

# Raport de consiliere psihologică APT

Psiholog examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Adrian Manolache, bărbat, 33 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 "tendințele 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 122 de itemi (+ 4 itemi de control pentru versiunea online) itemi reprezentați de afirmații cu două posibile variante de răspuns (Adevărat/ Fals), incluzând și o variantă de răspuns intermediară ("?") pentru cei nehotărâți sau care nu se regăsesc în nici una dintre cele două variante.

**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**"

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* (scorurile mici nu se interpretează!). Pentru aceste tendințe/ trăsături atipice (scoruri mari!) 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.

Pentru **versiunea "hetero-evaluare"** a chestionarului APT, (răspunzând la întrebări formulate la persoana III-a, cu referire *conduitele tipice ale partenerului de cuplu/ colegului/ liderului evaluat* etc.), rapoartele de evaluare și de consiliere vor viza persoana evaluată dar "prin ochii" sau din perspectiva celui/ celei care a răspuns la chestionar și a evaluat conduitele tipice ale persoanei evaluate.

**Inventarul APT** (Atypical Personality Traits) permite fie identificarea, **la angajare**, a persoanelor "dorite" sau "indezirabile", fie identificarea și consilierea lor, **după angajare**, în scopul dezvoltării personale și atingerii potențialului profesional optim. Identificarea (prin hetero-evaluare) diferențelor dintre profilul auto-evaluat și profilul perceput de ceilalți sau a percepțiilor reciproce a doi parteneri de cuplu, pot fi deosebit de interesante și de relevante pentru **terapia de cuplu** sau **medierea conflictelor** pentru că pune rapid în lumină *similitudinile și distorsiunile dintre felul în care ne percepem noi și modul în care ne văd ceilalți* (principala cauză a conflictelor și tensiunilor în relaționare).

## 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 îți dorească să fie apreciat/ă și chiar admirat/ă, dar pentru aceasta nu este necesar să atragă, în mod evident și repetat, atenția celorlalți. Deoarece discreția este apreciată, ar trebui să îi lase pe ceilalți să observe ceea ce are de oferit și să învețe să asculte înainte de a acapara conversațiile. Dacă pare că ceilalți nu au remarcat ideile sau felul în care arată, ar trebui să învețe să tolereze astfel de situații, gândindu-se că fiecare are preocupările sale. Chiar dacă se simte ignorat/ă sau respins/ă, trebuie să înțeleagă că nu are rost să sufere sau să se ascundă în spatele unei măști, ci trebuie să se bucure de ceea ce are și de cei care o/ îl apreciază cu adevărat. (*Dramatic /ă*)

Ar fi de preferat ca oamenii să își exprime clar intențiile, dar, dacă acest lucru nu se întâmplă, nu înseamnă că sunt toți rău intenționați. Dacă este atent/ă doar la posibile semne care ar putea dezvălui intențiile ipocrite sau răuvoitoare ale celorlalți, își va alimenta convingerea că nu poate avea încredere în nimeni și nu va vedea intențiile bune și partea frumoasă a vieții. Este important să încerce să fie mai tolerant/ă și să accepte pe ceilalți așa cum sunt, chiar și atunci când îi greșesc. Trebuie să conștientizeze situațiile sau oamenii care îi declanșează gânduri negative și să evite astfel de situații sau persoane. Anxietatea generată de oamenii nesinceri sau de gândurile recurente poate fi redusă și prin tehnici de relaxare, iar ar fi bine să exerseze în mod regulat astfel de tehnici. (*Justițiar /ă*)

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

# 7. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziilor parțiale.

---

---

Data: marți, 4 iunie 2024

Psiholog practicant: