PEC

Perfil de Competencias Emocionales (PEC)

El PEC evalúa las competencias emocionales tanto intrapersonales como interpersonales. Ayuda a comprender y analizar cómo percibe, utiliza, comprende y gestiona una persona sus propias emociones y las de los demás.

Número de preguntas	50 preguntas
Duración estimada	30 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Profile of Emotional Competence
Población destinataria	Adultos
Autores	Sophie Brasseur, Moïra Mikolajczak (2013)
Categoría	General

Vista previa de las 50 preguntas

Mis emociones aparecen sin que yo comprenda o entienda de dónde provienen o por qué ocurren.

1 - No me describe en absoluto / Nunca reacciono así | 2 | 3 | 4 | 5 - Me describe muy bien / Reacciono así muy a menudo

No entiendo siempre por qué reacciono de la manera que reacciono.

1 - No me describe en absoluto / Nunca reacciono así | 2 | 3 | 4 | 5 - Me describe muy bien / Reacciono así muy a menudo

Si quisiera, podría fácilmente manipular las emociones de los otros para obtener lo que quiero.

1 - No me describe en absoluto / Nunca reacciono así | 2 | 3 | 4 | 5 - Me describe muy bien / Reacciono así muy a menudo

Sé lo que hay que hacer para que las otras personas me apoyen.

1 - No me describe en absoluto / Nunca reacciono así | 2 | 3 | 4 | 5 - Me describe muy bien / Reacciono así muy a menudo

No consigo entender las reacciones emocionales de las otras personas.

1 - No me describe en absoluto / Nunca reacciono así	2	3	4	5 - Me describe muy bien / Reacciono así muy a menudo

Corrección e interpretación

Las respuestas se puntúan en una escala y proporcionan un perfil de competencias emocionales en distintas áreas, como la percepción de las propias emociones, la percepción de las emociones de los demás, la expresión emocional, la regulación emocional y el control de las emociones de los demás.