

Raport de consiliere psihologică APT

Psiholog examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Adrian Manolache, bărbat, 32 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 APT (Atypical Personality Traits) permite identificarea unor **profiluri atipice de personalitate**, de la cele care definesc "personalitățile eroice" la cele care sunt caracteristice "personalităților dificile". Inventarul APT a fost construit prin raportare la descrierile din sistemele de diagnostic DSM-V și ICD-10, cele care se referă la "tendențele dizarmonice"/ tulburările de personalitate (Constantin & Nicuță, 2022).

Care este partea "eroică" sau "dificilă" a personalității evaluate? Care îi sunt "vulnerabilitățile" sau "defectele" care pot apărea atunci când este obosit(ă), stresat(ă) sau enervat(ă) de ceilalți? Care îi sunt "atuurile" sau ce tip de personalitate (secundar) poate ieși la suprafață atunci când trece prin momente deosebite? La astfel de întrebări răspunde Inventarul APT, oferind o imagine asupra posibilelor aspecte exagerate, deranjate sau chiar disfuncționale ale persoanei evaluate.

Chestionarul APT conține 136 de itemi reprezentați de aserțiuni (afirmații) cu două posibile variante de răspuns (Adevărat/ Fals), incluzând și o variantă de răspuns intermediară ("?") pentru cei nehotărâți sau cei care nu se găsesc în nici una dintre cele două variante dihotomice.

Inventarul APT (Atypical Personality Traits) a fost construit și validat pe populația românească, în mai multe etape, cumulând un număr de peste 10 000 de evaluări, fiind folosite în calibrarea instrumentului. Inventarul APT vizează evaluarea a **13 dimensiuni psihologice**, permițând identificarea tendințelor specifice diferitelor **personalități "atipice"**:

1. Personalitatea "**Rebelă**"
2. Personalitatea "**Solitară**"
3. Personalitatea "**Dramatică**"
4. Personalitatea "**Emoțională**"
5. Personalitatea "**Perfecționistă**"
6. Personalitatea "**Supusă**"
7. Personalitatea "**Timidă**"
8. Personalitatea "**Excentrică**"
9. Personalitatea "**Justițiară**"
10. Personalitatea "**Narcisistă**"
11. Personalitatea "**Impulsivă**"
12. Personalitatea "**Temătoare**"
13. Personalitatea "**Depresivă**"

ATENȚIE! Pentru Inventarul APT, *scorurile mici nu se interpretează* (nu au valoare interpretativă!). Au relevanță, în interpretarea tendințelor individuale, doar scorurile mari (decilele 9 și 10)!

În **Raportul de consiliere APT**, doar scorurile mari, cele situate în decilele 9 sau 10, pot fi luate în calcul ca fiind relevante, semnalând *posibile trăsături atipice de personalitate*. Pentru aceste tendințe/ trăsături atipice sunt oferite câteva **sugestii/ recomandări** generale, direcții de acțiune de la care se poate porni, fie în activități de **autodezvoltare personală** fie în cele de **consiliere, mentorat sau coaching** cu persoanele identificate cu astfel de tendințe/ trăsături.

Inventarul APT (Atypical Personality Traits) este deosebit de util în pentru activitatea de evaluare și consiliere în context profesional permițând, fie identificarea, **la angajare**, a persoanelor "dorite"/ "indezirabile", fie consilierea, **după angajare**, a personalităților atipice, în scopul atingerii potențialului profesional optim.

2. Profil sintetic

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Rebel /ă

Deviant /ă de la normele sociale, nu-i plac regulile și presiunea autorității; neînfricat /ă și convingător/oare, îi poate manipula cu ușurință pe ceilalți

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Solitar /ă

Detășat /ă sau fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor; rece sau distant/ă în relațiile interpersonale.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Dramatic /ă

Demonstrativ/ă sau teatral/ă, cu un discurs încărcat emoțional, îi place să fie în centrul atenției, exagerând în relatările și reacțiile sale emoționale.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Emoțional /ă

Pasional /ă, impulsiv /ă și cu atașamente emoționale intense, trece cu ușurință de la o extremă la cealaltă, trăind totul cu foarte mare intensitate.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Perfecționist /ă

Meticulos /oasă, preocupat/ă de liste, ordine și planificare, este de o conștiințiozitate excesivă, uneori inflexibilă; cu idei sau obiceiuri fixe.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Supus /ă

Dependent /ă, ezitant/ă și fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat/ă înaintea luării deciziilor; nu au încredere în sine și în forțele proprii.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Timid /ă

Inhibat/ă în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat/ă sau criticat/ă de ceilalți; deseori cu sentimente de inferioritate.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Excentric /ă

Original /ă, straniu /e și deseori retras /ă, are credințe, idei sau reacții inedite, determinate de o percepție particulară, paradoxală asupra realității.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Justițiar /ă

Circumspect /ă și orgolios /oasă, interpretează cu abilitate faptele și luptă deseori pentru adevăr și dreptate; nu poate uita ofensele sau nedreptatea.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Narcisist /ă

Egocentric /ă, cu nevoia de a fi admirat/ă, poate fi seducător /oare și convingător/oare, folosindu-se de ceilalți pentru a-și atinge obiectivele.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Impulsiv /ă

Nestăpânit /ă, reușește cu greu să își controleze impulsurile, poftele sau emoțiile; reacționează impulsiv, fără a se gândi, din timp, la alternative.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Anxios /oasă

Îngrijorat/ă, tensionat/ă și nesigur/ă cu privire la evenimentele viitoare, trăiește stări frecvente, exagerate și nerealiste de teamă sau neliniște.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Depresiv /ă

Pesimist/ă sau trist /ă, nimic din ceea ce face nu îl / o mai bucură; viitorul i se pare fără multă speranță și se simte singur/ă, uneori inutil/ă și fără sens.

3. Indicatori de distorsiune

Efect de contaminare scăzut

Tendința de a alege puține aserțiuni autodescriptive negative. În absența unor interpretări exagerate, se raportează cu realism la cei din jur și la modul în care se vede pe sine (profil valid!).



Efect de contaminare ridicat

Tendința de a alege multe aserțiuni autodescriptive negative. Cumul de interpretări personale exagerate care pot afecta realismul analizei și calitatea profilului final obținut (posibil profil invalid!).

Are tendința de a alege multe aserțiuni autodescriptive negative. Cumul de interpretări personale exagerate care pot afecta realismul în raportarea la lumea din jur și calitatea profilului obținut. **Posibil profil invalid!**. (*Efect de contaminare ridicat*)

4. Sugestii de consiliere

În urma completării chestionarului APT au fost formulate următoarele sugestii de consiliere în profilul psihologic:

Este normal să dorim să fim apreciați și chiar admirați, dar pentru aceasta nu este necesar să atragem în mod evident atenția. Pentru că discreția este apreciată, lasă-i pe ceilalți să observe ce ai de oferit, învață să asculți înainte de a acapara conversațiile. Dacă acest lucru nu se întâmplă, învață să tolerezi astfel de situații, gândindu-te la persoanele care chiar contează pentru tine. Fiecare dintre noi avem zile mai bune și zile mai puțin bune și nu putem fi plăcuți de toți oamenii. Chiar dacă te simți ignorat(ă) sau chiar respins(ă), nu are rost să suferi sau să te ascunzi în spatele unei măști, ci trebuie să te bucuri de ceea ce ai și de cei care te apreciază cu adevărat. (*Dramatic /ă*)

Dacă vrei ca ceilalți să te accepte așa cum ești, trebuie să încerci să fii prezent(ă) alături de aceștia, chiar dacă uneori simți că îți este dificil să relaționezi cu ei. Acceptă faptul că atunci când pun întrebări sau discută despre tine, ei sunt interesați de tine și încearcă să te cunoască mai bine pentru că te consideră original(ă), interesat(ă). Dacă te fac să te simți inconfortabil, amintește-ți că rareori ți s-a întâmplat să o faci cu intenție negativă. Atunci când devii excesiv de preocupat(ă) de teoriile sau interpretările esoterice pe care le dai lumii din jur, nu lăsa aceste gânduri să te acapareze în totalitate și revin-o la realitate. Analizează-ți comportamentele de evitare, temerile tale și emoțiile negative (anxietatea) pentru a le controla mai bine, astfel încât să nu afecteze calitatea vieții și relațiile cu ceilalți. (*Excentric /ă*)

Exersează-ți abilitatea de a tolera incertitudinea și de a-ți abate atenția de la gândurile care macină mereu același temeri. Nu uita că important este ceea ce se întâmplă în prezent și că nu putem prezice viitorul, chiar dacă ne-am dori acest lucru. Recunoaște că, de cele mai multe ori, temerile tale nu s-au confirmat, iar dacă se va întâmpla ceva nefavorabil, te vei descurca bine ca și în situațiile anterioare. Pentru a preveni sau reduce anxietatea, caută să identifici și să folosești propriile strategii de liniștire (tehnicile de relaxare, activități sociale, muzică, sport etc.) pentru a te elibera de acea tensiune negativă. (*Anxios /oasă*)

5. Analiză pe factori

Rebel(ă)

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

Rebel /ă: Nepăsător(oare) față de reguli și normele sociale, se simte provocat de acestea sau consideră că regulile sunt făcute pentru a fi încălcate. Are deseori probleme cu legea sau responsabilităților sociale, trăind după propriile reguli și interese. Manipulativ(ă), minte fără remușcări, blamează pe alții sau oferă raționalizări plauzibile actelor sale reprobabile. Este o fire conflictuală și își pierde des controlul, putând deveni agresiv/ă fizic și verbal.

Solitar(ă)

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

Solitar /ă: Detașat(ă) sau rece emoțional, fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor. Caută singurătatea, activități solitare și este deseori perceput de ceilalți ca fiind rece și detașat(ă) în relațiile interpersonale. Rațional(ă), indiferent(ă) la critici și laude, este preocupat(ă) mai mult de idei metafizice sau de tehnică decât de oameni.

Dramatic(ă)

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

Dramatic /ă: Dramatic(ă) sau teatral(ă), cu un discurs puternic încărcat emoțional, simte nevoia de a-i impresiona pe ceilalți. Îi place să fie în centrul atenției, să îi surprindă pe ceilalți cu povestiri pline de dramatism, apariții inedite sau conduite seducătoare. Exagerează în relatările și reacțiile sale emoționale, jucând rol de "erou" sau de "victimă". Sugestionabil(ă), dependent(ă) de atenția celorlalți, se simte frustrat(ă) dacă aceștia nu îl/o apreciază.

Emoțional(ă)

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

Emoțional /ă: Instabil(ă) emoțional și impulsiv(ă), trăiește frecvent relații interpersonale intense afectiv, oscilând între idealizare și devalorizare. Face eforturi mari de a evita abandonul real sau imaginar iar în momentul când se simte respins(ă) întră în panică, devine agresivă sau evadează în conduite riscante. Cu o imagine instabilă de sine, trăiește sentimente cronice de vid sau are impulsuri spre auto-mutilare.

Perfecționist(ă)

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

Perfecționist /ă: Perfecționist(ă), rigid(ă) și preocupat(ă) de liste, ordine și planificare, este total devotat muncii sale, neglijându-și deseori viața personală. Cu o conștiinciozitate excesivă, este încăpățânat(ă) și inflexibil în idei și atitudini. Îngrijorat(ă) cu privire la viitor, face economii și îi este greu să renunțe la obiectele uzate, indiferent de importanța lor. Cu frecvente gânduri obsesive sau ritualuri compulsive.

Supus(ă)

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

Supus /ă: Neajutorat(ă), fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat(ă) înaintea luării oricărei decizii sau preferă ca ceilalți să ia deciziile curente. Cu stimă de sine redusă, se simte depășit(ă) de solicitările vieții și nu are încredere că se poate descurca singur(ă). Din teama de a nu rămâne singur(ă) sau poate suporta tratamente umilitoare.

Timid(ă)

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

Timid /ă: Inhibat(ă) în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat(ă) sau criticat(ă) de aceștia. Evită implicarea în activități care ar presupune coordonarea grupului sau validarea primită din partea celorlalți. Vorbitul în public sau persoanele și situațiile noi îi declanșează anxietatea și comportamentul defensiv. Se desconsideră și se simte inferior(oară), atunci când se raportează la ceilalți.

Excentric(ă)

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

Excentric /ă: Excentric(ă), are conduite percepute de ceilalți ca fiind bizare sau reacții insolite determinate de o percepție particulară, distorsionată asupra realității. Cu ciudățenii limbaj și gândire magică, are convingeri oculte sau crede în forțe paranormale. Se simte diferit/ă de ceilalți și că nu este înțeles(easă) de cei din jur. Nu-și împărtășește emoțiile și sentimentele și nu se simte în largul său în preajma celorlalți.

Justițiar(ă)

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

Justițiar /ă: Suspicios(oasă) în relațiile cu ceilalți, este foarte sensibil(ă) și reactiv(ă) în situații sociale, fiind ușor de supărat/ jignit. Se îndoiește de bunele intenții ale celorlalți și se simte deseori sabotat(ă), jignit(ă) sau atacat(ă) fără motiv de aceștia. Nu poate să uite conflictele, trădările sau ofensele (reale sau imaginare) din trecut, retrăindu-le cu mare intensitate. Are tendința de a interpreta lucruri și de face deseori asocieri care nu reflectă realitatea.

Narcisist(ă)

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

Narcisist /ă: Egocentric(ă), uneori arogant(ă), este convins(ă) că este o persoană importantă, deosebită, cu calități deosebite și că merită un tratament privilegiat. Seducător(oare) și manipulativ(ă) și se folosește de ceilalți pentru a-și atinge propriile obiective. Caută admirația și recunoașterea din partea celorlalți și se asociază cu persoane pretențioase. Este atras(ă) de lucrurile extravagante și scumpe și dă dovadă de aroganță în relațiile interpersonale folosindu-se de persuasiune.

Impulsiv(ă)

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

Impulsiv /ă: Nestăpânit(ă) și reactiv(ă) în relațiile interpersonale, reușește cu greu să își controleze impulsurile sau emoțiile negative. Trăiește cu multă intensitate și reacționează emoțional și la cele mai banale întâmplări, provocări sau probleme și se înfurie ușor atunci când este contrazis(ă). Intră ușor în conflicte cu cei din jur iar în momentele de furie, simte nevoia să trântască sau să lovească ceva. Poate fi ușor de implicat în certuri, altercații sau bătăi.

Anxios(oasă)

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

Anxios /oasă: Îngrijorat(ă), tensionat(ă) și nesigur(ă) cu privire la evenimentele viitoare, nu se poate relaxa pentru că mereu se așteaptă să se întâmple ceva rău. Grijile îi distrag atenția de la ceea ce are de făcut, nu se poate concentra sau are probleme cu somnul. Îngrijorările constante îi consumă energia, îl/ o obolesc, îi creează o stare permanentă de agitație și probleme cu cei din jur.

Depresiv(ă)

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

Depresiv /ă: Pesimistă, nefericit(ă) sau tristă fără un motiv concret, nimic din ceea ce face nu îl/ o mai bucură. Cu un nivel scăzut de energie, are dificultăți de concentrare și probleme cu somnul. Viitorul i se pare fără speranță și se simte singur(ă), inutil(ă) și fără sens. Demoralizat(ă), are ideea suicidară și trăiește sentimente de vinovăție.

6. Indicatori statistici

Răspunsuri pe itemi

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

7. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziilor parțiale.

Data: duminică, 30 iulie 2023
practicant:

Psiholog