

Vă rugăm să citiți următoarele afirmații și, pentru fiecare caz în parte, **să alegeți o singură variantă, o singură variantă de continuare a afirmației**. De fiecare dată vă rugăm să alegeți **varianta care vă caracterizează cel mai bine**, se potrivește cu modul în care gândiți sau reacționați de obicei/ de cele mai multe ori. Marcați cu un „x” răspunsul dumneavoastră în căsuța din fața variantei alese. Dacă nu vă puteți hotărî, vă rugăm să alegeți varianta intermediară „?” care semnifică ”Indecis(ă)/ între cele două variante”.

NU EXISTĂ RĂSPUNSURI BUNE SAU RELE, CORECTE SAU GREȘITE CI DOAR OPINII DIFERITE!

1. Sarcinile complicate, dificile, fără soluții clare:

- ☐ mă stimulează;
- ☐ ?
- ☐ mă obosesc.

2. Pentru a fi eficient(ă) în muncă:

- ☐ prefer să am un program zilnic clar, bine stabilit;
- ☐ ?
- ☐ prefer să am un program flexibil, adaptat provocărilor zilnice.

3. Îmi plac mai mult petrecerile în care:

- ☐ sunt multe persoane noi, necunoscute;
- ☐ ?
- ☐ îi cunosc pe majoritatea celor prezenți.

4. Îmi plac activitățile profesionale care îmi solicită:

- ☐ flexibilitatea, adaptabilitatea și capacitatea mea de a improviza;
- ☐ ?
- ☐ rigoarea, stabilitatea și capacitatea de a oferi exact soluțiile așteptate.

5. Mă simt confortabil(ă):

- ☐ atunci când mă concentrez pe o singură activitate;
- ☐ ?
- ☐ atunci când gestionez mai multe activități, în paralel.

6. Pot spune despre mine că:

- ☐ îmi plac provocările și sarcinile complexe;
- ☐ ?
- ☐ îmi plac sarcinile clare și bine definite.

7. Sunt mai mulțumit(ă) atunci când simt că:

- ☐ am o viață tumultuoasă, cu multe evenimente neașteptate;
- ☐ ?
- ☐ am o viață calmă, fără prea multe surprize.

8. Cealaltă îmi pot reproșa că:

- ☐ nu am suficientă încredere în mine și în competențele mele;
- ☐ ?
- ☐ am prea multă încredere în mine și competențele mele.

9. Pot spune despre mine că:

- ☐ sunt deschis(ă) și mereu dispus(ă) să încerc lucruri noi;
- ☐ ?
- ☐ sunt conservator(oare) și prefer doar lucrurile verificate.

10. În discuțiile de grup, îmi place :

- ☐ să urmăresc simultan mai multe idei sau conversații
- ☐ ?
- ☐ să mă concentrez doar pe o idee sau sursă de informație.

11. Îmi plac mai mult problemele complexe pentru care:

- ☐ există un algoritm, o cale de rezolvare a lor;
- ☐ ?
- ☐ nu există o rezolvare certă sau algoritmi de rezolvare.

12. În realizarea sarcinilor profesionale, prefer:

- ☐ să am libertatea de a le realiza cum cred eu mai bine;
- ☐ ?
- ☐ să mi se ofere indicații clare referitoare la ceea ce trebuie să fac.

13. În general:

- ☐ prefer lucrurile și situațiile cu care sunt obișnuit(ă);
- ☐ ?
- ☐ prefer lucrurile sau situațiile noi, provocatoare.

14. Colegii știu despre mine că sunt o persoană:

- ☐ încrezătoare, care știe că poate rezolva orice sarcină profesională;
- ☐ ?
- ☐ prudentă, care nu își asumă angajamente sau decizii riscante.

15. Pe perioade lungi de timp (săptămâni sau luni), sunt mai eficient(ă) atunci când:

- ☐ încep și lucrez la mai multe idei/ proiecte, în același timp;
- ☐ ?
- ☐ mă concentrez pe o singură lucrare, un singur proiect.

16. Prefer un loc de muncă care să îmi ofere:

- ☐ reguli și principii clare, stabile, după care să lucrez;
- ☐ ?
- ☐ libertate în acțiunile și deciziile profesionale.

17. Din punct de vedere profesional, m-aș bucura mai mult de:

- ☐ confortul dat de sarcinile cunoscute, familiare;
- ☐ ?
- ☐ stimularea oferită sarcini noi, diversificate.

18. În fața unor probleme profesionale neașteptate:

- ☐ sunt sigur(ă) că pot să găsesc soluții de rezolvare;
- ☐ ?
- ☐ ezit și mă întreb dacă am nevoie de ajutor.

19. Sunt genul de angajat care preferă:

- ☐ stabilitatea și rutina în activitățile profesionale;
- ☐ ?
- ☐ schimbarea și adaptarea la noi provocări profesionale.

20. Înainte de a finaliza o sarcină importantă, prefer să:

- ☐ accept și alte sarcini pentru a le pregăti sau a mă gândi din timp la ele;
- ☐ ?
- ☐ nu accept o altă sarcină până nu o finalizez pe cea în lucru.

21. Îmi asum responsabilitatea rezolvării unei sarcini importante:

- ☐ dacă este suficient de complicată pentru a mă simți provocat(ă);
- ☐ ?
- ☐ dacă am deja o soluție sau o metodă de rezolvare a ei.

22. Prefer un loc de muncă care să îmi permită:

- ☐ să mă adaptez „din mers” la solicitările zilnice;
- ☐ ?
- ☐ să respect întocmai planificările făcute anterior.

23. În situații tensionate:

- ☐ prefer să nu acționez pripit și să iau decizii importate;
- ☐ ?
- ☐ am încredere în mine și acționez rapid.

24. Mi se reproșează adesea că sunt:

- ☐ imprevizibil(ă) și flexibil(ă);
- ☐ ?
- ☐ tipicar(ă) și de neclintit.

25. Mi se poate reproșa mai degrabă că:

- ☐ încerc să fac prea multe lucruri în același timp;
- ☐ ?
- ☐ mă pot concentra numai pe un singur lucru.

26. Când primesc noi sarcini, prefer să fie:

- ☐ sarcini complicate, care să mă stimuleze cognitiv;
- ☐ ?
- ☐ sarcini clare, cu modalități cunoscute de realizare.

27. Îmi place să-mi realizez sarcinile:

- ☐ planificat, conform rutinei zilnice;
- ☐ ?
- ☐ spontan, conform solicitărilor de moment.

28. De cele mai multe ori prefer:

- ☐ familiaritatea dată de sarcinile și persoanele cunoscute;
- ☐ ?
- ☐ diversitatea dată de sarcinile și persoanele noi.

29. Când primesc o nouă responsabilitate profesională:

- ☐ mă simt nesigur(ă) și tensionat(ă);
- ☐ ?
- ☐ mă simt calm(ă) și încrezător(oare).

30. În activitățile profesionale, îmi place mai mult:

- ☐ certitudinea dată de aplicarea unor metode și proceduri cunoscute, verificate;
- ☐ ?
- ☐ flexibilitate dată de folosirea unor noi metode și oportunități.

31. Într-un anumit interval de timp, prefer:

- ☐ să urmăresc atingerea mai multor obiective, chiar dacă sunt diferite;
- ☐ ?
- ☐ să mă concentrez pe atingerea unui singur obiectiv principal.

32. Mă simt mult mai mulțumit(ă) profesional, dacă:

- ☐ rezolv sarcini importante, dar clar definite, utilizând strategii cunoscute;
- ☐ ?
- ☐ folosesc noi strategii, în rezolvarea unor sarcini complexe, incomplet definite.

33. Îmi place mai mult:

- ☐ siguranța dată de rutina zilnică și de planificarea clară a activității profesionale;
- ☐ ?
- ☐ incertitudinea dată de sarcinile noi și libertatea de a acționa în funcție de solicitările de moment.

34. Mă consider o persoană care:

- ☐ simte nevoia de a fi stimulată prin schimbări frecvente;
- ☐ ?
- ☐ simte nevoia de a lucra într-un mediu stabil și sigur.

35. Când am incertitudini cu privire la o sarcină:

- ☐ amân luarea unei decizii sau mi-e greu să merg mai departe;
- ☐ ?
- ☐ acționez și am încredere că voi rezolva incertitudinile pe parcurs.

36. Cealaltă știu despre mine că sunt mai degrabă un angajat:

- ☐ consecvent, care își face treaba exact așa cum a fost stabilit.
- ☐ ?
- ☐ flexibil, gata să facă lucrurile altfel sau să se adapteze unor noi solicitări.

Vârsta /data nasterii _____ **Genul:** ☐ M ☐ F **Ocupația (COR):** _____

Studii finalizate: ☐ gimnaziale(4 clase), ☐ primare (8 clase), ☐ școală profesională,
☐ liceale (12 clase), ☐ post- liceale
☐ universitare (licență) ☐ universitare (master), ☐ post-universitare (doctorat)

email: _____