



## Traços de Inteligência Emocional (TEIQue-SF) Forma abreviada

É estritamente proibido qualquer uso comercial desta ferramenta, bem como qualquer adaptação, modificação ou obra derivada da mesma.

### Instruções

Por favor, responda a cada afirmação abaixo colocando um círculo em torno do número que melhor reflete seu nível de concordância ou desacordo com essa declaração. Não demore muito pensando no significado exato das afirmações. Trabalhe rapidamente e tente responder com a maior precisão possível. Não há respostas certas ou erradas. Há sete respostas possíveis para cada afirmação que vão de 'Discordo Totalmente' (número 1) a 'Concordo Totalmente' (número 7).

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

Totalmente Discordo

Totalmente Concordo

1. Expressar minhas emoções com palavras não é um problema para mim.	1	2	3	4	5	6	7
2. Frequentemente, eu acho difícil enxergar as coisas sob o ponto de vista de outra pessoa.	1	2	3	4	5	6	7
3. Em geral, eu sou uma pessoa altamente motivada.	1	2	3	4	5	6	7
4. Geralmente, eu acho difícil controlar minhas emoções.	1	2	3	4	5	6	7
5. Geralmente, eu não acho a vida agradável.	1	2	3	4	5	6	7
6. Eu consigo me relacionar bem com as pessoas.	1	2	3	4	5	6	7
7. Eu tenho tendência a mudar de opinião frequentemente.	1	2	3	4	5	6	7
8. Muitas vezes, eu não consigo saber que tipo de emoção eu estou sentindo.	1	2	3	4	5	6	7
9. Eu acho que tenho várias qualidades positivas.	1	2	3	4	5	6	7
10. Frequentemente, eu acho difícil defender os meus direitos.	1	2	3	4	5	6	7
11. Frequentemente, eu consigo influenciar o modo como as pessoas se sentem.	1	2	3	4	5	6	7
12. Em geral, eu tenho uma perspectiva pessimista sobre a maioria das coisas.	1	2	3	4	5	6	7
13. Frequentemente, as pessoas que estão próximas a mim reclamam que eu não as trato bem.	1	2	3	4	5	6	7
14. Frequentemente, eu tenho dificuldades em adaptar minha vida às circunstâncias.	1	2	3	4	5	6	7
15. Em geral, eu sei lidar com o estresse.	1	2	3	4	5	6	7
16. Frequentemente, eu acho difícil demonstrar afeto para as pessoas próximas a mim.	1	2	3	4	5	6	7



## Traços de Inteligência Emocional (TEIQue-SF)

Forma abreviada

17. Geralmente, eu sou capaz de me “colocar no lugar de outra pessoa” e sentir suas emoções.	1	2	3	4	5	6	7
18. Geralmente, eu encontro dificuldade em me manter motivado(a).	1	2	3	4	5	6	7
19. Geralmente, eu consigo controlar minhas emoções quando quero.	1	2	3	4	5	6	7
20. Em geral, eu estou satisfeito(a) com a minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
21. Eu me descreveria como um(a) bom(a) negociador(a).	1	2	3	4	5	6	7
22. Eu costumo me envolver em coisas que depois eu gostaria de sair fora.	1	2	3	4	5	6	7
23. Geralmente, eu paro e penso sobre meus sentimentos.	1	2	3	4	5	6	7
24. Eu acredito que posso várias características pessoais positivas.	1	2	3	4	5	6	7
25. Eu costumo recuar mesmo quando eu sei que estou certo(a).	1	2	3	4	5	6	7
26. Eu pareço não ter influência sobre o modo como as pessoas se sentem.	1	2	3	4	5	6	7
27. Geralmente, eu acredito que as coisas vão dar certo na minha vida.	1	2	3	4	5	6	7
28. Eu acho difícil me relacionar bem até mesmo com pessoas próximas a mim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Geralmente, eu sou capaz de me adaptar a novas circunstâncias.	1	2	3	4	5	6	7
30. As outras pessoas me admiram por ser tranquilo(a).	1	2	3	4	5	6	7



**Questionário de Inteligência Emocional Traço - Forma Reduzida (TEIQue-SF).**

**Referência TEIQue:**

Petrides, K. V. (2009). Propriedades psicométricas do Questionário de Inteligência Emocional. Em K. Stowe, D. H. Saklofske e J. D. Parker, Avanços na Avaliação da Inteligência Emocional. Nova York: Springer. DOI: 10.1007/978-0-387-88370-0\_5

**Para obter mais informações sobre o Programa de Pesquisa em Inteligência Emocional, visite  
[www.psychometriclab.com.](http://www.psychometriclab.com)**