

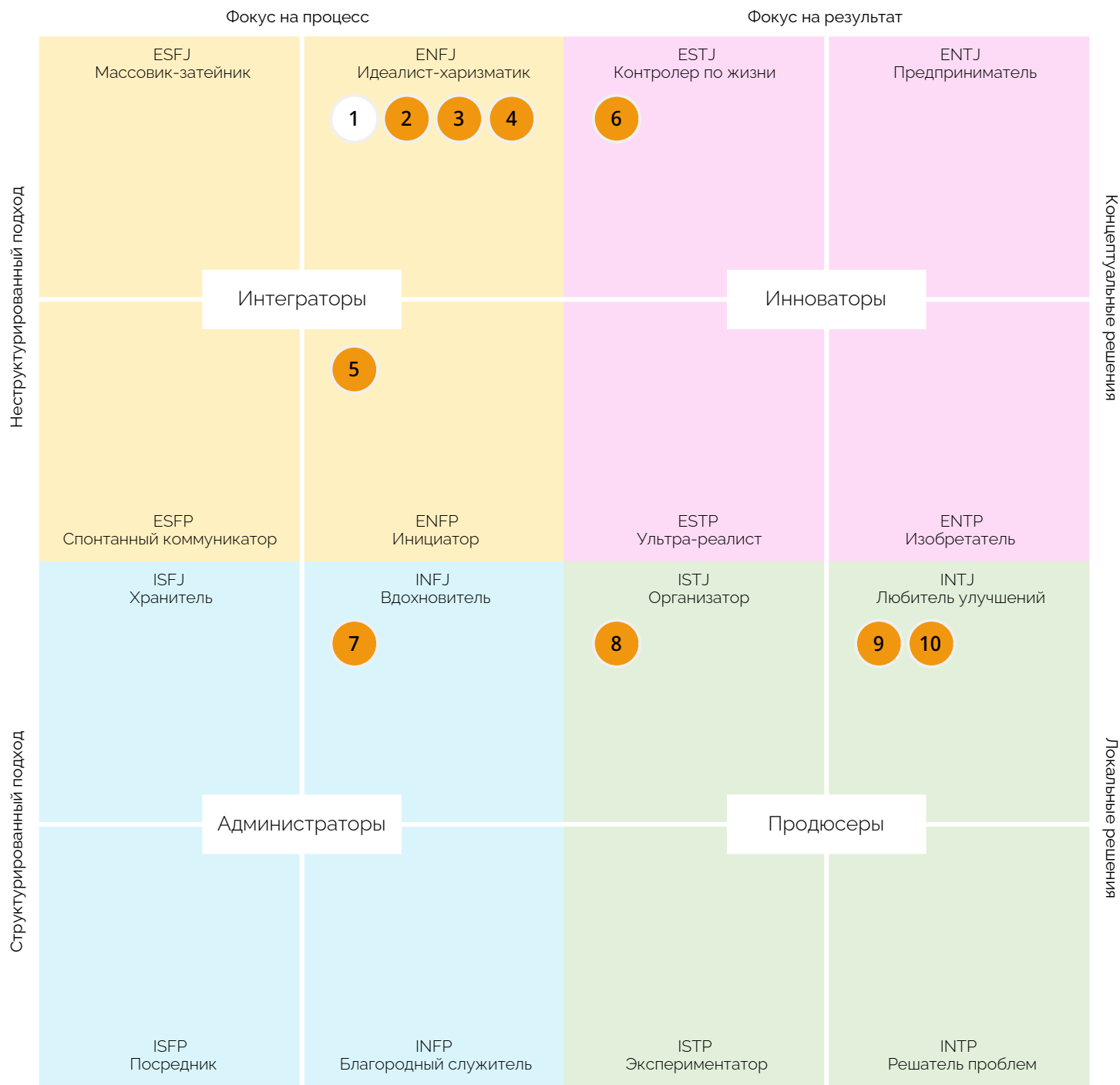


Командный отчет

Проект: Яндекс Логистика

Опросник Zetic 4S

Командный профиль: распределение ролей по модели PAEI И. Адизеса и Майерс-Бриггс (MBTI)



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Базовые черты личности: групповые результаты

Шкала С

Эмоциональная стабильность

Управление своим состоянием, обладание личной зрелостью и стабильностью



Шкала О

Тревожность

Склонность к беспокойству, тревоге, вине, повышенной требовательности к себе



Шкала Q4

Внутренний комфорт

Внутренняя расслабленность, нетерпеливость, мотивация



Шкала F

Импульсивность

Экспрессивность, яркость, энергичность, активное проявление себя в мире



Шкала N

Дипломатичность

Склонность к оказанию влияния, построению коммуникаций через эмпатию, утонченность



Шкала I

Восприятие

Эмпатия, восприятие мира через ощущения, сентиментальность



Шкала А

Открытость

Готовность к новым знакомствам, приветливость, теплота коммуникации, уживчивость



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Шкала М Восторженность

Богатое воображение, склонность к концептуализации, яркость проявления



Шкала Q2 Самостоятельность

Независимость взглядов и мнений, самостоятельность в решениях и действиях



Шкала G Ответственность

Воля и выдержка, решимость, обязательность, ответственность, следование социальным нормам



Шкала Q3 Самоконтроль

Дисциплина, точное следование социальным требованиям, забота о репутации



Шкала Q1 Критичность

Склонность к подробному изучению информации, исследованию новых областей, изучению возможностей для оптимизации работы



Шкала L Осторожность

Подозрительность, раздражительность, недоверие к информации



Шкала Н Смелость

Склонность к авантюризму, предприимчивость



Шкала Е Независимость

Желание лидировать, доминирование, неуступчивость



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Реакция на стресс: групповые результаты

Самообладание

Контроль собственных
реакций, чрезмерная
требовательность к себе



Контроль над ситуацией

Поиск и реализация решений
для преодоления проблемы



Позитивная самотивация

Приписывание себе
способности управлять
ситуацией



Снижение значения стрессовой ситуации

Снижение значения или
тяжести напряжения
(рационализация, юмор,
обесценивание)



Самоутверждение

Получение признания от
других, самоутверждение
в иной области



Отвлечение

Отвлечение от стрессовой
ситуаций



Бегство от стрессовой ситуации

Отказ от преодоления ситуации,
отрицание/игнорирование проблемы,
уклонение от ответственности,
нетерпение



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Антиципирующее избегание

Попытка предотвратить аналогичные стрессовые ситуации в будущем

**Замещение**

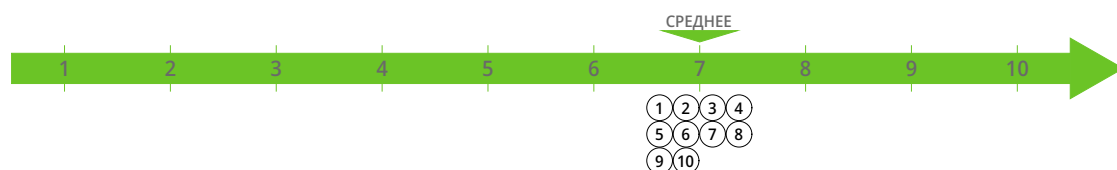
Обращение к позитивным аспектам; создание комфортной среды для себя и команды

**Поиск социальной поддержки**

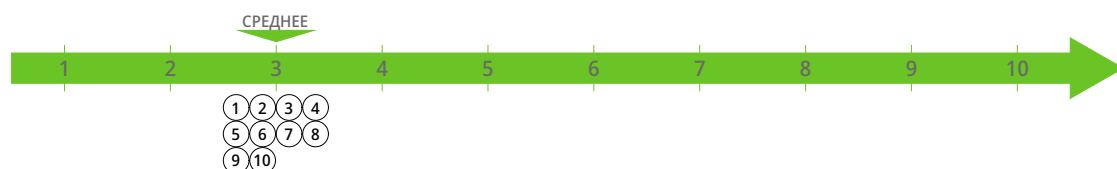
Стремление быть выслушанным, разделить с кем-либо переживания

**Жалость к себе**

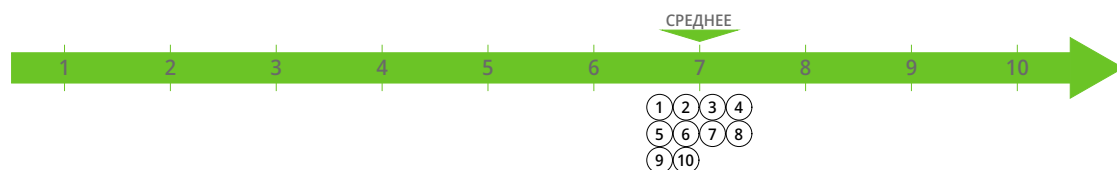
Пребывание в жалости к себе, зависти к другим; недооценивание собственных сил и возможностей

**Социальная замкнутость**

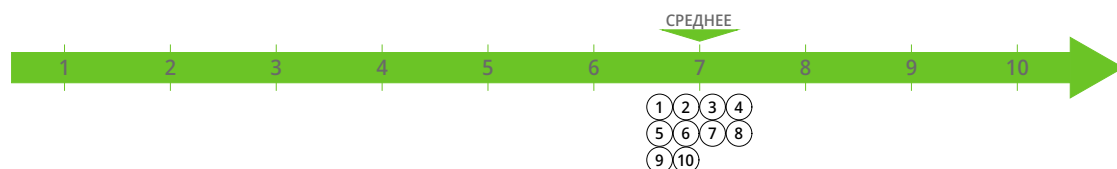
Избегание социальных контактов, самоизоляция от коммуникации/ информации

**Самообвинение**

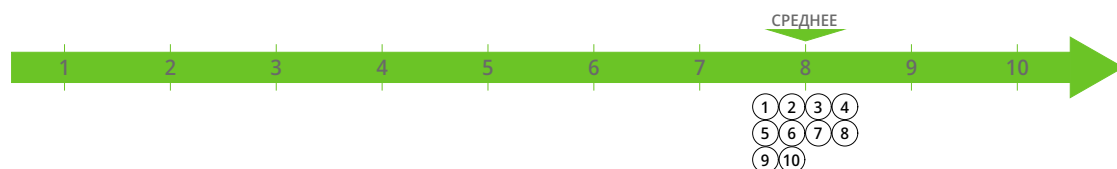
Обвинение себя в произошедшем, поиск причин в себе

**«Заезженная пластинка»**

Постоянное мысленное прокручивание аспектов стрессовой ситуации

**Самооправдание**

Отказ от ответственности, отказ от поиска решения



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Агрессия

Пребывание в состоянии
сопротивления, нарушения
личного эмоционального баланса
и устойчивости, ярость/агрессия



1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

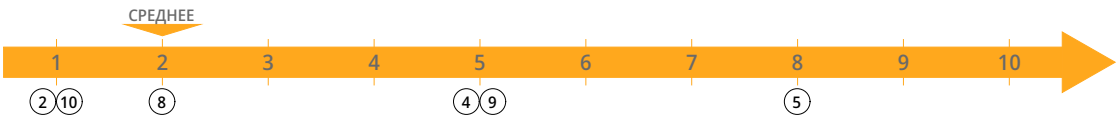
Интенсивность выгорания: групповые результаты

ФАЗА 1. НАПРЯЖЕНИЕ

Переживание
Ощущение дискомфорта в работе, раздражение при решении стандартных рабочих задач



Неудовлетворенность собой
Недовольство собой и ситуацией, потребность сменить условия работы, ощущение



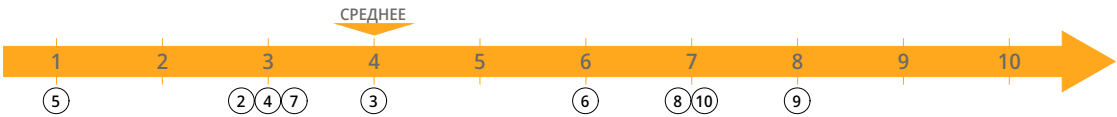
«Загнанность в клетку»
Ощущение невозможности изменить ситуацию, бессилие; отсутствие энергии, ощущение пустоты внутри



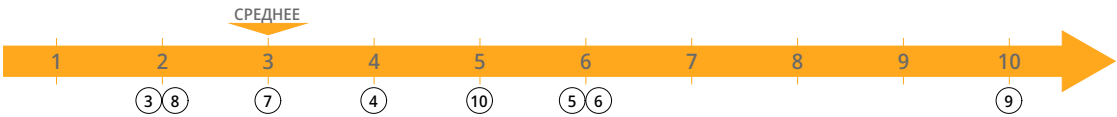
Тревога
Эмоциональное напряжение, ощущение тревоги и беспричинного беспокойства, желание «остановиться»



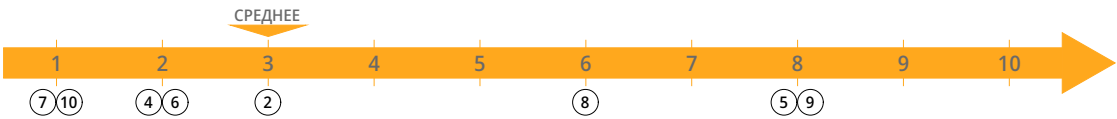
Избирательное реагирование
Зависимость коммуникации от настроения («хочу или не хочу»), эмоциональная черствость, равнодушие



Эмоциональная защита
Эмоциональная защита, неготовность принимать на себя дополнительные эмоции и справиться с ними



Экономия эмоций
Перенос защиты на другие сферы жизни (общение с близкими, семьей), потребность в изоляции от других людей



ФАЗА 2. СОПРОТИВЛЕНИЕ

1	Гоар Алексанян	6	Соколенко Ирина
2	Карина Анфилофьева	7	Марина Стороженко
3	Нуэво Тамарьяна	8	Древесина
4	Артем Смирнов	9	Надя Иоффе
5	Алексей Ухтомский	10	Володин Александр

Эмпатическая усталость

Попытки облегчить или
сократить обязанности,
требующие эмоциональных
затрат или эмоционального
вовлечения

