

# Profi Competence Tests for Young



## RAPORT

Ja i moja **samoocena**

**Raport: Imię i Nazwisko**

**Typ raportu: Średni**

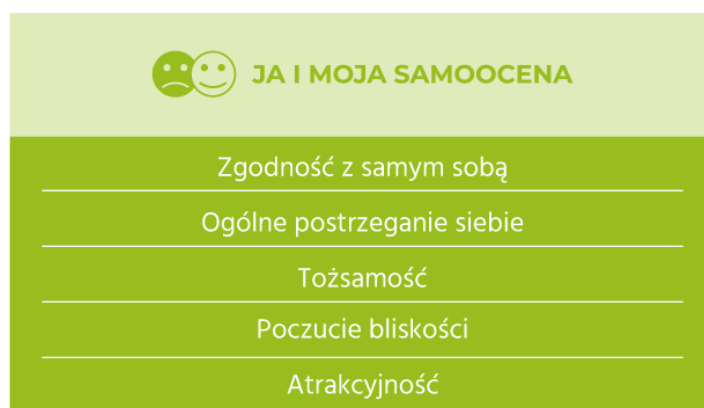
**ID: 0000**

**Data: 2021-02-17**

## RAPORT TESTU

### JA I MOJA SAMOOCENA

Test ***Ja i moja samoocena*** jest wielowymiarowym narzędziem wykorzystywanym w badaniach osobowości w kontekście wielu obszarów Twojego funkcjonowania w życiu prywatnym jak i szkole. Badanie tą metodą pozwala na dokładny i szczegółowy opis Twojej osobowości w zakresie samooceny wynikające z indywidualnego profilu wyznaczonego przez Twój wiek, płeć i doświadczenia. Narzędzie bada nastawienie do siebie i ocenę swojej postawy oraz zachowania. Przedstawia stosunek do swojej wiedzy, kompetencji, umiejętności, atrakcyjności i życia w zgodzie z samym sobą. Raport, który trzymasz opisuje Twój sposób myślenia o samym sobie. Ukazuje informacje o ocenie własnej moralności, wewnętrznej spójności z wartościami. Pokazuje postrzeganie własnej atrakcyjności, jak również odczuwanej akceptacji siebie wśród bliskich. Test opisuje twoje wyniki w pięciu podwymiarach:



Czytając opracowanie znajdziesz odpowiedź na szereg pytań dotyczących Twoich potrzeb oraz postrzegania siebie w życiu prywatnym jak i w szkole wśród rówieśników. Dowiesz się o swoich reakcjach, zachowaniach, postawach, przekonaniach, mocnych stronach oraz obszarach do rozwoju. Bogate opracowanie Twoich wyników zawiera również rekomendacje specjalistów z różnych dziedzin. Zaproponowane wskazówki dotyczą między innymi Twojego rozwoju interpersonalnego, emocjonalnego, intelektualnego i fizycznego.

***Ten raport to szeroka wiedza o Tobie, która przełożyć się może na Twoje cele i decyzje w życiu prywatnym oraz w procesie wyznaczania ścieżki kariery edukacyjnej i zawodowej.***



## JA I MOJA SAMOOCENA

Wymiar *Ja i moja samoocena* opisuje sposób myślenia o samym sobie. Ukazuje informacje o ocenie własnej moralności, wewnętrznej spójności z wartościami. Pokazuje postrzeganie własnej atrakcyjności, jak również odczuwanej akceptacji siebie wśród bliskich. Opisuje zdolność do okazywania uczuć bliskim osobom. Mierzy poziom pewności siebie i uznania siebie za osobę ważną.

### OGÓLNE POSTRZEGANIE SIEBIE

Określa poziom postrzegania siebie jako osoby ważnej i pewnej siebie lub umniejszającej sobie. Ukazuje tendencje do pozytywnego lub negatywnego myślenia o własnej przyszłości. Wskazuje zdolność do skupienia się na sukcesach, bądź na porażkach życiowych.

### ZGODNOŚĆ Z SAMYM SOBĄ

Mierzy ocenę własnej moralności. Ukazuje skłonności do skrajnych ocen swojego zachowania - jako porządne bądź nieprzyzwoite. Określa poziom trzymania się zasad moralnych w życiu oraz postrzegania moralności wokół.

### TOŻSAMOŚĆ

Mierzy poziom świadomości swojej tożsamości i celów w życiu. Ukazuje tendencje do bycia w wewnętrznej spójności lub sprzeczności. Wskazuje zdolność do podejmowania decyzji wpływającej na przyszłość lub pozostawania w niezdecydowaniu.

### POCZUCIE BLISKOŚCI

Mierzy poczucie akceptacji, miłości i odczuwania wsparcia społecznego. Określa poziom odczuwania bezwarunkowej akceptacji przez bliskich lub braku miłości i akceptacji. Wskazuje zdolność do okazywania uczuć w bliskich relacjach.

### ATRAKCYJNOŚĆ

Określa sposób postrzegania własnej fizyczności, poziom świadomości swojej atrakcyjności w stosunku do innych. Mierzy poziom zadowolenia z własnego wizerunku.

## JA I MOJA SAMOOCENA



# WYMIAR

## APROBATA SPOŁECZNA



### APROBATA SPOŁECZNA



**Aprobata Społeczna** opisuje tendencję do przedstawiania własnej osoby w lepszym świetle w celu uzyskiwania większej akceptacji społecznej. Wiąże się z gotowością do przejawiania zachowań społecznie pożądanym i akceptowanym przez społeczeństwo. Potrzeba aprobaty społecznej wyrażana jest również poprzez przypisywanie sobie w sytuacjach testowych pozytywnych lub godnych pochwały zachowań jak również zaprzeczaniu występowania u siebie postaw i zachowań niepożądanych. W pewnym stopniu pokrywa się z konformizmem oraz wzbudza skłonności do przekłamywania lub koloryzowania własnych zachowań.

### Wynik bardzo niski

Twój wynik na skali **Aprobaty Społecznej** w porównaniu do wyniku innych osób jest na bardzo niskim poziomie. Oznacza to, że jesteś osobą, która absolutnie nie ulega potrzebie aprobaty społecznej lub też przez swoje odpowiedzi chcesz przedstawić się jako osoba całkowicie nie ulegająca wpływom społecznym.

# WYMIAR

## JA I MOJA SAMOOCENA



### PODWYMIARY:



**OGÓLNE POSTRZEGANIE SIEBIE**



**ZGODNOŚĆ Z SAMYM SOBĄ**



**TOŻSAMOŚĆ**



**POCZUCIE BLISKOŚCI**



**ATRAKCYJNOŚĆ**



## WYNIK WYSOKI

Poniżej znajduje się wynik ogólny wymiaru **JA I MOJA SAMOOCENA** wynikający z średniej Twoich podwymiarów.

Twój wynik na skali wymiaru **Ja i moja samoocena**, w porównaniu do wyniku innych osób, jest na wysokim poziomie. Oznacza to, że jesteś świadomą siebie osobą. Wiesz, kim jesteś i czego od życia oczekujesz, ponieważ masz jasno określone wartości i priorytety. Wyznaczasz klarownie zasady, którymi się kierujesz w życiu. To daje Ci siłę przy podejmowaniu decyzji i wyznaczaniu celów. Jesteś osobą wewnętrźnie spójną a w Twoich działaniach widać podążanie w wyznaczonym kierunku. Patrząc na siebie, widzisz osobę wartościową, zdolną i kompetentną. Pozytywnie myślisz o swojej przyszłości. Wiesz, że ze swoimi zdolnościami zawsze poradzisz sobie w życiu. Jesteś osobą pewną siebie, dostrzegasz swoje mocne strony, wiesz czym się wyróżniasz wśród innych. Zauważasz swoją atrakcyjność fizyczną i wykorzystujesz ją do osiągnięcia własnych celów. Dbasz o swój wygląd, a Twój wizerunek budzi podziw wśród innych. Swoją atrakcyjnością przyciągasz do siebie ludzi, a to jeszcze bardziej wpływa na Twoją wysoką samoocenę. Czujesz się osobą w pełni akceptowaną i kochaną przez najbliższych. Czujesz ich wsparcie i wiesz, że zawsze masz na kogo liczyć. Potrafisz też miłość odwzajemnić. W swoich relacjach dajesz dużo akceptacji, przyjaźni i bliskości. Jesteś osobą bardzo empatyczną. Życie w bliskości daje Ci siłę, dlatego dbasz o swoich bliskich.

Teraz przyjrzyj się uważnie wynikom szczegółowym aby dowiedzieć się, które z podwymiarów mają największy wpływ na Twój wynik ogólny.



## OGÓLNE POSTRZEGANIE SIEBIE

Twój wynik na skali podwymiaru **Ogólne postrzeganie siebie** oznacza, że w Twojej ocenie jesteś osobą wartościową, zdajesz sobie sprawę z tego, że masz wiele zdolności i kompetencji, dzięki którym poradzisz sobie w życiu. Jesteś generalnie osobą zadowoloną z siebie. Jesteś też osobą pewną siebie, znającą swoją wartość wśród innych i pozytywnie myślącą o swojej przyszłości. Jest Ci obce skupianie się na słabościach. Widzisz raczej swoje mocne strony, swoje uzdolnienia, talenty, kwalifikacje i możliwości.



## ZGODNOŚĆ Z SAMYM SOBĄ

Twój wynik na skali podwymiaru **Zgodność z samym sobą** oznacza, że w Twojej ocenie jesteś osobą bardzo przyzwoitą. Masz niezwykle sztywny „kręgosłup moralny” i nie zdarza Ci się łamać zasad i reguł dobrego postępowania. Zawsze starasz się zachowywać tak jak należy, aby nie czuć potem wewnętrznego niezadowolenia z siebie. W większym towarzystwie bardziej zwracasz uwagę na to, aby zachowywać się poprawnie, niż aby się dobrze bawić. Cały czas kontrolujesz swoje reakcje i zachowania, aby nie popełnić żadnego błędu – zwłaszcza wśród innych osób. Jesteś osobą bardzo zadowoloną z tego, jak moralnie żyjesz i postępujesz.



## TOŻSAMOŚĆ

Twój wynik na skali podwymiaru **Tożsamość** oznacza, że najprawdopodobniej jesteś osobą, która odczuwa problem z określeniem, kim jest i do czego dąży. Brak wewnętrznej spójności uniemożliwia Ci podejmowanie zdecydowanych decyzji w sprawie Twojego życia i Twojej przyszłości. Skoro nie do końca wiesz, kim jesteś i do czego zmierzasz, nie jesteś też w stanie określić, czego oczekujesz od świata, od siebie i od innych. Nie wyznaczasz celów gdyż wyznaczenie ich jest niemożliwe bez określenia podstaw, czyli Twoich wartości. Czujesz, że Twoje działania w niektórych obszarach życia są chaotyczne, niezwiązane z żadnym konkretnym kierunkiem przez co często niepotrzebne i dodatkowo osłabiające Twoją pewność siebie.



## POCZUCIE BLISKOŚCI

Twój wynik na skali podwymiaru **Poczucie bliskości** oznacza, że czujesz się osobą w pełni akceptowaną i kochaną przez bliskich. Wyraźnie doświadczasz wsparcia, jakie dają Ci ludzie wokół i potrafisz z tego korzystać. W życiu prywatnym okazujesz w pełni swoje uczucia. Dajesz wokół dużo miłości i akceptacji. W szkole potrafisz dać ciepło, akceptację i przyjaźń. Zawsze wiesz, że w razie potrzeby masz na kogo liczyć. Czujesz, że inni akceptują Ciebie jako osobę taką, jaką jesteś. Jesteś osobą pełną empatii, potrafisz odczuwać i dawać ciepło innym. Potrafisz wchodzić w bliskie relacje, w które się angażujesz, dając dobro innym. Ludziom wokół lubisz okazywać ciepło, przyjaźń i to, że Ci na nich zależy.



## ATRAKCYJNOŚĆ

Twój wynik na skali podwymiaru **Atrakcyjność** oznacza, że raczej nie uważasz się za osobę atrakcyjną i nie jesteś osobą zwykle zadowoloną ze swojego wyglądu. Bardzo prawdopodobne, że nie akceptujesz siebie pod tym względem. Wolisz nie patrzeć w lustro, a kiedy jest to konieczne, raczej nie podobasz się sobie. Wiesz, że w porównaniu do innych nie wyglądasz dobrze i to obniża Twoją pewność siebie i wpływa negatywnie na poczucie własnej wartości. Oczywiście, jeśli chcesz, możesz swoje niezadowolenie z wyglądu nadrobić tym, że w innych obszarach czujesz się dobrze lub mówiąc sobie, że nie jest to dla Ciebie tak istotne. Jednak brak Twojego zadowolenia z wyglądu fizycznego od czasu do czasu i tak daje o sobie znać. To, że nie czujesz się atrakcyjnie przeszkadza Ci i wiesz, że wpływa na Twoje życie zarówno prywatnie, jak i w szkole.





## OGÓLNE POSTRZEGANIE SIEBIE

- Pewność siebie w życiu pomaga osiągać cele. Pozytywne postrzeganie swoich dokonań wzmacnia poczucie własnej skuteczności, co w dalszym etapie pomaga sięgać wyżej i dalej. Uważaj jednak, aby pewność siebie nie przerodziła się w arogancję.



## ZGODNOŚĆ Z SAMYM SOBĄ

- Nie bądź osobą dla siebie zbyt surową. Ten się nie myli, kto nic nie robi. Czasami może zdarzyć Ci się naruszenie twardo ustalonych przez siebie reguł, nie znaczy to jednak, że od razu stajesz się złym człowiekiem.



## TOŻSAMOŚĆ

- Świadomość siebie i życie zgodnie z wyznaczonymi wartościami i ustalonym na ich podstawie kierunkiem działań wzmacnia pozytywną samoocenę, przez co z każdym nowym doświadczeniem stajesz się coraz silniejszą osobą. Jeśli masz trudność z ustaleniem czego od siebie oczekujesz teraz i czego oczekujesz od siebie w przyszłości, pamiętaj, że bez tego trudno iść dalej. Tylko wewnętrzna spójność umożliwia Ci podejmowanie zdecydowanych decyzji w sprawie swojego życia i swojej przyszłości.



## POCZUCIE BLISKOŚCI

- Bliskie relacje z ludźmi, miłość i wsparcie z zewnątrz są dla Ciebie motorem do działania. Nie każdy jednak odczuwa tak samo. Czasami ludzie zrywają znajomość z różnych powodów, czasami tylko im znanych. Takie sytuacje staraj się omówić i nie brać bezpośrednio do siebie, traktując jako odrzucenie Twojej osoby.



## ATRAKCYJNOŚĆ

- Wygląd zewnętrzny wpływa na to jak ludzie Cię postrzegają. Osoby uważane za atrakcyjne częściej są wybierane do różnych inicjatyw. O swoją atrakcyjność możesz zawalczyć. To kwestia jasno ustalonego celu i pełnej determinacji. Możliwe, że swoją atrakcyjność możesz wzmocnić niewielkimi działaniami, ale nie wiesz jak. Mogą Ci w tym pomóc specjaliści od spraw wizerunku. Możliwe też, że potrzebujesz więcej czasu na dojście do formy, ale jeśli to dobrze zaplanujesz i zaczniesz realizować, efekty będą widoczne. Pamiętaj, że każdy człowiek jest atrakcyjny, ale o to należy dbać.