PEC

Profiel van emotionele competenties (PEC)

Het PEC beoordeelt zowel intrapersoonlijke als interpersoonlijke emotionele competenties. Het helpt te begrijpen en te analyseren hoe iemand de eigen emoties en die van anderen waarneemt, gebruikt, begrijpt en hanteert.

Aantal vragen	50 vragen
Geschatte duur	30 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Profile of Emotional Competence
Doelgroep	Volwassenen
Auteurs	Sophie Brasseur, Moïra Mikolajczak (2013)
Categorie	Algemeen

Voorbeeld van de 50 vragen

Als mijn emoties opkomen, begrijp ik niet waar ze vandaan komen.

1 - Beschrijft mij helemaal niet / zo reageer ik nooit | 2 | 3 | 4 | 5 - Beschrijft mij heel goed / zo reageer ik heel vaak

Ik begrijp niet altijd waarom ik reageer zoals ik reageer.

1 - Beschrijft mij helemaal niet / zo reageer ik nooit | 2 | 3 | 4 | 5 - Beschrijft mij heel goed / zo reageer ik heel vaak

Als ik zou willen, zou ik de emoties van anderen gemakkelijk kunnen beïnvloeden om te bereiken wat ik wil.

1 - Beschrijft mij helemaal niet / zo reageer ik nooit | 2 | 3 | 4 | 5 - Beschrijft mij heel goed / zo reageer ik heel vaak

Ik weet wat ik moet doen om mensen voor mijn zaak te winnen.

1 - Beschrijft mij helemaal niet / zo reageer ik nooit | 2 | 3 | 4 | 5 - Beschrijft mij heel goed / zo reageer ik heel vaak

Ik begrijp vaak niets van de emotionele reacties van andere mensen.

1 - Beschrijft mij helemaal niet / zo reageer ik nooit	2	3	4	5 - Beschrijft mij heel goed / zo reageer ik heel vaak

Scoring en interpretatie

De antwoorden worden gescoord op een schaal en leveren een profiel van emotionele competenties op verschillende gebieden op, zoals het waarnemen van de eigen emoties, het waarnemen van de emoties van anderen, emotionele expressie, emotieregulatie en het beïnvloeden van de emoties van anderen.