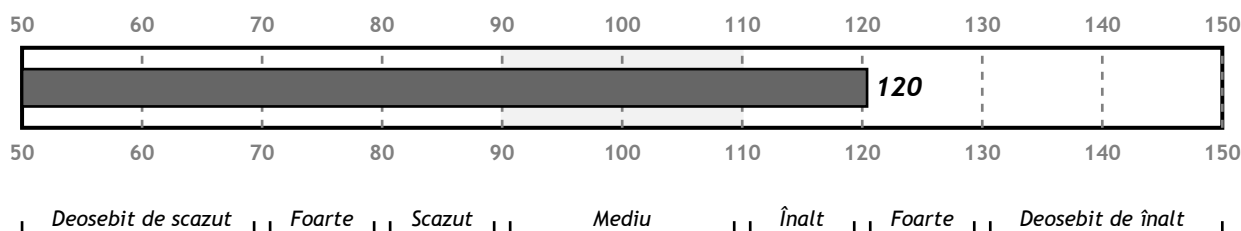
Empatia reprezintă aptitudinea de a fi conștient de sentimentele celorlalți, de a le înțelege și aprecia.

Un scor scazut la aceasta scala semnifică o persoană puțin receptivă la sentimentele celorlalți, care prezintă dificultăți în a-i înțelege pe ceilalți, a le acorda atenție și a vedea lucrurile din perspectiva acestora. Acest scor este caracteristic unui tip de persoane mai predispuse să nu se gândească la modul în care acțiunile lor îi vor influența pe ceilalți, tocmai din cauza unei empatii mai reduse. La locul de muncă, lipsa capacității de a înțelege trăirile, grijile și nevoile colegilor poate duce la relații de muncă tensionate, la neînțelegeri și chiar la rupturi în cadrul echipei.

Scorurile înalte la aceasta scala sunt caracteristice persoanelor sensibile la ceea ce simt oamenii, care înțeleg și conștientizează trăirile acestora. Sunt persoane care posedă aptitudinea de a-i "citi" emoțional pe ceilalți și sunt capabile să înțeleagă motivul pentru care oamenii simt într-un anumit fel. Le pasa de asemenea și sunt preocupate de ceilalți, pe care încearcă să-i ajute atunci când pot și pe care evita să îi rănească. În compania lor, celelalte persoane simt că cineva îi ascultă și înțelege și se creează mai ușor un sentiment de familiaritate și încredere.

RE: RESPONSABILITATE SOCIALA

SCOR STANDARD = 120.40 (SCOR BRUT = 50)



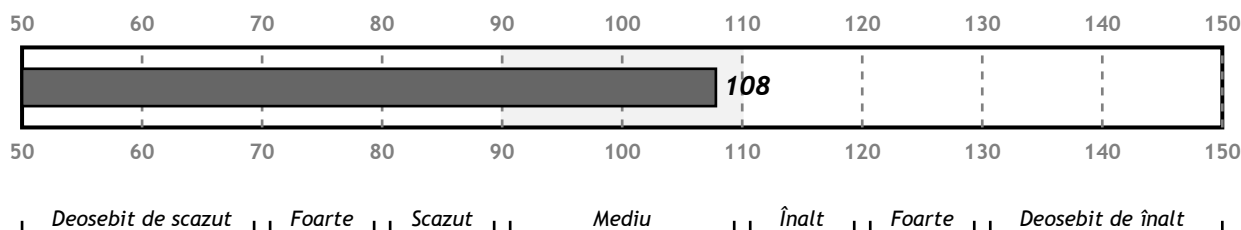
Responsabilitatea sociala reprezinta aptitudinea unei persoane de a fi un membru cooperant, care contribuie constructiv la succesul grupului sau social.

Un scor scazut la aceasta scala este caracteristic persoanelor cu un grad redus de responsabilitate sociala. La un nivel foarte scazut poate însemna chiar si riscul manifestarii de atitudini antisociale sau de încălcare a legilor, cum ar fi de exemplu actiuni abuzive fata de ceilalti. Un astfel de risc exista din cauza lipsei de înțelegere a regulilor sociale. Sunt persoane mai degraba competitive decât cooperante.

Un scor înalt la aceasta scala este caracteristic unei persoane responsabile din punct de vedere social, cu conștiinta sociala, care își asuma responsabilitati fata de comunitate, este cooperanta si constructiva. Este o persoana pe care te poti baza, care actioneaza în mod responsabil, chiar daca nu obtine un beneficiu personal pentru acest lucru. Este o persoana care îi accepta, respecta, ajuta pe ceilalti si care sustine regulile sociale, fiind capabila totodata sa își utilizeze aptitudinile nu doar în propriul interes, ci si în interesul celorlalti. Are standarde morale si etice ridicate si nu ar face rau unei alte persoane cu buna stiinta, la fel cum nu ar încălca nici legea. Își poate controla anumite emotii negative care apar în contactul cu membrii grupului din care face parte, pentru ca înțeleg scopul superior al grupului fata de scopul lor personal. Își tine de cele mai multe ori promisiunile.

IR: RELATIONARE INTERPERSONALA

SCOR STANDARD = 107.81 (SCOR BRUT = 49)



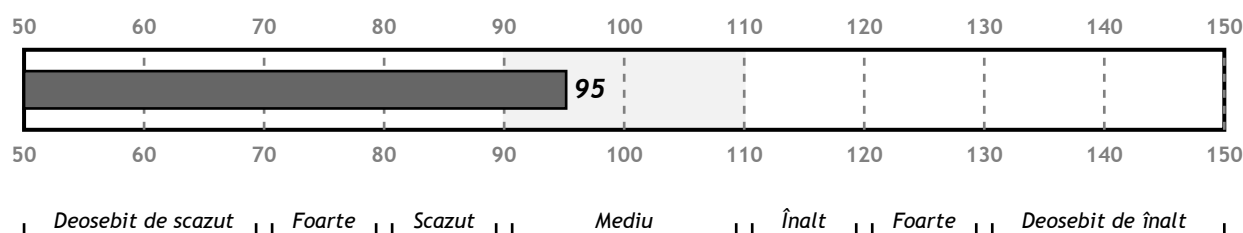
Relationarea interpersonală reprezinta aptitudinea unei persoane de a stabili si mentine relatii mutual satisfacatoare, caracterizate prin intimitate si prin oferirea si primirea de afectiune. Aceasta este scala care se refera cel mai direct la aptitudinea de a interactiona cu ceilalti.

Un scor scazut la aceasta scala este caracteristic persoanelor care prezinta anumite dificultati în relationarea interpersonală, fiind foarte posibil ca aceste relatii sa fie de scurta durata si nu foarte profunde. Dificultatea stabilirii acestor relatii este dublata de faptul ca nu prezinta nici starea psihologica pozitiva adecvata pentru stabilirea acestor relatii. Sunt persoane caracterizate si de o oarecare rigiditate, nereusind sa identifice si sa accepte diferentele de idei si sentimente între propria persoana si cei din jur. De asemenea, prezinta doar la un nivel foarte redus capacitatea de a comunica afectiv cu ceilalti.

Un scor înalt la aceasta scala semnifica faptul ca persoana evaluata prezinta aptitudini interpersonale dezvoltate. Relatiile sale cu ceilalti sunt reciproc satisfacatoare în cea mai mare parte a timpului, fiind capabila sa primeasca si sa transmita afectiune acestora. Aceasta capacitate este dublata si de dorinta de a cultiva relatii apropiate cu ceilalti, relatii de la care persoana evaluata are asteptari pozitive si în interiorul carora se simte multumita si confortabil. Aceasta aptitudine sustine comunicarea eficienta si schimburile reciproc avantajoase de idei, sentimente si informatii.

DESCRIERE SCALA
MAJORA (FACTOR)**SM: MANAGEMENTUL STRESULUI**

SCOR STANDARD = 95.16 (SCOR BRUT = 67)



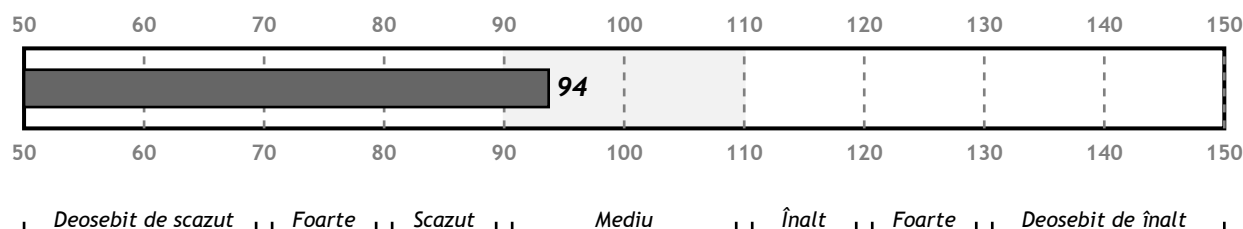
Componentele Managementului stresului sunt Toleranta la stres si Controlul impusurilor. Dupa cum sugereaza si denumirea componentei, aceasta evalueaza modalitatea personala de a reactiona la stres.

Un scor redus la aceasta componenta semnifica o dispozitie a persoanei de a reactiona negativ si de a se adapta mai greu la situatii stresante, precum si de a avea un control mai redus al impusurilor.

Respondentii cu scoruri înalte la aceasta scala compozita sunt capabili sa faca fata stresului fara a se autodistruge si fara a pierde controlul asupra situatiei sau asupra lor. Sunt în general calmi, rareori impulsivi si lucreaza bine sub presiune. Persoanele care obtin scoruri înalte la aceasta componenta pot sa faca fata unor sarcini stresante, care provoaca anxietate, frustrare sau care implica un element de pericol. Deprinderile de management al stresului sunt critice pentru oamenii care lucreaza în prima linie a unor activitati periculoase, cum ar fi politisti, pompieri, personal medical de urgenta, asistenti sociali si militari.

ST: TOLERANTA LA STRES

SCOR STANDARD = 93.71 (SCOR BRUT = 32)



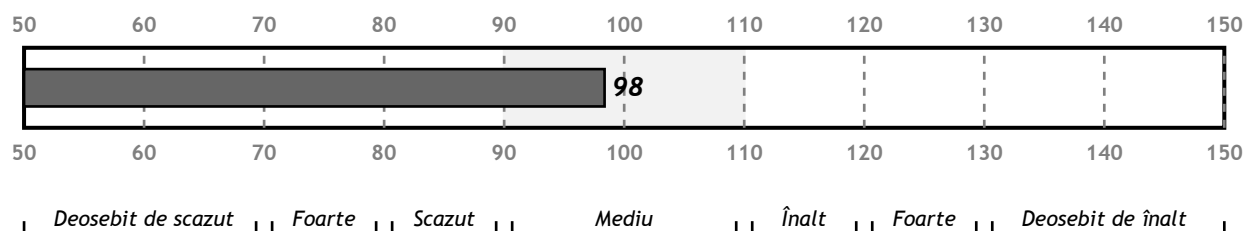
Toleranta la stres reprezinta aptitudinea unei persoane de a tine piept evenimentelor nefavorabile fara a claca, prin anumite mecanisme adaptative active si pozitive la stres si de a rezista situatiilor dificile fara a fi coplecita de acestea.

Un scor scazut la aceasta scala este obtinut de o persoana caracterizata printr-un grad ridicat de anxietate, care tinde sa cada pradă sentimentelor de neajutorare si lipsa de speranta atunci când apar situatii stresante. Prefera sa evite înfruntarea situatiilor stresante pâna ce acestea devin inevitabile. Un nivel scazut al tolerantei la stres este asociat în plan organizational cu o mai mare oboseala, o complianta mai reduisa si uneori cu izbucniri nervoase.

Un scor înalt la aceasta scala sugereaza faptul ca persoana evaluata are o capacitate înalta de a raspunde pozitiv la stres si de a face fata la evenimentele neplacute, adica de gasi solutii adecvate si de a le aplica în timp util în vederea rezolvării situatiei care provoaca stresul ("coping pozitiv"). Persoana cu scor înalt la aceasta scala mai este caracterizata de asemenea printr-o atitudine pozitiva fata de schimbare si încrederea în propria persoana ca va putea gestiona cu succes situatiile neprevazute aparute, precum si sentimentul controlului, calmului si relaxării în fata situatiei stresante. Nu se lasa coplecita de emotiile puternice provocate de situatiile stresante, devine doar arareori tematoare sau agitata si situatii în care se afla sub presiune. Este o persoana care prefera sa înfrunte situatiile stresante decât sa le evite. O capacitate de toleranta la stres ridicata este asociata adesea cu capacitatea de a utiliza emotiile în propriul avantaj (scoruri înalte la scalele Optimism si Constiinta de sine emotionala).

IC: CONTROLUL IMPULSURILOR

SCOR STANDARD = 98.37 (SCOR BRUT = 35)



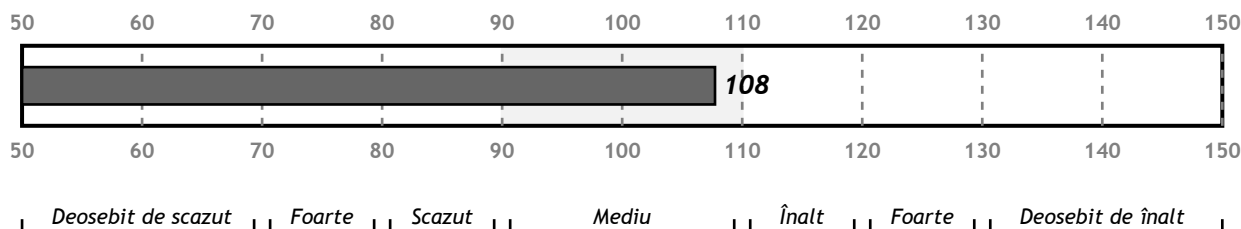
Controlul impulsurilor reprezintă aptitudinea unei persoane de a rezista la sau de a amâna un impuls, un imbold sau o tentativă de a acționa.

Un scor scazut la aceasta subscala sugerează faptul că persoana evaluată este impulsivă, prezintă o toleranță scăzută la frustrare, probleme de control a furiei, poate prezenta un comportament exploziv și imprevizibil. Ia decizii sau acționează pripit sau fără a avea toate informațiile necesare. Impulsivitatea face ca acest tip de persoane să fie imprevizibile, lucru care generează încordare și neîncredere la cei cu care vin în contact în viața personală sau profesională. Un control scăzut al impulsurilor are un impact negativ asupra comunicării, încrederii și sprijinului reciproc între membrii grupurilor sociale.

Un scor înalt la această scală este specific oamenilor capabili să își controleze pornirile agresive și ostile, precum și comportamentul iresponsabil. Acești oameni devin doar arareori nerăbdători sau agitați și tot la fel de rar exagerează sau își pierd controlul. Își pot amâna pornirile spre acțiune până în momentul în care au timp să se gândească rațional la emoțiile care le determină respectiva acțiune. Sunt persoane care în loc să exagereze, se asigură că își acordă suficient timp pentru a înțelege de ce simt într-un anumit fel. ceilalți oameni se simt relaxați și în largul lor în compania acestui gen de persoane, deoarece nu se așteaptă din partea lor la reacții necontrolate.

DESCRIERE SCALA
MAJORA (FACTOR)**AD: ADAPTABILITATE**

SCOR STANDARD = 107.73 (SCOR BRUT = 110)



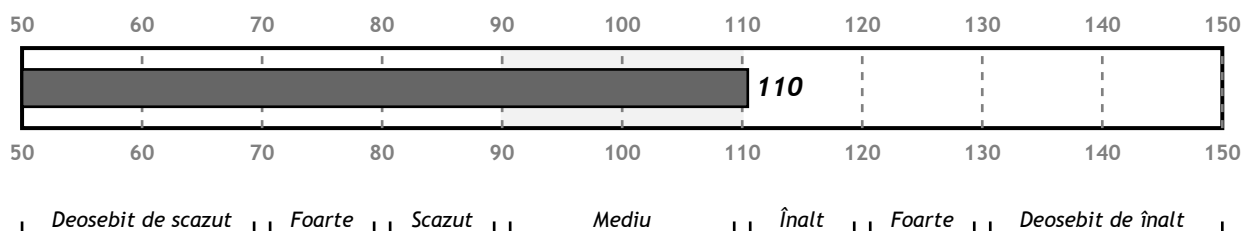
Aceasta componenta a coeficientului de inteligenta emotionala evalueaza cât de eficient reuseste o persoana sa se adapteze la cerintele mediului pe baza aptitudinii sale de a cântari si de a aborda situatiile problematice. Componenta este compusa din Testarea realitatii, Flexibilitate si Rezolvarea de probleme.

Un scor redus la aceasta componenta este caracteristic unei persoane mai puțin racordate la realitate si care prezinta riscul de a visa mult cu ochii deschisi. Solutiile pe care le gaseste la problemele cu care se confrunta sunt adesea fantaziste si mai puțin realiste. Se simte confortabil în medii în care schimbarea nu este o regula, având un oarecare grad de rigiditate si rezistenta la schimbare.

Un scor înalt la aceasta componenta semnifica faptul ca persoana evaluata este flexibila în adaptarea la schimbarile situationale, este o persoana practica, realista si care nu fantazeaza peste masura. Înțelege situatiile problematice si are solutii eficiente si practice la acestea. Sunt persoane care se simt confortabil în mediile care necesita o gândire clara si care au capacitatea de a face fata la cerinte si provocari în continua schimbare. Adaptabilitatea nu este doar un atribut valoros în sine pentru viata de zi cu zi si pentru functionarea normala a tuturor indivizilor, ci mai mult, respondentii care obtin scoruri înalte la aceasta componenta pot aduce de asemenea o contributie substantiala si la locul de munca. Aceste persoane s-ar putea descurca bine, de exemplu, în departamente de cercetare, dezvoltare si planificare.

RT: TESTAREA REALITATII

SCOR STANDARD = 110.46 (SCOR BRUT = 44)



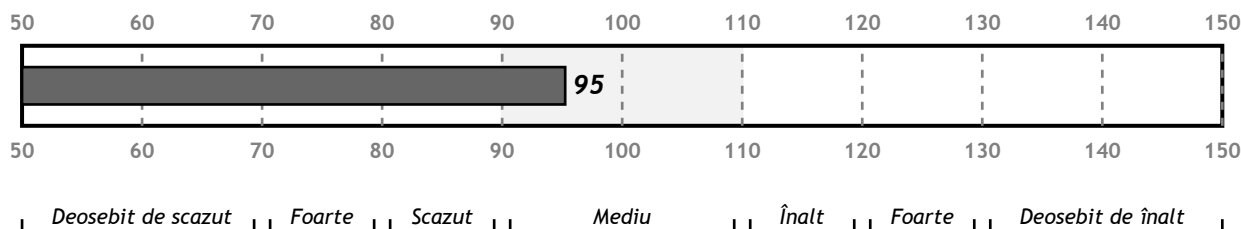
Testarea realitatii reprezinta aptitudinea unei persoane de a evalua corespondenta între ceea ce simte sau traieste si ceea ce exista cu adevarat, obiectiv, în realitate.

Un scor redus la scala Testarea realitatii este caracteristic unei persoane care prezinta o aptitudine scazuta de a evalua diferenta între ceea ce experimenteaza si ceea ce exista în realitate. Este o persoana visatoare, care fantazeaza si care are un contact mai scazut cu realitatea. Testarea scazuta a realitatii, asa cum este aceasta masurata de EQ-i, nu are o conotatie patologica, însa poate provoca dificultati în evaluarea si rezolvarea rapida si cu succes a situatiilor de viata. Persoanelor cu un scor redus le este greu sa examineze corect situatiile din diverse perspective si din cauza faptului ca se lasa cuprinse de emotii excesiv de pozitive (cum ar fi optimismul extrem) sau excesiv de negative (de exemplu stres sau anxietate ridicate).

Un scor înalt la aceasta scala este caracteristic persoanelor capabile sa evalueze corespondenta între ceea ce experimenteaza (subiectiv) si ceea ce exista în realitate (obiectiv). Sunt persoane realiste, cu picioarele pe pamânt, care încearca sa pastreze o perspectiva racordata la realitate asupra lucrurilor. O alta caracteristica a acestora este faptul ca sunt mereu în cautare de dovezi obiective si pragmatice care sa le confirme, sa le justifice si sa le sprijine sentimentele si actiunile. Se concentreaza pe examinarea modalitatilor prin care pot face fata situatiilor, pe masura ce acestea apar. Acorda atentie informatiilor relevante pentru solutionarea imediata a problemelor, luând decizii mai bune si cu mai putine erori.

FL: FLEXIBILITATE

SCOR STANDARD = 95.25 (SCOR BRUT = 28)



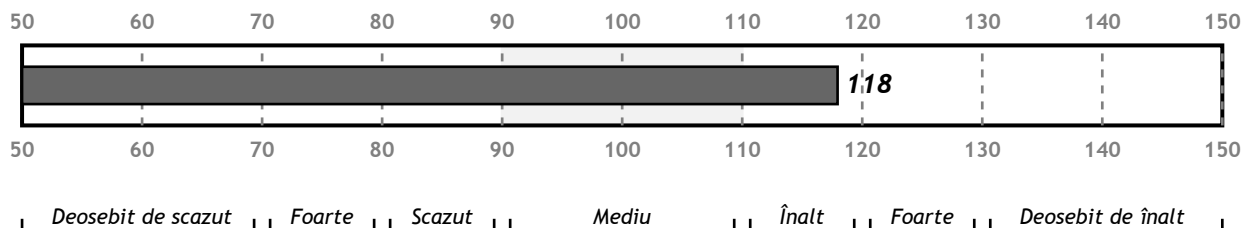
Flexibilitatea reprezintă aptitudinea unei persoane de a-si adapta emotiile, gândurile și comportamentul la situațiile și condițiile de mediu schimbătoare.

Un scor scazut la aceasta scala este caracteristic unei persoane care prezintă o oarecare rigiditate la schimbare și la situații neprevăzute. Prezintă dificultăți în a-si schimba obiceiurile sau opiniile pe care le are de mult timp și care pot fi depășite, precum și la adaptarea emoțiilor, gândurilor și comportamentelor la situațiile în schimbare. Se simte pusă în dificultate de schimbări semnificative în stilul de viață. Îi este dificil să se descurce în medii dinamice, însă se simte confortabil și da un randament bun în mediile în care sunt necesare și valorizate consecvența, stabilitatea și rutina. Îi este greu să lucreze în medii cu un nivel redus de structurare. Preferă să utilizeze metodele cunoscute și cu care se simte confortabil în rezolvarea de probleme.

Un scor înalt la aceasta scala semnifică faptul că persoana evaluată se poate adapta cu ușurință la circumstanțele nefamiliare și dinamice care apar, capabilă să reacționeze la schimbare fără rigiditate. Se caracterizează prin deschidere față de diversele idei ale celorlalți și prin faptul că nu tin cu tot dinadinsul să aibă dreptate sau să li se implementeze soluțiile, ci își pot schimba punctul de vedere atunci când dovezile demonstrează faptul că se înșală. Caută idei noi și soluții inovative la problemele cu care se confruntă.

PS: REZOLVARE DE PROBLEME

SCOR STANDARD = 117.94 (SCOR BRUT = 38)



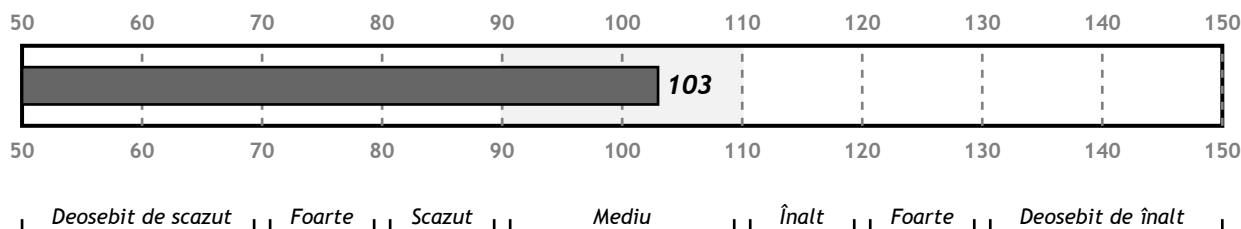
Aptitudinea rezolvării de probleme reprezintă aptitudinea unei persoane de a identifica și defini probleme, precum și de a implementa soluții potențial eficiente.

Un scor scazut la aceasta scala reflectă faptul că persoana evaluată dispune de o capacitate rezolutivă redusă. Nu reușește să parcurgă cu succes etapele rezolvării problemelor aparute, în sensul că le identifică mai greu, găsesc mai greu soluții potențiale și o aleg mai greu dintre acestea pe cea mai adecvată. Din cauza acestei aptitudini reduse nici nu le face plăcere să fie puși în situații rezolutive, lucru care poate avea urmări negative la locul de muncă sau asupra tipului de activitate desfășurat.

Un scor înalt la aceasta scala reflectă faptul că persoana evaluată are o abordare eficientă de a rezolva problemele aparute. Îi place să delibereze și este foarte eficientă atât la definirea problemelor cât și la generarea și implementarea de soluții potențial eficiente. Aceste scoruri înalte sunt caracteristice persoanelor cărora le place să se confrunte cu problemele și să le depășească, în loc să le evite. Sunt oameni conștiincioși, disciplinati, metodici, sistematici și perseverenți în abordarea problemelor și găsesc de cele mai multe ori soluțiile cele mai eficiente la probleme. Procesul rezolutiv le generează emoții pozitive, care le permit să fie mai deschisi la o idee și apoi să extindă gama de idei care îi vin în minte. Aceasta viziune largită construiește la rândul său aptitudinea individuală de a obține resurse intelectuale și sociale.

DESCRIERE SCALA
MAJORA (FACTOR)**GM: STARE GENERALA**

SCOR STANDARD = 102.99 (SCOR BRUT = 73)



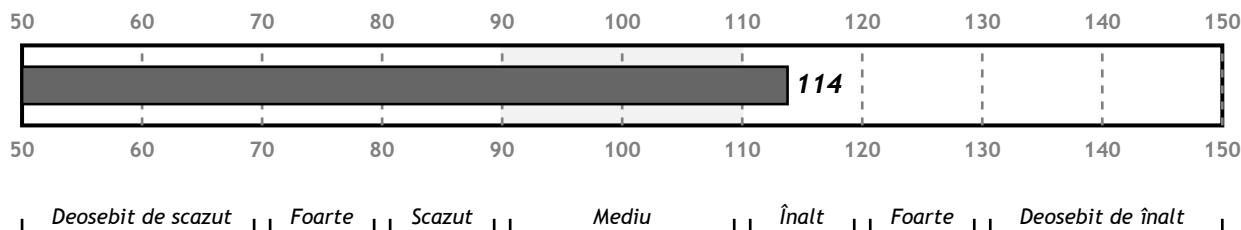
Scalele care fac parte din aceasta componenta sunt scalele Optimism si Fericire. Aceasta componenta a inventarului masoara aptitudinea unei persoane de a se bucura de viata, precum si gradul în care viziunea de ansamblu asupra vietii este caracterizata de un sentiment general de multumire, de satisfactie.

Un scor redus este caracteristic persoanelor mai pesimiste, care au o viziune negativa asupra vietii si care nu stiu sa se bucure de aceasta.

Un scor înalt la aceasta componenta indica în general indivizi veseli, pozitivi, plini de speranta si optimisti, care stiu sa se bucure de viata. Pe lângă faptul ca este un element esential în interactiunea cu ceilalti, acest atribut este o componenta motivationala cu o mare influenta în rezolvarea de probleme si în toleranta la stres. Persoanele care obtin scoruri înalte la aceasta componenta ajuta la crearea unei atmosfere motivate si pozitive la locul de munca.

OP: OPTIMISM

SCOR STANDARD = 113.78 (SCOR BRUT = 37)



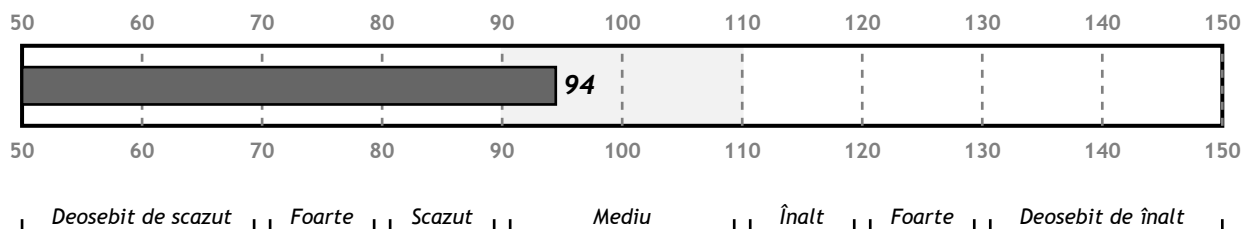
Optimismul reprezinta aptitudinea unei persoane de a mentine o atitudine pozitiva, chiar si în fata necazurilor.

Un scor scazut semnifica faptul ca persoana este pesimista. Un scor foarte scazut poate fi caracteristic unor persoane care prezinta stari depresive. O atitudine negativa predispune si la abandonarea scopurilor înainte ca acestea sa fie atinse si la ignorarea potentialelor solutii ale problemelor. Un scor scazut înseamna si o atitudine generala de renuntare si de pesimism în fata dificultatilor vietii.

Un scor înalt la aceasta subscala semnifica faptul ca persoana evaluata abordeaza viata cu optimism, este plina de speranta si care nu se descurajeaza usor. Vede partea plina a paharului si are mereu o atitudine pozitiva. Aceasta caracteristica este de obicei de ajutor în adaptarea la situatiile dificile sau stresante. Persoanele optimiste sunt în general membri de dorit ai unei echipe, deoarece sunt mai motivate si mai perseverente si îi molipsesc si pe cei din jur.

HA: FERICIRE

SCOR STANDARD = 94.47 (SCOR BRUT = 36)



Fericirea reprezintă aptitudinea unei persoane de se simți multumită de propria viață, de a-i placea de sine și de ceilalți și de a se bucura de viață.

Un scor scăzut la această scală este caracteristic unei persoane care prezintă tendința de a se îngrijora, o lipsă a spiritului de acțiune, nesiguranta în privința viitorului, retragere socială, sentimente de vină, insatisfacție în legătură cu propria viață și gânduri depresive. În cazuri extreme persoana poate prezenta gânduri și comportamente autodistructive sau sinucigase.

Un scor înalt la această scală semnifică faptul că persoana evaluată se bucură de propria viață, este fericită, entuziastă și debordează de bună dispoziție. Se simte bine și în largul său în toate contextele, atât la locul de muncă cât și în timpul liber, îi place să se distreze și place compania celorlalți. Sunt persoane mereu vesele, cu care este o plăcere să îți petreci timpul. Aceste persoane prezintă un grad mai mare de satisfacție la locul de muncă. Au o dorință mai mare de a explora, de a căuta noi informații și de a avea o gândire creativă.

3

SECTIUNEA 3: RAPORTUL INTERPRETATIV

Avertisment

Avertisment

Acest raport computerizat este menit să ajute la interpretare și nu trebuie utilizat ca singură bază pentru plasare, intervenție sau alte tipuri de decizii. Acest raport funcționează cel mai bine în coroborare cu alte surse de informații relevante. Acest raport are la bază un algoritm care oferă interpretările cele mai obișnuite pentru scorurile obținute. Interpretările neobișnuite trebuie explorate cu alte instrumente de la caz la caz.

How to interpret

Ghid de interpretare a scorurilor scalelor compozite și a subscalelor EQ-i

Următoarele secțiuni descriu semnificația scorurilor coeficientului de inteligență emoțională total și a scalelor EQ-i. În general, scorurile înalte semnifică o bună dezvoltare a aptitudinii continuate de numele scalei. Scorurile plasate în jurul mediei indică o funcționare satisfăcătoare și sunt obținute de către majoritatea persoanelor cărora le-a fost aplicat EQ-i. Scorurile scăzute indică arii care necesită îmbunătățire pentru a se crește inteligența emoțională și socială. În caz ca toate scorurile sunt înalte sau toate scorurile sunt scăzute, este necesar să se identifice dintre acestea cele mai înalte și cele mai scăzute scoruri, acest lucru contribuind la indicarea punctelor forte și a celor slabe.

Coeficient de
inteligență
emoțională total**Coeficient de inteligență emoțională total**

IOANA are un coeficient de inteligență emoțională total care indică faptul că ea se simte în general bine în propria piele și în legătură cu ceilalți și că duce o viață de succes. Persoanele care se situează în partea superioară a mediei coeficientului de inteligență emoțională total sunt în general optimiste în legătură cu problemele care apar și au o viziune pozitivă. Aceste persoane își controlează cu succes emoțiile și nu sunt în general impulsive. În secțiunea următoare este prezentată o descriere detaliată a componentelor EQ-i.

Intrapersonal

Intrapersonal

Această componentă a coeficientului de inteligență emoțională total se referă la evaluarea eului interior. Subcomponentele scalei EQ Intrapersonal sunt Respectul de sine, Conștiința de sine emoțională, Asertivitatea, Independența și Autoactualizarea. Una sau mai multe dintre componentele funcționării intrapersonale sunt arii potențiale de îmbunătățire. Totuși scorul global la scala Intrapersonal sugerează faptul că punctele interpersonale tari compensează într-un grad mare punctele slabe. În următoarea secțiune sunt descrise cele cinci componente ale funcționării intrapersonale.

RESPECT DE SINE

Rezultatele la această subscală indică un respect de sine adecvat și o încredere în sine eficientă. IOANA are o bună înțelegere a propriilor puncte puternice și slabe. Își prezintă ideile și atitudinile cu încredere.

CONȘTIINȚA DE SINE EMOTIONALĂ

Răspunsurile sugerează o conștiință de sine emoțională foarte eficientă și indică o persoană care cunoaște modul în care propriile sentimente și emoții îi influențează opiniile, atitudinile și judecățile. IOANA este capabilă să faciliteze interacțiunile cu ceilalți oameni prin monitorizarea îndeaproape a propriilor emoții în timpul schimburilor cu ceilalți.

ASERTIVITATE

Per ansamblu, asertivitatea persoanei evaluate este adecvata în unele sau cele mai multe dintre situatii. Totusi exista anumite situatii în care IOANA este incapabila sa-si prezinte ideile, sentimentele si îngrijorările în cea mai adecvata modalitate. Contributiile la conversatii/discutii pot fi oarecum limitate. Perfectionarea în aceasta arie poate fi utila. Orice dificultate este mai pronuntata atunci când este vorba despre un conflict sau contradicție.

INDEPENDENTA

IOANA își dorește și este capabila de a gândi, lucra și de a lua decizii independent. Se poate consulta cu alți oameni, dar cel mai adesea alege independent cursul acțiunii.

AUTOACTUALIZARE

IOANA realizează de cele mai multe ori ceea ce vrea să realizeze. Obține un grad ridicat de satisfacție din activitatea sa și se implică în scopuri semnificative și interesante pentru propria persoană. Drept rezultat, IOANA este foarte motivată și are succes în ceea ce face. Lupta pentru a-si optimiza performantele.

Interpersonal

Interpersonal

Aceasta componenta a coeficientului de inteligența emoțională total se referă la capacitatea și funcționarea interpersonală. Subcomponenetele scalei Interpersonal sunt Empatia, Responsabilitatea socială și Relaționarea interpersonală. IOANA gestionează corespunzător și cu încredere cele mai multe dintre situațiile interpersonale. Înțelege de cele mai multe ori opiniile și atitudinile celorlalți și are aptitudinea de a relaționa cu ceilalți acceptabil. Scorul reflectă o persoană responsabilă, de încredere și care da un randament bun în sarcinile care presupun contact cu alte persoane și cooperare.

EMPATIE

IOANA este o persoană foarte empatică. Răspunsurile indică o aptitudine înaltă de a fi conștient de, de a înțelege și de a aprecia trăirile celorlalți. Acest lucru este foarte util în interacțiunile cu ceilalți și în timpul eforturilor de echipă. În dinamica de grup, IOANA empatizează cu ceilalți.

RESPONSABILITATE SOCIALA

Rezultatele în această arie sugerează o persoană cooperativă și constructivă. IOANA este probabil o persoană foarte responsabilă și de încredere. Ea ajută mereu în interacțiunile cu ceilalți și încearcă să contribuie activ în "comunitate" (societate, corporație, echipă etc.).

RELATIONARE INTERPERSONALA

Răspunsurile portretizează o persoană cu deprinderi interpersonale excelente. Aceasta este scala care se referă cel mai direct la aptitudinea de a interacționa cu ceilalți. IOANA este capabilă să formeze relații și alianțe amiabile. Aceasta aptitudine sprijină comunicarea eficientă și schimburile reciproc avantajoase de idei, trăiri și informații. Răspunsurile indică anumite dificultăți în păstrarea legăturii cu prietenii. Este posibil ca IOANA să aibă parte de prea multe solicitări și să prezinte dificultăți în echilibrarea muncii și a vieții sociale.

Managementul stresului

Managementul stresului

Componenta Managementul stresului a coeficientului de inteligența emoțională este formată din subscalele Toleranța la stres și Controlul impulsurilor. Ambele componente ale acestei scale compozite se situează în jurul mediei sau peste medie, indicând o dispoziție calmă, lipsa impulsivității și aptitudinea de adaptare la stres, precum și un management al emoțiilor adecvat.

TOLERANTA LA STRES

Rezultatele sugereaza o aptitudine de a se adapta la evenimente neplacute si situatii stresante comparabila cu a restului populatiei. Persoana care obtine scorul în aceasta sectiune poate întâmpina din când în când dificultati în a se adapta la situatiile stresante, însa face fata în general celor mai multe dintre acestea. Rezultatele indica o dispozitie foarte calma si existenta unor experiente tipice de anxietate si nervozitate.

CONTROLUL IMPULSURILOR

IOANA prezinta un control al impulsurilor comparabil cu cel al celorlalti oameni din populatie. Ca si în cazul celorlalti oameni, exista momente în care se simte nerabdatoare, însa acest lucru nu este neobisnuit si genereaza doar arareori exagerari sau pierderea controlului. În cea mai mare parte a timpului se gândeste îndeajuns înainte de a lua decizii si de a actiona, evitând astfel greseli costisitoare produse de neatenție.

Adaptabilitate

Adaptabilitate

Aceasta parte a EQ-i este formata din subscalele Testarea realitatii, Flexibilitate si Rezolvare de probleme si examineaza cât de mult succes are persoana evaluata în adaptarea la cerintele mediului, pe baza aptitudinii sale de a evalua si de a aborda eficient situatiile problematice. IOANA gestioneaza corespunzator si cu încredere cele mai multe dintre situatiile interpersonale. Înțelege de cele mai multe ori opiniile si atitudinile celorlalti si are aptitudinea de a relationa cu ceilalti acceptabil. Scorul reflecta o persoana responsabila, de încredere si care da un randament bun în sarcinile care presupun contact cu alte persoane si cooperare.

TESTAREA REALITATII

Rezultatele indica o persoana cu o aptitudine peste medie de a evalua si de a surprinde corespondenta între ceea ce experimenteaza ("subiectivul") si fapte/realitate ("obiectivul"). Acest tip de persoana este adesea descris drept realista, cu picioarele pe pamânt si conectata la ceea ce se întâmpla în jurul sau.

FLEXIBILITATE

Rezultatele indica o aptitudine tipica a persoanei evaluate de a-si adapta emotiile, gândurile si comportamentele în medii dinamice si conditii în schimbare. Ca în cazul majoritatii oamenilor, schimbarile semnificative sunt percepute ca fiind dificile, însa cele mai multe dintre schimbarile mici sunt gestionate adecvat.

REZOLVARE DE PROBLEME

IOANA dispune de o aptitudine de rezolvare de probleme bine dezvoltata si o abordare extrem de eficienta a rezolvarii de probleme. Raspunsurile reflecta un stil foarte deliberativ si o persoana care este buna la definirea problemelor, precum si la generarea si implementarea de solutii potential eficiente. Un stil de rezolvare de probleme metodic indica faptul ca, atunci când este necesar, include o analiza a costurilor si beneficiilor si a implicatiilor pe termen lung.

Stare generala

Stare generala

Subcomponentele acestei scale compozite sunt subscalele Optimism si Fericire. Aceste componente ale EQ-i masoara sentimentul general de multumire al persoanei evaluate si viziunea de ansamblu asupra vietii. Scorurile înalte la aceste componente indica o viziune pozitiva care poate fi utila la sustinerea celor din jur. IOANA gestioneaza corespunzator si cu încredere cele mai multe dintre situatiile interpersonale. Înțelege de cele mai multe ori opiniile si atitudinile celorlalti si are aptitudinea de a relationa cu ceilalti acceptabil. Scorul reflecta o persoana responsabila, de încredere si care da un randament bun în sarcinile care presupun contact cu alte persoane si cooperare.

OPTIMISM

IOANA este o persoana foarte optimista. El în general capabila sa mentina o atitudine pozitiva, chiar si în fata necazurilor. Aceasta caracteristica este în general utila în adaptarea la situatiile dificile sau stresante.

FERICIRE

Nivelul de satisfacție al persoanei evaluate și atitudinea globală este asemănătoare cu cea a majorității oamenilor din populație. IOANA ajută adecvat la crearea și/sau menținerea unei atmosfere pozitive în cele mai multe dintre interacțiuni.


Rezumatul
profilului**Rezumatul profilului**

Per total, rezultatele EQ-i indică o inteligență emoțională bine dezvoltată. Există totuși diferențe destul de mari între scorurile la cele 15 scale de conținut, indicând arii de bine dezvoltate și arii care trebuie îmbunătățite.


Strategii simple
pentru dezvoltare**Strategii simple pentru dezvoltare**

Strategii pentru îmbunătățirea ariilor EQ-i la care s-au obținut cele mai scăzute scoruri.:

ASERTIVITATE

- Dacă problema asertivității scăzute este datorată unui anumit stil de personalitate, e posibil să fie necesar un training în domeniul asertivității
- Reduceți barierele unei comunicări directe prin adoptarea unor circumstanțe mai puțin amenințătoare
- Unele persoane prezintă dificultăți în a fi asertive în discuții față în față. În aceste condiții metodele de comunicare scrisă sau electronică pot constitui alternative viabile
- Sporiți-vă încrederea (cheie a asertivității) prin recunoașterea și recompensarea gândurilor și ideilor bine prezentate

TOLERANȚA LA STRES

- Îmbunătățiți-vă deprinderile de management al timpului
- Asigurați-vă că vă prioritizați adecvat activitățile/munca.
- Reduceți cererile / obligațiile
- Creați un echilibru între cerințele muncii și vieții personale pe de o parte și odihnă și relaxare pe de altă parte
- Divizați sarcinile complexe în sarcini mai mici

FLEXIBILITATE

- Puneți accent pe sarcinile care necesită consecvență
- Asigurați-vă că vă acordați suficient timp pentru a diminua impactul schimbărilor semnificative
- Efectuați un proces de brainstorming, preferabil în grup, cu scopul de a culege idei pentru a vă adapta la cerințele dinamice, în schimbare
- Asigurați-vă că primiți training corespunzător pentru a vă pregăti pentru activități și roluri noi
- Gândiți-vă la modul în care experiențele și deprinderile trecute sunt aplicabile noilor provocări

4

SECTION

SECTIUNEA 4: DETALIILE 'MODUS OPERANDI'

RASPUNSURI LA ITEMI

RASPUNSURI LA ITEMI

(1): '1'	(26): '5'	(51): '1'	(76): '1'	(101): '1'	(126): '2'
(2): '2'	(27): '3'	(52): '2'	(77): '3'	(102): '2'	(127): '1'
(3): '3'	(28): '2'	(53): '2'	(78): '4'	(103): '3'	(128): '3'
(4): '4'	(29): '5'	(54): '5'	(79): '2'	(104): '5'	(129): '5'
(5): '4'	(30): '1'	(55): '5'	(80): '5'	(105): '5'	(130): '3'
(6): '5'	(31): '5'	(56): '1'	(81): '5'	(106): '5'	(131): '3'
(7): '5'	(32): '3'	(57): '1'	(82): '4'	(107): '2'	(132): '2'
(8): '5'	(33): '4'	(58): '1'	(83): '3'	(108): '5'	(133): '5'
(9): '4'	(34): '4'	(59): '4'	(84): '5'	(109): '4'	
(10): '1'	(35): '1'	(60): '5'	(85): '4'	(110): '5'	
(11): '4'	(36): '3'	(61): '5'	(86): '3'	(111): '2'	
(12): '2'	(37): '2'	(62): '4'	(87): '3'	(112): '5'	
(13): '1'	(38): '1'	(63): '4'	(88): '4'	(113): '5'	
(14): '2'	(39): '5'	(64): '3'	(89): '5'	(114): '5'	
(15): '5'	(40): '5'	(65): '1'	(90): '5'	(115): '1'	
(16): '5'	(41): '1'	(66): '1'	(91): '3'	(116): '3'	
(17): '1'	(42): '1'	(67): '4'	(92): '2'	(117): '2'	
(18): '1'	(43): '3'	(68): '2'	(93): '3'	(118): '2'	
(19): '2'	(44): '5'	(69): '3'	(94): '4'	(119): '5'	
(20): '4'	(45): '5'	(70): '2'	(95): '5'	(120): '3'	
(21): '1'	(46): '1'	(71): '1'	(96): '4'	(121): '2'	
(22): '2'	(47): '4'	(72): '5'	(97): '2'	(122): '3'	
(23): '1'	(48): '2'	(73): '3'	(98): '5'	(123): '3'	
(24): '3'	(49): '4'	(74): '4'	(99): '4'	(124): '3'	
(25): '1'	(50): '4'	(75): '2'	(100): '5'	(125): '2'	

STATISTICI GENERALE

STATISTICI GENERALE

# '1' raspunsuri: 24 din 133 (18.05%)	
# '2' raspunsuri: 25 din 133 (18.80%)	
# '3' raspunsuri: 24 din 133 (18.05%)	
# '4' raspunsuri: 23 din 133 (17.29%)	
# '5' raspunsuri: 37 din 133 (27.82%)	
# raspunsuri lipsa: 0 din 133 (0.00%)	

SCORURI BRUTE

SCORURI BRUTE

[illegible]

© 1997, 1999, 2002, 2004, Multi-Health Systems Inc. Toate drepturile sunt rezervate, asupra testului si a tuturor accesoriilor.

Nici o parte a acestui test, foi de raspuns, caiet de testare sau raport asociat nu poate fi tiparita sau reprodusa prin orice forma, electronic, mecanic sau fotografic, nu poate fi tradusa si nu poate fi inclusa în vreun sistem de stocare a informatiei sau folosit pentru a tipari sau reproduce o interpretare electronica, fara permisiunea prealabila si expresa în scris a autorului sau a distribuitorului national autorizat.



Multi-Health Systems, Inc.
3770 Victoria Park Ave.
Toronto, Ontario, M2H 3M6
<http://www.mhs.com>

Publicat si distribuit în România sub licenta de D&D Consultants Grup, SRL.



D&D Consultants Grup, SRL
Str. Frederic Chopin, Nr. 16, Ap. 2, Sector 2, Bucuresti
Tel/Fax (+4) 021 242 8963

Acest test nu poate fi revândut, sublicentiat, redistribuit sau în orice alt mod transferat sau folosit în orice modalitate de orice alta parte decât persoana sau entitatea careia i-a fost licentiat. Orice violare a acestei prevederi va duce la anularea automata a licentei si va pune partile implicate în culpa în conformitate cu legea drepturilor de autor.