

# MAP

# Tolkningslathund (inkl. underskalor)

## Skala

### Målmedvetenhet (C0)

#### Beskrivning

Handlar om hur en person närmar sig uppgifter av olika slag.

#### Lågt resultat (0-2 poäng)

Mer lättsamma och avslappnade i förhållande till uppgifter och mål. Mer flexibla och luststyrda. Kan uppfattas som oplanerade, ostrukturerade och något ojämna i arbetstakten.

#### Högt resultat (7-10 poäng)

Har tydligare målbild och agenda för att nå sina mål. Ofta planerande, strukturerade och uthålliga i sitt arbete. Tar ofta välgrundade och genomtänkta beslut.

## Underskalor

### Arbetsintensitet (C01)

Handlar om en persons intensitet i utförandet av arbetsuppgifter.

Mer avslappnade inställning till arbetstempot och upplever inget egenvärde i att vara duglig och effektiv. Kan ibland uppfattas som lata och långsamma.

Arbetar ofta hårt och effektivt med olika arbetsuppgifter, även de "tråkiga". Kan känna rastlöshet och missnöje kring egna prestationen.

### Samvetsgrannhet (C02)

Handlar om inställningen till åtaganden och regler samt generella behovet av ordning och struktur.

Har lättare för att förhålla sig till situationer där regler eller instruktioner är oklara. Lägre behov av struktur. Kan uppfattas som ostrukturerade. Flexibel inställning till åtaganden och förpliktelser.

Uppskattar att arbeta metodiskt och strukturerat. Är ofta plikttrogna och har lätt för att inordna sig i strukturer. Kan bli frustrerade av att behöva lämna ifrån sig ofärdiga arbetsuppgifter.

### Ambition (C03)

Handlar om en persons vilja att prestera samt hur villig man är att satsa för att nå sina mål.

Har ofta en mer avslappnad attityd till prestation. Styrs mer av spontanitet och ser inte något egenvärde i hårt arbete. Kan ofta uppfattas som ganska flexibla.

Tenderar att satsa och arbeta hårt för att nå sina mål. Har en tydlig målbild i sitt liv men kan på bekostnad av det upplevas som väl målinriktade med en avsaknad om vad som sker "här och nu".

### Självdisciplin (C04)

Handlar om en persons förhållnings-sätt till påbörjade arbetsuppgifter.

Har ofta svårt att avsluta arbetsuppgifter de anser vara omotiverade. Kan uppfattas som lätt distraherade och ha svårt att hålla fokus på en sak i taget.

Har ofta lättare att slutföra arbetsuppgifter, även "tråkiga". Kan ibland ha svårt att prioritera innan de slutfört vad de har för handen.

### Beslutsfattande (C05)

Handlar om hur en person tenderar att fatta sina beslut och hur eftertänksam hen är.

Fattar ofta snabba beslut och kan göra det utan behov av fullständigt underlag eller tid för att fundera igenom konsekvenser.

Är mer omsorgsfulla och eftertänksam med att ta fram relevant information. Fattar ofta välgrundade beslut men kan också ses som lite avvaktande.

## Skala

### Balans (ES)

#### Beskrivning

Handlar om en persons generella tillit till sin egen förmåga och hur man fungerar under stress

#### Lågt resultat (0-2 poäng)

Reflekterar kring sig själva och tenderar att vara mer kritiska till sin egen arbetsinsats och förmåga att hantera olika situationer. Är ofta mottagliga för feedback från omgivningen men är samtidigt mer ängsliga och stressade. Kan uppfattas som ojämnt i humöret

#### Högt resultat (7-10 poäng)

Har sannolikt en hög tilltro till sig själva och sin egen förmåga. Är mer positivt inställda och självsäkra under påfrestande situationer. Kan ibland uppfattas som något avskärmade och oreflekterande

## Underskalor

### Känslor (ES1)

Handlar om hur en person känner sig inombords och vilken tillförsikt man har inför framtiden

Är sannolikt mer oroade för framtiden och hur de ska hantera den. Tenderar att reflektera mer över sina beslut men oron för att göra fel kan leda till att de känner sig nervösa och ängsliga

Har överlag en positiv säker syn på sig själva och den framtid de står inför. Leder till att de inte reflekterar lika mycket kring sig själva vilket i sin tur kan göra att de inte tar saker och ting på allvar eller begrundar konsekvenserna av sina beslut.

### Humör (ES2)

Handlar om hur en persons humör upplevs av omgivningen

Uttrycker sannolikt sina känslor i större grad och visar om de har en bra eller dålig dag. Kan uppfattas som lättretliga och känsliga

Har sannolikt en högre toleransnivå för frustration eller besvikelse. Kommer nog i större grad ses som jämna i sitt humör och kan därför upplevas som något likgiltiga

### Självförtroende (ES3)

Handlar om hur säker en person är på sin egen förmåga och vilken generell tilltro man har till sig själv

Är ofta lyhörda för feedback från andra. Känner sannolikt tvivel inför sin förmåga att hantera vissa uppgifter och kan även oroa sig för hur andra ska uppfatta deras prestation

Har överlag en hög tilltro till sin egen förmåga och oroar sig mindre om andras uppfattningar. Ger ofta ett säkert intryck i sociala sammanhang. Kan ha svårt att ta till sig kritik

### Självkontroll (ES4)

Handlar om förmågan till självkontroll och att hantera sina impulser

Har sannolikt lättare för att ge efter för sina plötsliga ingivelser och infall även om konsekvenserna kan vara negativa

Har lättare för att hantera sina impulser och att motstå olika frestelser och infall

### Stress (ES5)

Handlar om en persons förmåga att hantera stress och påfrestande situationer

Känner ofta en svårighet inför att hantera stressande situationer och har en låg tro på sin egen förmåga att hantera påfrestande situationer

Upplevs ofta som mer lugna och kapabla under stressade situationer och har en tro på sin förmåga att hantera påfrestande situationer

## Skala

### Öppenhet (OP)

#### Beskrivning

Handlar om behovet av upplevelser och mental stimulans. Utgörs ofta av en inre process.

#### Lågt resultat (0-2 poäng)

Värderar ofta logiska resonemang och objektivitet framför intuition och känslomässiga upplevelser. Uppfattas ofta som okomplicerade och jordnära med en preferens för det beprövade framför det osäkra och okända.

#### Högt resultat (7-10 poäng)

Har ett rikligare behov av inre och yttre upplevelser. Kan ofta generera nya idéer och ha okonventionella och självständiga värderingar. När oftare nya perspektiv och kan ibland uppfattas som något orealistiska och till och med excentriska.

## Underskalor

### Fantasi (OP1)

Handlar om ens fantasirikedom.

Ses ofta som mer jordnära och verklighetsnära. Fokuserar på det som sker här och nu

Har ofta ett aktivt fantasiliv och en detaljrik inre värld.

### Estetik (OP2)

Handlar om intresset (men inte talangen) för konstnärliga uttryck såsom konst och musik

Har ofta inget större intresse för den typen av uttrycksformer utan fokuserar kanske hellre på mer konkreta aktiviteter

Blir ofta uppslukade av estetiska uttryck av olika slag och hyser stort intresse för den typen av aktiviteter

### Känslor (OP3)

Handlar om hur mottaglig man är för sina egna känslöstämningar

Ger ofta sina känslöstämningar begränsat med utrymme och tillskriver dem inte så stor betydelse

Ser ofta sin sinnesstämning och sitt känsloliv som väsentligt. Har ofta lätt för att visa upp sina känslor för andra. Kan ibland uppfattas som väl lätttrörda

### Upplevelser (OP4)

Handlar om behovet av upplevelser för att få intellektuell och känslomässig stimulans

Söker sig ofta inte till nya situationer eller platser. Söker inte förändring för sakens skull

Prövar gärna nya saker och besöker nya platser. Uppfattas ofta som nyfikna personer som ibland kan tråkas ut av rutiner

### Tankestil (OP5)

Handlar om vilken intellektuell tankestil och nyfikenhet man har som person

Ägnar sig nog inte åt abstrakta resonemang, filosofiska diskussioner eller hjärngymnastik som t.ex. korsord. Ser inte något egenvärde i intellektuella diskussioner

Söker ofta aktiviteter där de får möjlighet att pröva nya tankesätt eller okonventionella idéer. Intellektuellt nyfikna och prövar gärna nya resonemang och infallsvinklar

## Skala

### Extraversion (EX)

#### Beskrivning

Handlar om graden av socialt behov samt vilken energi som riktas mot den sociala omgivningen

#### Lågt resultat (0-2 poäng)

Fokuserar ofta mer på sina egna tankar än intryck utifrån. Kan uppfattas som mer tillbakadragna än andra. Är ofta lite avvaktande med nya kontakter

#### Högt resultat (7-10 poäng)

Har ett större behov av att omge sig med andra personer. Får energi av umgänge med andra och upplevs därför ofta som entusiastisk, livlig och pratsam. Ger ofta ett självsäkert intryck men kan ibland uppfattas som lite bullriga

## Underskalor

### Socialt behov (EX1)

Handlar om det sociala behovet hos en person.

Har ofta inga problem med att arbeta ensamma och har inte något större behov av att umgås med flertalet personer åt gången. Uppfattas nog som tillbakadragna med ett behov av lugn

Har ofta ett mer uttalat behov att umgås med flera personer för att få energi. Söker sig till folksamlingar och upplever ofta att de tappar i energi om de inte får tillfälla socialt umgänge

### Social framtoning (EX2)

Handlar om hur drivande och dominant man är som person

Har ofta en mer tillbakadragen och nedtonad stil och är mer avvaktande i att ta till orda. Uppfattas som bra lagmedlemmar men kan också tolkas som något vaga i sina åsikter

Är ofta mer framträdande i sociala sammanhang. Har lätt för att uttrycka sig och tar lättare initiativet. Kan ibland uppfattas som något uppmärksamhetssökande

### Livstempo (EX3)

Handlar om vilket tempo en person föredrar i sitt liv

Tycker sannolikt att livet ska vara lugnare och har ett mer avslappnat tempo. Kan ibland uppfattas som inaktiva av andra

Har sannolikt ett behov av högt tempo i sitt liv med många bollar i luften. Utstrålar ofta energi men kan bli otåliga om de upplever att det går för långsamt

### Spännings-sökande (EX4)

Handlar om behovet av spänningsmoment och utmaningar

Tycker nog mer om bekanta och lugna miljöer. Vantrivs nog med att utsätta sig för risker. Uppfattas ofta av andra som pålitliga men också som något försiktiga

Är ofta mer riskbenägna i sitt beteende med ett behov av att uppleva spänning och nya miljöer. Uppfattas ofta som inspirerande men också som något oansvariga

### Gladlynthet (EX5)

Handlar om upplevelsen av positiva känslor såsom lycka, glädje och belåtenhet

Ger ofta ett seriöst intryck men är mer allvarsamma och mindre sprudlande i sitt sätt att vara

Ses ofta som positiva, lättsamma och muntra. Kan ibland uppfattas som att de inte inser stundens allvar

## Skala

### Social Stil (AG)

#### Beskrivning

Handlar om hur en person förhåller sig till andra i sina relationer

#### Lågt resultat (0-2 poäng)

Självständiga personer som inte påverkas i särskilt hög utsträckning av vad andra tycker, tänker och känner. Sakliga, hårdhudade och reserverade. Kan uppfattas som konkurrensinriktade och något ovilliga att ändra sitt beteende för att anpassa sig till andra

#### Högt resultat (7-10 poäng)

Uppmärksammar och bryr sig om vad andra tycker, tänker och känner. Har en hög tilltro till andra. Uppmärksamma och omtänksamma. Upplevs som följsamma och anpassningsbara. Eventuellt något undfallande och naiva

## Underskalor

### Tillit (AG1)

Handlar om vilken tilltro och tillit som man har till andra personer.

Avvaktande mot andra och kan ha svårt att lita på andra fullt ut. Mer återhållsamma med att dela med sig av sig själva.

Känner tillit till andra och delar med sig av sig själva.

### Kommunikation (AG2)

Handlar om på vilket sätt som man formar sin kommunikation.

Anpassar innehållet i sin kommunikation för att få sin vilja igenom. Något ovilliga att uttrycka sina egentliga åsikter och känslor.

Raka och ärliga i sitt sätt att kommunicera. Tydliga med att uttrycka vad de verkligen tycker

### Osjälviskhet (AG3)

Handlar om hur viktiga andra personer är och hur mycket man påverkas av deras agerande

Fokuserar mer på uppgifter än arbetsrelationer. Påverkas i liten grad av andras behov. Kan uppfattas som krassa

Uppmärksammar hur andra personer mår. Påverkas av andras tillstånd. Något oppoffrande. Fokus på att vara andra till lags

### Medkänsla (AG4)

Handlar om i vilken utsträckning man känner med andra

Känner i liten utsträckning med andra. Brukar inte påverkas av andras vädjande. Kan uppfattas som rationella och okänsliga

Omtänksamma och inkännande. Brukar påverkas av och ha svårt att stå emot andras vädjande. Kan uppfattas som medkännande och känslösa

### Tillgivenhet (AG5)

Handlar om vilken grad en person känner och visar tillgivenhet mot andra

Mer formella och återhållsamma. Kan uppfattas som ointresserade av att bygga en nära relation till andra

Mer tillgivna, varma och kärleksfulla i sina relationer. Kan uppfattas som väl informella och personliga i sitt sätt att vara