

# Raport de consiliere expert (AI)

## ETP<sup>duo</sup>

Psiholog examinator **Ticu Constantin**

Persoană evaluată **Adrian Manolache, bărbat, 34 ani, programator**



# Cuprins

1. Descriere inventar
2. Profil sintetic
3. Indicatori de distorsiune a răspunsurilor
4. Sugestii de consiliere
5. Analiză pe factori
6. Indicatori statistici
7. Concluzii finale

# 1. Descriere inventar

**Inventarul de personalitate ETP duo v3** (Constantin & Nicuță, 2022) este un instrument de evaluare a tulburărilor de personalitate pentru care DSM-5 (APA, 2013) propune cinci caracteristici cheie definitorii: 1. *pattern-uri de gândire rigidă, extremă și distorsionată (gândire)*; 2. *pattern-uri de răspunsuri emoționale problematice (afect)*; 3. *dificultăți de control al impulsurilor (comportament)*; 4. *probleme interpersonale semnificative (relaționare)*; 5. frecvent asociate cu diferite grade de suferință subiectivă.

**Inventarul ETP duo** (Evaluarea Tulburărilor de Personalitate) a fost construit și validat pe populația românească, în dezvoltarea sa urmărindu-se surprinderea unor posibile tulburări de personalitate (dezvoltări dizarmonice ale personalității) din perspectiva a două modele concurente (**duo**) în diagnostic: DSM V. și ICD 10.

Itemii **Inventarului ETP duo** sunt formați din aserțiuni (afirmații) cu două posibile variante de răspuns (Adevărat/ Fals), incluzând și o variantă de răspuns intermediară ("?") pentru cei nehotărâți sau cei care nu se regăsesc în nici una dintre cele două variante dihotomice.

Chestionarul **Inventarului ETP duo** conține 131 de itemi, câte 10 itemi pentru fiecare dintre cele 13 dimensiuni psihologice evaluate (+ două scale de control). 8 dintre acestea vizează tulburări de personalitate similare definite în cele două sisteme de evaluare:

- tulburarea de personalitate **paranoidă**,
- tulburarea de personalitate **schizoidă**,
- tulburarea de personalitate **histrionică**,
- tulburarea de personalitate **dependentă**,
- tulburarea de personalitate **borderline**,
- tulburarea de personalitate **antisocială/ disocială**,
- tulburarea de personalitate **evitantă / anxioasă**,
- tulburarea de personalitate **obsesiv-compulsiv/ anankastă**

Sunt evaluate și cele trei tulburări de personalitate care se regăsesc doar în DSM V

- tulburarea de personalitate **narcisistă**,
- tulburarea de personalitate **schizotipală**,

sau în ICD 10

- tulburarea de personalitate **impulsivă**.

**Inventarul ETP duo** include două scale suplimentare, pentru evaluarea manifestărilor disfuncționale de tip **depresiv** sau **anxios**, indicatori relevanți ai sănătății psihice și echilibrului individual. În plus, instrumentul mai conține **două scale de control**, una pentru evaluarea "răspunsurilor random" și o alta pentru estimarea "potențial disfuncțional /de contaminare" în cazul persoanei evaluate.

În Rapoartele pentru Inventarul de personalitate ETPduo *scorurile mici nu se interpretează, doar scorurile mari*, situate în decilele 9 sau 10, pot fi luate în calcul ca fiind relevante, **semnalând posibile tendințe disfuncționale/ tulburări de personalitate**. Aceste concluzii preliminare trebuie verificate și confirmate prin utilizarea unor metode suplimentare de diagnostic (*interviu clinic semi-structurat cu persoana evaluată, relații ale unor terțe persoane* etc.), reconfirmarea simptomatologiei putându-se realiza după un interval de câteva luni de zile.

Timpu mediu de completare a chestionarului online: 20 minute (între 15 și 25 minute).

Vârsta minimă de la care se poate realiza evaluarea: 14 ani

## 2. Profil sintetic

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Paranoid/ă

Suspicios(oasă) și cu tendințe interpretative, este ușor de jignit, devenind ostil(ă) în relațiile interpersonale; deseori gelos(oasă) și resentimentară.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Schizoid/ă

Detășat(ă) sau fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor; rece sau distant(ă) în relațiile interpersonale.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Antisocial/ă

Nepăsător(oare) față de reguli și normele sociale, are probleme cu legea; manipulativ(ă), minte fără remușcări, trăind după propriile reguli și interese.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Borderline

Instabil(ă), impulsivă, cu atașamente emoționale intense, face eforturi mari de a evita abandonul real sau imaginar; posibile conduite autodestructive.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Histrionic/ă

Dramatic(ă) sau teatral(ă), cu un discurs încărcat emoțional, îi place să fie în centrul atenției, exagerând în relatările și reacțiile sale emoționale

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Dependent/ă

Neajutorat(ă), ezitant(ă), fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat(ă) înaintea luării deciziilor; nu are încredere că se poate descurca singur(ă).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Evitant/ă

Inhibat(ă) în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat(ă) sau criticat(ă) de ceilalți; deseori cu sentimente de inferioritate.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Obsesiv-compulsiv/ă

Perfecționist(ă), și preocupat(ă) de liste, ordine și planificare, este de o conștiințiozitate excesivă, inflexibilă; cu gânduri obsesive sau ritualuri compulsive.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Schizotipal/ă

Excentric(ă), ciudat(ă) și retras(ă), are credințe sau reacții neașteptate, determinate de o percepție particulară, distorsionată asupra realității.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Narcisist/ă

Egocentric(ă), cu nevoia de a fi admirat(a) poate fi seducător(oare) și manipulativ(ă), se folosește de ceilalți pentru a-și atinge obiectivele.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Impulsiv/ă

Nestăpânit(ă), reușește cu greu să își controleze impulsurile, poftele sau emoțiile negative; reacționează impulsiv, fără a se gândi la consecințe.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Anxios/osă

Îngrijorat(ă), tensionat(ă) și nesigur(ă) cu privire la evenimentele viitoare, trăiește stări persistente, excesive și nerealiste de teamă sau neliniște.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### Depresiv/ă

Pesimistă sau nefericit(ă), nimic din ceea ce face nu îl/ o mai bucură; viitorul i se pare fără speranță și se simte singur(ă), inutil(ă) și fără sens.

# 3. Indicatori de distorsiune

## Potențial disfuncțional redus

Tendința de a alege puține aserțiuni cu potențial dezadaptativ; în absența unei tulburări de personalitate, nu are caracteristici psihologice care i-ar putea afecta capacitatea de analiză, de adaptare și de integrare socio-profesională.



## Răspunsuri random puține

Are tendința de a răspunde atent(ă) și consistent la itemii chestionarului, alegând variantele de răspuns în acord cu propriile credințe.



## Potențial disfuncțional ridicat

Tendința de a alege multe aserțiuni auto-descriptive cu potențial dezadaptativ; cumul de caracteristici disfuncționale care pot afecta capacitatea de analiză, de adaptare și de integrare socio-profesională (posibil profil invalid!).

## Răspunsuri random multiple

Are tendința de a răspunde neatent(ă) și inconsistent la itemii chestionarului sau de a da răspunsuri la întâmplare.

## 4. Sugestii de consiliere

În urma completării chestionarului ETP<sup>duo</sup>, prin raportare la dominantele identificate în profilul psihologic, pot fi formulate mai multe sugestii sintetizate mai jos.

Pentru a crește calitatea relațiilor cu cei apropiați ție, chiar și în prezența unor trăsături de personalitate dificile cum ar fi tendințele antisociale, paranoide, schizoide, evitante sau depresive, este important să îți propui obiective practice care să faciliteze deschiderea spre ceilalți, empatia și comunicarea sănătoasă. Aceste obiective pot ajuta la combaterea tendinței de izolare și la dezvoltarea unor relații mai profunde și mai satisfăcătoare.

Un prim obiectiv ar trebui să fie **dezvoltarea abilităților de ascultare activă**. Ascultarea activă implică atenția și receptivitatea față de cei din jur atunci când îți exprimi gândurile și sentimentele. Prin faptul că acorzi prioritate ascultării, vei demonstra grijă și respect față de partenerii de conversație, ceea ce poate întări legătura dintre voi. *Un exemplu practic ar fi să stabilești un timp limitat zilnic, chiar și de 10-15 minute, în care să te concentrezi exclusiv pe ceea ce spune o persoană dragă. Poți, de asemenea, să pui întrebări deschise pentru a arăta interes față de ceea ce îți împărtășește interlocutorul. În plus, reflectă verbal emoțiile și ideile persoanei, exprimându-ți empatia față de acestea.*

Un alt obiectiv important este **îmbunătățirea empatiei**. Empatia este capacitatea de a înțelege și a împărtăși sentimentele altora, creând astfel o conexiune emoțională autentică. Cultivarea empatiei contribuie la o mai bună înțelegere și acceptare reciprocă. *Practica recunoștinței poate fi un pas eficient, concentrându-te zilnic pe aspectele pozitive ale persoanelor din viața ta. Participarea la activități care implică colaborare și ajutor reciproc, cum ar fi voluntariatul, poate oferi și ea oportunități de a dezvolta empatia. În general, încearcă să îți imaginezi cum ar fi să fii în locul celuilalt, chiar și pentru situații simple de zi cu zi.*

**Încurajarea comunicării deschise și oneste** este un alt obiectiv central pentru relații de calitate. Aceasta presupune să îți împărtășești gândurile și emoțiile într-o manieră clară și onestă, eliminând presupunerile sau ascunzișurile. Comunicarea deschisă poate preveni conflictele și potențiază înțelegerea și colaborarea. *Îți poți seta un moment specific din săptămână pentru a discuta deschis și sincer cu o persoană dragă despre starea relației voastre sau despre orice neînțelegeri. Învăță să folosești tehnici de comunicare "eu-mesaj", în care exprimi cum te simți în loc să acuzi direct. De asemenea, asigură-te că creezi un spațiu sigur și lipsit de judecăți pentru ca și cealaltă persoană să se exprime liber.*

Un alt obiectiv ar putea fi **cultivarea flexibilității și toleranței față de alții**. Având tendințe de neîncredere sau izolare, este ușor să rezonzi la relații rigide și limitative. Cultivarea unui spirit mai tolerant și flexibil ajută la deschiderea către noi perspective și încurajează cooperarea. *Poți practica flexibilitatea prin a-ți propune să accepți schimbările și modificările planurilor cu o atitudine pozitivă. Exersează toleranța încercând activități noi propuse de cei din jur, chiar dacă nu sunt în zona ta de confort. Găsește timp pentru a reflecta zilnic asupra unei situații în care ți-ai dori să fii mai flexibil, și cum ai putea reuși acest lucru.*

În final, **stabilirea unor limite sănătoase** este esențială. În contextul unor trăsături dominante care pot afecta conectarea, uneori pot apărea confuzii între a arăta afecțiune și a sacrifica nevoile personale. Limitele clare permit protejarea integrității personale și menținerea relațiilor sănătoase. *Clarifică-ți propriile nevoi și dorințe și împărtășește-le cu persoanele apropiate. Poți folosi tehnici de vizualizare a limitelor pentru a te ajuta să le menții, imaginându-ți un "spațiu de protecție" împrejurul tău. Stabilește și comunică clar limitele, respectiv ar putea fi un exemplu să delimitezi timpul alocat doar pentru sine față de cel pentru ceilalți.*

Dacă simți că întâmpini dificultăți în implementarea acestor obiective singur(ă), ar putea fi util să consulți un specialist, cum ar fi un psiholog sau un consilier. Aceștia te pot ajuta să navighezi prin provocările întâlnite și să găsești strategii adaptate nevoilor tale specifice.

# 5. Analiză pe factori

## Paranoid(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Paranoid/ă** : Suspicios(oasă) în relațiile cu ceilalți, este foarte sensibil(ă) și reactiv(ă) în situații sociale, fiind ușor de supărat/ jignit. Se îndoiește de bunele intenții ale celorlalți și se simte deseori sabotat(ă), jignit(ă) sau atacat(ă) fără motiv de aceștia. Nu poate să uite conflictele, trădările sau ofensele (reale sau imaginare) din trecut, retrăindu-le cu mare intensitate. Are tendința de a interpreta lucruri și de face deseori asocieri care nu reflectă realitatea.

## Schizoid(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Schizoid/ă**: Detașat(ă) sau rece emoțional, fără inițiativă afectivă în relațiile cu ceilalți, are dificultăți în trăirea și exprimarea emoțiilor. Caută singurătatea, activități solitare și este deseori perceput de ceilalți ca fiind rece și detașat(ă) în relațiile interpersonale. Rațional(ă), indiferent(ă) la critici și laude, acordă mai mult timp, este preocupat(ă) sau pasionat(ă) mai mult de idei metafizice sau de tehnică decât de oameni.

## Antisocial(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Antisocial/ă**: Nepăsător(oare) față de reguli și normele sociale, se simte provocat de acestea sau consideră că regulile sunt făcute pentru a fi încălcate. Are deseori probleme cu legea sau responsabilităților sociale, trăind după propriile reguli și interese. Manipulativ(ă), minte fără remușcări, blamează pe alții sau oferă raționalizări plauzibile actelor sale reprobabile. Este o fire conflictuală și își pierde des controlul, putând deveni agresiv/ă fizic și verbal.

## Borderline

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Borderline**: Instabil(ă) emoțional și impulsiv(ă), trăiește frecvent relații interpersonale intense afectiv, oscilând între idealizare și devalorizare. Face eforturi mari de a evita abandonul real sau imaginar iar în momentul când se simte respins(ă) intră în panică, devine agresivă sau evadează în conduite riscante, autodestructive. Cu o imagine instabilă de sine, trăiește sentimente cronice de vid sau are impulsuri auto-mutilare.

## Histrionic(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Histrionic/ă**: Dramatic(ă) sau teatral(ă), cu un discurs puternic încărcat emoțional, simte nevoia de a-i impresiona pe ceilalți. Îi place să fie în centrul atenției, să îi surprindă cu povestiri pline de dramatism, apariții inedite sau conduite seducătoare. Exagerează în relatările și reacțiile sale emoționale, jucând frecvent rol de "erou" sau de "victimă". Sugestionabil(ă), dependent(ă) de atenția celorlalți, se simte frustrat(ă) dacă aceștia nu îl/o apreciază.

## Dependent(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Dependent/ă**: Neajutorat(ă), fără inițiativă, simte nevoia să fie aprobat(ă) înaintea luării oricărei decizii sau preferă ca ceilalți să ia deciziile curente. Cu stimă de sine redusă, se simte depășit(ă) de solicitările vieții și nu are încredere că se poate descurca singur(ă). Din teama de a nu rămâne singur(ă) adoptă un comportament submisiv sau poate suporta tratamente umilitoare din partea celorlalți.

## Evitant(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Evitant/ă**: Inhibat(ă) în prezența celorlalți, îi este teamă de evaluarea socială, de a fi judecat(ă) sau criticat(ă) de aceștia. Evită implicarea în activități care ar presupune coordonarea grupului sau validarea primită din partea celorlalți. Vorbirea în public sau persoanele și situațiile noi îi declanșează anxietatea și comportamentul defensiv. Se desconsideră și se simte inferior(oară), atunci când se raportează la ceilalți.

### Obsesiv-compulsiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Obsesiv-compulsiv/ă:** Perfecționist(ă), rigid(ă) și preocupat(ă) de liste, ordine și planificare, este total devotat muncii sale sau familiei, neglijându-și deseori viața personală. Cu o conștiințiozitate excesivă, poate fi încăpățânat(ă) și inflexibil în idei și atitudini. Îngrijorat(ă) cu privire la viitor, face economii și îi este greu să renunțe la obiectele uzate, indiferent de importanța lor. Cu frecvente gânduri obsesive sau chiar cu ritualuri compulsive.

### Schizotipal(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Schizotipal/ă:** Excentric(ă), are conduite percepute de ceilalți ca fiind bizare sau reacții insolite determinate de o percepție particulară, distorsionată asupra realității. Cu ciudățenii limbaj și gândire magică, are convingeri oculte sau crede în forțe paranormale. Se simte diferit(ă) de ceilalți și că nu este înțeles(easă) de cei din jur. Nu-și împărtășește emoțiile și sentimentele și nu se simte în largul său în preajma mai multor persoane.

### Narcisist(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Narcisist/ă:** Egocentric(ă), uneori arogant(ă), este convins(ă) că este o persoană importantă, specială, cu calități deosebite și că merită un tratament privilegiat. Seducător(oare) și manipulativ(ă) și se folosește de ceilalți pentru a-și atinge propriile obiective. Caută admirația și recunoașterea din partea celorlalți și se asociază cu persoane "prețioase". Este atras(ă) de lucrurile extravagante și scumpe și dă dovadă de aroganță în relațiile interpersonale cu persoane considerate "inferioare".

### Impulsiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Impulsiv/ă:** Nestăpănit(ă) și reactiv(ă) în relațiile interpersonale, reușește cu greu să își controleze impulsurile sau emoțiile negative. Trăiește cu multă intensitate și reacționează emoțional și la cele mai banale întâmplări, provocări sau probleme și se înfurie ușor atunci când este contrazis(ă). Intră ușor în conflicte cu cei din jur iar în momentele de furie, simte nevoia să trântască sau să lovească ceva. Poate fi ușor de implicat în certuri, altercații sau bătăi.

### Anxios(oasă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Anxios/osă:** Îngrijorat(ă), tensionat(ă) și nesigur(ă) cu privire la evenimentele viitoare, nu se poate relaxa pentru că mereu se așteaptă să se întâmple ceva rău. Grijile îi pot distrage atenția de la ceea ce are de făcut, nu se poate concentra sau are probleme cu somnul. Îngrijorările constante îi consumă energia, îl/ o obosesc, îi creează o stare permanentă de tensiune, agitație și probleme cu cei din jur.

### Depresiv(ă)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

**Depresiv/ă:** Pesimistă, nefericit(ă) sau tristă fără un motiv concret, nimic din ceea ce face nu îl/ o mai bucură. Cu un nivel scăzut de energie, are dificultăți de concentrare și probleme cu somnul. Viitorul i se pare fără speranță și se simte singur(ă), considerându-se frecvent inutil(ă) și fără sens. Demoralizat(ă), poate avea ideea de suicid și poate trăi cu intensitate sentimente de vinovăție față de trecut.





# 7. Concluzii finale

De redactat de către psiholog pe baza concluziilor parțiale.

---

---

Data: luni, 17 iulie 2023

Psiholog/Consilier: