

Иванов
Иван Иванович

EmIQ Комплексный
Отчёт для респондента



ИНФОРМАЦИЯ О ТЕСТИРОВАНИИ

ДАТА ТЕСТИРОВАНИЯ	17.01.2024 14:21:39
ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТЕСТИРОВАНИЯ	00:03:53
НОМЕР РЕЗУЛЬТАТА	00387099



ИНФОРМАЦИЯ О РЕСПОНДЕНТЕ

ДАТА РОЖДЕНИЯ	02.05.1973
ПОЛ РЕСПОНДЕНТА	мужской

ЛАБОРАТОРИЯ
ГУМАНИТАРНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ

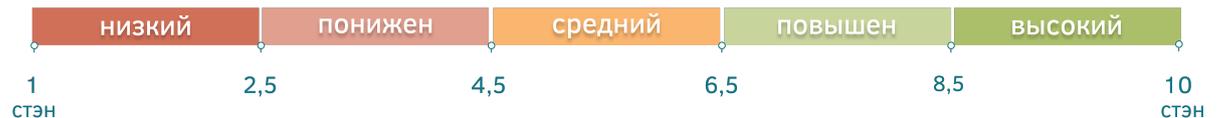




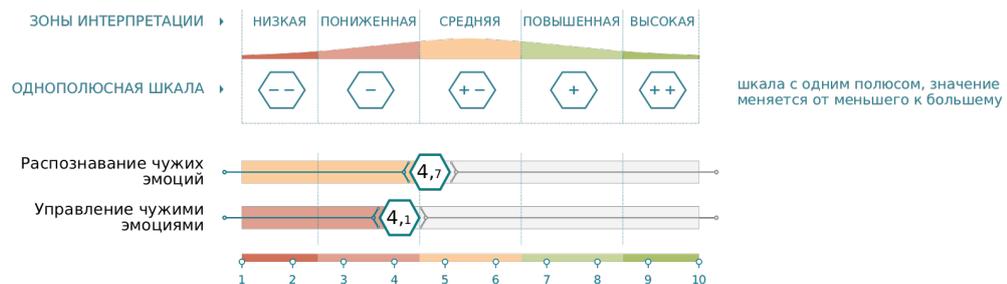
ШКАЛА РЕЗУЛЬТАТОВ

Результаты отражаются на 10 балльной шкале стэнов (нормализованных стандартных баллов).

- 1** минимальный балл соответствует низкому потенциалу проявления способности
- 5,5** средний балл соответствует среднему потенциалу проявления способности
- 10** максимальный балл соответствует высокому потенциалу проявления способности



ПРОФИЛЬ РЕЗУЛЬТАТОВ



ОПИСАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Распознавание чужих эмоций

Средний уровень

Как правило, Вы можете по выражению лица определить, что чувствует другой человек, но иногда это может быть сопряжено с некоторыми трудностями. Постарайтесь проявлять больше чуткости и внимания к лицевой экспрессии, мимике и другим невербальным проявлениям собеседника, и тогда Вы сможете улучшить вашу способность к распознаванию эмоций других людей. У Вас есть для этого все необходимые задатки.



В какой работе важно?



Как совершенствовать?

- поддержка клиентов;
- преподавательская деятельность.

- Открыто спрашивайте. Не стесняйтесь задавать прямой вопрос о том, что Ваш собеседник чувствует прямо сейчас.
- Смотрите фильмы без звука. Пробуйте определить по мимике героев, о чём они говорят и что чувствуют, а потом проверьте себя.
- Попробуйте тренажёры распознавания эмоций. Это программы и приложения, предназначенные для тренировки умения распознавать эмоции по микровыражениям лица.



Что почитать?

Узнай лжеца по выражению лица
Пол Экман, Уоллес В. Фризен

Профессор Пол Экман, как никто другой, умеет разбираться в людях. Ещё бы! Ведь он был консультантом популярного телесериала "Обмани меня" («Lie to me»), а также прототипом главного героя — доктора Лайтмана. Эта книга своеобразное продолжение бестселлера Экмана "Психология лжи". На конкретных примерах автор показывает, как безошибочно распознавать ложь, читая по лицам эмоции.

Психология эмоций
Пол Экман

Что играет решающую роль в управлении поведением? Что читается по лицам и определяет качество нашей жизни? Что лежит в основе эффективного общения? Что мы испытываем с самого раннего детства? На все эти вопросы ответ один — эмоции. Эмоции явные, скрытые, контролируемые. Распознавать, оценивать, корректировать их на ранних стадиях у себя и у других научит книга Пола Экмана. Издание изобилует интересными фактами, случаями из жизни и конкретными практическими рекомендациями, а удачная подборка фотографий превосходного качества не оставит равнодушными даже самых строгих читателей.

Я вижу, о чём вы думаете
Джо Наварро,
Марвин Карлингс

Джо Наварро, бывший агент ФБР и эксперт в области невербального общения, учит моментально сканировать собеседника, расшифровывать едва заметные сигналы в его поведении, распознавать завуалированные эмоции и сразу же подмечать малейшие подвохи и признаки лжи.

Язык телодвижений
Аллан Пиз,
Барбара Пиз

Книга австралийской пары Аллана и Барбары Пиз написана на основе их знаменитого бестселлера «Язык телодвижений», впервые вышедшего в свет в 1978 году, а затем переведенного на 48 языков и разошедшегося огромными тиражами: общее количество проданных экземпляров превысило 20 миллионов. Авторы дают полную расшифровку всех телодвижений — мимика, позы, манеры, походка, взгляд, по которым можно легко разгадать настоящие чувства и мысли других людей.

Физиогномика в историях: деньги, секс и политика
Артем Павлов

Эта книга — настоящий научно-криминальный детектив на основе реальных событий, состоящий из захватывающих, психологичных и чрезвычайно поучительных историй от экс-сотрудника оперативных и экспертных подразделений спецслужб, основателя НИЦ "Физиогномика", психолога, физиогномиста и полиграфолога Артема Павлова. Вы узнаете как по лицу определить, что за человек стоит перед Вами и можно ли ему доверять. Сквозь призму характеров и событий автор показывает, как физиогномика связана с психикой, поведением и всей эволюцией вида *homo sapiens*. И никакой эзотерики. Только эволюционная теория, нейронаука и поведенческая психология!

Управление чужими эмоциями

Пониженный уровень

Скорее всего, умение находить эффективные решения в различных ситуациях общения с другими людьми нельзя назвать вашей самой сильной стороной. Вы можете чувствовать растерянность, если

видите кого-то в слезах или гневе. Вероятно, Вам не всегда удаётся подобрать верные слова, когда требуется вдохновить, поддержать или ободрить человека в тяжёлой ситуации. Вам нелегко выбрать правильную стратегию поведения, чтобы успокоить человека во время конфликта или вывести его из состояния паники, заставить улыбнуться, побудить к нужным действиям.



В какой работе важно?

- осуществление продаж;
- руководство и работа с людьми.



Как развивать?

- **Для управления чужим гневом.** Давайте человеку выговориться, используйте техники вербализации чувств и "Я-послания", признавайте наличие и значимость проблемы, держите на контроле невербальную коммуникацию (разговаривайте, сохраняя спокойную интонацию и жесты).
- **Для управления чужими страхами.** Не обесценивайте значимость беспокойства, расспросите о страхах и о том, что они дают человеку, чем помогают и чему способствуют, что могло бы помочь почувствовать внутреннее спокойствие.
- **Для управления печалью или обидой.** Признавайте значимость эмоции, уделите внимание человеку и задавайте открытые вопросы, чтобы он мог выговориться, поддерживайте при этом зрительный контакт.



Что почитать?

Сила эмоционального интеллекта. Как его развить для работы и жизни
Адель Линн

Эта книга для тех, кто понимает важность развития и обретения новых знаний. Вы возрастите внутри себя наставника и с помощью пошагового плана проработаете пять компонентов эмоционального интеллекта (самоконтроль, эмпатию, социальность, личное влияние, цели и видение). Вы научитесь лучше владеть собой и выстраивать отношения с окружающими - как дома, так и на работе. Вы обретете силы идти дальше - к своим истинным целям и лучшей версии себя.

Эмоциональный интеллект. Российская практика
Шабанов Сергей,
Алешина Алёна

Навыки эмоциональной компетентности помогают людям получать больше удовольствия от жизни и более эффективно управлять собой и поведением других людей. В этой книге авторы предлагают читателю свой подход к эмоциям и эмоциональной компетентности.

Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ
Дэниел Гоулман

Американский психолог, признанный эксперт в области эмоционального интеллекта, Дэниел Гоулман утверждает, что наши эмоции играют в достижении успеха в семье и на работе гораздо большую роль, чем это принято считать. Эта книга была написана им для тех, кто хочет научиться сдерживать эмоциональные порывы, угадывать сокровенные чувства других людей и налаживать взаимоотношения.

Эмоциональный интеллект в бизнесе
Дэниел Гоулман

"Эмоциональный интеллект в бизнесе" - это своего рода продолжение бестселлера "Эмоциональный интеллект": развивая тему EQ - почему для того, чтобы преуспевать, так важно обладать набором компетенций, определяющих умение управлять своими чувствами, - Гоулман погружает читателя в рабочие будни. В книге множество потрясающих историй триумфов и поражений и убедительных доказательств того, как наличие или отсутствие эмоционального интеллекта определяет уровень успешности. Автор также приводит практические рекомендации по развитию EQ.

Сверхчувствительные люди. От трудностей к преимуществам
Тед Зефф

Эта книга написана для сверхчувствительных людей, которым остро необходимы стратегии выживания, чтобы сохранять спокойствие в современном безумном мире; она для их близких, которые хотели бы узнать, как поддерживать своих восприимчивых родственников, а также для всех тех, кто стремится чаще испытывать душевный покой и радость.