

Libris

Respect pentru oameni și cărți

RO

Philip Carter

Testați-vă EQ-ul

Evaluati-vă inteligența emoțională
prin 22 de chestionare de personalitate

Traducere din limba engleză de Mihai-Dan Pavelescu

**METEOR
PUBLISHING**



Cuprins

Introducere	5
1. Tăria de caracter	8
Punctaj	13
Evaluare	13
2. Factorul succes	15
Punctaj	20
Analiză	21
3. Atitudinea	23
Evaluare	28
4. Inteligența socială	30
Evaluare	34
5. Mulțumit sau fără astâmpăr	36
Punctaj	41
Analiză	42
6. Extravertit sau introvertit	45
Punctaj	51
Analiză	51
Evaluare	52
7. Cât de categoric sunteți?	55
Punctaj	62
Analiză	62
Evaluare	64
8. Lateralitatea	66
Evaluare	76
9. Optimist sau pesimist	78
Evaluare	84
10. Agresivitatea	87
Evaluare	94

11. Aventuros sau timid	95
Punctaj	101
12. Cât de răbdător sunteți?	102
Evaluare	106
Analiză	106
13. Planificat sau spontan	108
Punctaj	113
Evaluare	113
14. Încrederea în sine	114
Evaluare	118
Analiză	118
15. Emotivitatea	121
Evaluare	124
Analiză	124
16. Cât de bine vă descurcați în condiții de presiune?	126
Evaluare	131
Analiză	132
17. Diplomat sau lipsit de tact?	136
Evaluare	141
18. Factorul leadership	143
Evaluare	146
Analiză	147
19. Dur sau tandru	149
Evaluare	152
20. Deschis sau închis	155
Punctaj	160
Evaluare	160
21. Aveți darul cumpătării?	163
Evaluare	167
Analiză	167
22. Suferiți de obsesii?	169
Punctaj	174
Analiză	174

1 *Tăria de caracter*

Caracterul unei persoane nu se schimbă niciodată în mod radical din tinerețe până la bătrânețe. De fapt, circumstanțele aduc la lumină caracteristici care nu fuseseră evidente pentru observatorii superficiali.

Hesketh Pearson

Acest prim test este conceput pentru evaluarea tăriei generale de caracter, nu a unor trăsături specifice.

La următoarele cuvinte ori afirmații scurte, decideți dacă ele vi se aplică pozitiv sau negativ, apoi bifați în setul de căsuțe POZITIV sau NEGATIV, în funcție de gradul de pozitivitate (5 fiind cel mai pozitiv și 1 cel mai puțin pozitiv) sau negativitate (5 fiind cel mai negativ și 1 cel mai puțin negativ). Prin urmare, trebuie să bifați o singură căsuță la fiecare dintre cele 20 de afirmații.

Dacă nu sunteți sigur în privința înțelesului exact al oricărui cuvânt, se recomandă utilizarea unui dicționar, pentru a avea definiția exactă.

1.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Tenace

NEGATIV -

1	2	3	4	5

2.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Determinat

NEGATIV -

1	2	3	4	5

3.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Încăpățânat

NEGATIV -

1	2	3	4	5

4.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Cred în capacitatea
de a pune lucrurile
în mișcare

NEGATIV -

1	2	3	4	5

5.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Influent

NEGATIV -

1	2	3	4	5

6.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Dominant

NEGATIV -

1	2	3	4	5

7.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Important

NEGATIV -

1	2	3	4	5

8.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Hotărât

NEGATIV -

1	2	3	4	5

9.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Exigent

NEGATIV -

1	2	3	4	5

10.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Controlez
situația

NEGATIV -

1	2	3	4	5

11.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Energic

NEGATIV -

1	2	3	4	5

12.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Cunoașterea
înseamnă
putere

NEGATIV -

1	2	3	4	5

13.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Optimist

NEGATIV -

1	2	3	4	5

14.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Insistent

NEGATIV -

1	2	3	4	5

15.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Cordial

NEGATIV -

1	2	3	4	5

16.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Sunt
responsabil
de propria-mi
viață

NEGATIV -

1	2	3	4	5

17.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Ferm

NEGATIV -

1	2	3	4	5

18.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Dur

NEGATIV -

1	2	3	4	5

19.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Automotivat

NEGATIV -

1	2	3	4	5

20.

POZITIV +

1	2	3	4	5

Cutezător

NEGATIV -

1	2	3	4	5

Punctaj

Adunați numerele pe care le-ați bifat în căsuțele pozitive, iar din totalul respectiv scădeți suma numerelor pe care le-ați bifat în căsuțele negative, pentru a obține evaluarea tăriei generale de caracter.

Punctaj total peste 70	Tărie de caracter excesiv de mare
Punctaj total 55–69	Tărie de caracter foarte mare
Punctaj total 40–54	Tărie de caracter mare
Punctaj total 25–39	Peste medie
Punctaj total 10–24	Medie
Punctaj total 0–9	Sub medie
Punctaj total sub 0	Tărie de caracter mică

Evaluare

Cuvântul „caracter” provine din limba latină și definea inițial o inscripție sau un semn care diferenția un lucru de altul în scopul identificării. Deși înțelesul respectiv continuă să fie adecvat în definirea personalității, sinonimele cele mai uzuale folosite în prezent sunt „personalitate”, „caracteristică”, „însușire” sau „trăsătură”.

Fiecare om deține un grad de tărie de caracter, care se poate manifesta în multe moduri diferite; de exemplu, tăria de caracter ne definește abilitatea de a depăși necazurile și de a ne atinge ambițiile și ne determină capacitatea de a interacționa cu alte persoane, determinând în același timp felul în care ne pot percepe alții. Prin urmare, tăria de caracter înseamnă a avea caracteristici puternice, care sunt valoroase atât pentru individ, cât și pentru alții.

Oamenii cu personalități foarte puternice sunt de obicei duri, ambițioși și categorici. Este probabil ca ei să știe în mod exact ce-și doresc de la viață și de obicei nu-și pot găsi odihnă până nu-și ating obiectivele. Deși mulți asemenea indivizi au probabil succes, unul dintre neajunsurile unei personalități excesiv de puternice este posibila dificultate de interacționare

cu alți oameni, care-i pot considera, în cazurile extreme, ca fiind extrem de încăpățânați în apărarea opiniilor proprii sau chiar dictatoriali. Oamenii cu tărie foarte mare de caracter pot deveni de asemenea frustrați și nefericiți dacă nu-și ating obiectivele.

Pe de altă parte, o personalitate care nu este puternică poate să indice lipsă de încredere în sine și îndoială în propriile abilități, ceea ce poate să însemne că unii dintre indivizii respectivi nu-și exploatează suficient potențialul și trebuie să-și stabilească obiective mai înalte.

Avantajul de a avea o tărie de caracter echilibrată este faptul că oamenii respectivi sunt tot atât de dispuși să-i sprijine pe alții, pe cât sunt de ambițioși cu propriile lor aspirații, iar aceasta nu-i împiedică să-și atingă obiectivele. Drept urmare, sunt în general excelenți membri de echipă și știu ce-și doresc de la viață, iar în același timp sunt capabili să accepte inevitabilele urcușuri și coborâșuri ale vieții.

Nu există niciun motiv pentru care tăria excesivă de caracter să nu poată fi temperată de un simț la fel de puternic al dreptății sociale.