



# 员工抗压力 和岗位胜任力报告

测评单位（测评师）：中科宜和（北京）

测评地点：北京市 / 北京市海淀区

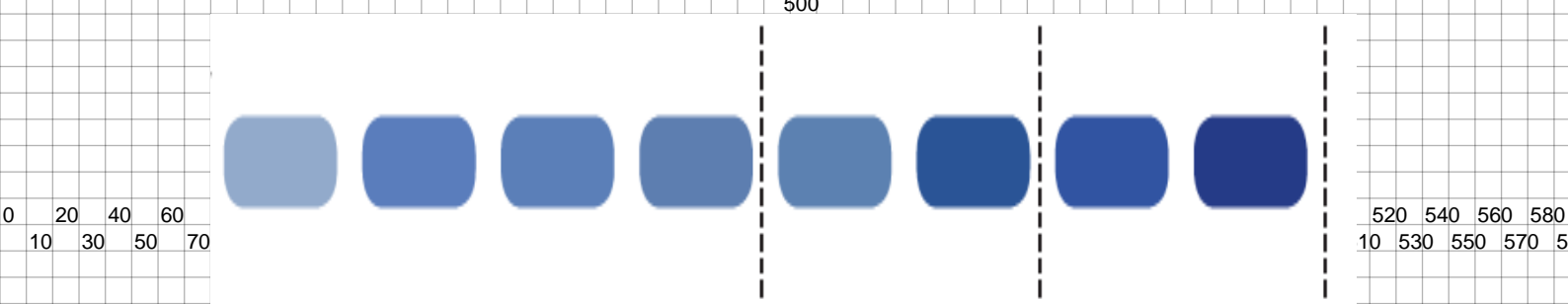
# 心理韧性测评报告

## GENERAL ABILITY REPORT

### 心理韧性 | Psychological Resilience

心理韧性（Resilience）是指个体在面对压力、逆境、创伤或重大生活挑战时能够良好适应、快速恢复并从中成长的能力。它反映了一个人在情绪、认知和行为层面的抗压能力与自我调节能力。高心理韧性者通常更乐观、适应力强、能有效应对不确定性。

### 测评结果详情 Results Details



### 心理韧性等级说明 Explanations

心理韧性（Resilience）是指个体在面对压力、逆境、创伤或重大生活挑战时能够良好适应、快速恢复并从中成长的能力。它反映了一个人在情绪、认知和行为层面的抗压能力与自我调节能力。高心理韧性者通常更乐观、适应力强、能有效应对不确定性。心理韧性不仅是一种心理状态，更是一种可以通过训练和实践不断增强的能力。

