

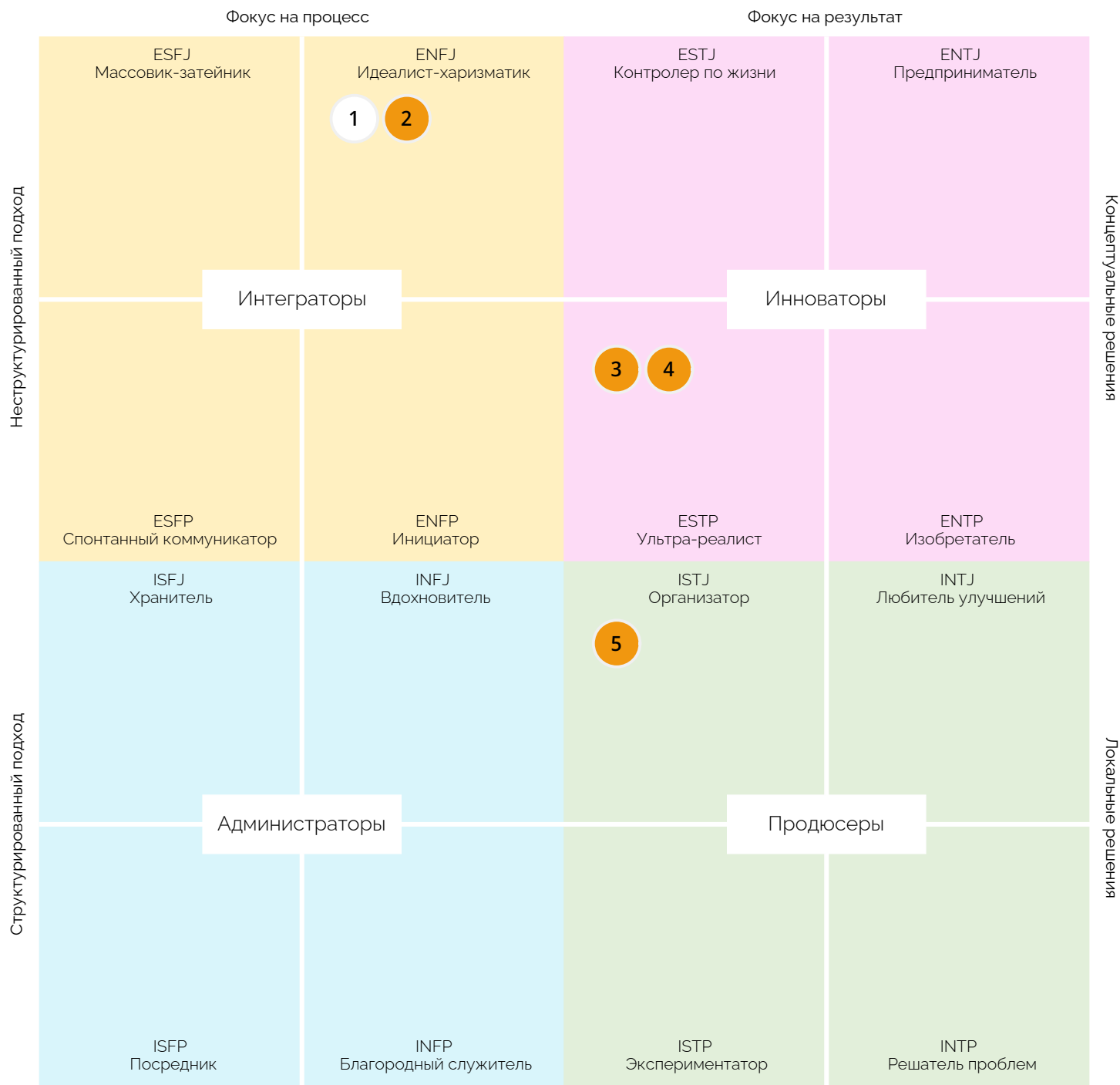


Командный отчет

Проект: Яндекс Логистика

Опросник Zetic 4S

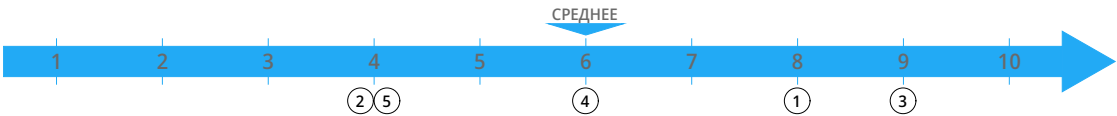
Командный профиль: распределение ролей по модели PAEI И. Адизеса и Майерс-Бриггс (MBTI)



1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

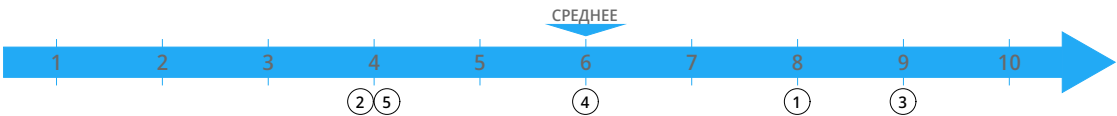
Шкала С
Эмоциональная
стабильность

Управление своим состоянием,
обладание личной зрелостью
и стабильностью



Шкала О
Тревожность

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



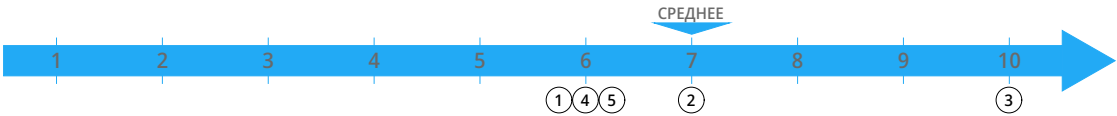
Шкала Q4
Внутренний комфорт

Внутренняя расслабленность,
нетерпеливость, мотивация



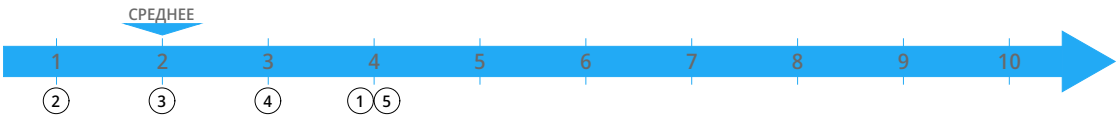
Шкала F
Импульсивность

Экспрессивность, яркость,
энергичность, активное
проявление себя в мире



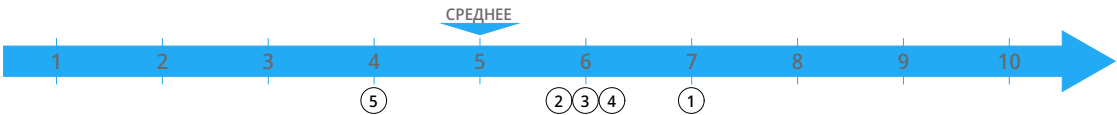
Шкала N
Дипломатичность

Склонность к оказанию влияния,
построению коммуникаций через
эмпатию, утонченность



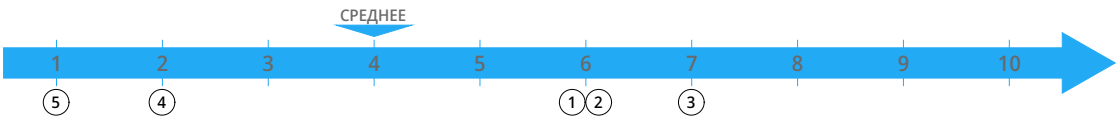
Шкала I
Восприятие

Эмпатия, восприятие мира через
ощущения, сентиментальность



Шкала А
Открытость

Готовность к новым знакомствам,
приветливость, теплота
коммуникации, уживчивость



1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Шкала М Восторженность

Богатое воображение, склонность к концептуализации, яркость проявления



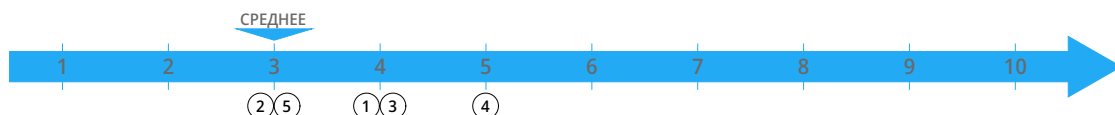
Шкала Q2 Самостоятельность

Независимость взглядов и мнений, самостоятельность в решениях и действиях



Шкала G Ответственность

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



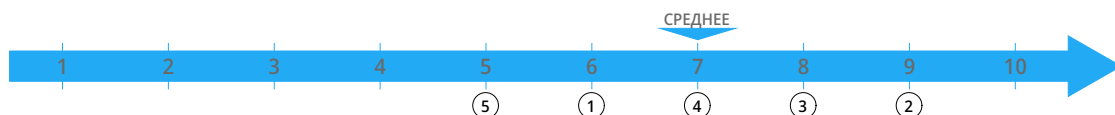
Шкала Q3 Самоконтроль

Дисциплина, точное следование социальным требованиям, забота о репутации



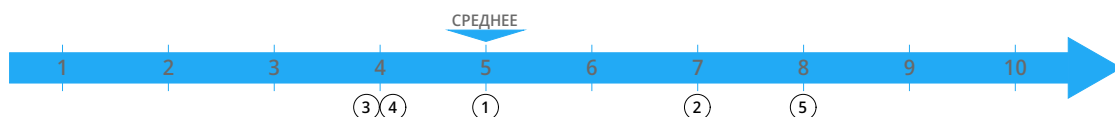
Шкала Q1 Критичность

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

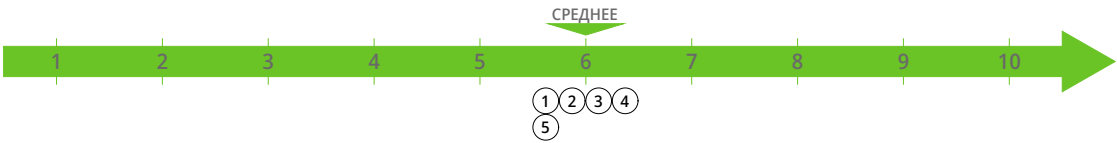


1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Реакция на стресс: групповые результаты

СТРАТЕГИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА

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	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Антиципирующее избегание

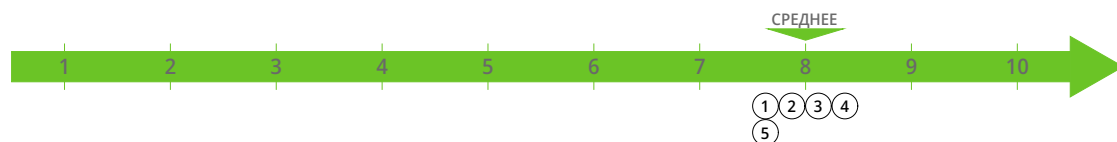
Попытка предотвратить аналогичные стрессовые ситуации в будущем

**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**

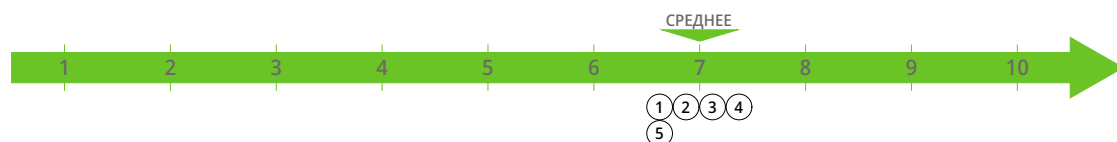
Избегание социальных контактов, самоизоляция от коммуникации/ информации

**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	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Агрессия

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



1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

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



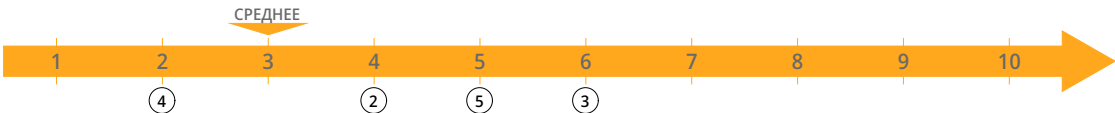
Тревога
Эмоциональное напряжение, ощущение тревоги и беспричинного беспокойства, желание «остановиться»



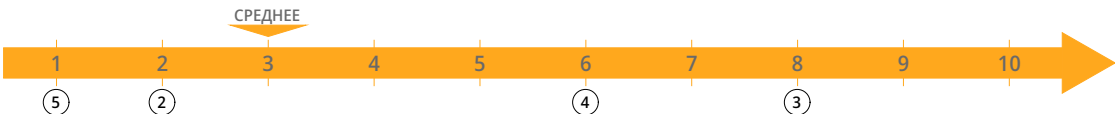
Избирательное реагирование
Зависимость коммуникации от настроения («хочу или не хочу»), эмоциональная черствость, равнодушие



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	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

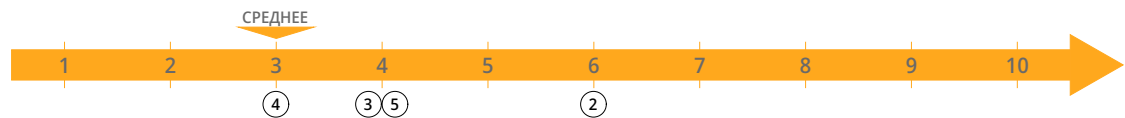
Эмпатическая усталость

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



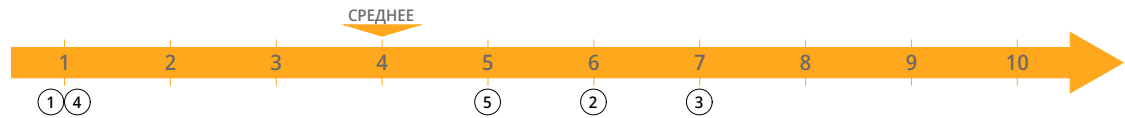
Эмоциональная опустошенность

Избегание эмоционального ответа на важные ситуации и коммуникации



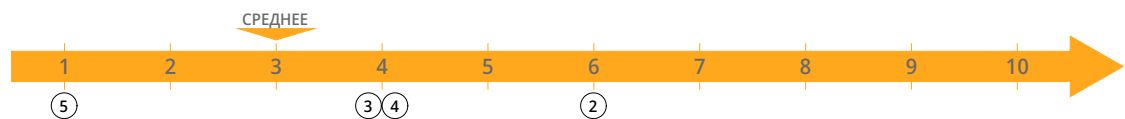
Эмоциональная отстраненность

Сокращение эмоционального отклика на рабочие ситуации, неготовность активно общаться с другими



Личностная отстраненность

Обесценивание рабочих задач, агрессия на стандартные рабочие ситуации ("ненавижу", "не выношу", "не хочу")



Психосоматика

Телесные неприятные состояния, плохое самочувствие, отсутствие сил/энергии

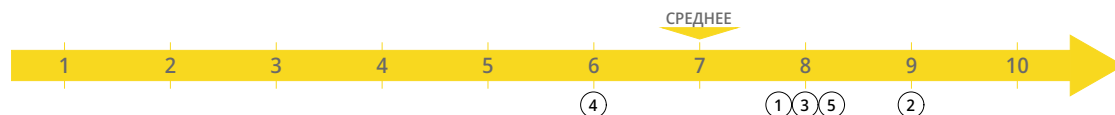


1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Жизненные ценности: групповые результаты

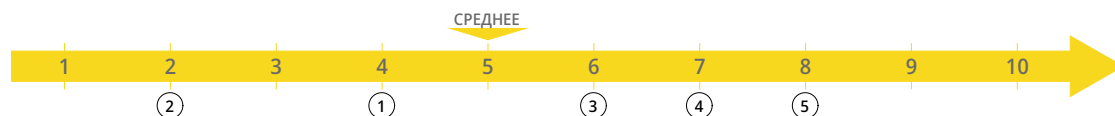
Причастность

Потребность в выстраивании социальных контактов и ощущении принадлежности к группе



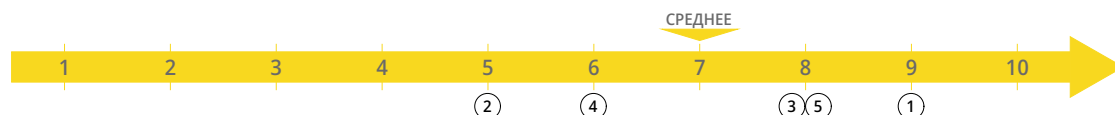
Традиционализм

Уважение и следование нормам, принятым в культуре / социальной группе



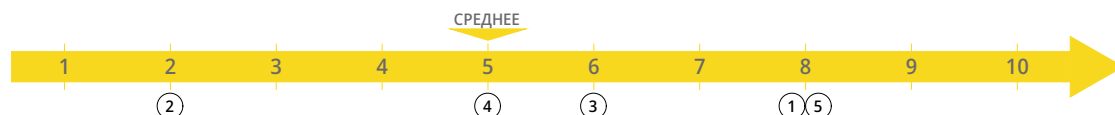
Жажда впечатлений

Потребность в разнообразии, новизне и глубоких переживаниях; желание погружаться в приключения, получать новый опыт



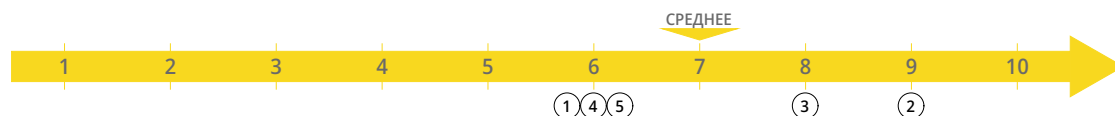
Эстетичность

Потребность в самовыражении, ощущение важности визуальности и гармоничности



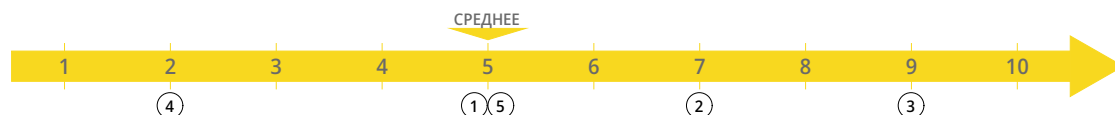
Гедонизм

Потребность в наслаждении или чувственном удовольствии, ощущении полноты жизни



Признание

Фокус на достижении социального статуса или престижа, контроля или доминирования над ресурсами и людьми



Достижения

Желание достичь личного успеха через соревновательность и преодоление «вызовов», стремление быть лучшим



1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	

Коммерческий подход

Принятие ответственности за бизнес-результаты, интерес к запуску продуктов



Безопасность

Стремление к предсказуемости, структуре и порядку; потребность ощущать стабильность



Интеллект

Наращивание экспертизы и интеллектуального потенциала, созданию сложных интеллектуальных решений



1	Гоар Алексанян	4	Древесина
2	Артем Смирнов	5	Володин Александр
3	Алексей Ухтомский	6	