

# Raport de consiliere psihologică

## Big Five<sup>©plus</sup>

Psiholog examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Adrian Manolache, bărbat, 27 ani, programator**

Scopul evaluării **Consiliere**



# Cuprins

1. Descriere inventar
2. Profil sintetic
3. Indicatori de distorsiune a răspunsurilor
4. Sugestii de consiliere
5. Analiză pe factori
6. Indicatori statistici
7. Concluzii finale

# 1. Descriere inventar

**Inventarul Big Five@plus** este o probă standardizată de evaluare a personalității care conține 240 itemi, câte 48 de itemi pentru fiecare dintre cei 5 *meta-factori* (*Extraversiune, Agreabilitate, Nevrozism, Conștiinciozitate și Deschidere*) și câte 8 itemi pentru fiecare dintre cei 30 de factori / fațete ale personalității.

Cei 240 de itemi sunt formulați sub formă de aserțiuni bipolare, cu două variante de răspuns (alegere forțată), permițând astfel diminuarea tendinței de fațadă în condiții de evaluare psihologică „cu miză” (evaluare psihologică la angajare, evaluare psihologică periodică, evaluare psihologică în context judiciar etc.).

**Big Five@plus** asigură, în condiții de control al dezirabilității sociale, un profil de personalitate exhaustiv, un screening complet al personalității individuale, atât prin raportare la cei 5 meta-factori cât, mai ales, prin raportare la cei 30 de factori (fațete). Coeficienții de consistență internă a chestionarului Big Five@plus sunt superiori pragului de .80 iar analizele statistice vizând fidelitatea test – retest ne indică faptul că fidelitatea instrumentului se înscrie între valori superioare pragului de .710. Analiza factorială confirmatorie, realizată pe un lot de 507 persoane, demonstrează că **Inventarul Big Five@plus** evaluează cei 5 meta-factori ai personalității, cel puțin la fel de bine ca alte probe consacrate la nivel național sau internațional cu care a fost comparat: Chestionarul DECAS (Sava, 2008), Chestionarul I.P.I.P. (Goldberg, 1999) și Inventarul de Personalitate NEO PI-R (Costa, și McCrae, 1987).

Comparativ cu alte probe similare de evaluare a personalității după Big Five Model, **Inventarul Big Five@plus** are câteva atuuri care merită a fi evidențiate: (a) **a fost construit și validat în România**, fiind definit și calibrat în acord cu modul de a gândi și acționa a românilor; (b) prin modul de formulare a itemilor **reduce tendința de fațadă / dezirabilitatea socială**; (c) permite **radiografierea aspectelor definitorii ale întregii personalități** prin intermediul celor 30 de sub-factori putând oferi un profil detaliat al persoanei evaluate.

Meta-factorii și factorii **Inventarului Big Five@plus** în funcție de care este evaluată personalitatea individuală, sunt listați mai jos.

**1. Extraversiune** cu factorii: 1.1. Afectivitate (“friendliness”); 1.2 Sociabilitate “gregariousness”); 1.3 Asertivitate (“assertiveness”); 1.4 Activitate (“activity level”); 1.5 Excitabilitate (“excitement seeking”); 1.6 Veselie (“cheerfulness”)

**2. Agreabilitate** cu factorii: 2.1 Încredere (“trust”); 2.2 Moralitate (“morality”); 2.3 Altruism (“altruism”); 2.4 Cooperare (“cooperation”); 2.5 Modestie (“modesty”); 2.6 Compasiune (“sympathy”)

**3. Nevrozism** cu factorii: 3.1 Anxietate („anxiety”); 3.2 Furie („anger”); 3.3 Depresie („depression”); 3.4 Timiditate („timidity”); 3.5 Exagerare („immoderation”); 3.6 Vulnerabilitate („vulnerability”)

**4. Conștiinciozitate** cu factorii: 4.1 Eficiență personală („self-efficacy”); 4.2 Ordine/planificare („orderliness”); 4.3 Rigiditate morală („dutifulness”); 4.4 Ambiție („achievement-striving”); 4.5 Perseverență („self-discipline”); 4.6 Prudență („cautiousness”)

**5. Deschidere** cu factorii: 5.1 Imaginație („imagination”); 5.2 Interes artistic („artistic interest”); 5.3 Emoționalitate („emotionality”); 5.4 Spirit aventurier („adventurousness”); 5.5 Intellect („intellect”); 5.6 Liberalism („liberalism”).

**Inventarul de personalitate Big Five@plus** poate fi utilizat în domenii de evaluare variate – clinic, organizațional, educațional – fără a fi limitat doar la unul singur, particular, oferind rezultate relevante luării unor decizii sau oferind de informații utile consilierii pentru mai multe domenii psihologice.

## 2. Profil sintetic

### EXTRAVERSIUNE scăzută

- Activism scăzut
- Afectivitate scăzută
- Asertivitate scăzută
- Excitabilitate scăzută
- Sociabilitate scăzută
- Veselie scăzută

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					

### EXTRAVERSIUNE ridicată

- Activism ridicat
- Afectivitate ridicată
- Asertivitate ridicată
- Excitabilitate ridicată
- Sociabilitate ridicată
- Veselie ridicată

### AGREABILITATE scăzută

- Altruism scăzut
- Compașiune scăzută
- Cooperare scăzută
- Încredere scăzută
- Modestie scăzută
- Moralitate scăzută

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					

### AGREABILITATE ridicată

- Altruism ridicat
- Compașiune ridicată
- Cooperare ridicată
- Încredere ridicată
- Modestie ridicată
- Moralitate ridicată

### NEVROZISM scăzut

- Anxietate scăzută
- Depresie scăzută
- Exagerare scăzută
- Furie scăzută
- Timiditate scăzută
- Vulnerabilitate scăzută

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					

### NEVROZISM ridicat

- Anxietate ridicată
- Depresie ridicată
- Exagerare ridicată
- Furie ridicată
- Timiditate ridicată
- Vulnerabilitate ridicată

### CONȘTIINCIOZITATE scăzută

- Ambiție scăzută
- Auto-eficiență scăzută
- Datorie scăzută
- Organizare scăzută
- Perseverență scăzută
- Prudență scăzută

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					

### CONȘTIINCIOZITATE ridicată

- Ambiție ridicată
- Auto-eficiență ridicată
- Datorie ridicată
- Organizare ridicată
- Perseverență ridicată
- Prudență ridicată

### DESCHIDERE scăzută

- Emoționalitate scăzută
- Imaginație scăzută
- Inteligență concretă
- Interes artistic scăzut
- Liberalism scăzut
- Spirit aventurier scăzut

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					
1	2	3	4	5					

### DESCHIDERE ridicată

- Emoționalitate ridicată
- Imaginație ridicată
- Inteligență abstractă
- Interes artistic ridicat
- Liberalism ridicat
- Spirit aventurier ridicat

# 3. Indicatori de distorsiune

Răspunsuri random inexistente /puține



Răspunsuri random prezente/ multiple

Alegerea primei variante



Alegerea celei de a doua variante

Distorsiune conștientă negativă



Distorsiune conștientă pozitivă

Distorsiune inconștientă negativă



Distorsiune inconștientă pozitivă

Are tendința de a alege, la majoritatea întrebărilor, a doua variantă de răspuns, alegere atipică ce poate conduce la deformarea rezultatelor finale. (*Alegerea celei de a doua variante*)

## 4. Sugestii de consiliere

În urma completării chestionarului Big Five<sup>®plus</sup> au fost formulate următoarele sugestii de consiliere în profilul psihologic:

Adoptă o atitudine mai prietenoasă față de ceilalți și îndrăznește să îți exprimi cu încredere punctul de vedere. Caută noi provocări și încearcă să te implici în mai multe activități. Caută motive de bucurie și privește viața într-un mod mai optimist, acceptând mai ușor prezența, glumele, exuberanța și optimismul celorlalți. (*EXTRAVERSIUNE scăzută*)

Ar fi de preferat să te implici în mai multe activități care, duse la bun sfârșit, te vor ajuta să obții mai multe satisfacții și să înveți lucruri noi. Ai putea pierde ocazii importante și riști să rămâi în urma celorlalți, dacă nu devii mai activ. (*Activism scăzut*)

Ai putea adopta o atitudine mai prietenoasă față de ceilalți, lăsându-i să te cunoască sau încercând să te apropii tu de ei, dezvăluindu-le mai mult din ceea ce simți și trăiești. Astfel, vei da șansa celorlalți să te înțeleagă mai bine, asigurând premisele unor relații pozitive și armonioase. (*Afectivitate scăzută*)

Implicarea în activitățile unor grupuri diverse, dinamice, te-ar putea ajuta să-ți dezvolți noi competențe, să te cunoști mai bine și să-ți faci mai mulți prieteni. Astfel, viața ta poate deveni mai interesantă și poți avea șanse mai mari să primești sprijin atunci când ai nevoie. (*Sociabilitate scăzută*)

Încearcă să privești viața într-un mod pozitiv și să faci din fiecare situație o bună ocazie de învățare. Tratează evenimentele negative cu mai multă detașare și caută să observi aspectele pozitive. Având mai multă încredere în tine, poți trăi viața cu mai multă mulțumire și entuziasm. (*Depresie ridicată*)

Încearcă să te relaxezi și să găsești strategii de reducere a stresului în situațiile tensionate. Rezolvă sarcinile pe rând, după un plan clar, fără a intra în panică. Ai încredere în resursele tale și propune-ți să acționezi cu calm. (*Vulnerabilitate ridicată*)

Învață să respecti normele și regulile sociale și să-ți ții promisiunile pe care le-ai făcut. Nu mai amâna achitarea datoriilor financiare sau morale și nu mai găsi scuze pentru nerespectarea angajamentelor. Regulile și normele pot asigura disciplina în viața ta, iar respectarea promisiunilor aduce respectul și încrederea celorlalți. (*Datorie scăzută*)

Încearcă să identifici sarcinile și obiectivele pentru care merită să investești timp și energie și să le separi de cele care ar trebui abandonate. Planifică termene limită și, odată atinse aceste termene, decide dacă poți continua sau nu. Astfel, vei evita să îți consumi timpul și energia în activități care și-au pierdut importanța. (*Perseverență ridicată*)

Propune-ți să îți observi mai atent emoțiile și sentimentele, analizându-le în detaliu pentru a le înțelege. Făcând asta, vei ajunge să te cunoști mai bine și să îți clarifici trăirile interioare. Astfel, vei avea o viață emoțională mai liniștită și te vei putea armoniza mai bine cu cei din jur. (*Emoționalitate scăzută*)

Echilibrează-ți preferințele, acordând mai multă atenție informațiilor și abilităților practice. Încearcă să-ți formezi competențe utile din punct de vedere personal și profesional și să-ți cultivi simțul practic, care să te ajute să-ți pui în valoare sensibilitatea artistică. (*Interes artistic ridicat*)

Încearcă să arăți o mai mare deschidere față de ideile noi și de schimbările care apar în societate. O mai mare flexibilitate în acceptarea de noi modele și în adoptarea de noi valori sociale poate asigura o evoluție benefică, atât la nivel individual, cât și la nivel social. (*Liberalism scăzut*)

Îndrăznește să ieși din zona ta de confort, acceptând noi provocări. Explorează noi modalități de acțiune atât în plan profesional, cât și în plan social sau personal și vei avea șansa să descoperi și să înveți lucruri noi despre tine și despre ceilalți. (*Spirit aventurier scăzut*)

# 5. Analiză pe factori

## EXTRAVERSIUNE

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**EXTRAVERSIUNE scăzută:** Persoanele introvertite au o atitudine rezervată față de ceilalți și evită situațiile în care trebuie să își afirme punctul de vedere, lăsându-i pe alții să preia inițiativa. Nu le place să își asume riscuri și preferă un ritm de viață liniștit. Le place să rezolve sarcinile pe rând, fără grabă, să se bucure de liniște și intimitate și evită mulțimile și aglomerația. În general serioase, găsesc puține motive de amuzament și își exprimă rareori bucuria și entuziasmul.

**EXTRAVERSIUNE ridicată:** Persoanele extravertite au o atitudine prietenoasă și expansivă, spunând cu ușurință ceea ce gândesc. Gata să își asume riscuri, preiau deseori inițiativa în relațiile cu ceilalți. Trăiesc într-un ritm alert, fiind dependente de acțiune și mereu „pe fugă”. Caută prezența celorlalți, grupurile mari sau aglomerația, sunt vesele, găsind deseori motive de amuzament, exprimându-și adesea entuziasmul și bucuria.

## Activism

1 2 3 4 5

**Activism scăzut:** Persoanele cu un nivel scăzut de activism trăiesc într-un ritm mai încet, fără grabă. Obişnuiesc să se concentreze pe un singur proiect/activitate, putându-li-se reproșa că se implică doar atunci când este necesar. Nimic nu le încarcă bateriile decât o zi de lenevit, fiind mereu în căutarea liniștii și relaxării, cărora le dedică mult timp.

**Activism ridicat:** Persoanele cu un nivel de activism crescut își trăiesc viața într-un ritm alert, având mereu ceva de făcut. Simțind nevoia să lucreze la mai multe idei/proiecte în același timp, riscă să se risipească, implicându-se în prea multe activități. Sunt mereu ocupați, pe fugă, în mișcare, dependenți de acțiune, motiv pentru care le displace să „piardă vremea”, să nu aibă ceva de făcut.

## Afectivitate

1 2 3 4 5

**Afectivitate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la afectivitate au în general o atitudine rezervată față de necunoscuți, așteptând ca ceilalți să facă primul pas. Aceste persoane nu simt nevoia de confidențe, motiv pentru care păstrează pentru ele ceea ce simt, respectând, la rândul lor, spațiul intim, personal al celorlalți.

**Afectivitate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la afectivitate obișnuiesc să-și împărtășească emoțiile și sentimentele, vorbind deschis despre ceea ce simt. Ele au o atitudine prietenoasă și expansivă față de necunoscuți, făcându-și cu ușurință noi prieteni. Au multe persoane apropiate, pe care le cunosc mai bine decât oricine și față de care nu au multe secrete.

## Asertivitate

1 2 3 4 5

**Asertivitate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la asertivitate evită situațiile în care trebuie să-și afirme punctul de vedere, intervenind în grup doar atunci când sunt obligate să o facă. Preferă să li se spună ce au de făcut și execută sarcinile cu care nu sunt de acord, fără să-și exprime vizibil nemulțumirea. În grupul de prieteni obișnuiesc să-i lase pe alții să preia inițiativa, fiind genul de persoane care preferă să asculte, decât să vorbească.

**Asertivitate ridicată:** Persoanele cu scor mare la asertivitate spun mereu ceea ce gândesc, având tendința să vorbească mai mult decât să asculte. Se simt în largul lor atunci când coordonează activitatea celorlalți, obișnuind să ia inițiativa, să planifice sau să o facă pe șeful. Dacă trebuie să facă ceva cu care nu sunt de acord, se împotrivesc sau provoacă o discuție pe acea temă.

## Excitabilitate

1 2 3 4 5

**Excitabilitate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la excitabilitate găsesc satisfacție în activitățile cotidiene, asumându-și riscuri numai când este absolut necesar. Un ritm de viață liniștit le face să se simtă confortabil, preferând o zi de lucru fără prea multe surprize. Ideea unei noi încercări sau provocări îi îngrijorează, pe placul lor fiind evenimentele anticipate și senzațiile obișnuite, previzibile.

**Excitabilitate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la excitabilitate sunt gata să-și asume riscuri atunci când se ivește o ocazie atractivă sau când li se propune ceva ce nu au mai încercat. Se plictisesc ușor și își caută mereu activități noi. Ideea unei noi provocări îi activează și îi încântă. Preferă o zi de muncă cu momente de suspans și neprevăzut, caută senzații puternice și neașteptate și sunt atrași de întâmplările surprinzătoare.

## Sociabilitate

1 2 3 4 5

**Sociabilitate scăzută:** Persoanelor care obțin scoruri scăzute la sociabilitate le place să se bucure de liniște și intimitate, cel mai bine simțindu-se când sunt singure cu gândurile lor. După o zi grea de muncă ele preferă să citească o carte, sau să vizioneze un film. În general au puțini prieteni și evită mulțimile și aglomerația.

**Sociabilitate ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la sociabilitate sunt cele care preferă grupurile mari și aglomerația. Simt nevoia să iasă în oraș cu colegii și prietenii după o zi grea de muncă, agitația din jur făcându-i să se simtă bine. Au mulți prieteni și caută noi ocazii să cunoască și să discute cu persoane noi.

## Veselie

1 2 3 4 5

**Veselie scăzută:** Persoanele care obțin scoruri scăzute la veselie sunt rezervate, se consideră cu picioarele pe pământ și nu gustă decât glumele pe care le cred cu adevărat reușite. În situațiile dificile se concentrează pe rezolvarea problemei, considerându-se persoane realiste și serioase. Mai degrabă pesimiste, găsesc puține motive de exuberanță și entuziasm.

**Veselie ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la veselie trăiesc de regulă emoții pozitive, incluzând fericirea, entuziasmul și bucuria. Râd cu ușurință, fiind capabile să se amuze și la glumele făcute pe seama lor. Nu ezită să apeleze la umor pentru a ieși din situațiile dificile, fiind optimiste și cu simțul umorului foarte dezvoltat.

## AGREABILITATE plus

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**AGREABILITATE scăzută:** Persoanele cu scoruri mici la agreabilitate sunt egocentrice, centrate pe competiție, supraevaluându-și meritele și reușitele. Trăiesc rareori sentimente de compasiune, sunt suspicioase și caută interese ascunse în acțiunile celorlalți. Sunt dispuse să ascundă sau să distorsioneze adevărul și să folosească strategii ofensive pentru a-și atinge obiectivele.

**AGREABILITATE ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la agreabilitate sunt generoase, amabile, oferind sprijin necondiționat celorlalți și trăind intens sentimente de milă și compasiune. Preferă cooperarea și cred în bunele intenții ale celorlalți. Lipsite de aroganță, consideră realizările personale similare celorlalți și se străduiesc să fie corecte și sincere în relațiile cu cei din jur.

## Altruism

1 2 3 4 5

**Altruism scăzut:** Persoanele cu scoruri mici la altruism sunt centrate pe sine și preocupate mai degrabă de propria persoană, decât de alții. Acestea condiționează sprijinul oferit celorlalți și sunt deranjate de solicitările repetate de ajutor. Preferă să-și cheltuiască banii pentru scopuri și plăceri personale, fără a se gândi prea mult la dorințele și nevoile celor din jur.

**Altruism ridicat:** Persoanele cu scoruri mari la altruism sunt generoase și dispuse să sară în ajutorul celor care au nevoie, mai ales dacă îi percep ca fiind necăjiți sau aflați în suferință. Se simt utile și folositoare când cineva le cere ajutorul și își oferă sprijinul necondiționat. Nu ezită să fie generoase când au mai mulți bani, fiind preocupate mai degrabă de persoana de lângă ei, decât de sine.

## Compassiune

1 2 3 4 5

**Compassiune scăzută:** Persoanele cu scoruri mici la compasiune sunt raționale, analizând logic situația și judecând „la rece” problemele cu încărcătură emoțională. Ele rămân detașate și raționale chiar și în fața problemelor sau frământărilor unor persoane apropiate. Sunt greu de impresionat în situații dramatice, iar mila și compasiunea se află pe un plan secund.

**Compassiune ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la compasiune sunt sentimentale și se lasă impresionate de problemele celor din jur. Fiind afectate profund de situațiile dramatice, suferă alături de ceilalți și arată compasiune și înțelegere chiar și față de cei care le-au dezamăgit sau sunt evident vinovați de cele întâmplate.

## Cooperare

1 2 3 4 5

**Cooperare scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la cooperare sunt competitive și își doresc mereu să-i întrecă pe ceilalți. Țin foarte mult la afirmarea ideilor proprii și iau decizii competitive, care să le aducă avantaje personale. Nu agreează prea mult ideea de cooperare și au o atitudine ofensivă atunci când se găsesc într-o dispută cu ceilalți.

**Cooperare ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la cooperare preferă să lucreze în echipă și se feresc să intre în competiție cu ceilalți. Ele consideră că relația cu ceilalți este extrem de importantă și că deciziile individuale trebuie luate urmărind binele colectiv și nu pe cel personal.



## Încredere

1 2 3 4 5

**Încredere scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la încredere sunt suspicioase în relațiile cu ceilalți și privesc oamenii cu neîncredere. Când li se promite ceva important, se tem că ceilalți nu își vor respecta cuvântul, văd mereu scopuri ascunse în spatele ajutorului oferit și se îndoiesc de bunele intenții ale celorlalți.

**Încredere ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la încredere consideră că oamenii sunt corecți și demni de încredere. Ele pot fi considerate naive și credule, pentru că nu-și pun prea multe întrebări cu privire la intențiile sau scopurile celorlalți, crezând în promisiunile și bunele lor intenții.

## Modestie

1 2 3 4 5

**Modestie scăzută:** Persoanelor care obțin scoruri mici la modestie le place să vorbească despre sine și își supraevaluează abilitățile și realizările. Cred că au reușit tot ce și-au propus, că sunt printre cei mai buni și își propun deseori obiective nerealiste. Doresc să li se recunoască public meritele, pentru a le arăta celorlalți meritele și superioritatea pe care și-o atribuie.

**Modestie ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la modestie consideră că realizările lor nu sunt mai importante decât ale altora, subestimându-și meritele și calitățile. Laudele le creează disconfort, le displace să vorbească despre ele, iar atunci când o fac, se simt stânjenite.

## Moralitate

1 2 3 4 5

**Moralitate scăzută:** Persoanele cu scoruri mici la moralitate cred că uneori trebuie să ascundă adevărul, pentru a avea de câștigat în relațiile cu ceilalți și că scopurile scuză mijloacele. Sunt de părere că uneori este avantajos să se prefacă și să spună celorlalți doar ceea ce vor să audă. Astfel, ele sunt doar parțial sincere și păstrează mereu un as în mânecă, fie pentru a-și atinge scopurile, fie pentru a-i menaja pe unii.

**Moralitate ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la moralitate cred că au mai mult de câștigat dacă sunt sincere și corecte. De regulă, spun direct ceea ce urmăresc și oferă cu ușurință informații celorlalți, chiar dacă acest lucru le-ar putea aduce dezavantaje.

## NEVROZISM

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**NEVROZISM scăzut:** Persoanele cu un nivel scăzut de nevrozism sunt stabile emoțional, nu își fac prea multe griji, fiind mulțumite de viața lor. Greu de descurajat și de întristat, rezistă ușor în fața tentațiilor, având o bună capacitate de autocontrol. Cu o atitudine relaxată în situațiile sociale, rămân calme și detașate chiar și în momentele tensionate.

**NEVROZISM ridicat:** Persoanele cu un nivel ridicat de nevrozism au un echilibru emoțional scăzut, fiind deseori îngrijorate și tensionate. Ușor de demoralizat și descurajat, se simt stingerite în public și tind să aibă o părere negativă despre sine. Se enervează ușor, exprimându-și deschis frustrările și se lasă pradă tentațiilor, regretând apoi depășirea limitelor.

## Anxietate

1 2 3 4 5

**Anxietate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la anxietate sunt în general calme și încrezătoare, simțind foarte rar teama și neliniștea. Astfel de persoane nu își fac griji, având încredere că vor face față cu succes situațiilor dificile, sau că lucrurile se vor rezolva. Tind să subestimeze gravitatea unor pericole sau consecințele negative ale unor situații dificile.

**Anxietate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la anxietate sunt permanent îngrijorate. Deseori le este teamă că se va întâmpla ceva rău, trăiesc frica și neliniștea chiar și fără un motiv concret, acestea tulburându-le somnul. Astfel de persoane sunt tensionate și nesigure când primesc o sarcină dificilă, fiindu-le teamă ca vor fi evaluate negativ. Intră cu ușurință în panică în fața situațiilor neașteptate.

## Depresie

1 2 3 4 5

**Depresie scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la depresie sunt greu de demoralizat, descurajat sau întristat. În general pozitive, bine dispuse, se simt mulțumite de viața pe care o trăiesc. Își amintesc mai degrabă evenimentele pozitive din trecut și privesc cu încredere spre viitor.

**Depresie ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la depresie au tendința de a se simți triste, demoralizate și descurajate. Lipsite de entuziasm, cu tendințe de izolare, au o părere negativă despre ele însele și deseori o dispoziție depresivă. Trecutul este interpretat prin prisma evenimentelor negative, iar starea vremii și grija zilei de mâine le indispon cu ușurință.

## Exagerare

1 2 3 4 5

**Exagerare scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la exagerare nu sunt predispuse la excese și rezistă în fața tentațiilor, având o bună capacitate de autocontrol. Reținute și rezervate în reacții, orientate spre recompensele pe termen lung, tind să piardă bucuria și plăcerea deciziilor spontane.

**Exagerare ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la exagerare simt dorințe puternice și au dificultăți în a le controla. Au tendința de a se lăsa pradă tentațiilor, profitând de orice ocazie pentru "a-și face poftele". Sunt orientate pe termen scurt, exagerând deseori și regretând frecvent depășirea limitelor.

## Furie

1 2 3 4 5

**Furie scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la furie se enervează greu și foarte rar. Sunt percepute ca fiind prea calme și impasibile, rămânând relativ detașate chiar și în situațiile tensionate, de conflict. Au tendința de a evita persoanele care le agasează și nu reacționează nici măcar atunci când situația o impune.

**Furie ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la furie se enervează ușor atunci când lucrurile nu ies după placul lor, se revoltă atunci când se simt nedreptățite, obstrucționate sau criticate. În situațiile conflictuale își exprimă deschis frustrările, vociferând, trântind sau amenințând, atunci când nervii le scapă de sub control.

## Timiditate

1 2 3 4 5

**Timiditate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la timiditate caută situațiile în care se află în centrul atenției, pentru a fi evaluate și apreciate de ceilalți. Nu acordă mare atenție criticilor la adresa lor, având o părere extrem de bună despre sine. Le plac polemicele, disputele profesionale, mai ales dacă își pot pune în valoare calitățile.

**Timiditate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la timiditate sunt extrem de sensibile la părerea celorlalți despre ele și se tem să nu fie respinse sau ridiculizate. Se simt jenate și stingherite în public, având senzația că ceilalți le evaluează și le judecă, făcându-și o părere mai degrabă negativă despre sine.

## Vulnerabilitate

1 2 3 4 5

**Vulnerabilitate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la vulnerabilitate sunt afectate doar în mică măsură de presiunile externe. Suportă bine stresul, puterea lor de mobilizare și concentrare crescând în aceste situații.

**Vulnerabilitate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la vulnerabilitate fac față cu greu stresului și trăiesc stări de confuzie, neputință sau chiar panică atunci când se află sub presiune. Evită situațiile limită, simțindu-se vulnerabile în momentele neprevăzute.

## CONȘTIINCIOZITATE

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**CONȘTIINCIOZITATE scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la factorul conștiinciozitate nu își propun obiective personale și profesionale ambițioase și se îndoiesc deseori de capacitatea lor de a face față problemelor neașteptate. Mai puțin organizate, preferând să se adapteze din mers schimbărilor, au dificultăți în finalizarea sarcinilor și renunță cu ușurință atunci când întâlnesc obstacole. Aceste persoane iau decizii rapid, fără să analizeze alternativele sau posibilele consecințe. Având și un simț slab al datoriei și corectitudinii, pot fi percepute de ceilalți ca persoane pe care nu te poți baza.

**CONȘTIINCIOZITATE ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la conștiinciozitate sunt ambițioase, organizate și meticuloase, având încredere în abilitatea personală de a face față problemelor neașteptate. Perseverente, insistă să ducă la final sarcinile indiferent de costuri, având un puternic simț al datoriei și corectitudinii. Iau decizii numai după ce cântăresc cu atenție posibilele consecințe și sunt percepute de ceilalți ca persoane de încredere, pe care te poți baza.

## Ambiție

1 2 3 4 5

**Ambiție scăzută:** Persoanele cu un scor scăzut la ambiție nu sunt interesate de atingerea unor obiective personale ambițioase și de succesul profesional, preferând să se orienteze către satisfacțiile zilnice și ușor de atins. Pentru ele, adevărata reușită în viață constă în găsirea unui echilibru interior și în relațiile cu ceilalți.

**Ambiție ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la ambiție sunt ambițioase și doresc să fie recunoscute ca persoane de succes în tot ceea ce fac. Își propun obiective înalte, pentru care luptă din greu, uneori trecând în plan secund viața personală și satisfacțiile de moment.

## Auto-eficiență

1 2 3 4 5

**Auto-eficiență scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la auto-eficiență se îndoiesc de capacitatea lor de a face față problemelor neașteptate, temându-se că lucrurile le pot scăpa de sub control. Sunt sigure pe ele doar în situațiile bine definite, controlate și experimentate anterior.

**Auto-eficiență ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la auto-eficiență au încredere în capacitatea lor de a rezolva probleme dificile. Consideră că au un control bun asupra propriei vieți și au încredere că pot realiza orice își propun. Găsesc mijloace și căi de a obține ceea ce vor, chiar dacă situația pare potrivnică.

## Datorii

1 2 3 4 5

**Datorii scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la factorul datorii cred că normele sociale le îngăduiesc libertatea. Sunt mai degrabă permissive, considerând că regulile, promisiunile și datoriile pot fi încălcate, dacă situația o cere. Le este greu să respecte cu strictețe angajamentele și obligațiile de orice fel, având probleme cu plata datoriilor financiare sau morale.

**Datorii ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la factorul datorii respectă cu strictețe regulile și angajamentele de orice fel și se simt foarte vinovate dacă se întâmplă să nu își poată onora promisiunile. Acceptă necondiționat principiile și normele sociale, chiar dacă acestea le pot aduce deservicii.

## Organizare

1 2 3 4 5

**Organizare scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la organizare sunt mai degrabă dezorganizate și împrăștiate, abordând activitățile într-un mod spontan, fără o planificare anterioară. Preferă să se adapteze din mers schimbărilor, lucrează în funcție de intuiția de moment și descoperă lucruri noi fără o planificare și organizare sistematică.

**Organizare ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la organizare sunt ordonate, minuțioase și planifică de fiecare dată ceea ce vor face cu mult timp înainte. Preferă să țină agende exacte și își organizează minuțios timpul, dovedindu-se uneori inflexibile în reorganizarea activităților.

## Perseverență

1 2 3 4 5

**Perseverență scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la perseverență au dificultăți în finalizarea sarcinilor, renunțând cu ușurință atunci când întâlnesc obstacole, când sarcinile devin plictisitoare sau când anticipează un posibil eșec. Având tendința de a amâna, au nevoie de un impuls pentru a începe să lucreze și abandonează ușor dacă intervin alte solicitări.

**Perseverență ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la perseverență muncesc din greu și fac tot posibilul pentru a finaliza ceea ce și-au propus, în ciuda tuturor dificultăților. Le este greu să amâne sau să abandoneze, preferând să nu își asume noi responsabilități până nu le finalizează pe cele deja asumate. Nu vor să recunoască eșecul și insistă să ducă o sarcină până la sfârșit, indiferent de costuri.

## Prudență

1 2 3 4 5

**Prudență scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la prudență iau decizii foarte repede, fără să analizeze prea mult lucrurile. Chiar dacă nu au informațiile necesare, tind să accepte primele soluții care le vin în minte, considerându-le potrivite. Nu se gândesc foarte mult la posibile consecințe și riscă să își irosească resursele cu prea mare ușurință.

**Prudență ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la prudență au nevoie de mult timp înainte de a lua orice decizie, căutând mereu informații relevante, analizând și cântărind cu atenție posibilele consecințe. Fiindu-le greu să se hotărască, caută soluții ideale și amână luarea unor decizii, putând pierde oportunități importante.

## DESCHIDERE

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

**DESCHIDERE scăzută:** Persoanele cu scoruri mici la deschidere apreciază mai mult simplitatea și claritatea decât complexitatea, ambiguitatea sau subtilul. Ele preferă rutina, procedurile deja cunoscute, soluțiile concrete și realiste, celor creative sau fanteziste. Aceste persoane au dificultăți în înțelegerea și exprimarea propriilor emoții, preferă activitățile concrete celor abstracte și intelectuale și nu acordă o importanță prea mare artei și aspectelor estetice. Reacționând cu reținere la schimbare, ele pun accent pe respectarea normelor și păstrarea tradițiilor.

**DESCHIDERE ridicată:** Persoanele cu scoruri mari la deschidere sunt curioase, imaginative și mereu în căutarea noutății. Ele preferă activitățile intelectuale și soluțiile creative, abstracte sau chiar fanteziste la problemele cu care se confruntă. Își analizează și exprimă cu ușurință trăirile afective, le place să experimenteze lucruri noi, să caute aventura și au tendința de a pune sub semnul întrebării autoritatea, normele și valorile tradiționale. Cultivându-și latura emoțională, acordă mult timp naturii, artei și aspectelor estetice.

## Emoționalitate

1 2 3 4 5

**Emoționalitate scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la emoționalitate au probleme în conștientizarea și exprimarea emoțiilor și sentimentelor. Nu își analizează prea des emoțiile, iar atunci când o fac, nu reușesc să le înțeleagă pe deplin. Se consideră persoane cu frământări interne multiple și greu de definit.

**Emoționalitate ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la emoționalitate își analizează frecvent propriile emoții și sentimente, ajungând să le cunoască foarte bine. Ele nu evită să-și exprime deschis trăirile, considerând că așa este normal. Aceste persoane pot explica, controla și exprima cu ușurință trăirile interioare, făcându-se ușor înțelese de ceilalți.

## Imaginație

1 2 3 4 5

**Imaginație scăzută:** Persoanele care obțin scoruri mici la imaginație sunt mai degrabă orientate spre fapte, decât spre fantezie. Ele privesc cu realism lucrurile și se concentrează pe aspectele concrete ale vieții. Aceste persoane se relaxează realizând diverse activități practice și caută soluții realiste și imediate la problemele cu care se confruntă.

**Imaginație ridicată:** Persoanele care obțin scoruri mari la imaginație apelează adesea la fantezie și creativitate pentru a înfrumuseța viața. Preferă soluțiile inedite și originale și au plăcerea de a visa cu ochii deschiși. Au mai degrabă idei fanteziste și utopice, decât planuri concrete, apropiate de realitate.

## Intelect

1 2 3 4 5

**Inteligență concretă:** Persoanele care obțin scoruri mici la intelect preferă să lucreze cu oameni și obiecte, implicându-se mai ales în activitățile tehnice sau sociale. Nu agreează prea mult jocurile de perspicacitate și evită discuțiile intelectuale sau analizele cu grad mare de abstractizare, preferând scenariile cu intrigă clară și ușor de urmărit.

**Inteligență abstractă:** Persoanele care obțin scoruri mari la intelect se simt atrase de provocările intelectuale și le place să discute subiecte complexe, cu un grad ridicat de abstractizare. Le plac jocurile de perspicacitate și analizarea unor idei noi și inedite, agreând scenariile complexe, cu sensuri greu de intuit.

## Interes artistic

1 2 3 4 5

**Interes artistic scăzut:** Persoanelor care obțin scoruri mici la interes artistic le lipsește sensibilitatea artistică și interesul pentru arte și frumos. Având o preferință pentru aspectele utile ale vieții, nu acordă multă atenție aspectelor estetice și nu investesc timp sau resurse în dezvoltarea sensibilității artistice.

**Interes artistic ridicat:** Persoanele cu scoruri mari la interes artistic iubesc frumosul, atât din artă, cât și în natură și acordă aspectelor estetice mai multă atenție decât o fac ceilalți. Preferă muzeele și evenimentele cu încărcătură artistică și sunt atrase de lucrurile rafinate și sofisticate, considerând că este absolut necesar să-și cultive această latură.

## Liberalism

1 2 3 4 5

**Liberalism scăzut:** Persoanele care obțin scoruri mici la liberalism sunt conservatoare și preferă o societate mai bine organizată, care să pună accent pe respectarea normelor și păstrarea tradițiilor. Ele cred că statul ar trebui să promoveze respectul față de lege și autoritate și să asigure în primul rând securitatea cetățenilor lui.

**Liberalism ridicat:** Persoanele care obțin scoruri mari la liberalism au tendința de a pune sub semnul întrebării autoritatea, normele și valorile tradiționale. Ele cred în adaptarea și modernizarea permanentă a societății și consideră că rolul statului este acela de a asigura un cadru flexibil, în care să se manifeste libertatea individuală.

## Spirit aventurier

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Spirit aventurier scăzut:** Persoanele care obțin scoruri mici la spirit aventurier preferă rutina, fiind neliniștite în fața schimbării, față de care reacționează cu reținere. Preferă siguranța obiceiurilor zilnice și nu se abat de la procedurile deja cunoscute. Evită aventura, trăirea unor experiențe noi și provocatoare.

**Spirit aventurier ridicat:** Persoanele care obțin scoruri mari la spirit aventurier sunt tentate să experimenteze lucruri noi și să caute noi modalități de a-și trăi viața profesională și personală. Astfel de persoane găsesc familiarul și rutina ca fiind plictisitoare și reacționează cu interes la schimbare, căutând aventura și noi provocări.

# 6. Indicatori statistici

## Raspunsuri pe itemi

1. b	2. b	3. a	4. b	5. b	6. a	7. b	8. b	9. a	10. b
11. b	12. a	13. b	14. a	15. b	16. a	17. b	18. a	19. b	20. b
21. a	22. b	23. b	24. a	25. b	26. b	27. a	28. b	29. a	30. b
31. b	32. a	33. b	34. b	35. b	36. a	37. b	38. a	39. b	40. a
41. b	42. a	43. b	44. a	45. b	46. a	47. b	48. a	49. b	50. b
51. a	52. b	53. a	54. b	55. b	56. a	57. b	58. b	59. a	60. b
61. a	62. b	63. b	64. a	65. b	66. a	67. b	68. a	69. b	70. a
71. b	72. a	73. b	74. a	75. b	76. a	77. b	78. a	79. b	80. b
81. b	82. a	83. b	84. a	85. b	86. a	87. b	88. a	89. b	90. a
91. b	92. a	93. b	94. a	95. b	96. a	97. b	98. a	99. b	100. a
101. b	102. a	103. b	104. a	105. b	106. a	107. b	108. a	109. b	110. a
111. b	112. a	113. b	114. a	115. b	116. a	117. b	118. a	119. b	120. a
121. b	122. a	123. b	124. a	125. b	126. a	127. b	128. a	129. b	130. a
131. b	132. a	133. b	134. a	135. b	136. a	137. b	138. a	139. b	140. b
141. a	142. b	143. a	144. b	145. a	146. b	147. a	148. b	149. a	150. b
151. a	152. b	153. a	154. b	155. a	156. b	157. a	158. b	159. a	160. b
161. a	162. b	163. a	164. b	165. a	166. b	167. a	168. b	169. a	170. b
171. b	172. a	173. b	174. a	175. b	176. a	177. b	178. a	179. b	180. a
181. b	182. a	183. b	184. a	185. b	186. a	187. b	188. a	189. b	190. a
191. b	192. b	193. a	194. b	195. a	196. b	197. b	198. a	199. b	200. b
201. a	202. b	203. b	204. a	205. b	206. b	207. a	208. b	209. b	210. a
211. b	212. b	213. a	214. b	215. b	216. a	217. b	218. b	219. a	220. b
221. b	222. a	223. b	224. b	225. a	226. b	227. b	228. a	229. b	230. b
231. a	232. b	233. b	234. a	235. b	236. a	237. b	238. a	239. b	240. b

# 7. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziile parțiale.

---

---

Data: 4 ianuarie 2018

Psiholog practicant: