

Behov for stabilitet

I hvilket omfang du reagerer **følelsesmæssigt** på modgang

> 45	Ukuelig: Du reagerer som regel roligt, velovervejet og sikker på dig selv, når noget går galt. Du er hurtigt ovenpå igen efter modgang i stressfyldte situationer eller efter kritik fra andre. Fokuserer på løsninger frem for problemer. Du har tillid til egne evner til at klare problemerne. Du er i almindelighed munter og afslappet.
45-55	Lydhør: Du reagerer som regel roligt og fornuftigt under normale arbejdsbetingelser. Du kan reagere følelsesmæssigt under pludseligt pres, i stressfyldte situationer eller ved kritik fra andre, eller et øjeblik være rådvild. Du kommer imidlertid hurtigt ovenpå igen og fokuserer igen på løsninger frem for problemer.
< 55	Reaktiv: Du reagerer som regel følelsesmæssigt på modgang og kan blive ved med at bekymre sig i lang tid. Du forbliver derefter fokuseret på problemer frem for løsninger. Du kan tage kritik fra andre personligt og reagere på den med irritation. Du kommer i forbindelse med modgang let i tvivl om egne evner og kan have brug for tid til at genvinde selvkontrollen.

N1 Følsomhed

Hvor meget du **bekymrer** dig om dig selv

> 45	Bekymrer sig sjældent. Har tiltro til egen evne til at tackle problemer, tager ikke kritik personligt, har sjældent en oplevelse af at være utilstrækkelig.
45-55	Bliver bekymret engang imellem.
< 55	Reaktiv: Bekymrer sig ofte, bange for at begå fejl, har brug for bekræftelse fra andre, tager kritik personligt.

N2 Intensitet

Hvor **let** du bliver **vred/irriteret**

> 45	Forbliver rolig. Bevarer som regel roen, bliver sjældent let fornærmet, bevarer fatningen når du angribes, eller når ting går galt.
45-55	Reagerer indimellem vredt i ugunstige situationer.
< 55	Reagerer hurtigt vredt Bliver vred, når du møder modstand eller bliver angrebet eller fornærmet.

N3 Fortolkning

I hvilket omfang vi lægger vægt på problemer frem for løsninger

> 45	Ser ofte løsninger. Ser løsninger frem for problemer, bevarer det gode humør, er fortrøstningsfuld.
45-55	Ser både løsninger og problemer.
< 55	Ser oftest problemer fremfor løsninger. Ser problemer frem for løsninger, tvivler på egne færdigheder, er pessimistisk mht. fremtiden.

N4 tid til at komme sig Hvor lang tid du har brug for til at komme dig	
> 45	Kort rekreationsperiode. Kommer sig hurtigt, mister sjældent modet ved tilbageslag, træffer hurtigt beslutninger, når ting går galt.
45-55	Gennemsnitlig rekreationsperiode.
< 55	Lang rekreationsperiode. Har brug for lang tid til at komme sig, begår fejl efter tilbageslag, ruger over det, når ting går galt.

N5 Tilbageholdenhed I hvilket omfang du føler dig utilpas i en gruppe	
> 45	Tager ofte teten. Kan lide at være i centrum, tøver ikke med at udtrykke sin mening, føler sig afslappet i mødet med nye mennesker.
45-55	Er moderat opmærksomhedssøgende.
< 55	Holder sig ofte i baggrunden. Foretrækker at holde sig i baggrunden, tøver med at påpege andres fejltagelser, tvivler på værdien af egne bidrag.

Udadvendthed

I hvilket omfang du **aktivt** holder kontakten med andre

> 45	Indadvendt. Foretrækker at arbejde alene. Er alvorlig, stille og reserveret. Vil hellere holde arbejdsrelationer forretningsmæssige end blive for personlig. Undgår i almindelighed lederroller. Giver plads til andre i gruppediskussioner og har svært ved at udtrykke din egen mening.
45-55	Både ud- og indadvendt. Arbejder som regel lige godt sammen med andre eller alene. Kombinerer en forretningsmæssig attitude med personlig opmærksomhed i arbejdsrelationer. Maser sig ikke frem, men tager kommandoen, når der er grund til at gøre det. Fremkommer ikke automatisk med egen mening, men forsvarer den om nødvendigt.
< 55	Udadvendt. Tager aktivt personlig kontakt med andre, både på og uden for arbejde. Er varm og entusiastisk i sin omgang med andre og beslutsom og energisk på arbejde. Påtager dig gerne at lede gruppen og fremkommer med din mening uden at lægge skjul på den.

E1 Varme

I hvilket omfang du omgås andre på en **venlig** og **personlig** måde

> 45	Hovedsageligt forretningsmæssig kontakt med kolleger. Har kun forretningsmæssig kontakt med kolleger, deler sjældent dine følelser eller personlige oplysninger med kolleger.
45-55	Indimellem opmærksomhed. Viser indimellem personlig interesse i andre.
< 55	Megen personlig opmærksomhed. Er personlig og varm, skaber en god atmosfære, interesserer sig aktivt for andre.

E2 Omgængelighed

Hvor **let** og hvor **ofte** vi søger andre menneskers **selskab**

> 45	Foretrækker at være alene. Kan lide at arbejde alene, er stille i selskab med andre, undgår samtaler i pauserne.
45-55	Opsøger af og til kolleger.
< 55	Foretrækker at være sammen med andre. Finder det let at kontakte andre og bygge netværk, vil ofte tage den første kontakt.

E3 Energiniveau

Det **energiniveau** og **arbejdstempo**, du udviser

> 45	Roligt tempo. Foretrækker et stille og roligt arbejdstempo.
45-55	Gennemsnitligt. Har et afbalanceret forhold til arbejdstempo.
< 55	Energisk tempo. Finder det svært at sidde stille, tager initiativ og er energisk, holder sig i gang.

E4 Styring

I hvilket omfang du tager **ledelsen**

> 45	Lader andre tage kommandoen. Lader andre udtrykke deres holdninger, afstår fra en ledende rolle, kan lide at andre tager styring.
45-55	Tager indimellem kommandoen. Tager ansvar for situationen når det kræves.
< 55	Tager kommandoen. Påtager sig gerne rollen som ordfører, siger sin mening i en gruppe, tager ordet ved møder.

E5 Ligeftremhed

I hvilket omfang du **udtrykker** dine meninger **direkte**

> 45	Holder dine meninger for dig selv. Er tilbageholdende med at udtrykke kritik.
45-55	Siger indimellem din mening. Siger din mening når du føler, det er nødvendigt.
< 55	Siger straks din mening. Siger med det samme hvad du mener, er åben med kritik, udtrykker dine holdninger åbent.

Åbenhed

I hvilket omfang du søger **nye** oplevelser og **nye** idéer

> 45	Konservativ. Foretrækker i almindelighed status quo frem for fornyelse og enkelhed frem for kompleksitet. Kommer sjældent med nye ideer eller arbejdsmetoder, men holder dig til det gennemprøvede. Henter som regel dine meninger hos troværdige kilder.
45-55	Mådeholden. Ønsker som regel at bevare det, der har vist sig at virke, men er åben over for nye tiltag, som kan medføre forbedringer. Kan lide at holde alt enkelt, men går ikke uden om komplicerede problemer, du kommer ud for. Fremkommer nu og da med dine egne nye ideer eller arbejdsmetoder, somme tider i modstrid med den fremherskende mening.
< 55	Spørgende. Fremkommer regelmæssigt med nye ideer, arbejdsmetoder og anvendelsesmuligheder. Du har en bred og varieret tilgang til viden. Foretrækker komplekse koncepter frem for simple, praktiske resultater. Kommer med selvstændige argumenter og meninger og accepterer sjældent ting uden at overveje dem.

O1 Fantasi

Antallet af **nye** idéer og **anvendelsesmuligheder** du finder på

> 45	Gør brug af eksisterende ideer. Finder sjældent på nye ideer eller tiltag, engagerer sig sjældent i diskussioner om fremtiden.
45-55	Får indimellem nye ideer.
< 55	Får hele tiden nye ideer. Finder løbende på nye ideer og tiltag, inspirerer andre til at komme med nye ideer.

O2 Komplexitet

I hvilket omfang du har en **kompleks** og **teoretisk** tilgang til tingene

> 45	Foretrækker enkelthed. Foretrækker praktiske opgaver frem for teori, undgår komplekse opgaver.
45-55	Balance mellem enkelt og komplekst.
< 55	Foretrækker kompleksitet. Søger komplekse problemerstillinger frem for enkle, gør brug af bred og omfattende viden - kan lide at forstå alle mellemregningerne.

O3 Forandring

Den grad af **forandring** du stræber efter

> 45	Opretholder det eksisterende. Ønsker at opretholde eksisterende arbejdsgange, bryder sig på ingen måde om forandring.
45-55	Accepterer nødvendige ændringer.
< 55	Søger fornyelse. Ser hele tiden efter nye måder at gøre tingene på, søger forandringer og er fleksibel, når forandringer indføres.

O4 Uafhængighed

I hvilket omfang du udviser **selvstændighed** i dine **meninger** og argumenter

> 45	Tilslutter sig den almindelige mening. Er enig i eksisterende meninger og argumenter, antager at flertallet har ret.
45-55	Fremkommer indimellem med selvstændige meninger.
< 55	Fremkommer med selvstændige meninger. Danner hele tiden dine egne meninger og argumenter, finder på originale koncepter.

Imødekommenhed

I hvilket omfang du sætter **andres** interesser **før** egne

> 45	Udfordrende. Du forsvarer direkte egne behov og interesser. Du ser som regel andre som konkurrenter og bliver let involveret i konflikter. Du <i>kan</i> fortsætte med konflikten på bekostning af et kompromis. Du stræber i almindelighed efter påskønnelse fra andre, men er utilbøjelig til at give andre den anerkendelse, de fortjener.
45-55	Forhandlende. Du afvejer omhyggeligt egne interesser og behov mod andres. Forsøger på ingen måde at undgå diskussioner og konflikter. Du stræber efter et kompromis, der giver tilstrækkelige fordele for begge sider. Du ønsker påskønnelse, når dine resultater berettiger til det. Du giver andre den anerkendelse, de fortjener, så længe det ikke er i strid med dine interesser.
< 55	I stand til at tilpasse sig. Du er omhyggelig med at tage hensyn til andres interesser, ofte på bekostning af dine egne. Du giver som regel hellere efter end vikler dig ind i diskussioner eller konflikter. Du underspiller vigtigheden af egne færdigheder. Du stoler på andres ord, så længe der intet bevis er for det modsatte. Du er omhyggelig med at tage hensyn til andres reaktioner.

A1 Tjenstvillighed

I hvilket omfang du **interessere** dig for andre menneskers **behov** og **interesser**

> 45	Prioriterer egne interesser højest. Er mest interesseret i dine behov og interesser, men hjælper andre når det passer ind.
45-55	Balance mellem egne og andres interesser.
< 55	Andres interesser før egne. Er interesseret i andres behov og interesser, agerer på en indlevende, opmærksom og hjælpsom måde.

A2 Konsensus

I hvilket omfang du prøver at **undgå** meningsforskelle

> 45	Bliver involveret i konfrontationer. Kan lide diskussioner, meningsforskelle og konflikter, nyder konkurrence.
45-55	Bliver indimellem involveret i konfrontationer. Søger løsninger ved uenighed.
< 55	Undgår konfrontationer. Forsøger at undgå konflikter/konfrontationer og meningsforskelle, finder det svært at blive vred på andre.

A3: Anerkendelse

I hvilket omfang du **stræber** efter **personlig** anerkendelse

> 45	Ønsker påskønnelse. Ønsker andres anerkendelse, understreger betydningen af dine resultater og tager æren, når det er fortjent.
45-55	Accepterer påskønnelse og anerkendelse. Anerkendelsen og rosen skal være uddybet og begrundet for, at du mærker glæde ved rosen.
< 55	Føler sig forlegen ved påskønnelse og ros. Føler dig utilpas med ros, nedtoner dine resultater. Du har meget svært ved at føle glæde ved ros.

A4: Tillid til andre

Hvor **let** har du ved at **stole** på andre

> 45	Reserveret overfor andre. Er reserveret i din tillid til andre, er på vagt, bruger tid på at opbygge tillid. Især til fremmede.
45-55	Har indimellem tillid til andre.
< 55	Føler let tillid til andre. Du har let ved at stole på andre og tror, at andre har gode hensigter.

A5: Takt/høflighed

Hvor **omhyggeligt** du vælger dine **ord**

> 45	Udtrykker dig uden at overveje det nøje. Siger ting uden at overveje konsekvenserne, tager sjældent højde for andres reaktion på det sagte.
45-55	Udtrykker dig almindeligvis velovervejet.
< 55	Udtrykker dig velovervejet. Vælger dine ord med omhu, afventer det rette tidspunkt til at give kritik, omgås folk med omhu.

Samvittighedsfuldhed

I hvilket omfang du er **velorganiseret** og **målbevidst**

> 45	Fleksibel. Du flytter let opmærksomheden fra den ene opgave til den anden. Accepterer resultater, der mindre end fuldstændig perfekte, når bare de er acceptable. Du arbejder nærmere ad hoc end fremadskuende og struktureret, og bekymrer dig i almindelighed meget lidt om detaljerne.
45-55	Afbalanceret. Du sætter realistiske og opnåelige mål for dig selv. Opretholder en balance mellem indsats og afslapning. Du planlægger og strukturerer på et tilstrækkeligt niveau og med luft til opgaver, der dukker op undervejs. Du præsterer et godt stykke arbejde og er opmærksom på, hvad der kan gøres bedre, men stræber på ingen måde efter det fuldstændig perfekte. Du koncentrerer dig som regel uden problemer, men kan afledes.
< 55	Fokuseret. Du sætter dig ambitiøse og udfordrende mål, som er svære at nå, og er besat af at ville være bedst. Du planlægger og strukturerer fremsynet og tager hensyn til detaljer. Du holder dig til planerne og følger nøje deres udførelse. Du arbejder koncentreret med dine opgaver og lader dig sjældent aflede.

C1 Perfektionisme

I hvilket omfang du stræber efter perfekte resultater

> 45	Accepterer mangelfulde resultater. Er tilfreds med et minimalt tilfredsstillende resultat, glemmer ofte at rette fejl og er tilfreds med mindre end det bedste.
45-55	Stræber efter tilstrækkelige, men sjældent perfekte resultater.
< 55	Stræber efter perfekte resultater. Du stræber hele tiden efter perfekte resultater, producerer arbejde af høj kvalitet, sætter en høj standard.

C2 Organisering

I hvilket omfang du arbejder på en **organiseret** og **struktureret** måde

> 45	Meget lidt organiseret. Du arbejder med en lav grad af struktur og organisering, giver andre mangelfulde instruktioner og følger sjældent op på, om arbejdet bliver gjort.
45-55	Noget organiseret. Vil for det meste være velorganiseret og struktureret.
< 55	Meget organiseret. Du arbejder meget struktureret og velorganiseret, overholder dine aftaler, afslutter opgaver og er "ordensmenneske".

C3 Drive

I hvilket omfang du **stræber** efter at **opnå** stadig mere

> 45	Tilfreds med nuværende præstationsniveau. Du er tilfreds med nuværende præstationsniveau og undgår nye ansvarsområder.
45-55	Vil gerne udvikle dig.
< 55	Stræber efter et højt præstationsniveau. Du stræber efter det højest mulige præstationsniveau, bestræber dig på at udnytte dine muligheder fuldt ud.

C4 Koncentration

I hvilket omfang du kan blive **ved** med at **koncentrere** dig om en **opgave**

> 45	Du flytter let opmærksomheden fra en opgave til en anden, distraheres let, afviger fra planer.
45-55	Lader indimellem din opmærksomhed glide over på noget andet.
< 55	Forbliver fokuseret på én opgave. Du holder opmærksomheden på én opgave, tillader ingen distraktioner.

C5 Metodiskhed

I hvilket omfang du lægger **fremsynede** og **detaljerede** planer

> 45	Planlægger kun lidt. Påbegynder en opgave uden at planlægge, gennemtænker sjældent konsekvenser, glemmer væsentlige detaljer.
45-55	Planlægger i almindelighed.
< 55	Planlægger i detaljer. Planlægger opgaver på en fremsynet måde, tager højde for uforudsete omstændigheder, planlægger aktiviteter i den rette rækkefølge.