



# PERFIL COMPORTAMENTAL



Linhares Coach  
+55 (41) 99643-4511  
[contato@linharescoach.com.br](mailto:contato@linharescoach.com.br)  
[www.linharescoach.com.br](http://www.linharescoach.com.br)

## PERFIL COMPORTAMENTAL

Bem-vindo!

Cada vez mais precisamos nos relacionar com as pessoas, e de uma maneira assertiva. Costumo dizer que as pessoas têm RG, CPF e, todas, sem exceção, deveriam saber qual é o seu perfil comportamental.

Para termos êxitos em nossas vidas, a habilidade de se comunicar é fundamental para alcançarmos resultados desejados. Seja você um empresário, colaborador, autônomo, marido, mulher, estudante ou atleta, o conhecimento de si mesmo é um grande passo para o sucesso, talvez, o principal. Diria também que identificar o perfil do outro ou do grupo em que se está inserido, é uma grande vantagem.

Depois de conhecer os quatro perfis comportamentais, você saberá interagir de uma forma eficaz e sem dificuldades.

Em um primeiro momento, vamos determinar através do Teste Comportamental, qual é o seu estilo, quais são seus pontos fortes e seus desafios. Não há limites de até onde você pode chegar com esta ferramenta e com essa nova maneira de se conhecer.

### Lembre-se:

- Não há um perfil bom ou ruim;
- Não há um perfil melhor ou pior;
- Todos os perfis têm pontos fortes e limitações;
- Todos os perfis podem ser mais ou menos eficazes;
- As pessoas são uma combinação de perfis.

*Thiago Linhares*  
Master Coach

*“Conhece-te a ti mesmo.”*  
*Sócrates*

## PERFIL COMPORTAMENTAL

Em cada uma das colunas abaixo estão 20 expressões. Marque todas as que se aplicam a você hoje, nesse momento, não o que você era e nem o que você gostaria de ser.

Inicie pelo perfil 1, realize a soma e identifique o grupo em que você mais pontuou.

PERFIL 1	PERFIL 2	PERFIL 3	PERFIL 4
Corre riscos	Otimista	Passivo (a)	Preciso (a)
Responsável	Sociável	Bom ouvinte	Convencional
Independente	Oferecido (a)	Tranquilo (a)	Detalhista
Decisivo (a)	Gosta de gente	Cooperador (a)	Alto nível de exigência
Toma a frente	Charmoso (a)	Estável	Planejador (a)
Foco no resultado	Caloroso (a)	Pessoa de equipe	Sensível
Determinado	Curioso (a)	Paciente	Altos padrões
Entedia-se facilmente	Sorri facilmente	Resistente à mudanças	Indeciso (a)
Exigente	Encantador (a)	Reservado (a)	Tradicional
Egocêntrico (a)	Gosta de falar	Tolerante	Pesquisador (a)
Inovador (a)	Inspirador (a)	Previsível	Gosta de qualidade
Forte opinião	Emocional	Preocupa-se com as pessoas	Centrado (a)
Corajoso (a)	Persuasivo (a)	Agradável	Considera as opções
Líder	Comunicativo (a)	Foge de conflito	Cuidadoso (a)
Confiante	Político	Empático (a)	Racional
Objetivo (a)	Fervoroso (a)	Observador (a)	Obediente às regras
Direto (a)	Simpático (a)	Diplomático (a)	Sistemático (a)
Dinâmico (a)	Bom humor	Amigável	Perfeccionista
Ambicioso (a)	Impulsivo (a)	Ponderado (a)	Estrategista
Valente	Sarcástico (a)	Leal	Prudente

TOTAL: \_\_\_\_\_

TOTAL: \_\_\_\_\_

TOTAL: \_\_\_\_\_

TOTAL: \_\_\_\_\_

## PERFIL 1 - DOMINANTE

Indivíduos que têm o PERFIL DOMINANTE gostam de estar no comando. Têm foco no resultado e são criativos. Gostam de novos desafios, e trabalham duro para atingir suas metas. São indicados para cargos de liderança, e manter o comando é tudo para eles. Pessoas que vão direto ao assunto, sem enrolação, e poucas palavras bastam para se posicionarem. Não gostam de regras impostas pelos outros, preferindo seguir seus próprios caminhos. Tendência a trabalhar muitas horas para atingir o resultado. Muitas vezes deixam de lado as pessoas para conquistarem o seu objetivo. Este perfil precisa receber tarefas difíceis e sofrer, de vez em quando, algum impacto para evoluir. Precisam controlar o ritmo e relaxar mais. Gostam de aprender e são bons líderes.

### PONTOS FORTES:

- Gosta de estar no controle;
- Líderes naturais;
- Ritmo rápido, pensamento ágil;
- Busca o sucesso;
- Foco em resultado;
- Sabe onde quer chegar;
- Conselheiro;
- Adora um brainstorming;
- Gosta de reconhecimento;
- Enxerga bem a longo prazo;
- Revolucionário;
- Pensamento rápido/decisivo;
- Assume riscos;
- Gosta de resultados imediatos;
- Fácil de saber sua opinião em uma discussão;
- Aceita desafios;
- Íntegro;
- Superior em negociação;
- Toma decisões rápidas;
- Assume o comando e a responsabilidade;
- Soluciona problemas;
- Deseja poder e autoridade;
- Gosta de prestígio;

### DESAFIOS:

- Impaciente com pessoas de ritmo lento;
- Sempre competitivos;
- Não confia no trabalho dos outros;
- Foco excessivo nos resultados, logo, atropela as pessoas;
- Deixa de lado as pessoas (relacionamentos);
- Tendência de dominar as situações e as pessoas;
- Dificuldade de dar reforço e reconhecimento aos outros;
- Falta de paciência com as pessoas;
- Muito críticos;
- Perde detalhes importantes, por buscar resultados rápidos;
- Frustra-se quando não está no controle
- Dificuldade de ouvir, prefere saber só o final da história;
- Individualista;
- Relacionamentos com Perfil Dominante podem ser estressantes;
- Impaciente para explicar;
- Não calcula os riscos;

## PERFIL 2 - INFLUENTE

Indivíduos que têm o PERFIL INFLUENTE sabem o quão interessantes e importantes são. Gostam de conversar e falar de tudo, com todo os tipos de pessoas e em qualquer momento. São pessoas de alto astral, divertidas e cheias de energia. Preferem fazer tudo de maneira animada. Este perfil aparenta ser importante e bem-sucedido. Outras pessoas são atraídas por eles pela confiança com que demonstram, e pela maneira de se comunicarem, pois são excelentes oradores e persuasivos. Enfeitam as suas conversas, adicionando anedotas em suas histórias. Elogiam os demais de maneira excessiva. São excelentes vendedores de suas ideias, que são muitas e variadas, pois não gostam de ficar presos a uma coisa só. Iniciam projetos animados, enérgicos, e logo perdem o interesse no meio do caminho. Têm muita dificuldade de terminar o que iniciam. Desejam popularidade e querem causar uma boa impressão. Gostam de treinamento e aconselhamento.

### PONTOS FORTES:

- Pensa sempre no outro;
- Sente as coisas de uma maneira bem intensa;
- Adora diversão;
- Tem muita energia;
- É entusiasmado;
- Amado por todos;
- Indivíduo agradável e receptivo;
- Excelente vendedor;
- Extrema facilidade de se comunicar;
- Indivíduos abertos e flexíveis;
- Está o tempo todo para cima, energético;
- Muito influenciador;
- Auto-motivado e motiva os outros;
- Gosta de aventuras e é extrovertido;
- Faz diversas coisas;
- É um “poço de ideias”;
- Tem visão de futuro;
- Adora projetos novos;
- Vê as pessoas e situações com otimismo;

### DESAFIOS:

- Tem dificuldade de ser direto;
- Dificuldade em cobrar os outros;
- Não é tolerante à rotina;
- É individualista e não lida bem com equipe;
- Faz piada o tempo todo e é sarcástico;
- Perde o interesse facilmente;
- Não é resiliente;
- Brinca de maneira excessiva;
- Fala muito, e tem dificuldade para ouvir;
- Fala sem pensar;
- Pode não lidar bem com a questão de dinheiro;
- Não pode ser levado a sério;
- Dificuldade em realizar o passo a passo do processo;
- Não respeita a sinceridade dos outros;
- Promete muito e entrega pouco;
- Não gosta de resolver problemas;
- Dificuldade com prazos e prioridades;

## PERFIL 3 - SEGURO

Indivíduos que têm o PERFIL SEGURO são pessoas do bem, que todo mundo gosta. São pacientes, amáveis, ótimos ouvintes, muito cuidadosos, além de tolerantes com as pessoas ao redor. Eles gostam de deixar todo mundo à vontade e confortável. Gostam muito de pessoas, são parceiros, porém, sabem separar o profissional do pessoal e não gostam de misturar as coisas. Não gostam de chamar a atenção, são discretos. São percebidos como frios, pelo Perfil Influente. Passam confiança para aqueles com quem trabalham junto. Não gostam de conflitos. Em geral, têm um ritmo estável, e consistente, demonstrando muita paciência. Precisam aprender a dizer não e a pensar mais em si. Não funcionam com críticas, e para aprender precisam de um feedback positivo.

### PONTOS FORTES:

- Categoria para usar o senso de humor;
- É discreto, porém parceiro;
- Um especialista na sua área;
- Uma pessoa amável e gentil;
- Tem como uma excelente virtude a honestidade;
- Voltado para pessoas;
- Ótimo ouvinte;
- Sabe se dar bem com todo mundo;
- Todo mundo gosta do Perfil Seguro;
- Ótimo e agradável companheiro;
- Muito criativo, com boas ideias;
- Sabe interagir com os outros;
- Gosta de ajudar as pessoas;
- Encorajador e defensor dos outros
- Não gosta de arrumar confusão;
- Exala paciência para diversas situações;
- Cooperação é o que tem de melhor;
- Excelente observador;
- Faz tudo com o máximo de segurança;

### DESAFIOS:

- Decisão lenta;
- Esquece o resultado para se focar nas pessoas;
- Não corre riscos;
- Abre mão da sua posição e foge de conflitos;
- Não gosta de chamar a atenção;
- Evita conversas difíceis;
- Sair da zona de conforto;
- Dificuldade para dizer não;
- Aprender a pressionar o outro quando necessário;
- Não faz questão de ser o centro das conversas;
- Dificuldade de palavras em uma discussão;
- Não funciona com crítica ríspida;
- Prefere apaziguar ao fazer o que gostaria;
- Difícil de se dar e conhecer, gostam de privacidade;
- Focar nas metas;
- Desenvolver o lado das críticas para evoluir/crescer;
- Abrir mão das pessoas para obter o resultado;
- Não gosta de surpresas;

## PERFIL 4 - CAUTELOSO

Indivíduos que têm o PERFIL CAUTELOSO são sistemáticos, e adoram atuar com qualidade e precisão. Estão sincronizados com a logística da operação, acompanham atentamente e com um olhar crítico os projetos. Metódicos e planejadores, não desistem do que começam, vão até o fim, ou seja, até alcançarem a meta. Adoram pesquisar fatos e pedir a opinião dos outros para iniciar projetos com muito mais qualidade. Enxergam erros que ninguém vê. Demoram para concluir tarefas, por acharem que podem sempre melhorar. São cuidadosos para não atropelar as coisas. Como tendem a ser perfeccionistas, quase não erram, e quando isso acontece, sofrem muito. Têm dificuldade em assumir o erro pelo fato de analisarem tudo. São tranquilos e calmos para se comunicar. Podem parecer lentos, porém, querem estar certos de que tudo foi analisado da melhor maneira. Não são muito criativos, mas são um poço de informação. Adoram fazer perguntas, do tipo “por quê?”. Para aprender, precisam saber exatamente sua performance e receber feedback específico.

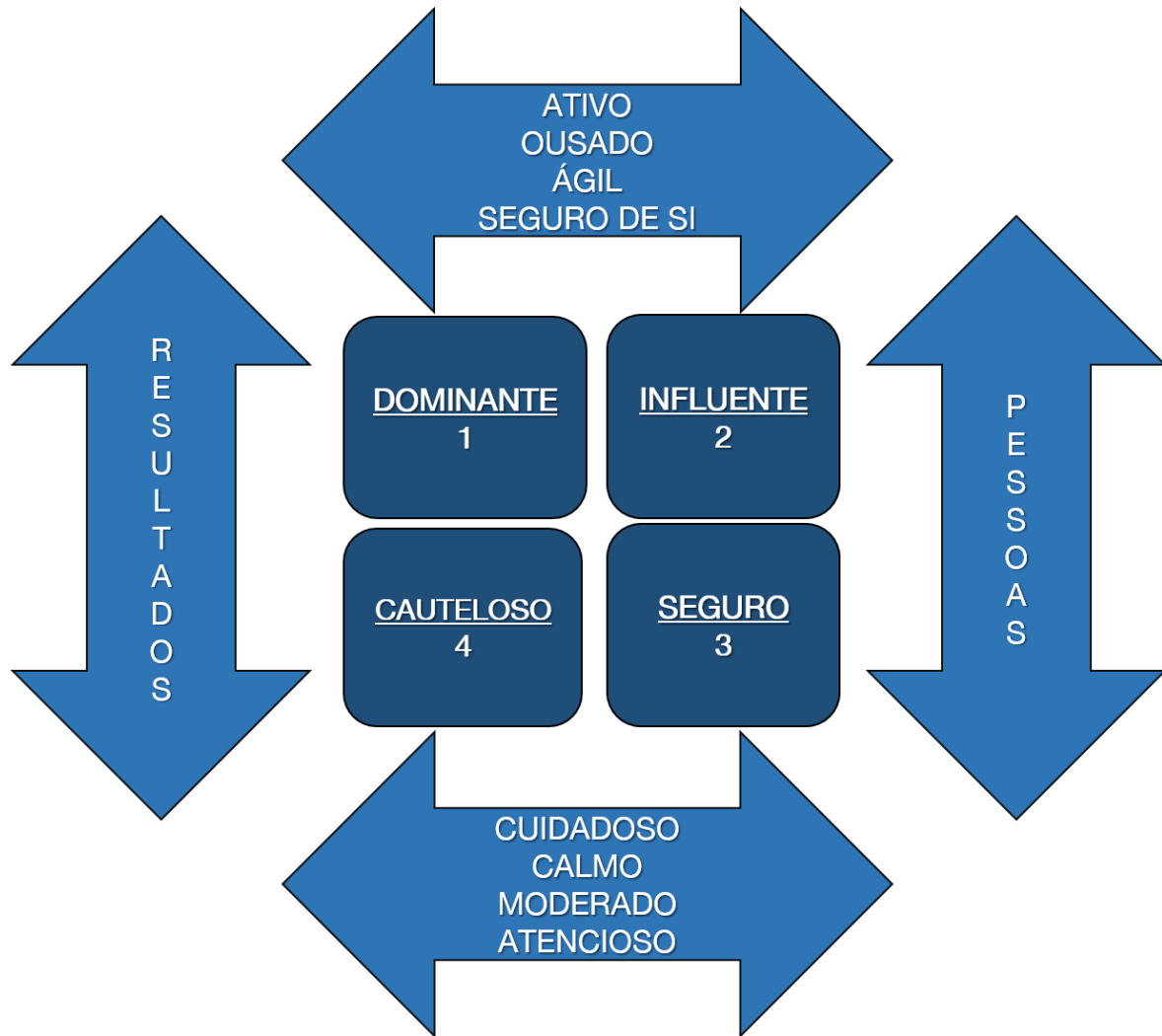
### PONTOS FORTES:

- É sempre justo e não preconceituoso.
- Pesa os prós e os contras sempre;
- É confiante quando pesquisou tudo;
- Assume riscos quando calculou tudo;
- Comunicação clara e objetiva;
- Planeja de maneira cuidadosa e organiza o percurso;
- Pensa antes de agir e reflete na melhor solução;
- Gosta de logística;
- Gosta de estruturar;
- Vê detalhes que ninguém enxerga;
- Uma pessoa analítica/ minuciosa;
- Altamente cuidadoso;
- Eficiente e eficaz no que faz;
- Demonstra confiança no seu trabalho;
- Atmosfera profissional reservada;
- Gosta de pessoas, mas não de grandes grupos;
- Leva e traz informações com seriedade;
- Tem todo um sistema para resolver questões;
- Gosta e sabe aconselhar;
- Concentra-se em resolver a questão;

### DESAFIOS:

- Perfeição: “feito é melhor que perfeito”;
- Mudar rapidamente;
- Exigência alta de si próprio;
- Tendência a ser muito crítico;
- Questionar menos, pois quer saber de tudo;
- Se prende muito a detalhes;
- Assume risco somente depois de analisar os prós e os contras;
- Não foge das regras e é tradicional;
- Movimento lento nas ações,
- Tempo para pensar;
- Gastam energia excessiva na tarefa ou no processo;
- Necessita da opinião dos outros;
- Não gosta de errar, logo, gasta muito tempo no processo;
- Lento para agir;
- Não gosta de trabalhar sob pressão e com prazo;
- Bloqueia-se sob pressão;
- Muito preocupado;
- Tem medo de fazer mudanças;

## RESUMO DO PERFIL COMPORTAMENTAL





## DESENVOLVIMENTO DO PERFIL COMPORTAMENTAL

### COACHING

- Em que pontos você concorda com seu estilo?
  
- Descreva e os pontos fortes que você considera?
  
- Descreva as possíveis áreas de desafio que você gostaria de mudar e melhorar?
  
- O que, e como você vai fazer para melhorar o seu PERFIL COMPORTAMENTAL?

**Faça um PLANO DE AÇÃO para melhorar a administração de seu PERFIL COMPORTAMENTAL:**