

Nous vous remercions pour votre participation et votre confiance.
Vos résultats au test sont présentés en plusieurs parties.

Menu

Indicateurs

Indicateurs spécifiques au test

Résumé du profil

Les traits qui se démarquent le plus de votre profil

Le Graphique

Vos résultats pour les dimensions principales

Les Commentaires

Commentaires personnalisés en fonction de votre score

Profil général

Positionnement de votre profil par rapport à des dimensions comportementales types

Indicateurs

Désirabilité sociale

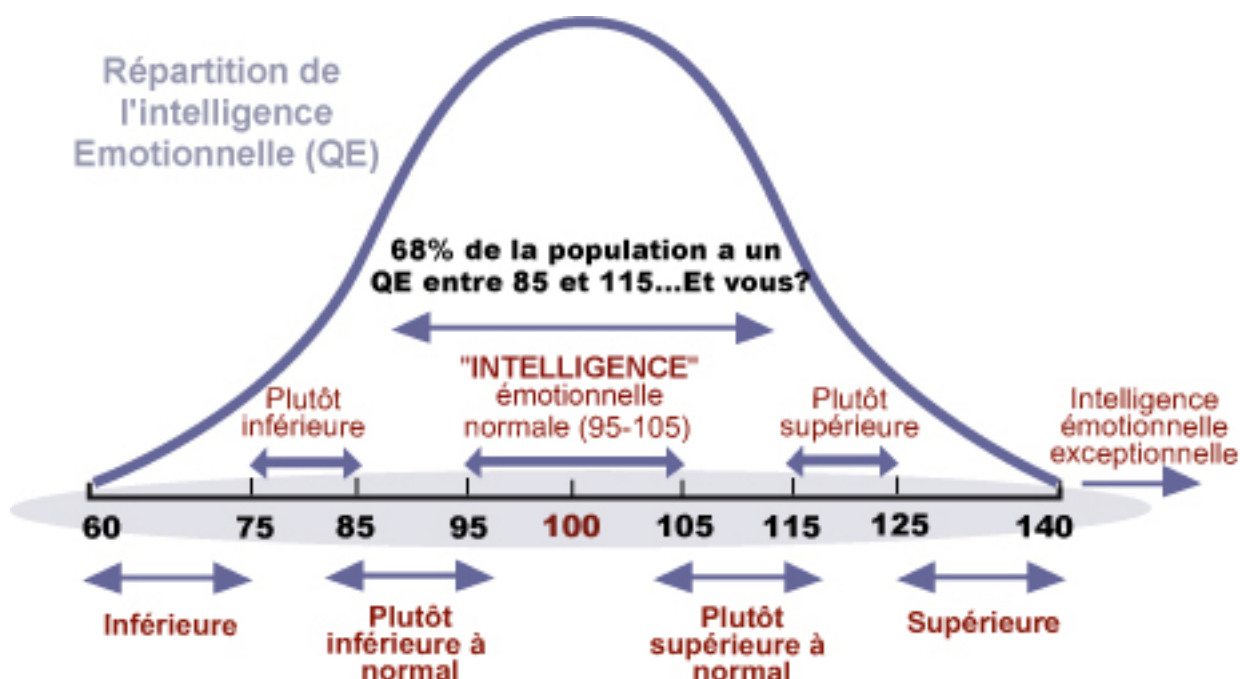
2.2 0 10

Une note élevée (au-delà de 5 ou 6 points sur 10) peut signifier que le candidat a voulu répondre dans un sens "favorable" et tend à invalider l'ensemble de ses résultats. Cet indicateur est mesuré sur la base d'une dizaine de questions du test.

NB : La moyenne générale de l'indicateur de désirabilité sociale est légèrement inférieure à 3.0/10.

Quotient : 117

Au vu de ses réponses, David dispose d'une intelligence émotionnelle supérieure. Son score est nettement au-dessus de la moyenne de la population. Ce rapport l'aidera à prendre conscience de ses atouts et de ses faiblesses, dans le but de s'améliorer.



Résumé du profil

Vous trouverez dans cette section les traits qui se démarquent le plus du profil de David concernant son intelligence émotionnelle.

Les points forts de David :

- > Dans les situations stressantes ou inhabituelles, David sait prendre du recul et parvient ainsi à gérer les émotions négatives qu'il peut ressentir.
- > David est très motivé. Quand il se lance dans une activité ou dans un projet, sa détermination le pousse à aller jusqu'au bout, et ce malgré les difficultés.
- > David n'a aucun doute sur ses capacités et sur ses ressources. Cela le rend très sûr de ses choix et lui permet d'aborder sereinement les situations inattendues.
- > David est plutôt flexible. Il repère les changements, ce qui lui permet de les gérer calmement et de s'exprimer en fonction du contexte.

Les points faibles de David :

Aucun trait dominant ne se dégage ici de votre profil.

Conseils pour le candidat :

Aucun trait dominant ne se dégage ici de votre profil.

Profil général de David :

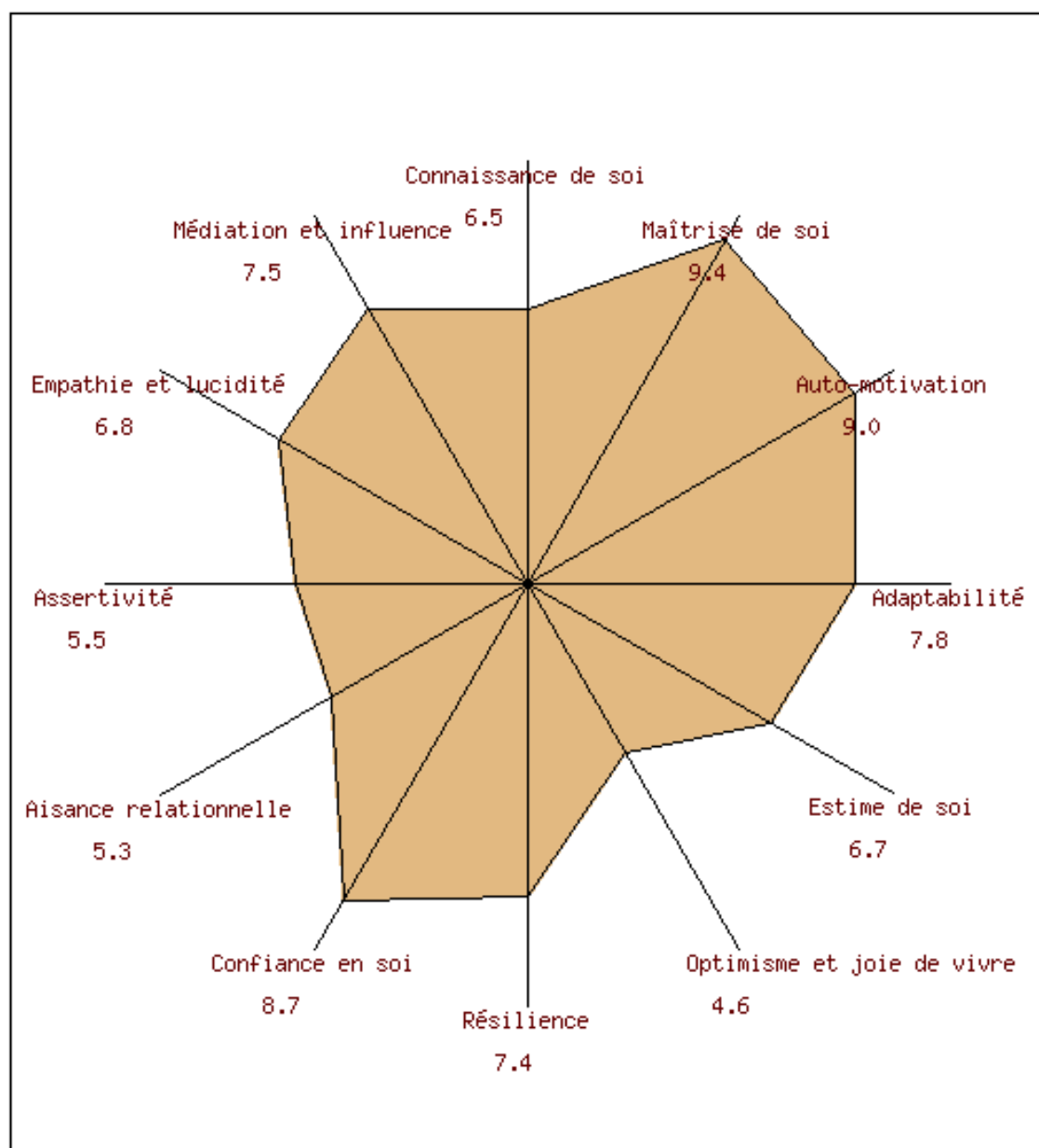
++++ Flexibilité

Ø Cette dimension fait principalement référence à l'adaptabilité. Les personnes flexibles ou adaptables prendront toujours en compte le contexte pour s'exprimer et pourront aisément modifier leurs habitudes. Aussi, elles arrivent généralement à agir sur leurs émotions négatives telles que le stress (maîtrise de soi). Elles continuent de penser sereinement face à l'imprévu et aux changements.

Facteurs liés : adaptabilité et maîtrise de soi.

Le Graphique

Vos résultats principaux (sur 10)



Les Commentaires

Connaissance de soi

La connaissance de soi est la capacité à être à l'écoute de soi-même, à identifier correctement ses émotions et leurs origines, à connaître ses motivations et à analyser ses propres réactions et comportements. Elle est ainsi un préalable aux autres qualités intra-personnelles (maîtrise de soi...) et implique une démarche constante d'introspection (sans être dans l'immobilisme).

David dispose de bonnes qualités d'introspection qui lui permettent d'analyser ses propres réactions et ses comportements. Ainsi, il sait généralement ce qu'il veut et ce dont il a besoin.

Maîtrise de soi

La maîtrise de soi est la capacité à contrôler ses impulsions et ses réactions excessives de colère, d'exaspération ou d'anxiété, de façon à continuer à penser et à agir sereinement. Pour cela, il faudrait notamment parvenir à substituer des représentations et des images plus positives à celles qui nous assaillent.

Le niveau de David en maîtrise de soi est très élevé. Dans les situations stressantes et inhabituelles, il sait prendre du recul et parvient ainsi à dominer ses émotions négatives (colère, frustration...). Toutefois, les contrôler ne veut pas dire se taire.

Auto-motivation

L'automotivation est la capacité à se fixer des objectifs et à vouloir les atteindre. Une personne disposant d'un fort potentiel d'automotivation va adopter une attitude positive face aux situations et va se montrer plus persévérante. Elle va associer plus facilement une réussite ou un échec à ses propres actions plutôt qu'à des circonstances extérieures.

Le niveau de David en auto motivation est très élevé. Quand il se lance dans une activité ou un projet, sa détermination et sa motivation le poussent à aller jusqu'au bout. En toute situation, il privilégie les aspects positifs. Il n'attend pas que la chance vienne à lui, c'est lui qui la provoque !

Toutefois, à trop privilégier les aspects positifs, David peut persister trop longtemps dans un projet avant de s'apercevoir que ce dernier est voué à l'échec.

Adaptabilité

Une personne qui sait s'adapter a la capacité de modifier aisément ses repères. L'adaptabilité est essentielle dans ses relations aux autres. Faire part de ses opinions et de ses sentiments implique de prendre en compte son interlocuteur et la situation. À l'opposé, une personne peu flexible se montrera plus têtue et ancrée dans ses jugements et ses certitudes.

David a de bonnes capacités d'adaptation. Il est attentif à ce qui l'entoure, ce qui est utile pour gérer les changements mais aussi pour faire preuve de souplesse dans les rapports humains.

Estime de soi

L'estime de soi est un jugement de valeur global que l'on porte sur soi-même. Elle consiste à s'apprécier à sa juste valeur en reconnaissant ses forces et ses faiblesses. Ainsi, elle nous permet de nous affranchir du regard des autres (ou d'une éducation trop rigide) et de nous épanouir. L'estime de soi est aussi liée au sentiment d'être aimé(e).

David a une bonne estime de lui-même. Il est pleinement conscient de ses qualités et n'hésite pas à les mettre en avant. Il accepte aussi ses défauts

Optimisme et joie de vivre

Une personne disposant d'un niveau élevé à ce facteur aura tendance à être satisfaite de sa vie en général et à voir le bon côté des choses. Si l'optimisme ou la joie de vivre est l'une des facettes de l'intelligence émotionnelle, elle en est aussi une conséquence, car être bien dans sa peau et dans ses relations avec autrui nous rend de bonne humeur et plus confiants dans l'avenir.

David dispose d'un niveau moyen sur cette dimension. Il oscille entre moments d'optimisme et d'autres, où le côté négatif des choses prime.

Résilience

La résilience est la capacité à se "reconstruire" après une déception ou un choc. Face aux difficultés et aux échecs que nous rencontrons, l'important est d'aller de l'avant et de savoir tirer les leçons de nos erreurs au lieu de les regretter.

David a un niveau de résilience élevé. Suite à un échec, il parvient assez rapidement à se relever et à aller de l'avant. Les moments difficiles qu'il a vécus lui ont permis de devenir plus fort.

Confiance en soi

Avoir confiance en soi, c'est d'abord être assuré(e) de ses possibilités et croire en ses capacités. Ce sentiment de confiance en ses compétences personnelles nous pousse à agir, à nous dépasser, et nous procure une certaine autonomie dans nos décisions. Il permet aussi d'aborder les changements et les imprévus avec plus de sérénité.

La confiance en soi de David est très importante. Il n'a aucun doute sur ses capacités et croit en ses ressources personnelles. Cette confiance le rend sûr de ses choix et le pousse à se dépasser.

Toutefois, une personne trop confiante peut minimiser certaines difficultés et se retrouver par la suite dépassée par les événements. Elle peut également négliger de bons conseils.

Aisance relationnelle

L'aisance relationnelle nous rend apte à nouer et à entretenir de bons rapports avec les autres. Il s'agit de se sentir bien avec les autres et de partager facilement ses émotions avec eux, de façon authentique.

Le niveau d'aisance relationnelle de David est assez bon. Il est plutôt à l'aise avec les autres, bien qu'il ait parfois besoin d'un peu de temps pour sortir de sa réserve. Il se livre davantage quand il connaît un peu plus les personnes.

Assertivité

L'assertivité est la capacité à s'exprimer et à s'imposer sans agressivité inutile.

Elle permet de trouver facilement sa place au sein d'un groupe et de véhiculer plus efficacement ses opinions ou sentiments auprès des membres de l'équipe. Une personne assertive n'hésite pas à opter pour la confrontation s'il le faut ; c'est pourquoi un excès d'assertivité peut être perçu comme de l'arrogance.

David a un assez bon niveau d'assertivité. La plupart du temps, il exprime ses opinions et ses sentiments. Cependant, il n'ose pas toujours insister pour imposer son point de vue.

Empathie et lucidité

L'empathie est la capacité à s'imaginer à la place des autres pour mieux partager leur état d'esprit ou leurs sentiments, tout en restant objectif. La lucidité est la capacité à prendre du recul et à percevoir ce qui n'est pas visible au prime abord, qu'il s'agisse d'éléments psychologiques (but caché d'une personne qui cherche à nous convaincre...) ou factuels.

Empathie et lucidité sont sous-tendues par de grandes qualités d'écoute, d'observation et de perspicacité grâce auxquelles les messages implicites parviennent à être perçus.

David a un bon sens de l'observation et sait écouter. Ces capacités vont lui permettre de décoder les messages implicites. Il se trompe rarement sur le compte de quelqu'un ou sur ses intentions.

Médiation et influence

Ce trait évalue la capacité à argumenter, à motiver et à susciter l'enthousiasme chez les autres, en comprenant leur façon d'être et de réagir. Il s'agit aussi d'aider à concilier des points de vue divergents lors de situations conflictuelles.

L'analyse des réponses montre que David dispose de bonnes capacités de médiation et d'influence. Il sait trouver les mots pour convaincre, encourager les autres et concilier les points de vue divergents.

Profil général

Analyse des adéquations du profil du candidat avec les quatre dimensions principales de l'intelligence émotionnelle. Attention, les descriptifs ci-dessous sont génériques.

Une adéquation parfaite correspondrait à un taux de 100%.

Pour une bonne correspondance avec le profil, une adéquation s'échelonne généralement entre 50% et 100%.

Intelligence émotionnelle

1	Flexibilité	100%
2	Gestion des relations	93%
3	Intelligence intra-personnelle	90%
4	Affirmation de soi	72%

1 Flexibilité 100%

Cette dimension fait principalement référence à l'adaptabilité. Les personnes flexibles ou adaptables prendront toujours en compte le contexte pour s'exprimer et pourront aisément modifier leurs habitudes. Aussi, elles arrivent généralement à agir sur leurs émotions négatives telles que le stress (maîtrise de soi). Elles continuent de penser sereinement face à l'imprévu et aux changements.

Facteurs liés : adaptabilité et maîtrise de soi.

2 Gestion des relations 93%

Cette dimension, en référence à la théorie de Goleman, regroupe un ensemble de traits liés à la gestion des relations et au « leadership », tels que l'empathie, la lucidité et la capacité d'influence. Pour susciter l'enthousiasme pour un projet, il est nécessaire de savoir exprimer ses idées, tout en cernant préalablement les attentes de nos interlocuteurs. Cela implique d'être à leur écoute et de faire preuve de perspicacité et de lucidité.

Facteurs liés : empathie et lucidité, médiation et influence.

3 Intelligence intra-personnelle 90%

C'est la dimension la plus importante de l'intelligence émotionnelle. Elle regroupe un ensemble de traits tels que la connaissance de soi, l'optimisme et la résilience. Être à l'écoute de soi permet à chacun de découvrir qui il est, ce dont il est capable et ce qu'il veut. La confiance en soi et l'auto-motivation encouragent à atteindre ses objectifs et à se relever face aux échecs. Cette attitude positive repose aussi sur l'image que l'on a de soi-même et sur notre optimisme général. Elle est au cœur de l'intelligence émotionnelle.

Facteurs liés : conscience de soi, estime de soi, confiance en soi, résilience, optimisme, maîtrise de soi et auto motivation.

4 Affirmation de soi

72%

Cette dimension regroupe un ensemble de traits qui permettent de mieux s'affirmer dans la vie sociale et au travail. En réalité, la façon dont une personne se perçoit et croit en ses compétences influencent largement sa capacité à prendre des décisions et à aller vers les autres naturellement. Il peut s'agir de partager avec eux ses opinions et ses sentiments, de défendre un point de vue et de faire en sorte que ses propos aient l'impact souhaité sur nos interlocuteurs.

Facteurs liés : aisance relationnelle, médiation et influence, assertivité, estime de soi.