

InOut Balance Competency Test

BCT

개인의 내적 · 사회적 역량과 균형을 알아보는 인아웃 밸런스 역량검사

연구개발 | 엄소용 · 최혜윤



검사자	SAMPLE
검사기관	
검사일	2023/08/14

이름	SAMPLE
성별	
생활연령	27 00 (1996/07/30)

인아웃 밸런스 역량검사를 소개합니다.

인아웃 밸런스 역량검사는 바쁜 현대사회를 살아가는 성인들이 **자신의 목표를 달성**하는 데 필요한 **내적 역량**과 **타인과 안정적인 관계를 유지**하는 데 필요한 **사회적 역량**, 두 역량 사이의 **균형**, 그리고 현재의 **정서적 안녕 상태**에 대한 이해를 제공하는 검사입니다.

본 검사를 통해 자신의 대내외적 역량에 대한 약점과 강점, 정서적 안정도와 취약도를 파악하고 이해함으로써 가정, 학교, 직장 등 주어진 환경에 대한 적응 계획을 수립하는 데 도움이 될 수 있습니다.

인아웃 밸런스 역량검사는 개인의 성격이나 특성에 대한 절대적 평가나 수준이 아닌, 개인별 적응 특성에 대한 프로파일을 제공합니다. 목표 달성과 원활한 사회적 관계 유지를 위해 필요한 역량을 세분화하여 측정하고, 현재 가지고 있는 역량과 부족한 역량을 파악하여 주어진 환경에 긍정적으로 적응하는 데 도움이 되고자 합니다.



검사는 다음과 같이 구성되어 있습니다.

내적 역량 Self-Inward 자기 내면의 영역에서 발휘되는 역량	밸런스 역량	Self-Outward 외부 세계, 타인과의 상호 작용 영역에서 발휘하는 역량	사회적 역량
자신의 일을 적극적으로 이끌어 나가려는 태도와 역량	능동성 Proactivity	사람들과의 관계를 주도적으로 맺어 나가려는 태도와 역량	
자신의 일을 성공적으로 수행할 수 있다고 믿는 기대와 신념	효능감 Efficacy	사회적 소통에 대한 자신감과 친화력	
자신의 일을 꾸준히 수행해 나가려는 끈기와 책임감	지속력 Tenacity	원만한 사회적 관계 유지를 위해 지속적으로 노력하는 태도와 역량	
자신의 인지적, 정서적 활동에 대한 조절력	조절력 Regulation	타인의 관점 수용력과 갈등 조절력	
자신의 인지적, 정서적 상태를 인식하고 이해하는 메타인지력	사고력 Cognition	타인의 인지적, 정서적 상태를 인식하고 이해하는 능력	

· 내적 역량과 사회적 역량의 수준을 통해 “InOut밸런스”를 확인합니다.

InOut밸런스 역량은 개인의 내적 역량과 개인간 사회적 역량 사이의 균형 상태와 역량 자원의 수준을 나타내며, 개인의 역량이 현재 어느 정도 준비 되어있고 발휘될 가능성이 있는지에 대한 정보를 파악할 수 있습니다.

내적 안녕감 현재 자신의 삶에 대한 만족도와 정서 평가도	심리적 안녕감	사회적 안녕감 현재 사회적 관계에서 느끼는 정서적 지지도와 불안도
------------------------------------	---------	---

· 현재 자신의 정서 상태를 측정하는 안녕감을 확인합니다.

SAMPLE

님의 검사 결과 타당도는 다음과 같습니다.

타당도 항목	기준	결과
미응답률	응답하지 않은 문항이 7개 이상일 경우 검사 결과가 타당하지 않을 수 있습니다.	가 .
응답 신뢰도	응답 신뢰도 점수가 20점 이상일 경우 검사 결과가 타당하지 않을 수 있습니다.	
무선 반응	같은 응답을 몇 개 이상 연속적으로 응답했을 경우 검사 결과가 타당하지 않을 수 있습니다.	

In 내적 역량 : Self Competence-Index & Out 사회적 역량 : Social Competence-Index

단위: T점수(백분위)

총 밸런스 역량 지수

Total Balance competence-Index

46(46)

44(41.4)

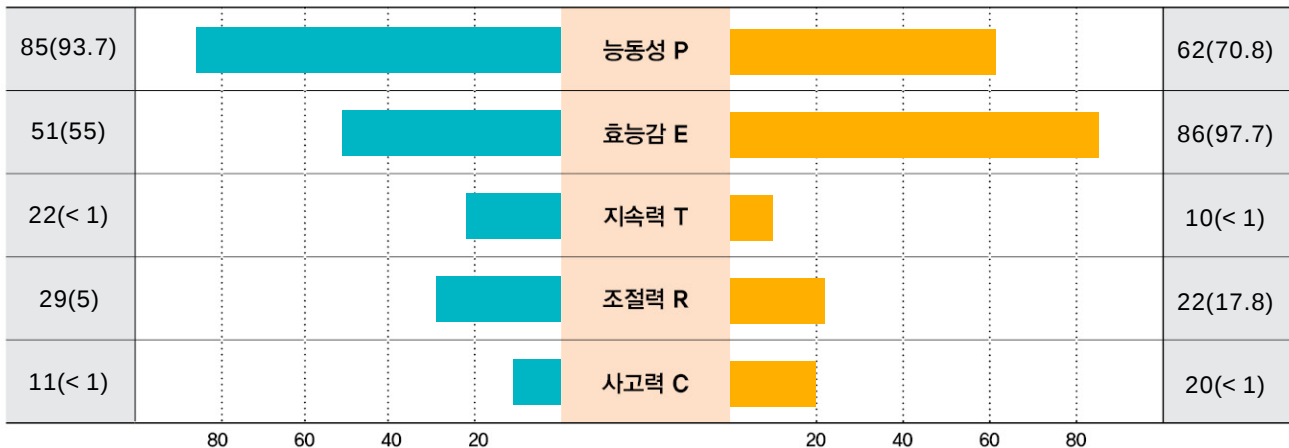
내적 역량 지수

Self Competence-Index

사회적 역량 지수

Social Competence-Index

50(50.7)



• 밸런스 역량 수준 분류표

수준명	취약(W)	보통(A)	우수(S)
백분위 범위(%ile)	0~20	21~80	81~100

SAMPLE

님의 밸런스 역량 점수는

46(46)

점으로

수준입니다.

SAMPLE

님은 입니다.

균형 유형은 개인의 내적 역량과 사회적 역량 사이의 균형을 나타냅니다.

SAMPLE 님의 내적 역량과 사회적 역량 총점의 점수 차는 6 점으로,

In 내적 역량 : Self Competence Index 하위요인 설명

가

능동성 P		가
효능감 E		가
지속력 T		가
조절력 R		
사고력 C		

Out 사회적 역량 : Social Competence Index 하위요인 설명

가

능동성 P		가
효능감 E		
지속력 T		가
조절력 R		
사고력 C		

단위: T점수(백분위)

밸런스 역량	In	Out	In-Out 총점
능동성 P	85(93.7)	62(70.8)	78(83.9)
효능감 E	51(55)	86(97.7)	72(77.3)
지속력 T	22(< 1)	10(< 1)	10(< 1)
조절력 R	29(5)	22(17.8)	19(12.5)
사고력 C	11(< 1)	20(< 1)	9(< 1)

SAMPLE In-Out
 SAMPLE 가
 가

- 역량 유형은 다섯 가지 역량 중에서 가장 높은 점수를 나타내는 것으로 유형화 한 것입니다.
- 개인의 목표 달성과 사회적 관계 유지를 위해 자신이 발휘하는 가장 뛰어난 역량이 무엇인지 확인할 수 있습니다.

다섯 가지 역량 유형

능동형
즐거운 도전주의자

확신형
자신있는 실현주의자

끈기형
인내하는 긍정주의자

적응형
조절하는 관용주의자

사고형
객관적인 공감능력자

In Out 심리적 안녕감을 확인해 봅시다.

심리적 안녕감

56(49)

단위: T점수(백분위)

낮음

다소 낮음

보통

다소 높음

높음

총 심리적 안녕감 지수는 56(49) 점으로, _____ 수준에 해당하는 것으로 나타납니다.

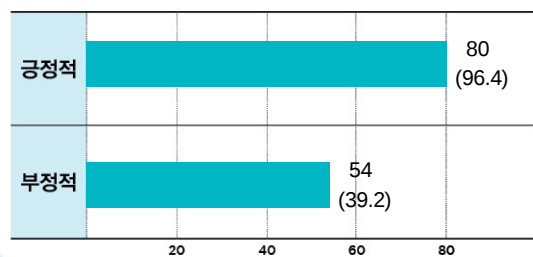
심리적 안녕감 지수는 내적 안녕감과 사회적 안녕감으로 구성되어 있습니다.

심리적 안녕감 지수는 수검자의 현재 상태의 자기 내면의 상태, 외부 환경과의 소통에서 경험하고 있는 심리적인 안녕감의 수준을 나타내는 지표입니다.

이는 시간 경과, 상황 혹은 환경의 변화에 따라 언제든지, 얼마든지 변화될 수 있습니다. 만일 수검자의 심리적인 안녕감의 수준이 현재 유의미한 정도로 저하되어 있다고 한다면, 추가적인 면담 혹은 심화된 심리 평가 시행을 통해 현재 수검자의 심리적인 안녕감에 부정적인 영향을 주고 있는 요인들에 대한 심층적인 점검과 탐색이 도움이 됩니다.

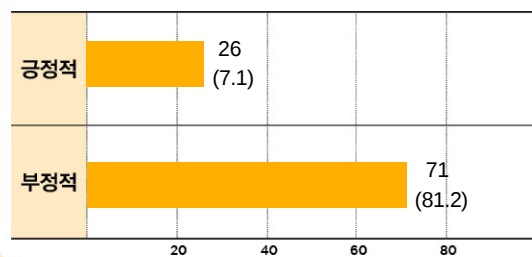
내적 안녕감

Self Well-being

75
(78.5)

사회적 안녕감

Social Well-being

27
(11.3)

· 심리적 안녕감 수준 분류표

수준명					
	낮음	다소 낮음	보통	다소 높음	높음
백분위 범위(%ile)	0~20	21~40	41~60	61~80	81~100

· 인아웃 밸런스 역량검사를 통해 자신의 강점과 보완이 필요한 역량, 역량 간의 균형, 그리고 정서적 안녕감의 상태를 파악할 수 있습니다. 이를 기반으로 진로나 직무선택, 성장을 위한 계획 수립 등에 활용할 수 있습니다.