

## Michał Nowakowski - Profil osobowościowy

Test osobowości Alva jest skonstruowany i zbudowany w oparciu o tzw. „Pięcioczynnikową Teorię Osobowości”, która jest uważana za najbardziej wiarygodną ramę i model do ilościowego określania osobowości.

CZYNNIK	DOLNE PASMO	ŚREDNIA	GÓRNE PASMO
Ugodowość	Zdystansowany		Przyjazny
Sumienność	Wyluzowany		Staranny
Ekstrawersja	Skryty		Otwarty
Stabilność emocjonalna	Wrażliwy		Odporny
Otwartość na doświadczenie	Konwencjonalny		Innowacyjny

### Ewentualne mocne strony

- Wykorzystuje wyzwania jako okazję do kreatywnych rozwiązań
- Potrafi spokojnie komunikować się nawet w delikatnych lub napiętych sytuacjach.
- Ogólnie pozytywnie nastawiony do zmian i skłonny do kwestionowania starych przekonań

### Czynniki wzrostu

#### Czynniki motywujące

Jakie są kluczowe czynniki motywujące dla tej osoby?

Kreatywność

Stymulacja

Wpływ

### Możliwe wyzwania

- Może traktować problemy emocjonalne w sposób nadmiernie intelektualny
- Może przedkładać racjonalność nad empatię w podejmowaniu decyzji
- Mogą być twardzi w dyskusjach, gdy dany pomysł jest dla nich ważny

#### Preferencje kulturowe

W jakim środowisku ta osoba dobrze się rozwija?

Decyzyjny

Energetyczny

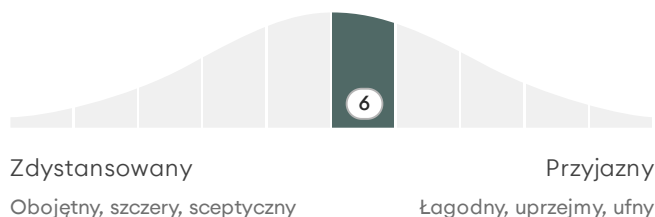
Innowacyjny

## Ugodowość

### Ani Zdystansowany, ani Przyjazny.

50th - 69th percentile.

Średni wynik wskazuje, że styl społeczny danej osoby nie charakteryzuje się ani skrajną sympatycznością, ani dosadnością. Ludzie z przeciętnymi wynikami nie mają problemu z zaufaniem innym, ale nie są też skłonni do bycia naiwnymi. Potrafią być szczerzy i twardzi, kiedy trzeba, ale nie szukają niepotrzebnie konfrontacji.

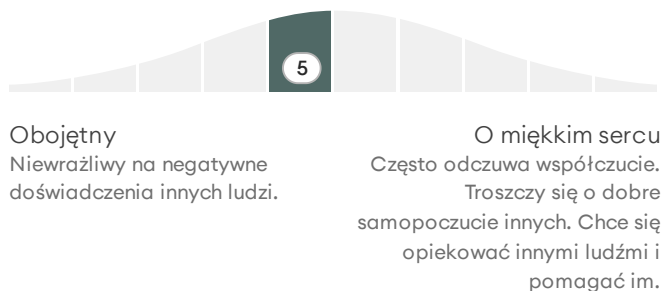


Trzy aspekty ugodowości:

### Współczucie: Ani Obojętny, ani O miłym sercu.

31th - 50th percentile.

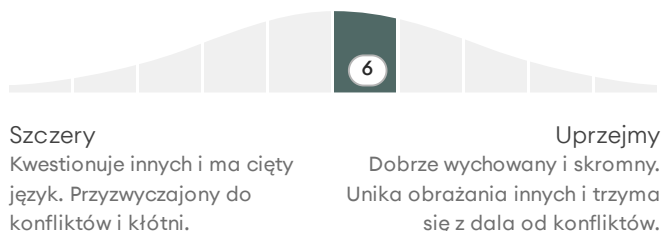
- Czasami skupiony na dobru innych
- Czasami pod wpływem negatywnych doświadczeń innych osób



### Grzeczność: Ani Szczery, ani Uprzejmy.

50th - 69th percentile.

- Ani bardzo bezpośredni, ani bardzo dyplomatyczny
- W razie potrzeby może angażować się w spory



### Zaufanie: Ani Sceptyczny, ani Ufny.

50th - 69th percentile.

- Zazwyczaj ufa innym ludziom, ale nie zawsze
- Może czasami kwestionować intencje innych

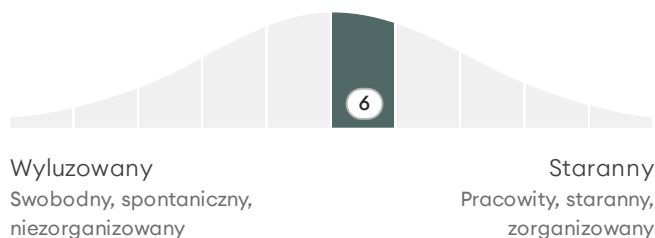


## Sumiennność

### Ani Wyluzowany, ani Staranny.

50th - 69th percentile.

Średni wynik wskazuje, że dana osoba jest mniej więcej tak samo skoncentrowana na osiągnięciach i odpowiedzialności jak większość innych ludzi. Osoby z przeciętnymi wynikami mają podstawowe dążenie do osiągania celów i spełniania oczekiwań, ale w niektórych sytuacjach mogą również stawiać na pierwszym miejscu inne rzeczy. Zazwyczaj potrafią dość łatwo przystąpić do realizacji zadań i utrzymać strukturę swojej pracy, choć może to wymagać pewnego wysiłku.

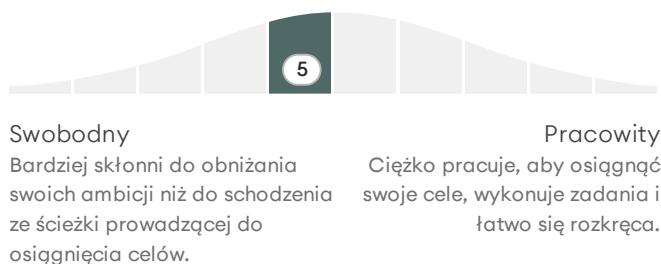


Trzy aspekty sumiennności:

### Dąży do celu: Ani Swobodny, ani Pracowity.

31th - 50th percentile.

- Mniej więcej tak samo nastawiony na osiągnięcie celów jak większość innych ludzi
- Zwykle dość łatwo rozpoczyna zadania robocze



### Ostrożność: Ani Spontaniczny, ani Ostrożny.

50th - 69th percentile.

- Zazwyczaj przygotowuje się do decyzji, ale może być też spontaniczny
- Chce, aby wszystko było dobrze, ale czasami może przeoczyć coś napisane „drobnym drukiem”.

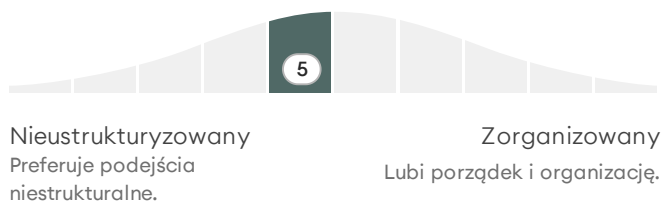


### Uporządkowanie:

### Ani Nieustrukturyzowany, ani Zorganizowany.

31th - 50th percentile.

- Preferuje porządek i strukturę, ale może nie traktować ich priorytetowo
- Dąży do utrzymania pewnego poziomu organizacji w pracy

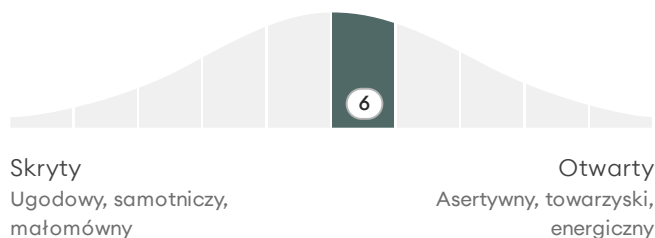


## Ekstrawersja

### Ani Skryty, ani Otwarty.

50th - 69th percentile.

Średni wynik wskazuje, że osoba jest mniej więcej tak samo otwarta i energiczna jak większość innych ludzi. Ludzie z przeciętnymi wynikami lubią przebywać wśród innych ludzi, ale mogą też czasami cieszyć się refleksją w samotności. Są elastyczni w stosunku do roli lidera: mogą przejąć inicjatywę, gdy jest to potrzebne, ale równie dobrze mogą podążać za innymi.

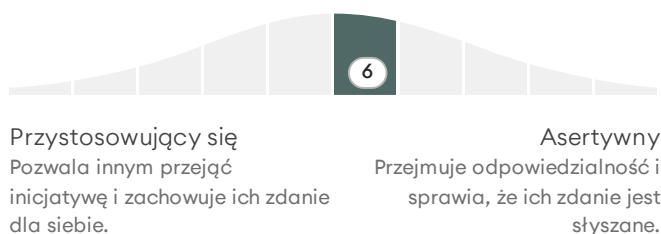


Trzy aspekty ekstrawersji:

### Asertywność: Ani Przystosowujący się, ani Asertywny.

50th - 69th percentile.

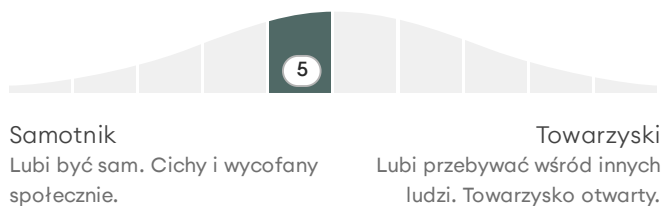
- Wyraża opinię, gdy jest to potrzebne
- Czasami przejmuję inicjatywę, ale nie rutynowo



### Towarzyskość: Ani Samotnik, ani Towarzyski.

31th - 50th percentile.

- Lubi równowagę między czasem spędzonym w towarzystwie i samotnością
- Czasami dość otwarty, ale może być też bardziej cichy



### Poziom energii: Energetyczny

69th - 84th percentile.

- Wysoki poziom energii i żywiołowość
- Potrzebuje aktywności i wysokiego tempa życia

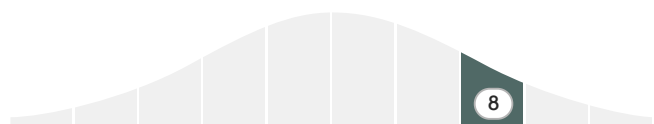


## Stabilność emocjonalna

### Odporny

84th - 93th percentile.

Wysoki wynik wskazuje, że osoba ma spokojny temperament i tendencję do zachowania spokoju i stabilności. Osoby z wysokimi wynikami mają tendencję do bycia stosunkowo niewzruszonymi tym, co dzieje się wokół nich, dzięki czemu pozostają efektywne nawet pod presją. Są odporni i optymistyczni w obliczu niepowodzeń, dobrze radzą sobie ze stresem i zmartwieniami.



Wrażliwy  
Przygnębiony, porywczy,  
zatroškany

Odporny  
Beztroski, spokojny,  
opanowany

Trzy aspekty stabilności emocjonalnej:

### Optymizm: Ani Przygnębiony, ani Beztroska.

50th - 69th percentile.

- Zwykle dość szybko radzi sobie z niepowodzeniami
- Optymista, gdy nie jest pod presją



Przygnębiony  
Zniechęca się, gdy doświadcza  
niepowodzeń. Skłonność do  
negatywnych emocji.

Beztroska  
Łatwo pokonuje niepowodzenia i  
zachowuje optymizm.

### Stabilność: Spokojny

69th - 84th percentile.

- Ma spokojny temperament
- Rzadko się irytuje lub denerwuje



Porywczy  
Intensywnie przeżywa emocje.  
Wpada w złość, gdy zostanie  
sprowokowany.

Spokojny  
Ma spokojny temperament.  
Rzadko się irytuje lub denerwuje.

### Tolerancja na stres: Spokojny

84th - 93th percentile.

- Rzadko doświadcza zmartwień
- Zwykle zachowuje spokój nawet pod dużą presją



Zatroškany  
Martwi się o rzeczy, które się  
wydarzyły lub mogą się  
wydarzyć w przyszłości.

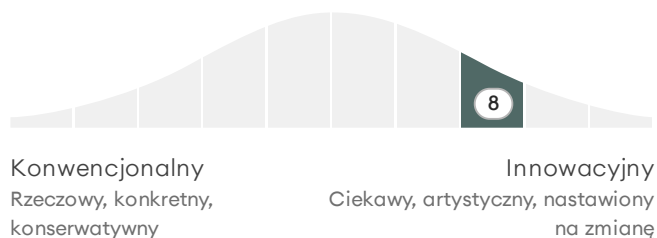
Spokojny  
Wyluzowany. Rzadko  
doświadcza uczucia zmartwienia  
lub stresu.

## Otwartość na doświadczenie

### Innowacyjny

84th - 93th percentile.

Wysoki wynik wskazuje, że osoba jest zainteresowana nowymi wrażeniami i doświadczeniami. Osoby z wysokimi wynikami mają tendencję do bycia intelektualistami, nastawionymi na naukę i zmotywowanymi do rozwiązywania abstrakcyjnych problemów. Są również otwarci na zmiany i lubią znajdować nowe, kreatywne rozwiązania dla wyzwań.



Trzy aspekty otwartości na doświadczenie:

### Ciekawość: Ani Rzeczowy, ani Ciekawy.

50th - 69th percentile.

- Ma zainteresowania zarówno konkretne, jak i intelektualne
- Może czasami cieszyć się problemami teoretycznymi



### Zdolności estetyczne: Artystyczny

84th - 93th percentile.

- Docenia piękno w życiu i sztuce
- Ma bujną wyobraźnię



### Nastawienie na zmiany:

#### Ani Konserwatywny, ani Nastawiony na zmianę.

50th - 69th percentile.

- Lubi pewne urozmaicenia, ale lubi też przyzwyczajenia
- Lubi od czasu do czasu próbować nowych rzeczy

