

# Raport de consiliere psihologică INEM

Psiholog examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Adrian Manolache, bărbat, 31 ani, programator**

Scopul evaluării **Consiliere**



# Cuprins

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

# 1. Descriere inventar

**Chestionarul INEM (Inteligență Emoțională)** permite evaluarea inteligenței emoționale, definită ca fiind "capacitatea unei persoane de a recunoaște și diferenția propriile trăiri, de a le gestiona și de a le folosi eficient în modul de gândire și acțiune" (Salovey și Mayer, 1990). Chestionarul INEM (Constantin et al, 2022) permite evaluarea inteligenței emoționale în acord cu modelul propus de *Salovey și Mayer*, fiind un chestionar standardizat de evaluare psihologică, construit și validat pe populația românească.

În acord cu datele oferite de cercetarea științifică, inteligența emoțională (EQ) vine în completarea inteligenței cognitive (IQ) aducând un plus de valoare în determinarea **nivelului de performanță** (Goleman, 2001; Reid, 2009), **succesului social** (Brackett, Rivers, & Salovey, 2011) sau **stării de bine** (Sánchez-Álvarez, Extremera & Fernández-Berrocal, 2016). Există numeroase studii care demonstrează că și sub-factorii inteligenței emoționale, aduc un plus de forță predictivă peste inteligența cognitivă (IQ), explicând suplimentar 11% din varianța **performanței academice** sau peste 20% din varianța **performanței în vânzări** (Reid, 2009). Mai mult, numeroase studii confirmă asocierea dintre inteligența emoțională (IE) și variabile organizaționale cum ar fi **angajamentul afectiv/ în muncă** (Carmeli, 2003), sau **satisfacția în muncă** (Wong & Law, 2002). Spre deosebire de IQ, competențele bazate pe inteligența emoțională (EQ) sunt învățate prin educație și exerciții iar arta de a conduce este considerată o formă sui-generis a inteligenței emoționale, fiind puternic corelată cu leadership-ul transformațional (Hatch și H. Gardner, 1989).

**Chestionarului INEM** conține 50 de itemi (asertiuni) referitoare la *trăirile și emoțiile personale sau la reacțiile individuale la trăirile emoționale ale celorlalți*, asertiuni pe care persoana evaluată trebuie să le evalueze pe o scală dihotomică (Adevărat/ Fals). Cuantificarea răspunsurilor individuale permite calcularea atât a scorurilor pe cei **patru factori principali** ai inteligenței emoționale cât și estimarea scorurilor compozite pentru nivelul **inteligenței intrapersonale** și nivelul **inteligenței interpersonale** sau a scorului general la **inteligența emoțională (globală)**. Separat, este calculat și un scor pentru **dezirabilitate socială** (exagerare în autoevaluare).

În **Raportul de evaluare psihologică INEM**, sunt reprezentate grafic următoarele dimensiuni:

## INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ (global)

### Inteligență INTRAPERSONALĂ

1. Înțelegerea propriilor emoții
2. Reglarea propriilor emoții

### Inteligență INTERPERSONALĂ

3. Înțelegerea emoțiilor celorlalți
4. Reglarea emoțiilor celorlalți

### Dezirabilitate socială (scală de control)

Scoruri mari la factorul global **inteligență emoțională** (suma celor patru factori principali scalei INEM) semnifică faptul că persoana evaluată își cunoaște și gestionează bine propriile emoții, reușind să își schimbe voluntar starea afectivă în funcție de situație, sesizând rapid emoțiile sau motivele care stau în spatele emoțiilor celorlalți și folosindu-se de acestea pentru a-i influența sau persuadea.

Dacă scorurile la ultima scală – **dezirabilitate socială** – sunt mari, este posibil că persoana evaluată să aibă tendința de a exagera în încercarea de a se prezenta într-o lumină cât mai favorabilă, având doar impresia subiectivă despre sine că are capacitatea de a identifica și utiliza cu abilitate emoțiile în relațiile interpersonale. În acest caz nu puteam afirma cu certitudine că persoana respectivă este inteligentă emoțional.

Evaluarea și cunoașterea inteligenței emoționale are multiple consecințe și beneficii, atât în cadrul activităților de recrutare și selecție, cât și în cele de constituire și optimizare a muncii în echipă sau în cele de consiliere personală sau profesională.

## 2. Profil sintetic

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ

Introspectiv(ă), empatic(ă) și persuasiv(ă), își cunoaște și gestionează bine propriile emoții, reușind să își schimbe voluntar starea afectivă în funcție de situație. Sesizează rapid emoțiile sau motivele care stau în spatele emoțiilor celorlalți și știe cum să le folosească pentru a-i influența sau persuadea.

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Inteligență INTRAPERSONALĂ

Introspectiv(ă) și afectiv(ă), își înțelege și gestionează eficient propriile emoții adaptându-le în mod optim la situațiile care cer controlul sau activarea emoțională.

1 2 3 4 5 6 7 8

### Înțelegerea propriilor emoții

Centrat(ă) pe identificarea și înțelegerea emoțiilor proprii; își recunoaște cu ușurință stările emoționale trăite.

1 2 3 4 5 6 7 8

### Reglarea propriilor emoții

Eficient(ă) în gestiunea emoțiilor individuale; își controlează în mod eficient și util propriile emoții și trăiri afective.

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Inteligență INTERPERSONALĂ

Empatic(ă) și persuasiv(ă), este atent(ă) la emoțiile celorlalți și știe cum să le folosească pentru a-i influența, a-i calma sau a-i motiva pentru atingerea unor obiective importante.

1 2 3 4 5 6 7 8

### Înțelegerea emoțiilor celorlalți

Atent(ă) la ceilalți și la ceea ce simt ei, intuiește cu ușurință emoțiile reale ale acestora; empatizează fără dificultate cu cei din jur.

1 2 3 4 5 6 7 8

### Reglarea emoțiilor celorlalți

Abil(ă) în influențarea sau optimizarea emoțiilor celorlalți; îi poate ghida cu ușurință în atingerea unor obiective importante.

---

1 2 3 4 5 6 7 8

### DEZIRABILITATE SOCIALĂ

Centrat(ă) excesiv pe afișarea unei imagini pozitive, exagerează în modul în care se prezintă celorlalți, răspunzând dezirabil social la întrebările despre sine. Scoruri mari: posibil profil invalid!.

# 3. Sugestii de consiliere

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

A fi empatic(ă) și atent(ă) la emoțiile celorlalți și a ști cum să te folosești de aceste emoții pentru a-i influența sau persuadea, este un mare avantaj. Ai grijă însă să folosești în benefic această abilitate și nu încerci să îți impui propria viziune celor apropiați, trecând dincolo de oferirea unei opinii sincere, insistând persuasiv și manipulativ. Uneori este înțelept să păstrezi pentru tine ceea ce observi în legătură cu emoțiile sau trăirile celorlalți, fără a interveni și să lași pe fiecare să descopere ce își dorește cu adevărat fără ai persuadea în direcția dorită de tine. Poți să îți folosești influența pentru a-i ajuta, a-i încuraja sau motiva pentru atingerea unor obiective importante pentru ei. (*Inteligență INTERPERSONALĂ*)

Demersul prin care o persoană devine conștientă și acceptă ceea ce simte poate fi unul lung și de durată. Chiar dacă tu poți să observi uneori mai repede decât ceilalți ce simt ei, uneori este preferabil să păstrezi observațiile despre emoțiile lor pentru propria persoană și să le oferi șansa de a-și descoperi singuri propriile emoții. De asemenea, este important ca în anumite situații să acorzi atenție în primul rând la ceea ce simți tu. (*Înțelegerea emoțiilor celorlalți*)

# 4. Analiză pe factori

## INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ



**INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ:** Persoanele cu scoruri mari la "inteligenta emoțională" își înțeleg și își gestionează bine propriile emoții, reușind să își schimbe voluntar starea afectivă, calmându-se sau entuziasmându-se cu ușurință, dacă situația o cere. Empatice și foarte receptive la ceea ce simt ceilalți, ele le sesizează rapid emoțiile sau motivele care stau în spatele emoțiilor lor și știu cum să se folosească de acestea pentru a-i influența sau persuadea spre ceea ce cred ele că este dezirabil sau ceea ce își doresc ele să obțină.

## Inteligență INTRApersonală



**Inteligență INTRAPERSONALĂ:** Persoanele cu scoruri mari la "inteligenta intrapersonală" își identifică și înțeleg bine propriile emoții și reușesc să își schimbe cu ușurință starea afectivă, în funcție de situație. Ele se pot calma cu ușurință pentru a încheia cu bine o discuție tensionată sau se pot motiva și entuziasma ușor pentru a finaliza proiectele începute sau pentru realizarea unor sarcini neplăcute.

## Înțelegerea propriilor emoții



**Înțelegerea propriilor emoții:** Persoanele cu scoruri mari la „înțelegerea emoțiilor personale” își identifică și înțeleg bine propriile emoții. Au un grad ridicat de conștientizare a propriei persoane, intuiesc rapid modificările emoționale, identifică ușor cauzele sau motivațiile acestora și pot descrie detaliat trăirile afective pe care le resimt într-o anumită situație. Își analizează emoțiile mai mult decât ceilalți și le este ușor să transmită ceea ce simt.

## Reglarea propriilor emoții



**Reglarea propriilor emoții:** Persoanele cu scoruri mari la „reglarea propriilor emoții” reușesc să își schimbe cu ușurință starea afectivă, în funcție de situație, pentru a fi mai eficiente. Ele sunt capabile să păstreze o stare afectivă pozitivă, își ridică singure moralul și își mențin optimismul în situații neplăcute, căutând de fiecare dată partea bună a lucrurilor. Se pot calma cu ușurință pentru a încheia cu bine o discuție tensionată și se pot mobiliza rapid pentru a finaliza cu succes proiectele începute.

## Inteligență INTERpersonală



**Inteligență INTERPERSONALĂ:** Persoanele cu scoruri mari la "Inteligenta interpersonală" sunt empatice, foarte receptive la ceea ce simt ceilalți, remarcând cu ușurință schimbările în starea lor de spirit sau sesizând motivele care stau în spatele emoțiilor lor. Persuasive, ele știu cum să le folosească emoțiile pentru a-i influența sau conduce pe aceștia spre ceea ce își doresc ele să obțină. Pot să liniștească rapid o persoană agitată sau să o incite pentru a se angaja în activități sau știe cum să destindă o atmosferă tensionată într-un grup.

## Înțelegerea emoțiilor celorlalți



**Înțelegerea emoțiilor celorlalți:** Persoanele cu scoruri mari la „înțelegerea emoțiilor celorlalți” sunt foarte receptive la ceea ce simt ceilalți și remarcă ușor schimbările în starea de spirit a acestora, fiind atente la mimică sau alte mărci ale expresiilor emoționale. Empatizează ușor, sesizând motivul/ motivele care stau în spatele emoțiilor celorlalți și își dau seama repede când cineva are dificultăți în a-și exprima propriile emoții. Pot face cu ușurință diferența dintre ce simte o persoană cu adevărat și emoția pe care o afișează.

## Reglarea emoțiilor celorlalți



**Reglarea emoțiilor celorlalți:** Persoanele cu scoruri mari la „reglarea emoțiilor celorlalți” știu cum să folosească emoțiile celorlalți pentru a obține sau a-i conduce pe aceștia spre ceea ce-și doresc de la ei. Îi mobilizează ușor pe cei din jur spre o anumită direcție și pot persuadea cu ușurință partenerul de discuție (într-o negociere, spre exemplu). Reușesc să-i facă pe ceilalți să înțeleagă cum se simt la un moment dat. Sunt capabile să destindă o atmosferă tensionată și să liniștească rapid o persoană agitată,

## Dezirabilitate socială

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

**DEZIRABILITATE SOCIALĂ:** Persoanele cu scoruri mari la „dezirabilitate socială” tind să exagereze modul în care se percep și se prezintă celorlalți, afișând o fațetă deosebit de pozitivă a personalității lor. Sunt convinse că acționează întotdeauna altruist, corect, fără să-i supere pe ceilalți, fără să încalce normele scrise sau nescrise. Nefiind întotdeauna conștiente, aceste persoane cred că au comportamente altruiste și gratificate social și mint pentru a-și proteja imaginea pozitivă despre sine.

# 5. Indicatori statistici

## Raspunsuri pe itemi

1. a	2. a	3. a	4. a	5. a	6. b	7. a	8. a	9. a	10. a
11. a	12. a	13. b	14. a	15. a	16. a	17. a	18. a	19. a	20. b
21. b	22. a	23. b	24. b	25. a	26. b	27. a	28. b	29. a	30. b
31. a	32. a	33. a	34. b	35. a	36. b	37. a	38. a	39. a	40. a
41. a	42. b	43. b	44. a	45. a	46. a	47. a	48. a	49. a	50. a



# 6. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziile parțiale.

---

---

Data: 17 februarie 2022

Psiholog practicant: