

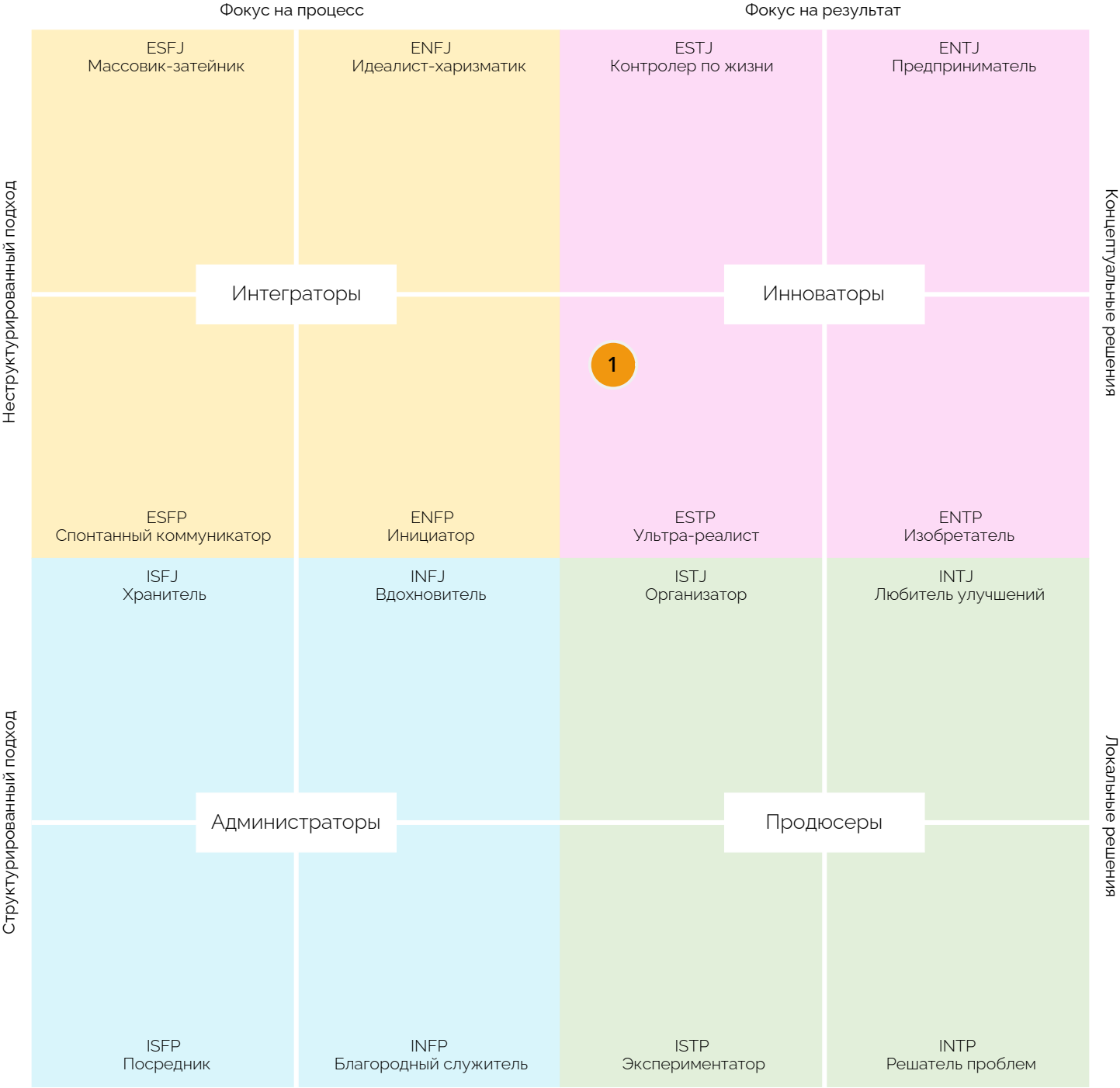


Командный отчет

Проект: Яндекс Маркет

Опросник Zetic 4S

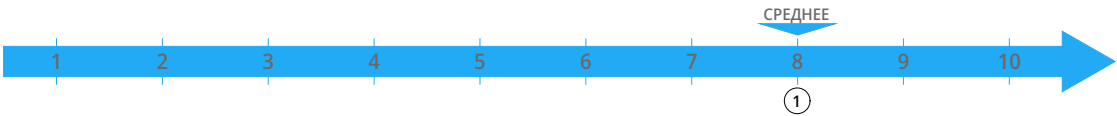
Командный профиль: распределение ролей по модели PAEI И. Адизеса и Майерс-Бриггс (MBTI)



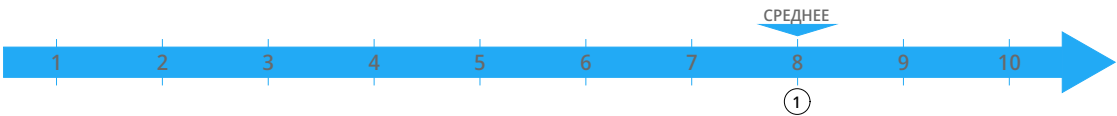
| | | | |
|---|------------------|--|--|
| 1 | Алексей Остриков | | |
|---|------------------|--|--|

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ

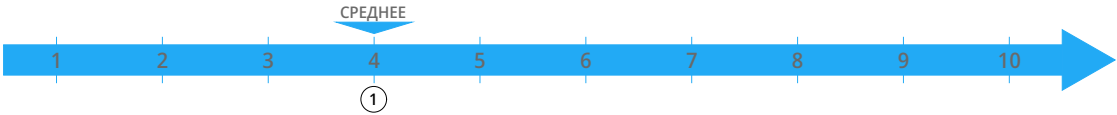
Шкала С
Эмоциональная
стабильность
Управление своим состоянием,
обладание личной зрелостью
и стабильностью



Шкала О
Тревожность
Склонность к беспокойству,
тревоге, вине, повышенной
требовательности к себе

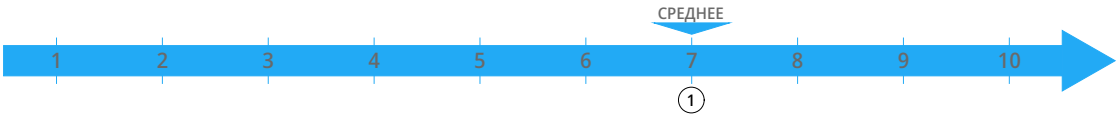


Шкала Q4
Внутренний комфорт
Внутренняя расслабленность,
нетерпеливость, мотивация

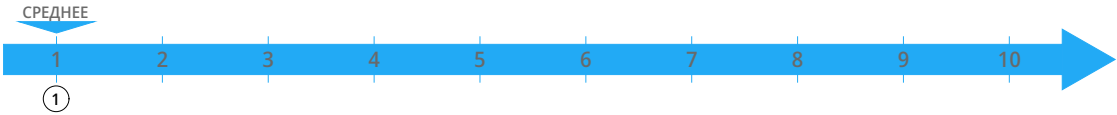


КОМАНДНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ

Шкала F
Импульсивность
Экспрессивность, яркость,
энергичность, активное
проявление себя в мире



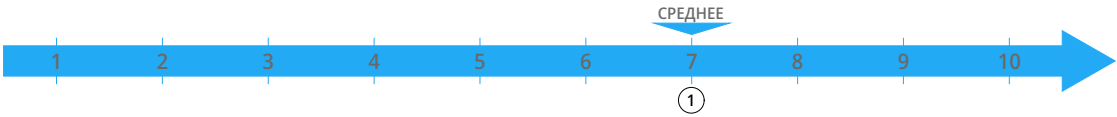
Шкала N
Дипломатичность
Склонность к оказанию влияния,
построению коммуникаций через
эмпатию, утонченность



Шкала I
Восприятие
Эмпатия, восприятие мира через
ощущения, сентиментальность



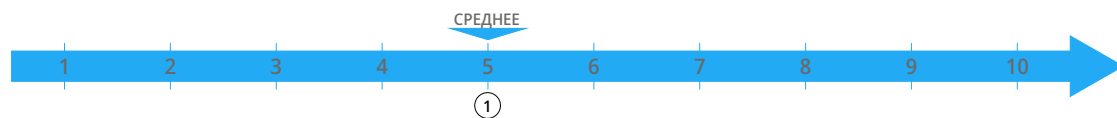
Шкала А
Открытость
Готовность к новым знакомствам,
приветливость, теплота
коммуникации, уживчивость



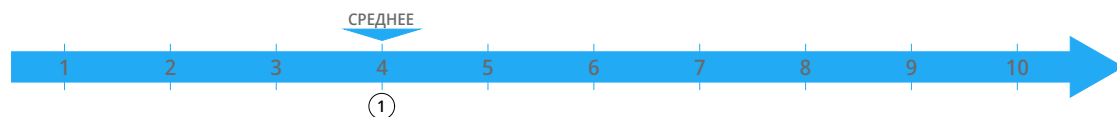
| | | | |
|---|------------------|--|--|
| 1 | Алексей Остриков | | |
|---|------------------|--|--|

Шкала М
Восторженность

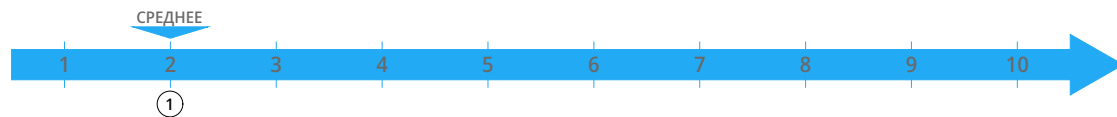
Богатое воображение,склонность
к концептуализации, яркость
проявления

**Шкала Q2**
Самостоятельность

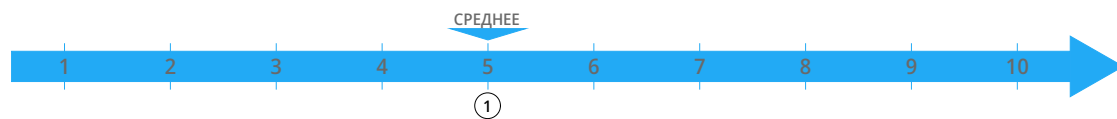
Независимость взглядов и мнений,
самостоятельность в решениях
и действиях

**Шкала G**
Ответственность

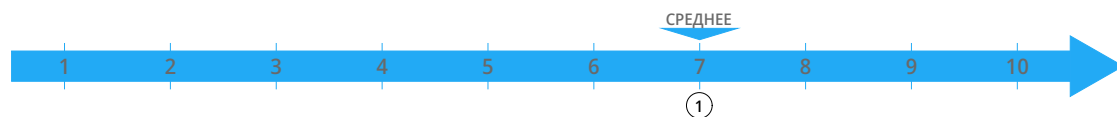
Воля и выдержка, решимость,
обязательность, ответственность,
следование социальным нормам

**Шкала Q3**
Самоконтроль

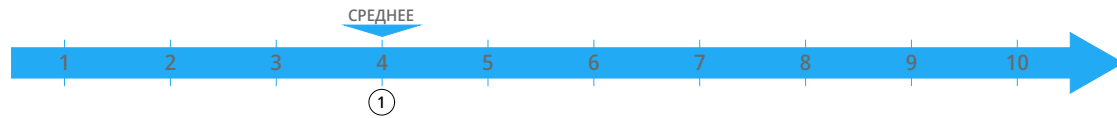
Дисциплина, точное следование
социальным требованиям,
забота о репутации

**Шкала Q1**
Критичность

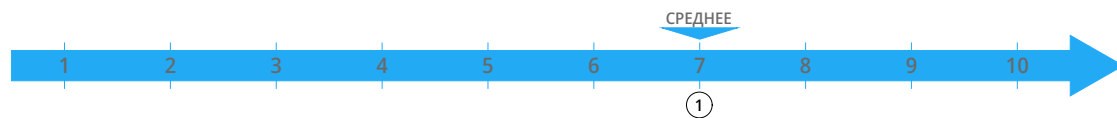
Склонность к подробному изучению
информации, исследованию новых
областей, изучению возможностей
для оптимизации работы

**Шкала L**
Осторожность

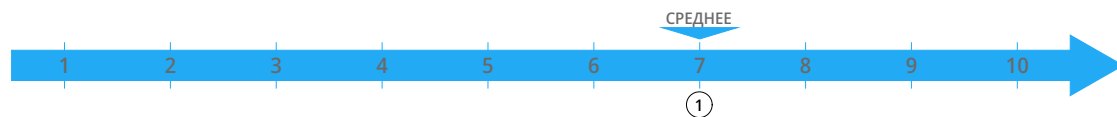
Подозрительность,
раздражительность,
недоверие к информации

**Шкала Н**
Смелость

Склонность к авантюризму,
предприимчивость

**Шкала Е**
Независимость

Желание лидировать,
доминирование, неуступчивость



| | | | |
|---|------------------|--|--|
| 1 | Алексей Остриков | | |
|---|------------------|--|--|

Реакция на стресс: групповые результаты

Самообладание

Контроль собственных
реакций, чрезмерная
требовательность к себе



Контроль над ситуацией

Поиск и реализация решений
для преодоления проблемы



Позитивная самомотивация

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 Алексей Остриков

Антиципирующее избегание

Попытка предотвратить аналогичные стрессовые ситуации в будущем

**Замещение**

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

**Поиск социальной поддержки**

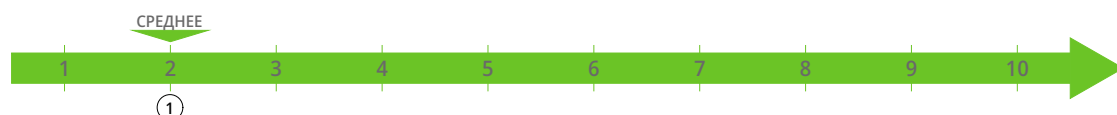
Стремление быть выслушанным, разделить с кем-либо переживания

**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 Алексей Остриков

Агрессия

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



| | | | |
|---|------------------|--|--|
| 1 | Алексей Остриков | | |
|---|------------------|--|--|

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 справляться с ними



Экономия эмоций

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



ФАЗА 2. СОПРОТИВЛЕНИЕ

1 Алексей Остриков

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 Алексей Остриков

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 Алексей Остриков

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 | Алексей Остриков | | |
|---|------------------|--|--|