

BRIO



Platforma Digitală
pentru Îmbunătățirea
Performanței Școlare

Test de personalitate

Raport pregătit pentru iustina

Vârsta: 27

Genul: FEMININ





Interpretarea acestui raport

SCOP

Acest raport se bazează pe răspunsurile tale la Testul de Personalitate. Acesta ajută la o mai bună înțelegere a caracteristicilor tale preferențiale, atitudinale și comportamentale rezultate din structura personalității tale.

DEFINIRE

Descrierile din acest raport pornesc de la cea mai actuală teorie în domeniul personalității, teoria celor cinci factori (Big Five). Conform acesteia, personalitatea umană poate fi definită prin cinci trăsături cuprinzătoare:

Extraversie | Amicalitate | Conștiinciozitate
Stabilitate emoțională | Deschidere mentală.

Fiecare dintre trăsăturile principale (numite în raport scale principale) are în componență două fațete (numite în raport scale secundare). Raportul oferă scoruri pentru cele 5 trăsături/scale principale și 10 fațete/scale secundare. Scorurile sunt prezentate pe o scală de la 1 la 100.

Este important să reții că personalitatea nu te îndreaptă direct spre o anumită ocupație, însă influențează modul în care abordezi sarcini, precum și tipul de activități pe care le preferi și în care poți fi eficient. Cunoscându-ți personalitatea, vei ști dacă ai dezvoltate trăsăturile de care ai nevoie pentru un anumit domeniu sau dacă trebuie să depui un efort conștient pentru a le dezvolta.

UTILIZARE

Subliniem faptul că testul se referă doar la trăsăturile de personalitate. În alegerea unei direcții în carieră aceste rezultate trebuie coroborate cu un număr de alte informații, printre care interese personale, aptitudinea mentală generală (inteligenta), valori personale, disponibilitatea de a urma studiile și formarea necesară calificării în meseria vizată, disponibilitatea ocupațiilor pe piața muncii etc.

■ ATENȚIE

Deoarece scopul pentru care ai aplicat acest test este facilitarea luării unei decizii majore de viață, recomandăm că la interpretarea BFQ și în alegerea unui traseu în carieră să consulți opinia unui consilier specializat.



STRUCTURA RAPORTULUI

În afara acestei pagini de introducere, în acest raport vei găsi următoarele informații:

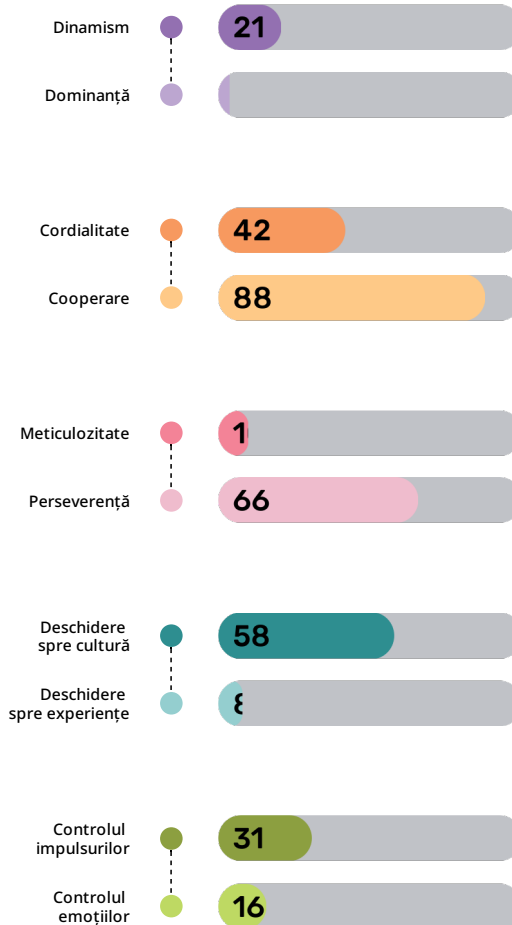
1. Profilul de personalitate,
2. Explicațiile rezultatelor obținute, pentru fiecare din cele 5 domenii principale,
3. Sugestii privind preferințe comportamentale derivate din trăsăturile tale de personalitate,
4. Exemple de ocupații care se potrivesc cu scorurile obținute la fiecare din cele 5 scale,
5. Recomandări generale

PROFILUL DE PERSONALITATE

SCALELE PRIMARE



SCALELE SECUNDARE





EXTRAVERSIE E

Scala Extraversie (E) identifică persoanele entuziaste, care se integrează cu ușurință în cadrul colectivului, care relaționează ușor și de aceea sunt capabile să stabilească căi de comunicare eficiente cu cei din jur.

■ INTERVAL SCOR: 0 - 20

Persoană introvertită și puțin activă. Tinde să se închidă în sine, să evite relaționarea cu lumea exterioară. Nu este vorbăreață. Este timidă și evita să iasă în evidență în cadrul grupurilor. Nu vine aproape niciodată cu inițiative, ci preferă să urmeze direcțiile și ideile celorlalți.

INTERVAL SCOR: 20 - 40

De cele mai multe ori, persoana evaluată preferă să stea singură. Preferă să execute, nu să comande, adică acceptă roluri de subordonat, decât roluri manageriale care presupun trasarea unor sarcini, impunerea unor proceduri sau stiluri de muncă. Este mai degrabă retrasă, nu iese foarte mult în evidență. Rareori va lua cuvântul în public. Preferă mediile de muncă în care știe exact ce are de făcut și care nu implică multă relaționare cu ceilalți.

INTERVAL SCOR: 40 - 60

Persoanei evaluate îi place să fie în compania celorlalți. Este comunicativă, extrovertită, chiar dacă nu întotdeauna va fi cea care va da tonul discuției. În general, caută să fie plăcută și să se integreze în colectivul din care face parte.

INTERVAL SCOR: 60 - 80

Persoana evaluată adoră să fie în compania oamenilor; demonstrează dezinvoltură în acțiunile proprii; este mai degrabă vorbăreață și extrovertită, dând dovadă de mare putere de convingere. Caută în mod constant să își îmbunătățească performanța la locul de muncă și îi place să fie în centrul atenției. Îi place să vorbească, să își expună punctul de vedere, de aceea este văzută că o persoană eficientă și preocupată de ceea ce se întâmplă în jurul său.



INTERVAL SCOR: 80 - 100

Persoana evaluată e în permanentă căutare a acelor activități care îi permit să stea în compania oamenilor. Este foarte extrovertită și comunicativă. Se comportă foarte dezinvolt și îi place ideea ca cei din jur să o urmeze. Va face tot ce îi stă în putință să atragă cât mai multă simpatie, va lua cuvântul în public, își va exprima cu tărie și convingere punctul de vedere. Va căuta și va propune noi soluții la probleme și chiar noi modalități de organizare a activităților.

DINAMISM

21

Subscala Di are ca obiectiv măsurarea aspectelor legate de ușurința în comunicare, de entuziasm și de energie. Subscala identifică acele persoane care se implică în tot felul de activități ale grupului din care fac parte, le place să ia cuvântul în public și să își exprime punctele de vedere în fața celorlalți.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana poate fi caracterizată că introvertă. Preferă să nu iasă în evidență. Este destul de reticentă în comunicare, mai ales cu persoanele pe care nu le cunoaște foarte bine. Este reticentă atunci când vine vorba de activități de grup, preferând mai degrabă să stea retrasă și să observe.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana manifestă un nivel moderat de extraversie, în sensul că dorința să de a fi sociabilă și de a se integra în grup este determinată de situație. Există multe momente în care se simte în largul său în contexte sociale și în care îi place să comunice, însă acest lucru se întâmplă doar în anumite situații și în special cu persoane pe care le cunoaște.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana poate fi caracterizată că fiind sociabilă și cu o mare capacitate de integrare în contexte diferite. Comunică cu ușurință și știe cum să își susțină punctul de vedere. Caută să prin tot ceea ce face să își îmbunătățească în mod constant performanța la locul de muncă.



DOMINANȚĂ

4

Subscala Do identifică persoanele cărora le place să inițieze activități și să își asume rolul de lider sau de coordonator. Subscala descrie persoane cărora le place să fie în centrul atenției și care agreează competițiile. Aceste persoane își susțin cu tărie și convingere punctul de vedere și caută să își impună dorințele și ideile.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana preferă să nu atragă atenția asupra să. Pentru că nu agreează competițiile, este posibil să se identifice cu persoanele care pot fi regăsite mai degrabă în poziții de subordonare. În general, un scor scăzut indică lipsa de încredere în forțele proprii și lipsa dorinței de a-și depăși propria performanță.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoană manifestă o capacitate medie de persuasiune a celorlalți. Poate avea un rol de subordonat, însă și o poziție de conducere, aceasta din urmă în special dacă i se cere acest lucru și dacă circumstanțele și oamenii pe care trebuie să le gestioneze îi sunt familiare.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoană capabilă să își susțină cu tărie cauza. Dă dovadă de mult talent în modul în care pune problema cu cei din jur, îi influențează pentru ca ideile sale să fie acceptate. Astfel, poate fi lider de opinie, știind cum să își susțină punctul de vedere în funcție de auditoriu. În general, nu se da bătută cu ușurință și face tot posibilul pentru ca ceea ce susține să fie acceptat.



AMICALITATE



69^A

Scala A identifică persoanele care știu să se facă plăcute, să lege cu ușurință relații de prietenie și care știu cum să interacționeze în cel mai amabil mod cu cei din jur. Amicabilitatea corespunde tendinței de fi în armonie cu cei din jur, de a construi și menține relații de prietenie și colaborare cu ceilalți.

INTERVAL SCOR: 0 - 20

Persoana este interesată doar de propria persoană și nu își face griji pentru cei din jur. Se gândește doar la ea însăși, la interesele sale și la ceea ce poate fi benefic doar pentru ea. Astfel, dă dovadă de o mare doză de egoism și lipsă de toleranță față de cei din jur.

INTERVAL SCOR: 20 - 40

Persoana preferă să își urmărească mai degrabă interesele proprii și nu pe cele ale celor din jur. Uneori se comportă în mod ostil, lipsit de tact, pune accentul în primul rând pe beneficiul personal, neglijând în mare parte dorințele și interesele celorlalți. Este percepută ca individualistă, de aceea ceilalți pot evita să o includă în echipele lor.

INTERVAL SCOR: 40 - 60

Persoana urmărește, în general, atingerea obiectivelor proprii, dar ia în considerare exigențele celor din jur și cooperează cu ei. Tinde să îi trateze pe aceștia cu amabilitate și tact, dar uneori poate avea reacții bruște sau poate fi indiferentă. Deși colaborează bine cu cei din jur, dacă lucrurile nu iau turnura dorită, este posibil să aibă o toleranță redusă.

■ INTERVAL SCOR: 60 - 80

Persoana se interesează de problemele și nevoile celorlalți și tinde să se comporte amabil și cu tact. Mizează mult pe cooperare și colaborare în atingerea obiectivelor propuse. Știe cum să se facă plăcută și cum să câștige încrederea celor din jur.

INTERVAL SCOR: 80 - 100

Persoana privilegiază bunăstarea celor din jur înaintea celei proprii. Se comportă amabil, cu tact și este foarte cordială. Extrem de încrezătoare, câteodată chiar naivă în relația cu cei din jur, de multe ori pune interesul celorlalți înaintea celui propriu. Aceasta duce la nefinalizarea lucrărilor proprii și poate crea frustrări.



CORDIALITATE

42

Subscala Co indentifică persoanele care sunt dispuse să acorde încrederea celor din jur și care știu cum să câștige încrederea celorlalți. Subscala Co măsoară de asemenea și disponibilitatea și atenția pentru ceilalți.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana tinde să fie mai degrabă bănuitoare și să nu acorde încredere celor din jur. În general este susceptibilă, iar încrederea sa va fi câștigată fie foarte greu, fie niciodată în totalitate. De obicei nu acordă a doua șansă. Se destăinuie greu și de aceea poate părea rece și distantă.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana nu este nici suspicioasă, însă nici naivă în a acordă circumstanțe atenuante celorlalți. În general poate păstra secrete. Amabilitatea și bunăvoința sa se manifestă selectiv, îndreptându-se în special față de persoane cunoscute și care au dovedit de-a lungul timpului că merită această încredere și sinceritate.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana se arată amabilă și binevoitoare chiar și cu cei pe care nu îi cunoaște foarte bine. Pune mare preț pe buna-credință și sinceritatea celor din jur, pornind de la premisa că aceștia vor manifesta aceeași atitudine. Știe să păstreze secretele celorlalți, fiind percepută ca o bună confidentă.



CONȘTIINCIOZITATE



34^C

Scala C are ca obiectiv identificarea persoanelor care prețuiesc planificarea și organizarea, care sunt atente la detalii și iau în considerare toate aspectele problemei înainte de a lua orice fel de decizie.

INTERVAL SCOR: 0 - 20

Persoana arată un interes limitat pentru ordine și reguli. De asemenea, preferă să evite responsabilitățile și este extrem de delăsătoare. Muncește la modul haotic, apucându-se de mai multe lucruri deodată și finalizând foarte puține.

INTERVAL SCOR: 20 - 40

Persoana nu este în mod particular înclinată să respecte regulile, câteodată preferând să acționeze puțin ordonat și metodic. Preferă să evite responsabilitățile, nu este dedicată și denotă o perseverență slabă. În activitățile pe care le întreprinde, preferă să se ghideze după principiul - cât mai puțin efort și implicare.

INTERVAL SCOR: 40 - 60

Persoana tinde să acționeze metodic și ordonat, chiar dacă uneori poate să pară puțin sistematizată în acțiune; încearcă să depună suficientă dedicație și tenacitate în acțiunile proprii. Cu toate acestea, va cauta să găsească metode prin care să se sustragă dacă poate activităților pe care trebuie să le realizeze.

INTERVAL SCOR: 60 - 80

Persoana urmează regulile și respectă termenele limită, acționând ordonat și metodic. Adoră să lucreze cu dedicație, demonstrând tenacitate și perseverență. Prețuiește planificarea și îi place să știe etapele pe care trebuie să le urmeze. Planifică, controlează dacă totul se desfășoară conform planului stabilit și încearcă să elimine timpii morți.

INTERVAL SCOR: 80 - 100

Persoana dă dovadă de acuratețe maximă și precizie în activități. Are respect pentru ordine și disciplină. Arată tenacitate și perseverență, chiar și în fața obstacolelor și lucrurilor neprevăzute. Extrem de responsabilă la locul de muncă, îi place să planifice și să organizeze. Trasează linii de acțiune și face în așa fel încât acestea să fie respectate.



METICULOZITATE

10

Subscala Sc a fost construită cu scopul de a măsura aspecte legate de meticulozitate, atenție pentru detalii și pasiunea pentru ordine. Subscala identifică acele persoane cărora le place să planifice în detaliu și să ia în considerare fiecare aspect al problemei.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana preferă să lucreze fără a avea un plan bine stabilit. Realizează activitățile în ordinea în care sunt cerute și nu acordă prea mare atenție detaliilor. Dacă munca presupune prea multă planificare, are tendința să renunțe. Este dezordonată în implementarea activităților. Fiind ușor de distras, de multe ori livrează munca pe jumătate făcută sau superficial realizată.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana prezintă un nivel de organizare și planificare mediu, iar orientarea sa spre detalii este una moderată. Uneori este posibil să trebuiască să depună mai mult efort pentru a finaliza o sarcină complexă (care implică detalii) sau pentru a urma un plan bine stabilit, însă va reuși să facă acest lucru.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana prezintă tendința de a respecta programele și planificările pe care și le face. În general, este văzută de cei din jur că fiind de încredere și constantă. Acționează în baza unui plan bine stabilit, de la care nu se abate. La scoruri peste 90 persoanele pot duce ideea de perfecționism la nivele superioare. În aceste situații, există posibilitatea să se piardă în detalii și să uite imaginea de ansamblu.



PERSEVERENȚĂ

66

Subscala Pe a fost creată cu scopul de a identifica persoanele bătaioase, încăpățănate în acțiuni și care nu se dau bătute până când sarcina nu a fost dusă la bun sfârșit. Ele reușesc, de fiecare dată, să găsească motivația necesară și resursele solicitate pentru a nu lăsa munca efectuată superficial sau doar pe jumătate făcută.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana este oarecum delăsătoare și mai degrabă leneșă. Se lasă ușor influențată de mediul exterior și dacă nu reușește din prima în ceea ce și-a propus, are tendința de a se da bătută și de a începe altceva. Cedează cu ușurință în fața presiunii sociale și de aceea poate fi văzută că o persoană maleabilă, delăsătoare și uneori chiar neserioasă.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Perseverența persoanei este moderată, în sensul că deși nu se dă bătută la primele obstacole apărute, nici nu este genul care să meargă până în pânzele albe pentru realizarea obiectivelor. Reușește de obicei să ducă la bun sfârșit proiecte de complexitate medie, fiind în general responsabilă, însă uneori prezintă tendințe de delăsare, pe care învață să le depășească.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana este foarte determinată și muncitoare. Este dispusă să facă ore suplimentare și să renunțe la alte activități colaterale pentru a livra muncă de calitate și la timp. Extrem de responsabilă, știe că pentru a reuși e nevoie de multă eficiență, de aceea ea caută rute prin care să utilizeze cât mai puține resurse și să obțină maxim de profit.



DESCHIDERE MENTALĂ



M
31

Scala M trebuie înțeleasă că o măsură de evaluare a diversității, a nonconformismului și nontraditionalismului. În același timp, scala M măsoară gradul în care persoana evaluată are interese care țin de aspecte intelectuale și culturale.

INTERVAL SCOR: 0 - 20

Persoana dă dovadă de puțină originalitate și creativitate. Nu are tendința de a se menține informată, fiind destul de dezinteresată de activitățile culturale. Este atrasă de tot ceea ce este tradițional și convențional, preferând să urmeze și să aplice soluții și idei care au fost deja testate cu succes. Dacă apar schimbări, opune rezistență și va încerca să restabilească ordinea normală a lucrurilor.

INTERVAL SCOR: 20 - 40

Persoana denotă puțină originalitate și creativitate. Este probabil să fie puțin interesată de ideea de a se menține informată, interesele sale culturale fiind destul de puțin variate. Preferă să meargă pe căile cunoscute, să se mențină în limita tradiționalului.

INTERVAL SCOR: 40 - 60

Persoana este moderat de originală și creativă. Astfel, ea se menține informată și are diverse interese de ordin cultural, dar cu toate acestea sfera intereselor sale este relativ redusă. Nu caută să aplice soluții și idei noi, decât dacă este împinsă de la spate sau forțată.

INTERVAL SCOR: 60 - 80

Persoana este destul de originală și creativă. În general, se menține informată și dă dovadă de un nivel cultural bun. Caută în permanență să fie informată, să aplice soluții noi, să vină cu idei de îmbunătățire a activității. Este adepta noutății și nonconformismului. Cu toate acestea, poate marșa pe ceea ce este convențional, dacă situația o cere.

INTERVAL SCOR: 80 - 100



Persoana este foarte originală și creativă. Se menține în mod constant informată privind noutățile. Interesele sale culturale se întind pe diverse arii. Este motivată de a descoperi ceea ce este inedit, de a ieși din convențional, de a-și largi orizonturile și de a testa soluții originale. În general, detestă convenționalul și modalitățile tradiționale de a se comporta și de a rezolva lucrurile.



DESCHIDERE SPRE CULTURĂ

58

Subscala Ac a fost creată cu scopul de a măsura varietatea nevoilor și intereselor culturale. De asemenea, subscala este o măsură a interesului persoanei evaluate de a fi la curent cu noutățile din domeniile sale de interes (și nu numai) și a dorinței sale de a achiziționa cunoștințe și deprinderi noi.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana preferă să rămână la suprafața lucrurilor. Fiind mai degrabă o superficială, ea se bazează mult pe cunoștințe deja achiziționate, demonstrând un interes scăzut în a descoperi și învăța lucruri noi. Preferă să se bazeze pe ceea ce știe deja sau pe ceea ce poate afla de alții. De asemenea, ariile sale culturale sunt reduse, preferând să aibă de a face cu aspecte concrete sau rutiniere.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana este moderat de curioasă în legătură cu aspectele, perspectivele și informațiile noi. Fără a fi avidă de lucruri noi și captivante, nu este nici ancorată în ceea ce știe deja sau lipsită de sete de cunoaștere. Manifestă o tendință medie de a învăța lucruri noi, în special la aria sa de interes primordială, în care își desfășoară activitatea.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana este interesată de aspecte și perspective noi, de aceea este în permanență în căutarea de informații de actualitate în sferile sale de interes. Este avidă de nou, dar caută să integreze noul într-o schemă logică și ușor aplicabilă. Preferă să își petreacă timpul liber citind, vizionând emisiuni culturale sau informative, căutând să asimileze cât mai multe cunoștințe.



DESCHIDERE SPRE EXPERIENTE

8

Subscala Ae este o măsură a toleranței față de diversitate, a deschiderii față de valori, stiluri, moduri de viață și culturi diverse de cele personale, precum și a capacității de a lua în considerare mai multe perspective ale aceleiași probleme.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana caută în permanență să mențină actuala stare a lucrurilor și face în așa fel încât să nu schimbe nimic din rutina dobândită. Mai degrabă conservatoare și atașată de tradiție, tinde să fie foarte refractară în a îmbrățișa noua ordine a lucrurilor. Situațiile nonconformiste îi pot trezi sentimente de frustrare, depresie, melancolie față de ceea ce a fost.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana manifestă o tendință moderată de a încerca lucruri noi și originale. Există momente și arii în care își dorește schimbarea, dar și momente în care încearcă să împiedice modificarea aspectelor împământenite și cunoscute. Originalitatea și imaginația sunt medii, în sensul că preferă să combine creativitatea cu abordarea convențională.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana este non-conformistă și deschisă spre lucruri inedite. Poate da dovadă de mare originalitate și imaginație în tot ceea ce face. Este axat pe dezvoltare și schimbare în bine și astfel reușește să își atingă obiectivele propuse. Caută în permanență să vadă lucrurile din mai multe perspective, să înnoiască lucrurile uzuale și tradiționale.



STABILITATE EMOȚIONALĂ



21^E

Scala S identifică persoanele calme, care nu se enervează atunci când lucrurile nu merg așa cum și-au propus și care nu se pierd cu firea în fața situațiilor neprevăzute sau problematice. Scala identifica și gradul în care persoana reușește să își controleze emoțiile și modul în care acesta reușește să manifeste comportamente coerente și constante, fără oscilații datorate stării emoționale.

INTERVAL SCOR: 0 - 20

Persoana trăiește de multe ori stări de anxietate, tensiune și preocupare. Are de multe ori puseuri de nervi, arătându-se iritată, anxioasă și neliniștită. În majoritatea situațiilor acționează sub impulsul momentului, fără a demonstra raționalitate, ceea ce o face să trăiască regrete profunde post-situație.

■ INTERVAL SCOR: 20 - 40

Persoana acordă atenție și preocupare unor lucruri de importanță redusă. De multe ori, ea nu reușește să facă față situațiilor neprevăzute și acționează sub impulsul emoției de moment. Poate fi ușor iritabilă și impredictibilă în reacții. Se enervează cu ușurință și este nestatornică în sentimentele pe care le trăiește.

INTERVAL SCOR: 40 - 60

Persoana este destul de capabilă să își inhibe stările de anxietate și preocupare. De obicei se comportă în mod calm și relaxat, chiar dacă uneori poate să își arate tensiunea și iritarea. Câteodată are tendința să fie impulsivă și impredictibilă, însă de cele mai multe ori, mai ales prin exercițiu, reușește să își controleze reacțiile.

INTERVAL SCOR: 60 - 80

Persoana este capabilă să își controleze în mod eficient propriile temeri. Se preocupă rareori de lucruri lipsite de însemnătate și e capabilă să își mențină calmul și echilibrul. În general, acționează cu maximă raționalitate și foarte rar dă curs emoțiilor pe care le încercă. Acționează doar după ce și-a stabilit un plan de acțiune precis, nu îi place să lase lucrurile la voia întâmplării.



INTERVAL SCOR: 80 - 100

Persoana este capabilă să își controleze propriile stări de anxietate în orice situație. Este aproape întotdeauna calmă, relaxată și liniștită. Arată curaj chiar și situațiile conflictuale sau de pericol și nu se destabilizează emoțional. Nu se enervează și chiar dacă o face, în public reușește să își gestioneze în mod eficient emoția asociată.

CONTROLUL IMPULSURILOR

31

Subscala Ci a fost generată pentru a măsura capacitatea de a controla reacțiile impulsive, cum ar fi reacțiile de iritare, supărare sau anxietate.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana este impulsivă și reacționează sub emoția momentului, fără a sta pe gânduri și fără a analiza atent situația și consecințele. Se irită ușor și își manifestă nervozitatea sau supărarea astfel încât să fie evidente. Are tendința de a pune mai tot timpul la îndoială ceea ce spun cei din jur. De multe ori, reacțiile sale sunt exagerate sau neobișnuite.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Deși în general persoană este răbdătoare, există momente în care ea acționează sub impulsul momentului, în special atunci când situația este incertă sau neprevăzută. Există mai multe momente în care acționează sub îndrumarea rațiunii, dar și momente în care se lasă pradă emoțiilor și nu reușește să-și inhibe pornirile impulsive.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Persoana este calmă și răbdătoare indiferent de situație. Preferă să dea dovadă de bunăvoință și să fie împăciuitoare. Chiar și în față situațiilor neplăcute sau imprevizibile, încearcă să își mențină echilibrul și să nu acționeze sub impulsul momentului. Prețuiește rațiunea și reușește să își inhibe emoțiile chiar și atunci când este criticată sau atacată verbal. Preferă să cugete, să evalueze și să extragă concluzii înainte de a acționa.



CONTROLUL EMOȚIILOR

16

Subscala Ce măsoară capacitatea de a evita stările de anxietate sau diversele sentimente disforice de vulnerabilitate, disconfort sau depresie. Subscala Ce identifică persoane care reușesc să fie echilibrate și stabile și care nu prezintă vulnerabilitate emoțională, chiar dacă situația cu care se confruntă este nouă sau dificilă.

INTERVAL SCOR: 0 - 35

Persoana este nemulțumită de stilul său de viață, vulnerabilă și nesigură pe sine. Nu știe cum să reacționeze la situații, de aceea fie caută în mod constant sprijinul celor din jur fie acționează în mod impulsiv și neadaptat. Este emotivă și poate reacționa în mod neașteptat, manifestând agitație sau depresie. De cele mai multe ori este neliniștită și preocupată, chiar și în situațiile uzuale.

INTERVAL SCOR: 35 - 70

Persoana manifestă în funcție de situație, comportamente caracteristice scorurilor mari și scorurilor mici. Stările de optimism și mulțumire în legătură cu propria viață alternează cu stări de nemulțumire și pesimism. Manifestă o încredere în sine medie și, deși în general știe cum să reacționeze și reușește să iasă singură din situațiile dificile, există și momente de în care se bazează pe sprijinul celorlalți.

INTERVAL SCOR: 70 - 100

Este o persoană mulțumită de modul în care și-a construit și își trăiește viața. Debordează de optimism, este echilibrată, știe să reacționeze ponderat în fața situațiilor cu care se confruntă. Este sigură pe forțele proprii, știe să își inhibe emoțiile puternice. Își menține starea de echilibru chiar și atunci când apar elemente neprevăzute. Starea sa de spirit este constantă.



Preferințe comportamentale

Derivate din trăsăturile de personalitate

Preferințele de mai jos sunt cu atât mai accentuate cu cât scorul este situat mai spre extremă. Pentru scorurile cuprinse între 31 și 69, există un echilibru între cele două tendințe.

EXTRAVERSIE



Comunicare în scris / emailuri Activități solitare / cu cât mai puțini oameni posibil
Activități independente, în care să fie responsabil(ă) doar pentru sine
Activități statice
Activități în care nu e nevoie să-și manifeste entuziasmul sau alte trăiri pozitive puternice
Sarcini în care trebuie să îi asculte pe ceilalți mai degrabă decât să vorbească
Nevoie redusă de stimulare
Activități în care să fie subordonat(ă) altor persoane

Comunicare în scris / emailuri Activități solitare / cu cât mai puțini oameni posibil
Activități independente, în care să fie responsabil(ă) doar pentru sine
Activități statice
Activități în care nu e nevoie să-și manifeste entuziasmul sau alte trăiri pozitive puternice
Sarcini în care trebuie să îi asculte pe ceilalți mai degrabă decât să vorbească
Nevoie redusă de stimulare
Activități în care să fie subordonat(ă) altor persoane

AMICALITATE



Activități independente / în care este necesară competiția cu alte persoane
Să fie cinic(ă), sceptic(ă), să rastalmacească adevărul
Să-și apere asertiv propriile interese
Să își exprime deschis opiniile
Să fie combativ(ă), să nu se teamă de gestionarea deschisă a conflictelor
Să i se recunoască meritele și competențele
Preferă să fie în prim plan
Activități în care este important să fie încăpățânat(ă), insensibil(a)



Comunicare în scris / emailuri Activități solitare / cu cât mai puțini oameni posibil
Activități independente, în care să fie responsabil(ă) doar pentru sine
Activități statice
Activități în care nu e nevoie să-și manifeste entuziasmul sau alte trăiri pozitive puternice
Sarcini în care trebuie să îi asculte pe ceilalți mai degrabă decât să vorbească
Nevoie redusă de stimulare



Activități în care să fie subordonat(ă) altor persoane



CONȘTIINCIOZITATE



Activități spontane și cu reguli puține
Multitasking, preferă trecerea rapidă de la o activitate la alta
Activități în care nu are nevoie să acorde atenție detaliilor
Activități simple, care presupun finalizare rapidă și obstacole limitate
Activități cu obiectiv și deadline-uri slab definite
Activități în care nu este nevoie de perfecționare continuă
Activități în care trebuie să ia decizii rapide



Activități care presupun multă organizare și planificare
Preferă să termine o activitate înainte de a trece la alta
Activități în care trebuie să acorde atenție detaliilor
Activități care presupun muncă susținută, perseverență, depășirea unor obstacole importante
Activități cu obiectiv și deadline-uri bine definite
Activități care îi permit să se perfecționeze în continuu și să atingă obiective din ce în ce mai înalte
Activități în care poate să se gândească mult înainte de a lua o decizie

DESCHIDERE MENTALĂ



Activități simple
Activități repetitive, rutiniere
Metode cunoscute, tradiționale de abordare a sarcinilor
Conservatorism, preferință redusă pentru schimbare
Activități cu o componentă de curiozitate intelectuală limitată
Activități care presupun atenție la detaliu și precizie
Să implementeze ideile și planurile altor persoane
Informații la nivel de expert pe o singură arie de interes
Concentrare asupra prezentului
Activități practice, concrete, de implementare



Activități complexe
Activități și experiențe variate și noi
Metode noi de abordare a sarcinilor, idei noi
Preferință ridicată pentru schimbare, pentru idei, valori, sentimente noi
Activități cu o componentă de curiozitate intelectuală înaltă
Preferă să evite detaliile
Să creeze idei și planuri noi
Preferință pentru teorii și concepte din domenii diverse
Concentrare asupra viitorului
Activități creative, imaginative, artistice



STABILITATE EMOȚIONALĂ



Situații cu un grad redus de stres și incertitudine
Sarcini cu deadline-uri largi, în care nu trebuie să aibă un timp de reacție rapid
Activități care presupun să identifice motive de îngrijorare cât mai de timpuriu

Situații care presupun un grad mare de stres și incertitudine
Situații de criză, care trebuie realizate rapid, cu calm



EXEMPLE DE OCUPAȚII

Ocupațiile de mai jos sunt doar exemple. Ele semnifică faptul că cele mai multe dintre persoanele cu respectivele ocupații obțin respectivul scor.



EXTRAVERSIE



Cercetător | Specialist IT | Contabil | Bibliotecar | Inginer
Scriitor | Funcționar public | Tehnician de laborator

Avocat pledant | Actor | Manager | Leader | Reprezentant de vânzări
Trainer | Agent de turism | Reprezentant serviciu clienți



AMICALITATE



Antreprenor | Negociator | Avocat pledant | Agent imobiliar | Ofițer de poliție



Asistent social | Reprezentant relații cu clienții | Secretariat | Asistentă medicală
Psiholog | Consilier educațional | Profesor școală generală



CONȘTIINCIOZITATE



Specialist în cercetare | Leader | Trainer | Creație publicitară | Artist |
Muzician



Supervizor | Șef de echipă | Contabil | Gestionar | Tehnoredactor



DESCHIDERE MENTALĂ



Specialist în finanțe | Specialist în marketing | Medic generalist | Artist |
Compozitor | Grafician | Arhitect



Gestionar | Tehnician | Depanator | Manager de calitate | Pilot | Șofer |
Funcționar



STABILITATE EMOȚIONALĂ



Reprezentant relații cu clienții | Asistent social | Specialist în sporturi de contact | Asistent medical | Profesor | Pilot | Chirurg | Leader | Reprezentant de vânzări | Pompier | Manager

Reprezentant relații cu clienții | Asistent social | Specialist în sporturi de contact | Asistent medical | Profesor | Pilot | Chirurg | Leader | Reprezentant de vânzări | Pompier | Manager



Recomandări generale

În procesul de orientare vocațională, testul de personalitate este administrat de obicei după testul de interese de vocaționale, pentru a vedea ce anume din aria preferată de ocupații este susținut de trăsăturile de personalitate. Deși personalitatea nu te îndreaptă direct spre o anumită ocupație, influențează foarte mult modul în care abordezi diverse activități, precum și activitățile pe care le preferi și în care poți fi eficient, de aceea este de preferat să alegi o meserie compatibilă cu profilul tău.

Trăsăturile de personalitate sunt în general stabile în timp. Deși tendința umană este spre continuă evoluție și, mai ales la o vârstă fragedă, trăsăturile de personalitate se pot nuanța, nu trebuie să ne bazăm pe acest lucru. Este recomandat să aflăm care sunt comportamentele în care vom obține cele mai bune performanțe, cu ajutorul personalității pe care o avem sau, dacă decidem să nu ținem cont de acestea, să ne pregătim pentru eforturi mult mai mari în cazul în care dorim să ne alegem o meserie care solicită trăsături de personalitate pe care nu le avem. De exemplu, există anumite meserii pentru care este recomandată o persoană extravertă. Pentru a lua un exemplu, cu greu ne-am imagina un reprezentant medical (persoană care promovează și vinde produse medicale persoanelor și companiilor specializate) introvert. Acest lucru nu înseamnă faptul că nu putem întâlni o astfel de persoană, ci faptul că o persoană introvertă este posibil să fie mai puțin performantă în respectiva meserie și clar mai puțin satisfăcută, pentru că tendința sa naturală este de a fi retrasă și a lucra individual, aspecte care nu fac parte din cerințele meseriei de reprezentant medical. Este evident faptul că efortul său pentru a fi performantă în această meserie va fi mult mai mare decât al unei persoane extraverte în mod natural.

De asemenea, mai trebuie ținut cont și de nivelul trăsăturilor, nu doar de direcție lor pe scala. De exemplu, o persoană cu scorul la Extraversie foarte puțin sub medie este posibil să se poată adapta într-un mediu ușor extravert, însă un scor situat la centila 30 reprezintă o contraindicație clară pentru un astfel de mediu.

Recomandăm apelarea la un consilier specializat pentru o decizie informată în legătură cu viitoarea carieră și pentru investigarea ariilor care pot constitui subiectul dezvoltării.