

NOVI TEST Mjerenje emocionalne inteligencije

Hrvati vole promjene, no slabo podnose stres

Pet su godina u zagrebačkoj tvrtki Artis Rei radili na razvoju novog, domaćeg upitnika za procjenu emocionalne inteligencije.

Taj pojam se često spominje posljednjih godina, posebice u svjetlu istraživanja koja su pokazala da emocionalna inteligencija (EQ) ima važnu ulogu i u osobnom životu i karijeri.

Privatno i poslovno

- Interes za emocionalnu inteligenciju u poslovnom svijetu sve više raste. Dokazano je da više razine EQ-a zaposlenika na poslovanje kroz veću produktivnost, bolju suradnju, manje konflikata, manju fluktuaciju, lakše prihvaćanje promjena - kaže direktorica tvrtke Barbara Ružić, psihologinja po struci.

NAJVAŽNIJA OTKRICA TESTA



Samosvjesnost nam je na visini. Na skali od jedan do pet, prosječna ocjena u EQ smart testu bila je 4,07

Procjene govore da visina kvocijenta inteligencije određuje od četiri do 25 posto naše uspješnosti u životu i na poslu, dok je doprinos EQ od 27 do 45 posto. Za razliku od opće inteligencije, koja se može razvijati samo u određenoj dobi i do određenih granica, za

razvoj EQ nema ograničenja. Ukratko, radom na poboljšanju vlastite emocionalne inteligencije možemo povećati uspješnost i na osobnom i na profesionalnom planu.

A EQsmart upitnik koji su napravili u Artis Reiju jedinstveni je proizvod u Hrvatskoj i regiji, prilagođen našoj populaciji i svim specifičnostima regije.

Šest dimenzija

- Bazira se na pristupu samo-procjene te uključuje 110 pitanja grupiranih u šest područja odnosno dimenzija emocionalne inteligencije - samosvjesnost, emocionalna sloboda, emocionalna stalozhenost, emocionalna prilagodljivost, socijalna svjesnost te razvoj i održavanje odnosa.

Upitnik su testirali na uzorku od 478 ispitanika i pokazalo se da hrvatski građani imaju vrlo visoko samopoštovanje - na skali od jedan do pet prosječna ocjena je 4,07. Također, uspješni smo u rješavanju konflikata i, suprotno uvriježenom mišljenju, visoko fleksibilni te spre-



Barbara Ružić
psihologinja, direktorica
Artis Reija

'Emocionalna inteligencija je sve važnija u poslovnom svijetu, a može se povećavati.'

mni na prihvaćanje promjena. S druge strane, loši smo u izražavanju emocija i na području asertivnosti, slabo kontroliramo impulse i slabo podnosimo stres.

Upitnik je, prema riječima Barbare Ružić, ponajprije namijenjen tvrtkama koje žele podržati razvoj emocionalne inteligencije zaposlenika, ali i pojedincima koji žele raditi na sebi i poboljšati svoj EQ. *Đ. Kučković