



# WORKPLACE

BIG FIVE PROFILE™

## Narrator Report

**Relatório pessoal de** Sample Person

Data 11/06/2019

Pierce J. Howard, PhD

Jane Mitchell Howard, MBA

©2019 Paradigm Personality Labs. All Rights Reserved



# Parte Um:

Baseado na pontuação dos 28 traços

## N: NECESSIDADE DE ESTABILIDADE

Quando crises, emergências, interrupções e outros potenciais estressores acontecem no trabalho, você se sente estressado - o coração bate mais rápido, seu estômago vira, você transpira mais do que o usual e tem dificuldade em pensar com clareza. Em tais situações, seu desempenho melhora quando é capaz de realizar uma atividade rotineira, daquelas que você realiza de forma automática. Uma vez que o estressor tenha passado, você vai precisar de algum tempo para se acalmar e restaurar o seu estado natural de alerta mental. Esse nível de reatividade leva você a servir como a consciência da organização - um barômetro para o comportamento organizacional impróprio.

## N1: PREOCUPAÇÃO

Seus colegas provavelmente te conhecem como alguém que espera calmamente por alguns resultados, e se preocupa com outros. O que define se você irá se preocupar, ou permanecer tranquilo e confiante, é a incerteza envolvida na questão. Esperar pela definição de uma proposta de negócios, por exemplo, pode causar maior ou menor preocupação do que a expectativa de chegada de um novo chefe.

## N2: INTENSIDADE

Em dias típicos de trabalho, você demonstra ter "pavio curto" o que resulta em freqüentes explosões ou acessos de raiva. Você é fácil de ser provocado, o que o leva a demonstrar raiva tanto ao se defender, como ao defender seus colegas e clientes. Essa reação intensa te fornece a postura necessária para servir os clientes satisfatoriamente.

## N3: INTERPRETAÇÃO

Adicionalmente, você é mais otimista do que a maioria dos trabalhadores. Você está sempre confiante de que terá um resultado favorável em diversas ocasiões, uma vez que você se sente tanto no controle como capaz de influenciar pessoalmente na decisão.

## N4: TEMPO DE RECUPERAÇÃO

Assim que um contratempo, ou uma crise, são superados, você consome tempo e esforços significativos para superá-los. Você vai precisar de exercícios, um escape ou alguma outra atividade para tirar o ocorrido de sua cabeça e voltar ao normal. Sua natureza extremamente sensível torna você mais vigilante em tentar eliminar - tanto para você como para os outros - as fontes de estresse dentro da organização.

## E: EXTROVERSÃO

Você tem uma preferência pela tranquilidade, e trabalho solitário maior do que dois terços dos trabalhadores. Isso não quer dizer que você não goste de estar com outras pessoas, contudo elas tendem a ser barulhentas e ter necessidades que te desgastam. Como resultado, você tende a ser cauteloso ao estabelecer novos relacionamentos, precisando primeiro conhecer bem as expectativas. Você irá se destacar em situações de trabalho caracterizadas pelo sossego, calma, e/ou solidão.

### E1: ENTUSIASMO

Seus colegas provavelmente te conhecem como uma pessoa sorridente e animada o tempo todo, e que geralmente expressa entusiasmo e animação com as tarefas que tem em mãos.

### E2: CORDIALIDADE

Como regra geral, você prefere trabalhar sozinho do que com, ou ao redor, dos outros. Usualmente, prefere ler e escrever à falar. É improvável que você seja a pessoa que dá início a conferências e reuniões, preferindo estilos de trabalho mais solitários.

### E3: MODO DE ATIVIDADE

A sua energia para o trabalho parece se manifestar em rompantes, de forma que você pode se dedicar totalmente (de forma rápida e com envolvimento físico) por um curto período de tempo, que é seguido por uma mudança de passo (mais devagar e com menor envolvimento físico).

### E4: TOMADA DE CONTROLE

Geralmente você prefere ser independente, ao invés de assumir papéis de liderança, onde é preciso assumir a responsabilidade por dirigir o trabalho de outros.

### E5: CONFIANÇA NOS DEMAIS

Quando seus colegas assumem compromissos, fazem promessas ou outros acordos, algumas vezes você tende a ser cético, assumindo que eles podem não estar sendo sinceros, ou prometendo algo que não conseguem cumprir, portanto pode ser necessário um acompanhamento para garantir a realização do mesmo.

### E6: TATO

Você frequentemente fala diretamente, costumando preferir a objetividade e a linguagem direta à rodeios ou a formas de suavizar a situação. No melhor dos casos, você é visto como honesto, direto e sincero; no pior dos casos você é visto como brusco e severo.

## O: ORIGINALIDADE

Você tem uma perspectiva prática das coisas, acompanhada por uma impaciência em relação a teoria, as incertezas e os sonhos. Você tende a se sentir mais confortável com atividades concretas e repetitivas, raramente se envolvendo em atos arriscados ou criativos. Sua natureza moderadamente tradicional e conservadora se sente bem com o estado atual das coisas, valorizando mais a eficiência e a produção do que a inovação e a mudança.

### O1: IMAGINAÇÃO

Na maior parte do tempo, quando você lida com suas tarefas diárias sua mente está focada no aqui-e-agora, com excursões ocasionais ao imaginário. Muitos dos seus colegas te conhecem como um "fazedor", um implementador, e não como alguém que fica por aí inventando coisas.

### O2: COMPLEXIDADE

Seus interesse está centrado em uma ou duas áreas e você prefere adquirir profundo conhecimento nessas poucas áreas, a explorar a grande variedade das outras. Você consegue lidar com teorias tranquilamente, mas prefere aquelas que tenham relação prática com sua(s) especialidade (s), sendo impaciente com as demais teorias - não relacionadas com sua área ou pouco aplicáveis.

### O3: MUDANÇA

Sua forma natural de trabalho é cumprir o planejado, fazer as coisas das formas que funcionaram no passado. Você sente pouca, se alguma, necessidade de repensar, fazer reengenharia ou inovar, a menos que as formas tradicionais deixem de funcionar. Essencialmente, você é uma criatura que mantém seus hábitos em quase todas as coisas.

### O4: ABRANGÊNCIA

Definitivamente, você tem uma forte preferência natural por trabalhar no nível teórico e com uma visão geral, acreditando que trabalhar com detalhes é chato e cansativo. Contudo, algumas vezes você vai precisar engolir o seu orgulho e lidar com os detalhes a fim de obter os resultados que precisa. Lembre-se, nem todo mundo sabe como revisar (e, nessas circunstâncias, rever os erros) o seu material.

## A: ACOMODAÇÃO

Seus colegas provavelmente te descrevem como um "adaptador". Você costuma apreciar se submeter aos interesses e necessidades do grupo do qual você faz parte. Normalmente, abre mão de suas próprias prioridades em favor das prioridades do seu grupo imediato, mas existem situações em que suas necessidades pessoais vencem.

### A1: NECESSIDADES DOS OUTROS

Você geralmente pensa que as prioridades, agendas, e pontos de vista de seu grupo imediato são, provavelmente, as corretas. Você costuma levar as necessidades dos outros mais a sério do que as suas próprias. Sendo assim, você tende a ser uma pessoa atenciosa e generosa.

### A2: ACORDO

Sua necessidade de ter relacionamentos harmoniosos supera sua necessidade de vencer, sendo assim, você costuma desistir de competições ou conflitos se pensa que esses irão resultar em desarmonia ou num clima pesado dentro grupo.

### A3: HUMILDADE

Quando são atribuídos créditos e elogios, você geralmente se sentirá desconfortável. Em algumas situações você se sentir bem recebendo os créditos, mas normalmente sua humildade o levará a apontar outros colegas que merecem igual ou maior crédito do que você.

### A4: COMEDIMENTO

Quanto te concedem a oportunidade de expressar suas opiniões verdadeiras, você provavelmente as expressa de forma moderada. Como consequência, se seus sentimentos são intensos, eles podem não serão revelados em toda a sua intensidade. Algumas vezes, seus colegas não estarão cientes do quão importante algumas questões são para você.

## C: CONSOLIDAÇÃO

Sua abordagem geral de trabalho pode ser caracterizada por uma forte preferência por espontaneidade, facilidade de mudar de prioridades e tarefas, e resistência a seguir planos, cronogramas ou metodologias. Seus colegas provavelmente te conhecem como um processador paralelo, ou multi-tarefa, e uma espécie de procrastinador. Esse padrão de comportamento deve te preocupar caso você deseje obter sucesso da maneira tradicional. Nesse caso, você deve considerar trabalhar num ambiente que te dê arbítrio e/ ou autonomia extremamente limitados na forma como você realiza seu trabalho, esse ambiente é encontrado na maioria das organizações militares ou quase-militares.

### C1: PERFECCIONISMO

Você se sente confortável com um resultado imperfeito. Você adota o padrão "bom o bastante", e/ou a abordagem "espere até quebrar para consertar".

### C2: ORGANIZAÇÃO

Provavelmente, seus colegas te conhecem como alguém que não prioriza a limpeza e a organização, não que você não possa demonstrar essas habilidades em ocasiões especiais. Manter tudo organizado não é algo natural para você, e você precisa fazer um esforço extra para manter organizadas aquelas partes de sua vida que você crê ser indispensáveis estarem sempre dessa forma.

### C3: AMBIÇÃO

Sua tendência natural é viver sua vida em torno de seus papéis, e não de seus objetivos. Isso significa que, enquanto você aprecia ser realmente bom naquilo que faz, não é tão importante para você ser reconhecido como o "número um" em sua área.

### C4: CONCENTRAÇÃO

Com respeito a como você foca na tarefa atual, realmente depende da natureza e da prioridade da tarefa. Você parece demonstrar equilíbrio entre concentração e distração - focando sem interrupção por alguns períodos de tempo, mas sendo multi-tarefa em outros.

### C5: PLANEJAMENTO

Finalmente, você parece ser mais espontâneo que a muitos trabalhadores, preferindo permanecer livre para seguir a necessidade, interesse, prioridade do momento, ao invés de se organizar e permanecer fiel a um método ou plano.

# Parte Dois:

**"Esta sessão está dividida nos temas: carreira, inteligência emocional, independência, liderança, características pessoais, relacionamentos, segurança e saúde, valores e hábitos de trabalho.**

**A maioria destes comentários interpretativos são baseados na misturas dos traços (ou seja, dois ou mais traços que interagem para produzir o comportamento). No entanto, alguns são baseados em traços únicos, mas são colocados nesta seção (e não na primeira parte, com as outras interpretações de traço único), pois se referem a um tema específico apresentado aqui."**

## Carreira

"Seu melhor desempenho tende a acontecer em situações em que você tem pouca autonomia no trabalho, ou seja, quando tem escolha limitada de como fazer o trabalho. Quanto tem uma autonomia maior seu desempenho tende a diminuir. A menos que você tenha se familiarizado cedo com computadores e tecnologias semelhantes, você possivelmente será avesso à tecnologia, relutante em assumir novas responsabilidades em áreas técnicas/computador."

## Inteligência Emocional

"Tipicamente, a forma mais efetiva para você lidar com situações estressantes consiste em encontrar formas de relaxar e espairecer. Sua vida emocional tende a ser dominada pelas chamadas "emoções negativas"- ansiedade, raiva, tristeza, culpa, entre outros. Olhando do lado negativo, isso consiste numa fonte de angústia para você, especialmente em ambientes conflituosos ou estressantes. Olhando o lado positivo, você tem uma habilidade especial em detectar de forma mais realista a angústia emocional das pessoas que o cercam, e de avaliar de forma mais precisa seu desempenho e vida emocional. Enquanto alguns apenas passam por dissabores, ou os ignoram, você se concentra neles e é mais preciso em suas percepções sociais. Apesar de pagar um preço pelo seu realismo por meio da experimentação de um desconforto maior do que os demais, você também tem o importante papel de ser a "consciência da organização". O estado de humor ideal para você não é os elevados níveis de alegria, exuberância, entre outros celebrados pela televisão e os filmes, mas sim estados mais controlados caracterizados pelo silêncio, calma, tranquilidade, quietude e euforia pacífica. Esse estado de espírito é encontrado tipicamente na solidão, mas também pode ser experimentado com uma companhia especial que tenha o mesmo temperamento. É mais provável que você seja mais eficaz em "ler" as expressões faciais, gestos e movimentos (ou seja, a linguagem corporal) dos outros. Você frequentemente demonstra "controle externo", isso significa que você atribui muitos dos resultados que obtém à sorte ou à intervenção de alguém, ao invés de atribuí-lo ao seu esforço e/ou habilidade."

## Independência

"Geralmente você prefere ser independente, sozinho e não seguir a maioria, no trabalho. Sua atitude em relação a diversos aspectos do trabalho costumam ser similares à daqueles que o cercam. Sua visão tende a coincidir com a visão do "grupo" ao invés de ser independente e fora dos padrões."

## Liderança

## Características de Liderança em Necessidade de Estabilidade

"Em situações de crise você costuma sentir a pressão e demonstrá-la. Seu nível de reatividade mostrará aos subordinados que você é humano. A tendência de se preocupar, saber que está sendo observado e/ou mudança de atitude tendem a diminuir a confiança que os subordinados tem em você. Aprenda a arte da meditação, controle da respiração e exercícios aeróbicos e isométricos. Lide agressivamente com fontes de estresse."

## Características de Liderança em Extroverção

"Sendo um indivíduo moderadamente introvertido, você pode se sobressair numa posição de liderança intensa em burocracia. Você verá que sua liderança é melhor aceita em culturas organizacionais altamente introvertidas, tais como contabilidade, TI e engenharia. Contudo, você precisa estar alerta para uma tendência natural de falta de comunicação, devido ao fato de evitar reuniões, conferências, gerência mais próxima e, de maneira geral, por evitar os holofotes. Delegue a facilitação de reuniões para um membro da equipe que seja mais EXTRAVERTIDO; aumente o uso da comunicação escrita, especialmente para questões informais (reconhecimento, críticas construtivas e lembretes)."

## Características de Liderança em Originalidade

"Liderança costuma exigir visão, estratégia e uma predisposição à mudança. Provavelmente, você está mais preocupado com as táticas e em preservar o status quo. Você prefere focar nos detalhes (especialmente quando for E- e C+). Você costuma ser excelente como gerente de projeto focado em um orçamento, tempo de execução e em finalizar o trabalho. Enquanto gerente, você tende a se sobressair numa situação de manutenção/status quo, onde se requer poucas mudanças. Você prefere se concentrar no "aqui e agora" do que numa visão geral e tendências futuras, minimizando as necessidades de mudanças. Você se beneficiará do convite a um colega, vendedor ou cliente que seja O+ para que este desafie suas suposições sobre o curto e longo prazo."

## Características de Liderança em Acomodação

"Com respeito ao papel de liderança, você pode se sobressair num ambiente amigável, confiável e estimulante que enfatiza o trabalho em equipe e a cooperação. Contudo, alguém precisa estar vigilante uma vez que você está sujeito a ser usado, enganado e manobrado por colegas, vendedores ou consumidores que são mais competitivos e manipuladores; não gosta de lutar e evita conflito. Identifique um colega ou consultor que possa ajudá-lo nas negociações ou outras situações nas quais você sabe que precisa enfrentar pessoas que jogam duro."

## Características de Liderança em Consolidação

"Enquanto líder, você é extremamente flexível, espontâneo e gosta de usar "diferentes chapéus"; pode ser útil numa posição de gerência de staff que precisa responder uma variedade de necessidades em constante mudança da gerência de linha ( que correspondem à atividade fim da empresa). Faltam em você disciplina, organização e ambição; pode trabalhar duro e bastante, mas se distrai facilmente dos objetivos de curto e longo prazo. Pode se sobressair quando o trabalho é fortemente estruturado com poucas oportunidades de arbítrio e autonomia; caso contrário precisa de um colega para supervisionar você no cumprimento dos prazos, atenção aos detalhes, evitar distrações e ficar dentro do orçamento."



## Outros Temas de Liderança

"Tende a postergar a tomada de decisão, especialmente a fim de garantir que todos os afetados por ela serão afetados positivamente, e ainda para evitar tomar uma decisão que irá ter impacto negativo sobre pessoas com as quais se importa. Tipicamente, seu instinto natural aparenta ser mais de um seguidor do que de um líder. Como regra geral, você se sente confortável, e até tende a preferir, depender dos outros para tomar a iniciativa, criar a estrutura, tomar a decisão, e assim por diante."

## Relacionamentos

"Ter um relacionamento próximo e de intimidade com os outros é importante para você. Em muitas situações você tende a experimentar diversos níveis de ansiedade sobre se você tem a habilidade, recursos, experiência, entre outros, a fim de ser bem sucedido. O encorajamento e o apoio dos outros pode ser particularmente útil em situações onde você experimenta maior preocupação sobre suas chances de sucesso."

## Hábitos de Trabalho

"Você tende a ter receio de cometer erros, e, dependendo dos seus resultados em C, tem um provável tendência para o perfeccionismo. Você tem uma natureza impulsiva que é caracterizada pela espontaneidade, multi-tarefa, reatividade à tomada de decisão e distrair-se facilmente da tarefa que você tem em mãos. Na maioria das situações você prefere que seu trabalho seja estruturado - bem organizado e estabelecido de tal forma que você não tenha que imaginar constantemente o que está por vir. Você naturalmente se envolve com o papel de "resolver os problemas", pelo que se sente confortável em bisbilhotar buscando causas para todos os tipos de problemas."