

Rapport



Jean Dupont

Test passé le 20 Avril 2017 en 0 min 11 sec



→ Sommaire

1 - Indicateurs	3
2 - Graphique	4
3 - Les commentaires	6
4 - Profil général	12
Notes	13

→ 1 - Indicateurs

Indicateurs spécifiques au test

Désirabilité sociale

Score
0.4



Définition

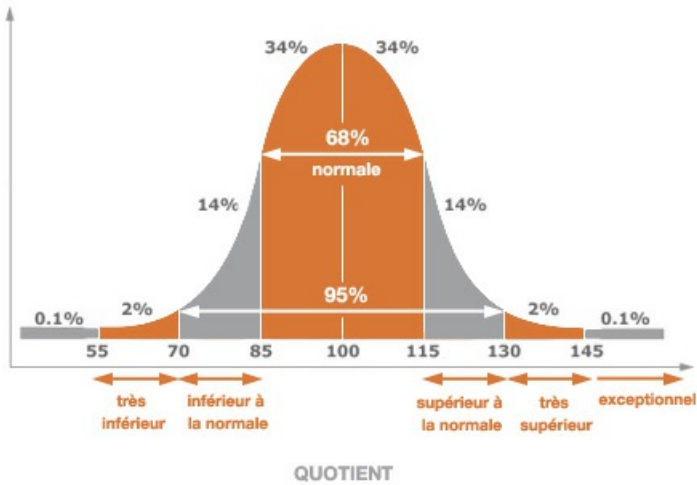
Cet indicateur fournit une information sur la tendance de la personne à se montrer sous un jour favorable dans ses réponses au test. Un score élevé (supérieur à 6) indique une tendance à répondre de façon favorable, le candidat ayant délibérément ou inconsciemment répondu de manière à créer une image positive de lui-même.

Quotient Emotionnel

Quotient
113

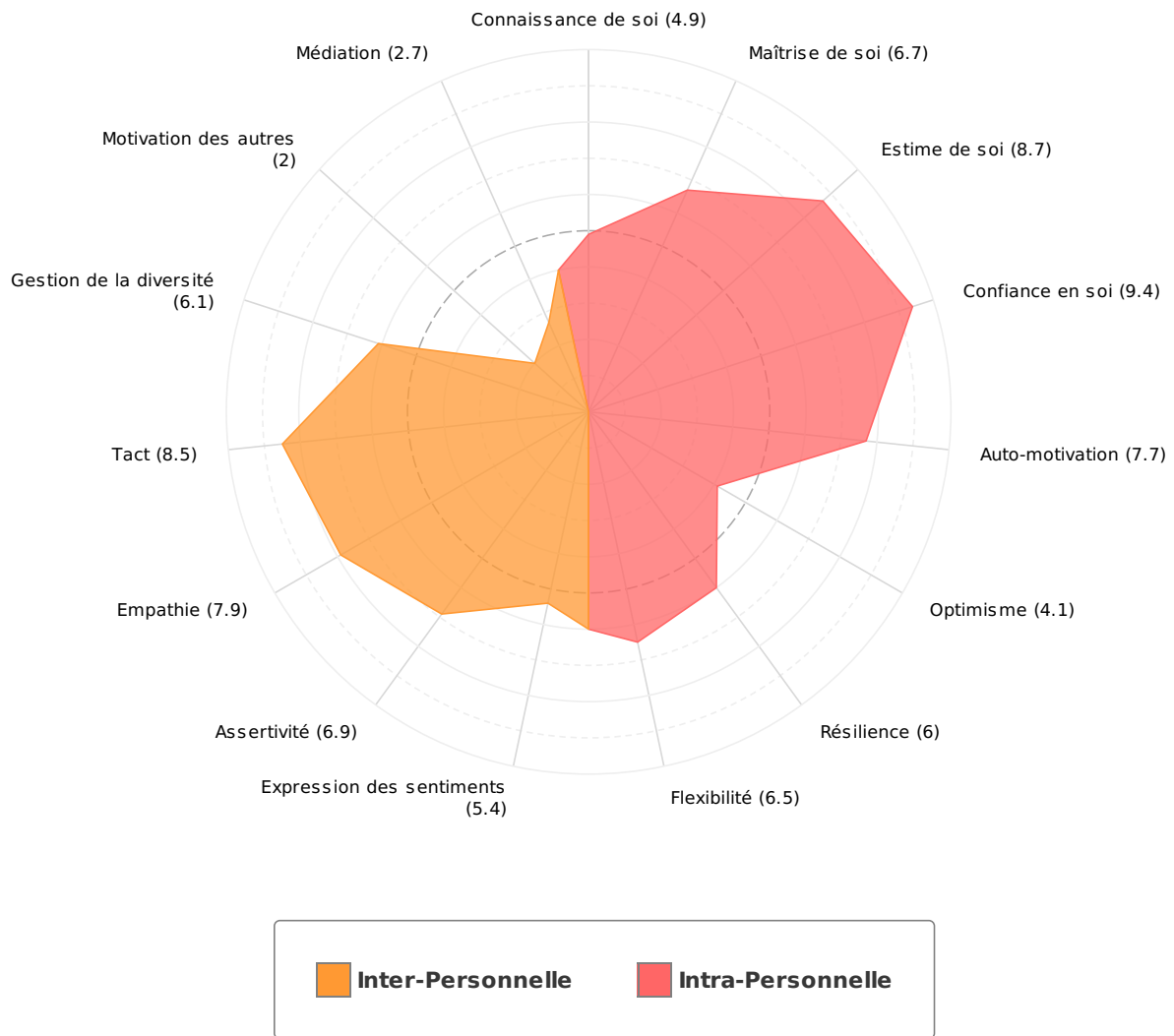
Jean Dupont a une intelligence émotionnelle légèrement au-dessus de la moyenne. Il est en général à l'aise avec ses émotions et celles des autres. Ce rapport peut l'aider à travailler sur ses points faibles et à améliorer son intelligence émotionnelle.

Répartition des scores



→ 2 - Graphique

Résultats par facteur (score sur 10)



Résumé du profil

Vous trouverez dans cette section les traits qui se démarquent le plus du profil de Jean Dupont. Nous vous invitons à consulter la section « **Commentaires** » de ce rapport pour un descriptif plus personnalisé du profil.

Les points forts

Jean Dupont a une grande foi en son ingéniosité et ses compétences. Il est ravi de prendre ses propres décisions et a confiance en ses choix. De ce fait, Jean Dupont trouve cela très simple de faire face à des situations difficiles.

Jean Dupont peut très facilement comprendre et s'identifier aux émotions des autres. Il comprend le langage corporel, les signes non verbaux et a une vision excellente des sentiments et intentions des autres.

Jean Dupont est très attentif aux sentiments et points de vue des autres quand ils expriment leurs opinions. Il sait habituellement quand et comment partager sa vision des choses mais aussi comment le faire sans offenser personne.

Les points faibles

Jean Dupont ne se sent pas à l'aise avec le fait de devoir stimuler ou inspirer les autres. Il n'a qu'occasionnellement un mot d'encouragement pour motiver ceux qui l'entourent.

Conseils

Pour réussir, nous avons besoin que chacun travaille et donne le maximum de son potentiel. Il pourrait être bénéfique pour Jean Dupont d'essayer d'avoir davantage de paroles encourageantes pour ceux qui l'entourent. Cela rendrait la réalisation de leurs objectifs plus facile et plus agréable.

→ 3 - Les commentaires

Interprétation du score pour chaque facteur

Intelligence intra-personnelle

Le groupe Intelligence intra-personnelle contient les facteurs qui sont essentiels à un individu pour comprendre pleinement et faire face à ses émotions.

Connaissance de soi

Score
4.9



Jean Dupont ne passe pas beaucoup de temps à réfléchir sur lui-même et de ce fait n'a pas toujours conscience de ses sentiments ou de ses désirs. Par conséquent, il peut avoir du mal à comprendre les raisons sous-jacentes à ses réactions, en particulier dans des situations nouvelles, ce qui rend la consolidation de sa force émotionnelle générale plus difficile. Toutefois, dans des situations qui lui sont plus familières, Jean Dupont est souvent capable d'identifier ses émotions avec justesse.

Définition

La connaissance de soi, c'est savoir s'identifier et se comprendre, identifier et comprendre ses émotions, ses besoins et ses désirs. Elle permet aux personnes d'identifier et de comprendre comment ils se sentent et par ailleurs de déterminer ce qui est le mieux pour eux.

Maîtrise de soi

Score
6.7



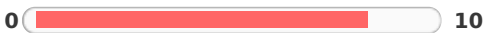
Jean Dupont a de bonnes capacités de contrôle de soi et ne laisse pas souvent les sentiments négatifs, comme le stress, la colère ou la frustration prendre le dessus. Il sait prendre du recul et analyser les événements. Il est généralement capable de rester calme et de prendre des décisions rationnelles et objectives lorsqu'il se trouve dans des situations stressantes ou inhabituelles.

Définition

La maîtrise de soi fait référence à la capacité à contenir ses pulsions et à modérer ses réactions en gardant un esprit clair et un comportement adapté. Dans des situations difficiles, ce trait permet aux personnes d'avoir une maîtrise d'eux-mêmes en empêchant les émotions de prendre le dessus et d'influencer ainsi leur comportement.

Estime de soi

Score
8.7



Pleinement conscient de ses qualités et de ses défauts, il s'accepte pour ce qu'il est et sait ce qu'il vaut. Son haut niveau de confiance en lui l'aide à se libérer et à ne pas être affecté par les critiques des autres.

Définition

L'estime de soi permet une évaluation réaliste de soi avec une bonne connaissance de ses forces et de ses limites. Ces personnes se considèrent à leur juste valeur, elles ont conscience de leurs forces et acceptent leurs faiblesses, ce qui leur permet de ne pas être affecté par les critiques dont elles pourraient faire l'objet.

Confiance en soi

**Score
9.4**



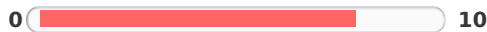
Jean Dupont croit en ses capacités et s'avère sûr de lui. Il est peu probable qu'il doute de ses choix ou qu'il se remette en question. Par conséquent, il n'est jamais effrayé à l'idée de saisir de nouvelles opportunités, peu importe leurs niveaux de difficulté, ou de se fixer des objectifs très élevés. Jean Dupont doit s'assurer qu'il reste ouvert à la critique constructive et qu'il est capable de se remettre en question quand il fait des erreurs.

Définition

Avoir confiance en soi, c'est croire en ses capacités et son potentiel. Les personnes ayant une bonne confiance en elles doutent peu d'elles-mêmes, ont foi en leurs compétences et leurs opinions, même si d'autres désapprouvent.

Auto-motivation

**Score
7.7**



Jean Dupont possède un très haut niveau d'auto-motivation. Quand il démarre un nouveau projet, sa détermination est suffisante pour le conduire jusqu'à l'aboutissement de ses projets sans avoir besoin de motivation extérieure. Jean Dupont est susceptible de trouver la force de persévérer quand il s'engage dans des projets particulièrement difficiles voire irréalistes.

Définition

L'auto-motivation est la capacité à trouver en soi le cheminement vers un but, sans avoir besoin d'avoir recours à des stimulations externes ou des encouragements. L'enthousiasme et l'attitude positive sont des éléments cruciaux permettant à l'individu de progresser indépendamment et d'avancer sans l'aide des autres.

Optimisme

**Score
4.1**



Jean Dupont peut parfois se focaliser sur de possibles issues négatives et est un peu pessimiste. Il peut avoir tendance à passer à côté d'opportunités car il s'attend à ce qu'elles échouent. Cependant il peut avoir tendance à repérer les aspects positifs de situations plus simples et est peu susceptible de se laisser trop freiner par les aspects négatifs.

Définition

L'optimisme fait référence à la capacité à faire face à des situations et des problèmes avec une attitude et une pensée positive et à rechercher le meilleur résultat pour chaque situation. Les personnes optimistes sont plus à même de saisir les opportunités et de tirer le meilleur d'une mauvaise expérience.

Résilience

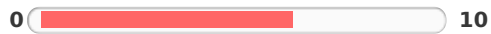
**Score
6**



Jean Dupont est généralement capable de se remettre facilement après un échec et tend à considérer les revers et les erreurs comme des leçons qui lui permettent d'évoluer en permanence. Toutefois, Jean Dupont peut avoir du mal à rebondir après des échecs répétés ou quand il n'a pas le soutien nécessaire. Dans ce cas, Jean Dupont aura besoin de plus de temps pour se concentrer à nouveau sur l'avenir plutôt que de s'attarder sur le passé.

Définition

La résilience est la capacité à se remettre rapidement d'un malheur et d'un échec. Les personnes résilientes ne s'autorisent pas à ruminer et surpassent les erreurs. Elles sont capables de rebondir et de se remettre rapidement de mauvaises expériences.

Flexibilité**Score
6.5**

Quand il fait face à de nouvelles situations, Jean Dupont est capable de s'adapter de façon appropriée, ce qui lui permet de bien gérer les changements, même dans des contextes incertains. Toutefois, dans des situations très exigeantes, Jean Dupont pourrait trouver plus difficile de rester ouvert à la nouveauté et d'ajuster sa façon de penser à de nouveaux environnements, lorsque ceux-ci sont très différents de ceux dont il a l'habitude. Dans ce genre de situations, Jean Dupont sera susceptible de préférer s'en tenir à ce qu'il connaît.

Définition

La flexibilité fait référence à la capacité d'accommoder sa façon de penser et ses émotions dans le but de s'adapter à de nouvelles normes et situations. Une personne flexible peut alors facilement se détacher de ses habitudes et s'accoutumer à des environnements encore inconnus.

Intelligence inter-personnelle

L'intelligence inter-personnelle fait référence aux facteurs qui permettent à un individu de comprendre et d'interagir efficacement avec les autres.

Les facteurs contenus dans ce groupe sont listés ci-dessous.

Expression des sentiments

Score
5.4



Jean Dupont est à l'aise quand il s'agit de communiquer ou de faire part de ses émotions aux autres. Cela peut lui permettre de se remettre plus rapidement quand il fait face à des émotions négatives, en permettant à ceux qui lui sont proches de comprendre les problèmes et d'offrir des conseils. Cependant, concernant des sujets plus sensibles, Jean Dupont peut avoir tendance à penser que faire part de ses émotions pourrait le rendre vulnérable et, par conséquent, a tendance à préférer garder ses sentiments pour lui.

Définition

L'expression des sentiments fait référence à la capacité d'un individu à se sentir à l'aise dans la transmission de ce qu'il ressent, tant d'un point de vue verbal que non verbal. Les personnes ayant cette capacité sont capables d'exprimer leurs émotions aux autres en sachant que l'aide et l'avis de ceux-ci les aideront à surmonter les difficultés.

Assertivité

Score
6.9



Jean Dupont est à l'aise à l'idée d'exprimer ses opinions et sa vision des choses. Il met souvent en avant ses idées et les défend avec confiance et conviction, même face à une situation de désaccord. Il n'hésite pas à donner son avis même si cela implique d'être en contradiction avec les autres.

Définition

L'assertivité fait référence à la confiance à exprimer ses opinions et à les défendre, quitte à provoquer des différends. Ces personnes sont capables d'affronter celles en désaccord avec leur point de vue et d'affirmer ce dernier de manière efficace.

Empathie

Score
7.9



Jean Dupont interprète les intentions et émotions des autres de manière précise, il est très peu probable qu'il passe à côté de signaux plus profonds ou subtils. Par conséquent, Jean Dupont peut systématiquement se mettre à la place des autres, comprendre ce qu'ils ressentent et les aider de façon appropriée. Cela aide Jean Dupont à bien s'entendre avec les autres et à leur fournir un bon soutien émotionnel lorsqu'ils en ont besoin. Toutefois, Jean Dupont devrait s'assurer qu'être en relation avec les émotions et sentiments des autres ne nuisent pas à son propre bien-être émotionnel.

Définition

L'empathie est la capacité à identifier et à comprendre les émotions et les réactions des autres. Les personnes empathiques sont capables de donner un sens à ce que les autres ressentent même si leurs émotions ne sont pas explicitement exprimées. Leur capacité à comprendre et rapporter les signaux émotionnels leur permet de réagir de façon appropriée et en accord avec ce que les autres ressentent.

Tact

Score
8.5



Jean Dupont sait exactement quand et comment aborder les sujets sensibles avec subtilité et est excellent quand il s'agit d'ajuster son discours à une personne ou à une situation. Il sait comment tourner les choses en prenant en considération les ressentis des autres, ce qui peut lui être très utile pour éviter les conflits dans les situations délicates. Jean Dupont devrait s'assurer que les autres ne pensent pas qu'il manque de transparence ou qu'il est manipulateur

Définition

Faire preuve de tact consiste à exposer son opinion ou son point de vue de façon délicate tout en étant attentif aux sentiments, aux opinions ou à l'avis des autres. Les personnes ayant du tact s'expriment de façon diplomatique et prennent en considération les ressentis des autres.

Gestion de la diversité

Score
6.1



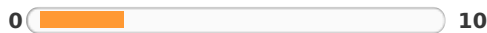
Jean Dupont semble facilement reconnaître et accorder de l'importance aux différences culturelles et de milieu. Il est capable de tirer profit des avantages que peut offrir la diversité de pensées et d'idées. Cependant, dans des situations particulièrement inédites, il peut avoir plus de difficultés à accepter les différences, ce qui rend parfois difficile le fait de travailler dans des environnements diversifiés.

Définition

La gestion de la diversité est la capacité à reconnaître et à accepter les différences des autres. Les personnes ayant ce trait perçoivent les avantages émanant de la diversification de leur environnement. Elles sont donc à l'aise et travaillent efficacement avec des personnes de milieux différents, mais aussi avec des styles de travail différents.

Motivation des autres

Score
2



Jean Dupont ne se focalise habituellement pas sur le fait de motiver les autres et préfère rester concentré sur les objectifs plutôt que sur les gens qui cherchent à les atteindre. Jean Dupont ne voit pas toujours l'aspect bénéfique que peut avoir le fait de remonter le moral pour stimuler la progression vers des objectifs communs. Jean Dupont gagnerait à accorder davantage de mots d'encouragement à ses collègues.

Définition

La motivation des autres est la capacité à encourager et stimuler les autres dans le but d'atteindre un objectif. Les personnes ayant cette capacité génèrent des émotions positives et sont capables de cerner ce qui va motiver les autres afin de les encourager à atteindre leurs objectifs.

Médiation

Score
2.7



Jean Dupont semble trouver très difficile d'agir en tant que médiateur et de concilier des points de vue divergents dans des situations de désaccord. Il peut trouver difficile de rester objectif et de comprendre l'intérêt de chaque point de vue afin de trouver les bons arguments pour convaincre les deux parties. Il ne se sent pas très à l'aise à l'idée de devoir influencer les autres ou de les aider à trouver un compromis.

Définition

La médiation se réfère à la capacité à servir de médiateur permettant de concilier des points de vue divergents lors de situations conflictuelles. Les médiateurs sont capables d'avoir une vision objective de la situation et de trouver les bons mots, capables de réunir les parties opposées.

→ 4 - Profil général

Positionnement du profil par rapport à des dimensions comportementales types

Groupes d'intelligence émotionnelle

1	Affirmation de soi		87%
2	Conscience de soi		74%
3	Développement personnel		74%
4	Adaptabilité		69%
5	Leadership		64%

Affirmation de soi 87%

Cette dimension fait référence à la capacité d'un individu à se lever pour lui-même et ce en quoi il croit, à la fois dans sa vie personnelle et professionnelle. Elle est obtenue grâce à un haut niveau de confiance en soi et d'affirmation de soi ainsi que la capacité à exprimer efficacement ses émotions, ce qui permet à l'individu de croire en lui et en ses choix, de partager facilement ses points de vues, opinions et sentiments.

Conscience de soi 74%

Cette dimension fait référence au fait d'avoir acquis une bonne connaissance, compréhension et acceptation de soi-même. Elle est obtenue grâce à la prise de conscience de l'individu de ce qu'il est, de ce qu'il ressent, de la façon dont il peut réagir dans une situation donnée. Le fait d'avoir développé un haut niveau de connaissance de soi, d'estime de soi, de confiance en soi, de connaissance de ses forces et faiblesses, de croire en son potentiel et de maîtriser ses émotions lui permet de prendre le contrôle de sa propre vie et de faire les changements qui s'imposent.

Développement personnel 74%

Cette dimension fait référence à la perception qu'ont les individus d'eux-mêmes et de leur environnement. Ceux-ci sont capables de se concentrer sur leur développement personnel de façon efficace une fois qu'ils ont acquis une bonne et réaliste compréhension d'eux-mêmes, en ayant notamment conscience de leurs forces et de leurs limites, ce qui leur permet de travailler de façon optimiste dans le développement de leurs faiblesses. De plus, ils ont tendance à voir les expériences négatives et les échecs comme des opportunités pour grandir et possèdent une certaine maîtrise d'eux-mêmes, qui leur permet de maîtriser leur comportement et d'aller efficacement de l'avant dans le but de s'améliorer en permanence.

Adaptabilité 69%

Cette dimension englobe les capacités d'un individu à adapter et à s'adapter aux gens et environnements qui l'entourent. Cette dimension suppose un certain niveau de flexibilité quant à la façon dont un individu agit et prend des décisions, ainsi qu'une capacité à comprendre et accepter la diversité des gens et environnements qui l'entourent. De plus, la flexibilité est obtenue par une attitude optimiste et une certaine capacité de résilience, qui permettent aux individus d'affronter avec aisance et de manière positive des situations nouvelles ou changeantes.

Leadership 64%

Cette dimension fait référence à la capacité à rassembler les gens, les inspirer et les mener à la façon de les motiver avec tact et d'agir en tant que médiateur en cas de situation de désaccord, le tout avec la connaissance et la compréhension adéquates. En dehors de ces qualités, un individu avec l'intelligence émotionnelle adéquate en matière de leadership aura confiance en lui et en ses décisions. Il sera capable de convaincre, tout en contrôlant ses émotions, avec une tendance à être capable de s'adapter à différentes situations et personnes.

→ Notes