

Ejemplo

Inteligencia Emocional
26/09/2018
Privado y Confidencial
Norma: Mexico 2017

Tabla de Contenidos

- 3** **Introducción**
- 6** **Gráfico Circular**
- 7** **Gráficos de Resumen**
- 8** **Puntaje Global**
- 9** **Bienestar**
 - Felicidad
 - Optimismo
 - Auto-Estima
- 13** **Auto-Control**
 - Regulación de la Emoción
 - Control de Impulsos
 - Control del Stress
- 17** **Emocionalidad**
 - Empatía
 - Percepción Emocional
 - Expresión Emocional
 - Vínculos
- 22** **Sociabilidad**
 - Control de Emociones
 - Asertividad
 - Conciencia Social
- 26** **Facetas independientes**
 - Adaptabilidad
 - Auto-motivación

Este informe le proporciona información y orientación que puede ayudarle a llegar a ser más consciente de su inteligencia emocional. Le proporciona una base para actividades de desarrollo y formación.

Antes de continuar, por favor lea esta introducción. Le proporcionará la información necesaria para comprender su informe y actuar sobre él.

¿Qué es la inteligencia emocional y por qué es importante?

¿Cómo nos entendemos a nosotros mismos y a los demás? ¿Cómo afrontamos relaciones cruciales? Estos son asuntos presentes en cualquier aspecto de nuestra vida familiar, social y laboral.

Gran parte de nuestro éxito en el trabajo está basado en nuestras habilidades, nuestro conocimiento y nuestras experiencias, pero otra parte depende de cómo nos relacionamos con nuestros compañeros, superiores, subordinados, proveedores y clientes. Necesitamos entendernos a nosotros mismos y la impresión que causamos a los demás, así como comprender la forma de ser de otras personas. Podemos usar este conocimiento para alcanzar nuestras metas. La inteligencia emocional no trata sobre ser amable o blando, sino que implica interactuar eficazmente con otras personas para realizar un trabajo o para alcanzar el tipo de vida que queremos.

La inteligencia emocional es importante en áreas de trabajo tan variables como liderazgo y gestión, equipos y proyectos y todo tipo de relaciones con clientes. También afecta a nuestra vida familiar y social.

El Cuestionario de Inteligencia Emocional de Thomas International mide nuestra comprensión de nosotros mismos y de los demás y nuestra capacidad para usar este conocimiento para alcanzar nuestras metas.

Puntuaciones

Sus puntuaciones se clasifican en tres categorías:



El uso de la palabra 'media' no implica que usted pueda alcanzar o no buenas o malas puntuaciones en este cuestionario. Los porcentajes indican cómo ha respondido en comparación con las personas que completaron el cuestionario durante su desarrollo.

No hay un modo correcto o incorrecto de usar la inteligencia emocional. Hay implicaciones positivas y negativas para todas las diferentes puntuaciones de este cuestionario y se explican en el informe.

Cómo pensar en su informe

Cuando piense en las puntuaciones y en los comentarios, póngalos en el contexto de su vida y su trabajo. Hágase preguntas como: ¿qué estoy intentado conseguir?; ¿dónde tengo problemas en las relaciones con otras personas?; ¿qué aspectos de mi inteligencia emocional son particularmente importantes en mi vida personal y laboral?

Las puntuaciones del Cuestionario de Inteligencia Emocional de Thomas tienden a ser estables en el tiempo, tan estables como su personalidad básica. Pero, al igual que su personalidad básica, los diferentes acontecimientos en el trabajo y en la vida pueden hacer que ciertos aspectos de su inteligencia emocional fluctúen, por tanto las puntuaciones de este informe no son algo inalterable. Estas puntuaciones le ayudarán en su propia evaluación de la eficacia con la que interactúa con los demás. Se debería ver este informe como el inicio de una investigación que puede dar como resultado una comprensión mejorada de cómo interactuar con otras personas, lo que tendrá beneficios tanto en su vida social como en su rendimiento profesional.

Usos

El Cuestionario de Inteligencia Emocional de Thomas se usa para diferentes propósitos, como pueden ser:



Es importante que entienda por qué se le ha pedido que rellene el Cuestionario de Inteligencia Emocional de Thomas y cómo se usarán las puntuaciones para su propio beneficio.

Este informe ha sido producido por el sitio web de Thomas International. Para más información visite <http://thomasinternational.es>

El Cuestionario Emocional de Thomas fue desarrollado por K.V. Petrides (Institute of Education, University of London) y Adrian Furnham (University College London). Está basado en la teoría del rasgo inteligencia emocional descrita por Petrides (2001), Petrides, Furnham y Frederickson (2004) y Petrides, Furnham y Mavroveli (2007).

Puntuaciones de los factores

A continuación verá sus puntuaciones en los cuatro factores del cuestionario Thomas de Inteligencia Emocional. El rasgo inteligencia emocional (rasgo IE) comprende cuatro categorías ('bienestar', 'autocontrol', 'emocionalidad' y 'sociabilidad') que ayudan a resumir las puntuaciones de la persona en las 15 facetas diferentes. Representan un nivel de medida más general que el de las facetas, pero más detallado que el del rasgo global IE. El equilibrio entre los diferentes niveles de medida (faceta – factor – global) abarca tanto la superficialidad como la profundidad. En el nivel faceta las descripciones son detalladas, mientras que en el nivel global son más generales. El nivel factor proporciona un nivel útil de medida y descripción intermedias.

Puntaje Global

La puntuación del factor global le proporciona una imagen de su función emocional general. Esto significa que le dará una visión de su propia capacidad para comprender, procesar y usar la información sobre sus emociones y sobre las de los demás en su día a día. Es importante hacer notar que la puntuación global es muy general. Está compuesta de las puntuaciones más específicas de los factores y por las puntuaciones mucho más detalladas de las facetas. Estas puntuaciones están incluidas en una parte posterior de este informe, con comentarios resaltando las fortalezas y las áreas de desarrollo así como las estrategias que puede adoptar. Por favor, remítase a las escalas de factores y facetas para información más detallada sobre ciertos aspectos de su función emocional general.

Antecedentes

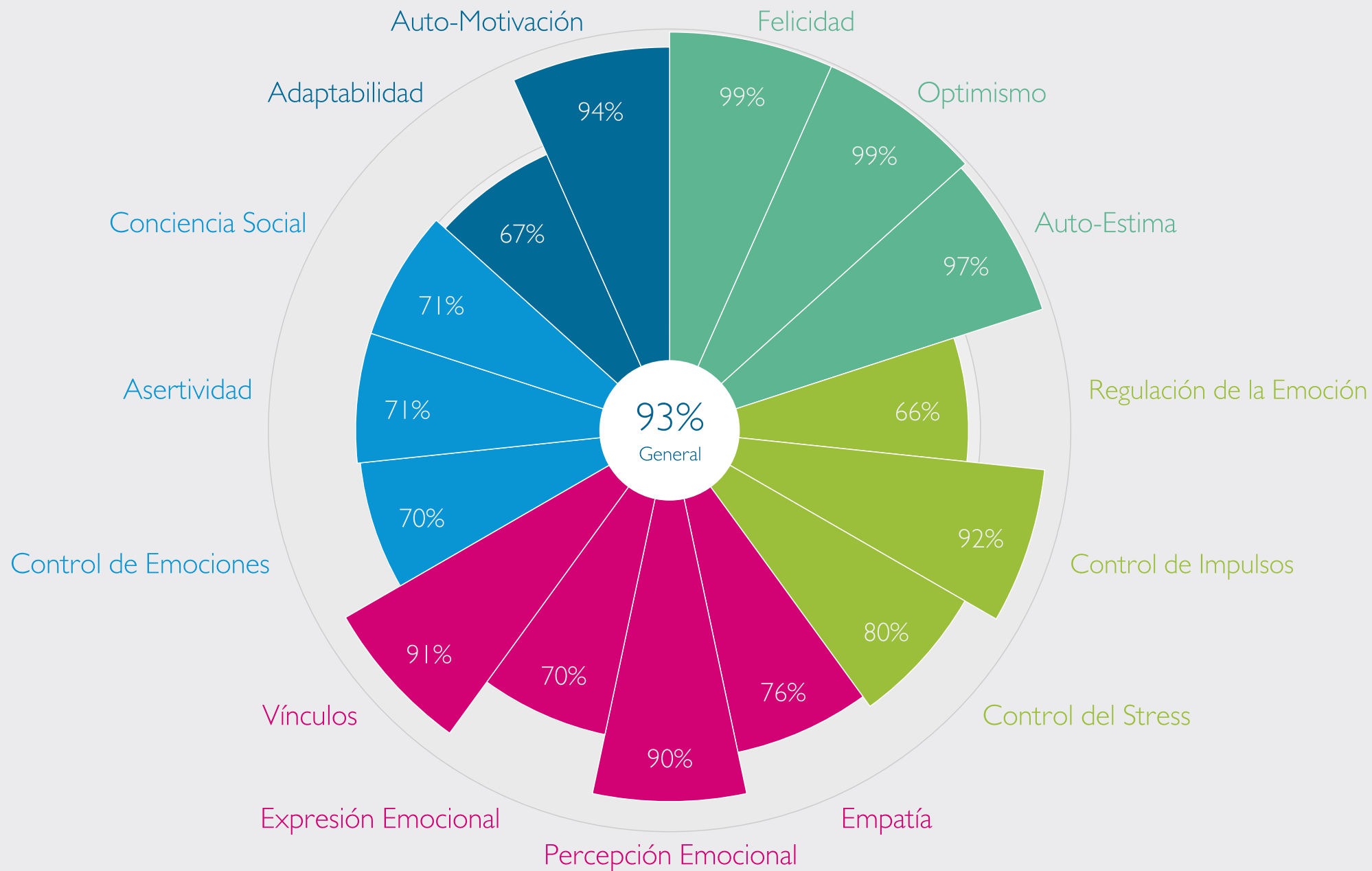
Este informe está basado en sus respuestas al cuestionario, por lo que refleja lo que piensa sobre sí mismo. Sus puntuaciones han sido comparadas con las respuestas de una muestra representativa de población y se presenta en forma de cuatro Factores, compuestos por un total de quince Facetas.

También hay dos Facetas independientes que no pertenecen a ningún Factor:

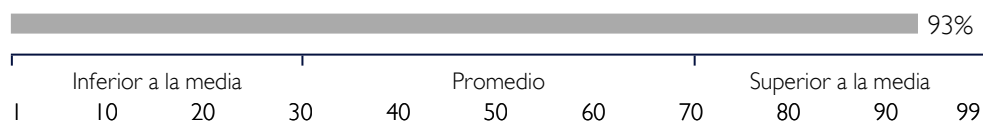
AdaptabilidadAutomotivación



Ver la Guía interactiva completa
en línea sobre TEIQ^{ue} en
www.thomasinternational.net



Factor global



Factor Bienestar

- Felicidad 99%
- Optimismo 99%
- Auto-Estima 97%



Factor Autocontrol

- Regulación de la Emoción 66%
- Control de Impulsos 92%
- Control del Stress 80%



Factor Emocionalidad

- Empatía 76%
- Percepción Emocional 90%
- Expresión Emocional 70%
- Vínculos 91%



Factor Sociabilidad

- Control de Emociones 70%
- Asertividad 71%
- Conciencia Social 71%

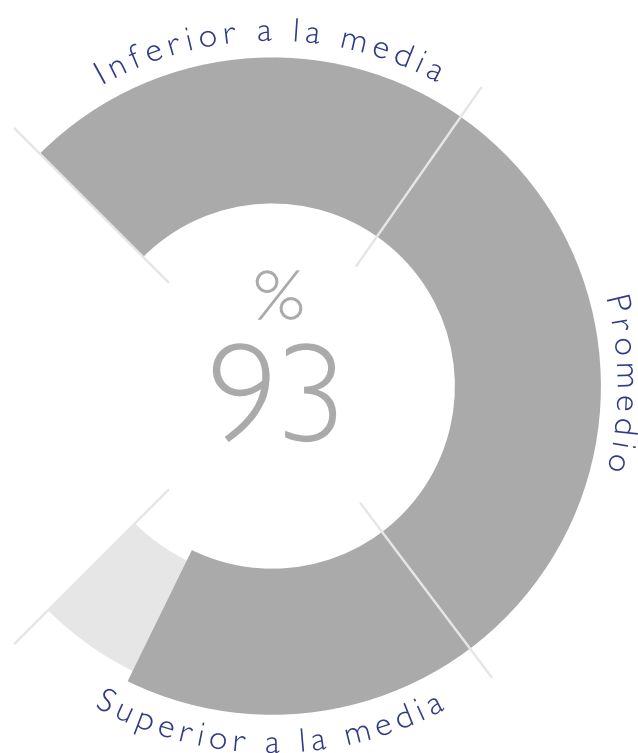


Facetas Independientes

- Adaptabilidad 67%
- Auto-Motivación 94%



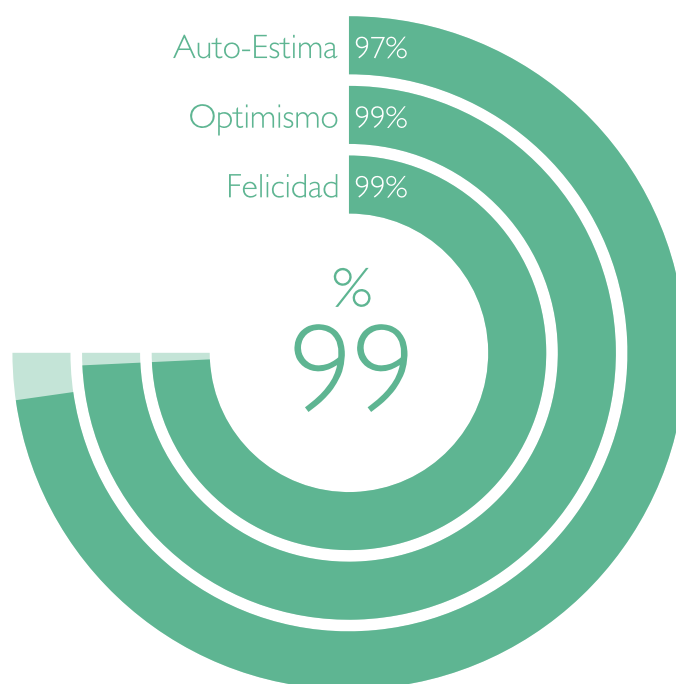
FACTOR GLOBAL



La puntuación del factor global le proporciona una imagen de su función emocional general.

Esto significa que le dará una visión de su propia capacidad para comprender, procesar y usar la información sobre sus emociones y sobre las de los demás en su día a día. Es importante hacer notar que la puntuación global es muy general. Está compuesta de las puntuaciones más específicas de los factores y por las puntuaciones mucho más detalladas de las facetas. Estas puntuaciones están incluidas en una parte posterior de este informe, con comentarios resaltando las fortalezas y las áreas de desarrollo así como las estrategias que puede adoptar. Por favor, remítase a las escalas de factores y facetas para información más detallada sobre ciertos aspectos de su función emocional general.

Factor Bienestar



Este factor describe su bienestar general.

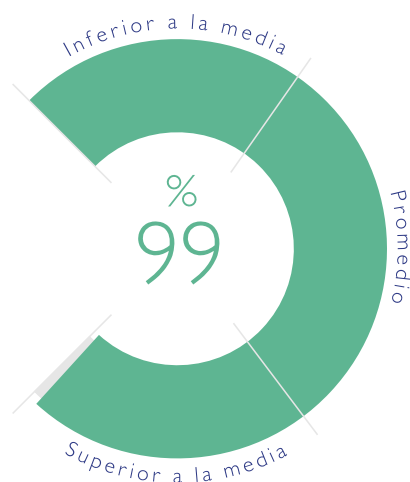
Se compone de tres facetas:

Felicidad: en qué grado se siente bien y contento con el presente;

Optimismo: en qué grado es positivo sobre el futuro;

Autoestima: en qué grado es seguro de sí mismo y sus niveles de amor propio.

Con el fin de aprender más sobre aspectos específicos de su perfil global, por favor consulte las facetas individuales mencionadas. Esto le permitirá localizar fortalezas y áreas de desarrollo determinadas.



La felicidad es un término usado frecuentemente. Este informe usa una definición específica:

La felicidad mide estados emocionales agradables en el presente.

Es diferente a la faceta optimismo, que mide cómo ve el futuro. Cómo ve su pasado puede indicarse con un término como satisfacción con su vida.

Por tanto, la faceta felicidad mide cuál es su estado natural en este aspecto. Obviamente los acontecimientos específicos pueden afectar momentáneamente a su felicidad pero, en un momento dado, ¿está usted normalmente alegre y contento o está insatisfecho e infeliz?

Felicidad

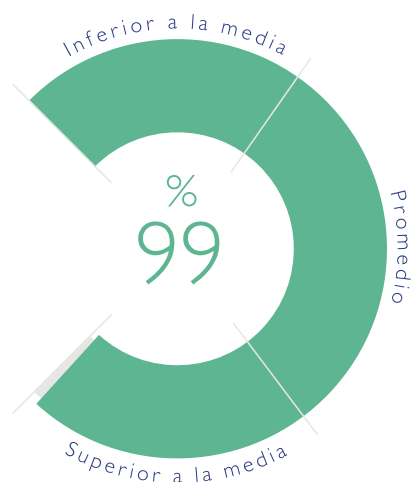
Puntuaciones por encima de la media

Su respuesta sugiere que se siente más alegre y contento consigo mismo que la mayoría de personas. Este sentimiento afecta a su vida personal y laboral.

La felicidad es buena para usted, le ayuda a sentirse bien y puede influir en su salud física. La felicidad es contagiosa, los clientes y los amigos prefieren hablar con gente alegre.

A continuación le proponemos algunos temas sobre los que puede reflexionar y trabajar.

- Intente tener paciencia y escuchar a las personas que no están tan naturalmente felices como usted. Esto es particularmente importante si trabaja en un equipo.
- Algunas personas ven la alegría en cualquier circunstancia como un signo de que se están tomando las cosas demasiado a la ligera. Sus acciones podrían parecerle a otras personas como ingenuas y sugerir que no ha entendido lo que realmente está pasando.
- No deje que su felicidad natural le impida ver los problemas o las señales de peligro.



Mientras que la felicidad se centra en los estados emocionales placenteros en el presente, el optimismo mide hasta qué punto vemos el futuro positivamente.

Este tipo de medida es aplicada todo el tiempo cuando hablamos sobre un tipo de persona que ve el vaso medio lleno o que ve el vaso medio vacío.

Optimismo

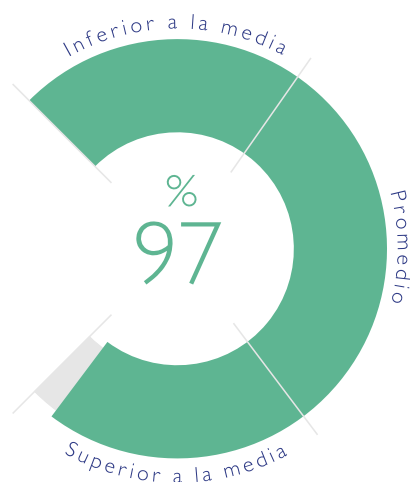
Puntuaciones por encima de la media

Su puntuación indica que es más positivo sobre el futuro que la mayoría de personas y bien puede ser conocido por su punto de vista positivo. En situaciones confusas tenderá a ver el lado positivo y las oportunidades en vez de ver las amenazas.

Afronta las dificultades con la firme creencia de que va a solucionarlas. Está en posición de proporcionar la energía positiva a un grupo de personas cuando se enfrenten a un proyecto difícil. Puede motivar a otros a través de su optimismo.

A continuación le proponemos algunos temas sobre los que puede reflexionar y trabajar.

- Su puntuación sugiere que puede ser poco realista y demasiado positivo. Puede dejar a un lado las dificultades y asumir que se tienen que alcanzar los objetivos, incluso si la evidencia refleja problemas reales. En el trabajo esto significa que puede dar una idea equivocada a los demás al minimizar los posibles problemas. A los managers no les gustan las sorpresas desagradables, especialmente si se les ha asegurado que todo va bien. En casa, puede no prestar atención a los miedos reales de su familia y amigos sobre el futuro.
- Su optimismo puede desdeñar a personas que están experimentando dificultades. Simplemente decir: "Las cosas se van a arreglar por sí solas" puede hacer ver que no les está tomando en serio. Puede perder información importante: el pesimismo de estas personas podría estar causado por problemas laborales o personales reales que podrían mejorar, pero que también pueden llegar a ser más serios si no se arreglan.
- Trate de tener personas menos optimistas en su equipo en el trabajo, o hable con este tipo de personas cuando vaya a tomar una decisión personal. Ellos equilibrarán el enfoque natural que usted tiene. Ocasionalmente pueden irritarle, pero pueden prevenirle de cometer errores graves.



La autoestima mide cómo se valora a sí mismo: sus capacidades, sus logros y otros aspectos de su vida.

La baja autoestima a menudo se usa como una excusa para los errores o para los comportamientos socialmente inaceptables. Hay cierto grado de verdad en esta interpretación: la autoestima es un importante conductor de logros y bienestar.

Los buenos niveles de autoestima son importantes en todos los aspectos de nuestra vida y los niveles muy bajos pueden causar problemas en su bienestar. No obstante, incluso aquí la situación no es absoluta. Las personas con bajos niveles de autoestima pueden realizar bien trabajos exigentes, crear relaciones satisfactorias y disfrutar sus vidas. Un nivel demasiado alto de autoestima puede causar tantos problemas como un nivel muy bajo.

Auto-Estima

Puntuaciones por encima de la media

Tiene una visión muy positiva de sí mismo y de sus logros. Parece ser más feliz que la mayoría de personas con lo que le ha dado la vida, con lo que ha conseguido en el trabajo y con quién es. Esto sugiere que tiene una visión sana de la vida y que no es propenso a preocupaciones contraproducentes o a falta de confianza.

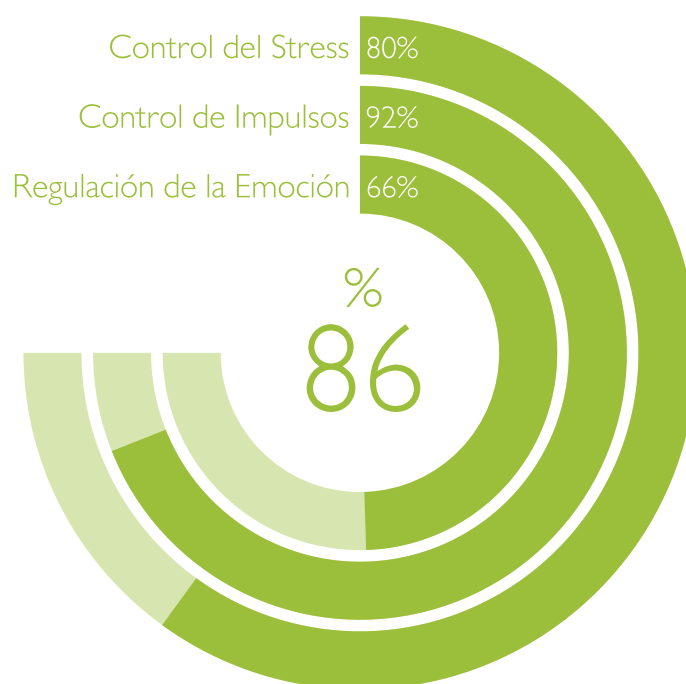
Será bueno en trabajos en los que tenga que defender sus opiniones y tomar decisiones rápidas, y tendrá un efecto positivo en los que le rodean. Se ha argumentado que la alta autoestima es uno de los aspectos que contribuyen a un liderazgo eficaz, aunque debe estar unido a otras habilidades y cualidades personales.

La alta autoestima generalmente en una cualidad humana positiva.

A continuación le proponemos algunos temas sobre los que puede reflexionar y trabajar.

- Su confianza en sí mismo puede hacer que parezca arrogante y esto puede causar que sus compañeros desconfíen de usted.
- Puede no ser consciente de las debilidades que indudablemente tiene. Puede pensar que no tiene necesidad de perfeccionar sus habilidades o de consultar a otras personas que complementen su conjunto de habilidades.
- Asegúrese de escuchar las opiniones de los demás, especialmente en asuntos que les afecten personalmente. Le pueden proporcionar información e ideas útiles que no tenía. Si ignora a otras personas, éstas pueden dejar de contar con usted.

Factor Autocontrol



Este factor describe cómo regula la presión externa, el estrés y los impulsos.

Se compone de:

Regulación emocional: su capacidad para regular sus emociones, permanecer centrado y mantenerse calmado en situaciones irritantes;

Control de la impulsividad: si piensa antes de actuar, si se rinde a sus impulsos, o si toma decisiones precipitadas;

Gestión del estrés: cómo gestiona la presión y el estrés.

Con el fin de aprender más sobre aspectos específicos de su perfil global, por favor consulte las facetas individuales mencionadas. Esto le permitirá localizar fortalezas y áreas de desarrollo determinadas.



Compartir con un colega para una evaluación PPA de prueba gratuita

Quieres añadir certeza a sus decisiones de la gente?



Fomentar el auto-conocimiento, desde afuera hacia el interior



Medición de capacidad y aptitud



Obtener una comprensión precisa sobre el comportamiento de su gente en sólo 8 minutos

Para mayor información, contáctese con nosotros al +54 11 57873049 o envíenos un email a Info@thomassouth.com. Las evaluaciones de Thomas le aportarán claridad para tomar decisiones sobre su gente.