



MAP

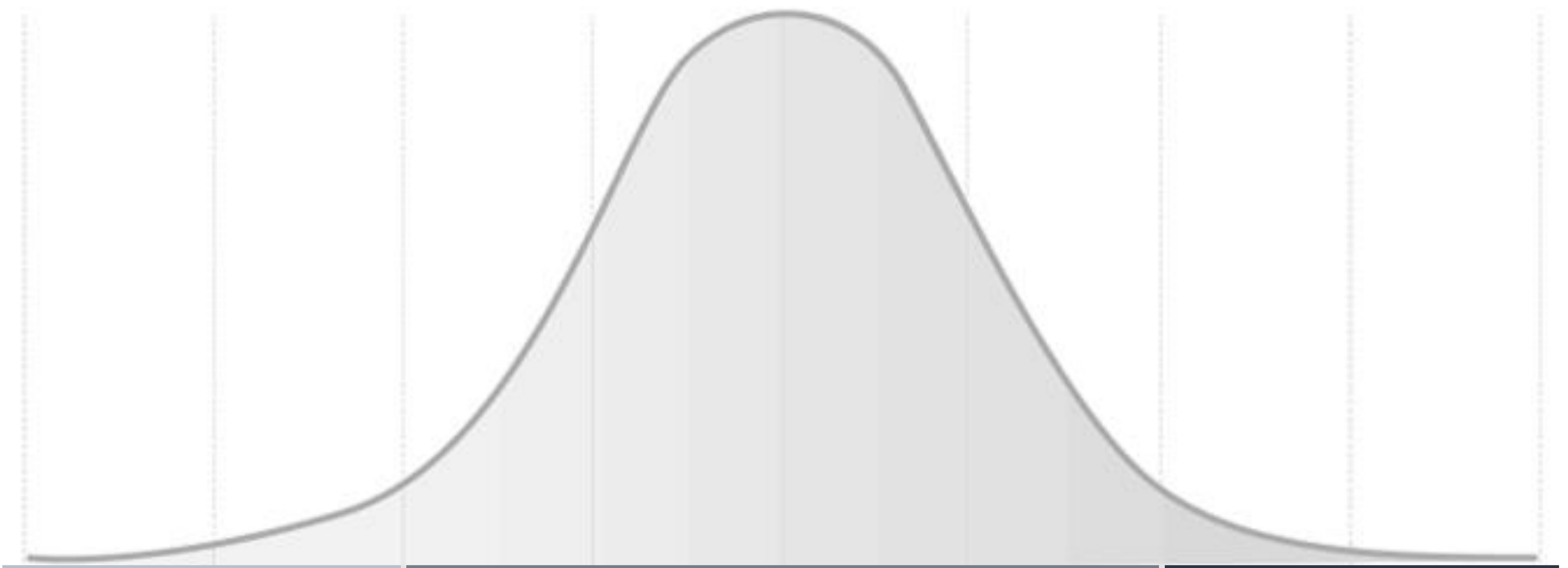
Tolkningsguide



# Generelle hensyn ved tolkning av MAP

## Tolkningstips

- › Husk at resultatene representerer indikasjoner og ikke et absolutt svar
- › En C-skåre representerer styrken og forekomsten av en gitt adferd – en høyere skåre antyder at en gitt måte å agere på forekommer hyppigere og er mer synlig
- › Tolk alltid med hensyn til målefeil (+/- 1 C-skåre) og pass på at du ikke leser for mye inn i små forskjeller mellom ulike personer
- › Forhold deg aktivt til skalabeskrivelsene, fremfor egne assosiasjoner og mer kreative tolkninger
- › Vær oppmerksom på at en svært høy eller svært lav skåre ikke representerer absolutt tilstedeværelse eller fravær av et gitt trekk, eller assosiert adferd



### Lav (0-3)

Utgjør ca. 23 % prosent av normgruppen. Utgjør ca. 23% av normgruppen. Generell tolkning av skårer i dette området indikerer at personen er mer sannsynlig å utvise adferd forbundet med lav side av skalaen, vil gjøre det i flere situasjoner og/eller på en mer utpreget måte.

### Moderat (4-6)

Utgjør ca. 54% av normgruppen. Generell tolkning av skårer i dette området indikerer at personen sannsynligvis vil opptre på en lignende måte som de fleste andre, eller i større grad tilpasse adferd i henhold til situasjon.

### Høy (7-10)

Utgjør ca. 23% av normgruppen. Generell tolkning av skårer i dette området indikerer at personen er mer sannsynlig å utvise adferd forbundet med høy side av skalaen, vil gjøre det i flere situasjoner og/eller på en mer utpreget måte.



# Ekstroversjon

**Måler sosiabilitet og behov for sosial tilknytning - hvor komfortabel en person er med å være midtpunkt, tendensen til å uttrykke positive følelser, søke stiumlerende opplevelser og høyt arbeidstempo.**

C-skåre (0-10)

Lav	Moderat	Høy
Kan utvise en mer innadvendt, nedtonet og reservert tilnærming til andre, med mindre tilbøyelighet til å søke oppmerksomhet. Foretrekker begrenset sosial interaksjon og et mer jevnt, forutsigbart arbeidstempo.	Liker sosiale settinger og kan være komfortabel i rampelyset, men søker det ikke konstant. Balanserer ønsket om sosial kontakt og stimulerende opplevelser med stunder med roligere, mer innadvendte aktiviteter.	Kan utvise en mer utadvendt, entusiastisk og energisk tilnærming til andre, med mer tilbøyelighet til å søke oppmerksomhet. Oppsøker aktivt sosiale interaksjoner og foretrekker ofte et høyt arbeidstempo.

Fasetter	Lav	Moderat	Høy
<b>&gt; Sosialt behov</b> Måler behov for sosial samhandling - ønsket om et bredt sosial nettverk og hyppig interaksjon med andre.	Mer innadvendt og med behov for å lade batteriene etter krevende sosiale interaksjoner. Deltar i sosiale situasjoner når det er nødvendig, men foretrekker gjerne mindre grupper og er komfortabel med å være alene.	Trives med sosiale interaksjoner, men søker ikke alltid aktivt etter dem. Setter pris på samvær og andres tilstedeværelse, men verdsetter også tid for seg selv.	Mer omgjengelig og med større behov for sosial omgang, og søker aktivt etter sosiale situasjoner. Opplever det som meningsfylt og energivende å være sammen med andre.
<b>&gt; Sosial fremtoning</b> Måler en persons tilnærming i sosial situasjoner - tendensen til å dominere og innta sentrale roller.	Mer nedtonet og lavmælt i sosiale interaksjoner. Kan unngå å ta ledelsen eller være i sentrum for oppmerksomhet, og er mer komfortabel med å observere eller delta i mindre grad.	Kan innta en mer fremtredende rolle, men kan også trives med å holde seg i bakgrunnen. Vil verken konsekvent søke oppmerksomhet eller ha for vane å holde seg i kulissene.	Mer dominerende og synlig i sosiale interaksjoner. Tar ofte føringen i samtaler og gruppeaktiviteter, trives med å få oppmerksomhet og være i front.
<b>&gt; Arbeidstempo</b> Måler energinivå og foretrukket tempo - tendensen til å trives med et høyt og hektisk aktivitetsnivå.	Utviser gjerne en mer tålmodig tilnærming og et måtelig tempo. Verdsetter ro og unngår ofte miljøer med høyt aktivitetsnivå.	Kan noen ganger trives med aktiviteter høyt tempo, men foretrekker til tider også en roligere, mer avslappet tilnærming. Ofte i stand til å tilpasse tempo til ulike situasjoner.	Utviser gjerne en energisk væremåte og trives med et høyere tempo. Engasjert i en rekke aktiviteter og trives i dynamiske miljøer.
<b>&gt; Risikovillighet</b> Måler behovet for spenningsfylte aktiviteter - potensielt overse risiko eller unødvendige utfordringer.	Mer forsiktig og drevet mot å redusere risiko, nøler med å ta sjanser og søker i liten grad spenning for moro skyld.	Ofte villig til å ta sjanser dersom risikoen er liten nok til å gjøre potensiell gevinst mer sannsynlig, men gjør det sjeldent kun for spenningens skyld.	Mer villig til å ta risiko, søker aktivt spenning og uforutsigbarhet, og tar gjerne en sjanse.
<b>&gt; Munterhet</b> Måler tendensen til å uttrykke positive følelser - glede og fornøyelse, og å være svært munter og uttrykksfull.	Mer tilbakeholden og formell i sosiale interaksjoner. Mer reservert i uttrykkelse av glede og lykke, og er rolig eller nøytral fremfor for entusiastisk i møte med positive opplevelser.	Opplever og utviser for det meste følelser på en balansert måte, uten å være overstadig sprudlende eller uttrykksfull.	Mer entusiastisk og uttrykksfull i sosiale situasjoner, føler seg gjerne glad og fornøyd, og deler sitt gode humør og positive følelser med andre.



# Sosial Stil

Måler hvordan en person interagerer med andre - grad av tillit og troen på andre, empati, og tendensen til å hjelpe andre og unngå konflikter.

C-skåre (0-10)

Lav	Moderat	Høy
Kan utvise en mer uavhengig og varsom holdning til andre, verdsetter individuelle hensyn, med mindre behov for å unngå konflikter. Mer selvfokusert og er mindre opptatt av hvordan andre har det.	Kan som regel stole på andre og utviser en grad av empati, men er kanskje alltid opptatt av å hjelpe. Balanserer egne interesser med omtanke for andre; er hverken for hjelpsom eller selvfokusert.	Utviser som regel en mer tillitsfull og støttende holdning til andre, verdsetter mellommenneskelige hensyn, med større behov for å unngå konflikter. Utviser en høy grad av hjelpsomhet og omtanke for andre.

Fasetter	Lav	Moderat	Høy
<p>&gt; <b>Tillit</b> Måler hvor lett en person har for å stole på andre - hvorvidt vedkommende som regel antar det beste om andre.</p>	Mer forsiktig med å stole på andre, foretrekker å stole på konkrete bevis eller handlinger fremfor iboende tillit.	Stoler til en viss grad på andre og kan la tvilen komme andre personer til gode, men kan også utvise varsomhet og være skeptisk til enkelte.	Mer åpen og tilbøyelig til å stole på andre, antar vanligvis det beste om andre mennesker, og overser ofte potensiell tvil eller skepsis.
<p>&gt; <b>Diplomati</b> Måler grad av diplomati og hensyn i måten en person kommuniserer.</p>	Mer rett frem og direkte i kommunikasjonsstil, prioriterer ærlighet og transparens fremfor en mer diplomatisk tilnærming til samhandling med andre.	Balansert kommunikasjonsstil, med innslag av både ærlighet og en grad av varsomhet. Kan være transparent i å uttrykke seg, men kan også være diplomatisk og ta hensyn.	Mer diplomatisk og vag i kommunikasjonsstil, med bevissthet omkring hvordan egne tanker og meninger presenteres, av hensyn til mottagere og deres følelser.
<p>&gt; <b>Hjelpsomhet</b> Måler tilbøyelighet til å hjelpe og prioritere andres behov over ens egne.</p>	Mer fokusert på individuell oppgaveprestasjon og prioritering. Mindre interessert i å strekke seg for å hjelpe andre uten å få noe tilbake.	Moderat tilbøyelighet til å hjelpe andre - villig til å hjelpe, men prioriterer kanskje ikke konsekvent andres behov fremfor sine egne.	Mer fokusert på andres behov og å tilby hjelp. Strekker seg langt for å støtte andre, selv når det medfører ytterligere press.
<p>&gt; <b>Medfølelse</b> Måler grad av sympati og genuin omtanke for andre og deres behov.</p>	Mer oppgaveorientert med en profesjonell distanse til andre følelser, blir gjerne mindre påvirket av andres problemer.	Utviser som regel omtanke for andre, men deres grad av aktiv hjelp kan variere fra situasjon til situasjon.	Mer foreståelsesfull og medfølende overfor andre, bryr seg genuint om andre og lar seg lett påvirke av deres problemer.
<p>&gt; <b>Konfliktskyhet</b> Måler villigheten til å inngå kompromisser og vedlikeholde en stabil og positiv stemning i relasjon til andre.</p>	Mer villig til å gå i diskusjon og kjempe for sin sak, personen utviser viljestyrke når vedkommende tror sterkt på noe.	Står ofte for hva de mener og er villig til å gå i diskusjon, så fremt det ikke fører til tydelig konflikt eller dårlig stemning.	Mer opptatt av å inngå kompromisser og unngå konflikter, gjerne ved å gi etter og la andre få det som de vil, dersom det fører til god stemning.



# Målbevissthet

**Måler tilnærming til oppgaver - den underliggende drivkraften til å nå mål, samt egenskaper som struktur, ansvarsfullhet, besluttosomhet og aktelse for regler og retningslinjer.**

C-skåre (0-10)

Lav	Moderat	Høy
Kan utvise en mer fleksibel, spontan og intuitiv tilnærming til oppgaver, med mer fokus på tilpasning. Kan ha utfordringer med å fullføre alle oppgaver og forholde seg tydelig til regler og retningslinjer.	Kombinerer ofte systematisk planlegging med en grad av spontanitet. Relativt strukturert, pliktoppfyllende og effektiv i arbeid, men ikke unødig rigid i beslutningstaking.	Kan utvise en mer fokusert, målrettet og strukturert tilnærming til oppgaver, men med mindre fokus på fleksibilitet. Planlegger møysommelig og oppfyller plikter flittig.

Fasetter	Lav	Moderat	Høy
<p>➤ <b>Ansvarsfølelse</b> Måler en persons behov for kontroll og troen på egen kompetanse - stiller spørsmål ved andres beslutninger og tar ansvar utover egne oppgaver.</p>	Mer åpen for å delegere oppgaver, fokuserer på individuelt ansvar, holder seg unna hvordan andre gjennomfører sine oppgaver, men føler seg heller ikke ansvarlig dersom noe går galt.	Føler seg ansvarlig og kompetent i møte med arbeidsoppgaver innen eget ekspertiseområde, når personen har muligheter for å påvirke og har eierskap til kvaliteten ved en leveranse.	Mer tilbøyelig til å føle seg ansvarlig for mer enn egne oppgaver, med en tro på egen kompetanse og evne til å forbedre prosesser, avgjørelser og gjennomføring, men med risiko for å fremstå kontrollerende.
<p>➤ <b>Struktur</b> Måler en persons grad av ryddighet og struktur - hvor viktig det er å skape struktur og etterleve forpliktelser for enhver pris.</p>	Mer fleksibel og komfortabel med ustrukturerte prosesser, kan ha utfordringer med å forholde seg til struktur og forpliktelser. Mangler ofte detaljfokus og ryddighet.	Moderat nivå av ryddighet og struktur. Kan forholde seg til gjeldende strukturer og forpliktelser, men behøver ikke alltid være svært nøye eller metodisk i tilnærming.	Mer strukturert, metodisk og detaljorientert, samt svært nøye og aktsom for forpliktelser. Gjerne opptatt av små detaljer som kan gå på bekostning av effektivitet.
<p>➤ <b>Ambisjon</b> Måler grad av ambisjon og målrettethet - viljen til å jobbe hardt for å nå mål og alltid overgå seg selv. Skalaen gjenspeiler orientering mot resultater, ikke nødvendigvis faktisk suksess.</p>	Enklere å gjøre tilfreds og mindre fokusert på spesifikke mål, med en tendens til å prioritere andre interesser eller aktiviteter høyere enn ambisiøse mål.	Moderat ambisjonsnivå og målrettethet. Villig til å legge inn innsats for å nå mål, men er ikke alltid voldsomt drevet eller for hardtarbeidende.	Mer målrettet og bestemt på å oppnå spesifikke mål, med konsekvent innsats for å lykkes, samt ofte strekke seg langt for å levere.
<p>➤ <b>Selvdisiplin</b> Måler grad av vilje og forpliktelse til å fullføre oppgaver - å holde fokus særlig i møte med kjedsomhet, distraksjoner eller andre muligheter.</p>	Mer interessert og med en spontan tilnærming til arbeid. Kan ofte oppleve det som utfordrende å slutføre oppgaver, særlig under kjedsomhet eller distraherende omstendigheter, og kan unnlate å prioritere nok tid til dette.	Kan både påbegynne og avslutte oppgaver, men kan til tider ha utfordringer med å holde fokus, særlig i monotone eller distraherende situasjoner.	Mer disiplinert og fokusert på gjeldende oppgaver, og fullfører konsekvent, selv i møte med kjedsomhet eller distraksjoner.
<p>➤ <b>Beslutningstaking</b> Måler tilnærming til beslutningstaking - grad av ettertenksomhet og analyse som inngår i en beslutning.</p>	Mer instinktiv og intuitive i beslutningstaking. Fatter ofte raske beslutninger uten omfattende analyse eller overveielse, med fokus på hastighet og bekvemmelighet.	En balansert tilnærming til beslutningstaking. Kan noen ganger være ettertenksom og analytisk, men kan også agere spontant eller impulsivt.	Mer gjennomtenkt og analytisk i beslutningstaking. Foretrekker å ta seg god tid til å veie ulike alternativer og analysere informasjon før en beslutning fattes.



# Emosjonell stabilitet

Måler i hvilken grad noen reagerer følelsesmessig – tendensen til å være rolig, selvsikker, selvkontrollert og optimistisk i møte med motgang og utfordringer, noen ganger til og med følelsesmessig likegyldig.

C-skåre (0-10)

Lav	Moderat	Høy	
Kan utvise en mer sensitiv og responsiv væremåte med en sterkere bevissthet omkring ytre omstendigheter, samt mindre tilbøyelighet til emosjonell likegyldighet. Mer sensitivt i møte med utfordringer, reagerer sterkere eller med mindre motstandsdyktighet.	Utviser normale svingninger i humør og temperament, relativt god selvtillit og kontrollerer for det meste impulser godt. Møter nederlag og utfordringer på en balansert måte; hverken hardhudet eller svært sårbar.	Utviser som regel en mer stabil og selvsikker væremåte, blir mindre påvirket av ytre omstendigheter og kan være mer tilbøyelig følelsesmessig likegyldighet. Robust og samlet i møte med utfordringer og mostand.	
Fasetter	Lav	Moderat	Høy
<b>&gt; Ubekymrethet</b> Måler grad av upåvirkethet i møte med eksterne omstendigheter som innebærer risiko for motgang, samt evne til å gi slipp på tidligere hendelser.	Mer årvåken og bekymret i møte med potensiell motgang, uroer seg ofte for å feile, og kan til tider føle seg engstelig eller urolig.	Responderer til eksterne omstendigheter avhengig av risiko for motgang, opplever en viss grad av uro og bekymring for å feile, dog på en balansert måte.	Mer avslappet og ubekymret i møte med potensiell motgang og føler seg sjeldent engstelig, urolig eller bekymret for å feile.
<b>&gt; Humørstabilitet</b> Måler tendensen til å føle og uttrykke irritasjon, misnøye og skuffelse.	Mer livlig og med en høyere grad av temperament i reaksjoner. Opplever og reagerer tydeligere i møte med misnøye og skuffelse, som kan føre til hyppigere emosjonelle utbrudd.	Kan la seg provosere og miste besinnelsen under visse omstendigheter, men utviser for det meste skuffelse og misnøye når det er gode grunner til det og regulerer disse følelsene.	Mer stabil og samlet i reaksjoner, med mindre sannsynlighet for å miste besinnelsen eller føle på sinne eller irritasjon. Tar oftere lettere på ting.
<b>&gt; Selvtillit</b> Måler selvtillit - i hvilken grad en person er trygg på seg selv, sjeldent blir flau og ikke bekymrer seg for hva andre synes.	Mer selvransakende og ydmyk i syn på seg selv, følelser seg ofte usikker, flau, eller nervøs, og noen ganger også mindreverdige.	Er som regel selvsikker og trygg på seg selv, men kan i noen situasjoner også være usikker og nervøs.	Mer selvsikker og optimistisk i syn på seg selv, trygg på seg selv og egne evner og i noen tilfeller overmodig.
<b>&gt; Selvkontroll</b> Måler en persons tendens til å fremstå samlet og holde følelsene sine for seg selv.	Mer transparent og tilbøyelig til å vise følelser, samt være ærlig i uttrykk av følelser.	Håndterer gjerne følelser og reaksjoner på en balansert måte. Deler noen ganger følelsene sine med andre og andre ganger ikke.	Mer kontrollert og samlet i emosjonelle uttrykk. Fremstår profesjonell og deler sjeldent følelsene sine med andre.
<b>&gt; Stresstoleranse</b> Måler en persons evne til å håndtere stress og press - følelsen av spenning i krevende situasjoner.	Mer bevisst på og følsom for stressfaktorer. Kan ha utfordringer med å håndtere stress og press, føler seg ofte overveldet og har vanskeligheter med å beholde roen.	Kan til tider føle seg overveldet av stressende situasjoner, men klarer som regel å beholde roen under stress.	Mer rolig og upåvirket av stressfaktorer, har mindre sannsynlighet for å bli overveldet av stress og er ofte i stand til å beholde roen i utfordrende situasjoner.

# Åpenhet



Måler overordnet åpenhet for endring, utforskning og introspeksjon, med en preferanse for estetiske løsninger, variasjon og intellektuell nysgjerrighet.

C-skåre (0-10)

Lav	Moderat	Høy	
Utviser som regel en jordnær og praktisk tilnærming og foretrekker det velkjente, med mindre tilbøyelighet til å gå inn på mindre relevante problemstillinger. Unngår ofte å bruke tid og energi på det som ikke fremstår tydelig rasjonelt, og risikerer å gå glipp av viktige nye perspektiver.	Kombinerer aspekter ved kreativitet og nysgjerrighet med en viss aktelse for rutine. Til en viss grad åpen for nye erfaring og idéer, men trives også med det velkjente og konvensjonelle.	Utviser som regel en kreativ og utforskende tilærming, foretrekker å ha et åpent sinn, med større tilbøyelighet til å gå inn på mer upraktiske løsninger. Prioriterer ofte estetikk, endring og variasjon, som til tider kan gå på bekostning av effektivitet.	
Fasetter	Lav	Moderat	Høy
<b>&gt; Oppfinnsomhet</b> Måler grad av forestillingsevne og tendensen til å være kreativ, innovativ, ukonvensjonell og visjonær.	Mer realistisk og jordnær. Kommer sjeldent opp med fantasifulle eller fantastiske idéer og fokuserer heller på praktiske løsninger.	Engasjerer seg til tider i kreativ tenkning og innovasjon, men er også opptatt av hva som er realistisk og gjennomførbart.	Mer visjonær og kreativ. fremmer ofte ukonvensjonelle eller innovative idéer som kan påvirke arbeidsmetodikk.
<b>&gt; Estetikk</b> Måler grad av oppmerksomhet til estetiske detaljer og vekten en person tildeler visuelle uttrykket i evalueringen av et produkt eller arbeid.	Mer fokusert på funksjonalitet enn på form og estetikk. Kan overse eller vie mindre oppmerksomhet til det visuelle uttrykket ved et produkt eller arbeid.	Noe interessert i estetikk og vier en viss oppmerksomhet til det visuelle uttrykket ved et produkt, særlig når det vanskelig å skille utseende fra hvordan det fungerer.	Mer fokusert på estetikk og det visuelle uttrykket ved et produkt. Kan i hovedsak vurdere arbeid basert på visuelle detaljer og design.
<b>&gt; Selvrefleksjon</b> Måler i hvilken grad en person legger vekt på følelser, samt grad av bevissthet og refleksjon omkring egne følelser og reaksjoner.	Mer interessert i rasjonelle heller enn emosjonelle hensyn, vier lite oppmerksomhet til egne følelser og tenker lite på egne reaksjoner.	Til en viss grad bevisst på egne følelser og reaksjoner. I stand til å reflektere over hvordan disse kan påvirke arbeidet, men kan til tider overse eller unngå dette.	Mer interessert i å forstå egne følelser og reaksjoner, reflektere over dette og hvordan disse følelsene påvirker arbeidet.
<b>&gt; Variasjon</b> Måler åpenhet for å prøve nye ting og tendensen til å aktivt søke nye erfaringer og variasjon i arbeidet.	Mer engasjert i kjente og velprøvde løsninger. Trives med rutiner og unngår ofte nye eller ukjente aktiviteter.	Moderat vilje til å prøve nye aktiviteter. Åpen for nye opplevelser, men balanserer ofte dette med en preferanse for velkjente og utprøvde aktiviteter.	Mer engasjert i variasjon og nye opplevelser, er åpen for å utforske ulike arbeidsoppgaver og misliker rutine.
<b>&gt; Tenkemåte</b> Måler interesse for ulike former for intellektuell stimulering og tendensen til å oppsøke abstrakte eller teoretiske diskusjoner for å utvide perspektivene sine.	Mer interessert i praktiske og umiddelbare løsninger, og utviser begrenset interesse i abstrakte diskusjoner uten konkrete eller tydelige løsninger.	Kan til tider engasjere seg i abstrakte eller teoretiske diskusjoner, særlig innenfor deres egne interesser, men har også et ønske om å komme frem til konkrete løsninger.	Mer utforskende og interessert i abstrakte konsepter, utviser en sterk interesse for intellektuelle diskusjoner og se ting fra ulike perspektiver.