

Kwestionariusz osobowości autorstwa Taylora Hartmana

CZĘŚĆ I – Wady i zalety osobowości

Zaznacz jedną odpowiedź z każdej grupy, która najbardziej do Ciebie pasuje. Następnie policz ile razy znaczyłeś poszczególne litery.

Nr	A	B	C	D
1	Nie zmieniam poglądów.	Jestem opiekuńczy.	Jestem pomysłowy.	Lubię rozrywki.
2	Lubię mieć władzę.	Jestem perfekcjonistą.	Jestem niezdecydowany.	Jestem egocentryczny.
3	Jestem dominujący.	Jestem życzliwy.	Jestem tolerancyjny.	Jestem entuzjastyczny.
4	Jestem samodzielny.	Jestem podejrzliwy.	Jestem niepewny siebie.	Jestem naiwny.
5	Szybko podejmuję decyzje.	Jestem lojalny.	Jestem zadowolony.	Jestem wesoły.
6	Jestem arogancki.	Często się martwię.	Jestem uparty.	Jestem niestały w uczuciach.
7	Jestem asertywny.	Można na mnie polegać.	Jestem miły.	Jestem towarzyski.
8	Jestem apodyktyczny.	Jestem samokrytyczny.	Jestem niechętny do działania.	Lubię prowokować.
9	Lubię działać.	Mam naturę analityka.	Jestem wyrozumiały.	Jestem beztroski.
10	Jestem krytyczny.	Jestem nadwrażliwy.	Jestem nieśmiały.	Bywam trudny do zniesienia.
11	Jestem stanowczy.	Jestem pedantyczny.	Uważnie słucham.	Lubię przyjęcia.
12	Jestem wymagający.	Nie wybaczam.	Brak mi motywacji.	Jestem próżny.
13	Jestem odpowiedzialny.	Jestem idealistą.	Jestem delikatny.	Jestem szczęśliwy.
14	Jestem niecierpliwy.	Miewam zmienne nastroje.	Jestem bierny.	Jestem impulsywny.
15	Mam silną wolę.	Szanuję innych.	Jestem cierpliwy.	Lubię żartować.
16	Lubię dyskutować.	Jestem marzycielem.	Brak mi celu w życiu.	Przerywam innym.
17	Jestem niezależny.	Można mi zaufać.	Jestem zrównoważony.	Jestem ufny.
18	Jestem agresywny.	Często wpadam w depresję.	Bywam wieloznaczny.	Jestem zapominalski.
19	Jestem władczy.	Jestem rozważny.	Jestem taktowny.	Jestem optymistą.
20	Jestem mało wrażliwy.	Często osądzam ludzi.	Jestem nudny.	Jestem niezdyscyplinowany.
21	Myślę logicznie.	Ulegam emocjom.	Jestem ustępliwy.	Jestem lubiany.
22	Mam zawsze rację.	Często mam poczucie winy.	Jestem mało entuzjastyczny.	Jestem mało zaangażowany.
23	Jestem pragmatykiem.	Jestem kulturalny.	Jestem otwarty.	Jestem spontaniczny.
24	Jestem bezlitosny.	Jestem troskliwy.	Nie emocjonuję się tym, co robię.	Lubię się popisywać.
25	Skupiam się na osiągnięciu celu.	Jestem szczerzy.	Jestem dyplomatą.	Jestem energiczny.
26	Jestem nietaktowny.	Jestem wybredny.	Jestem leniwy.	Jestem hałaśliwy.

27	Jestem bezpośredni.	Jestem twórczy.	Łatwo się przystosowuję.	Żyję na pokaz.
28	Jestem wyrachowany.	Jestem obłudny.	Jestem zakompleksiony.	Jestem niezorganizowany.
29	Jestem pewny siebie.	Jestem zdyscyplinowany.	Jestem sympatyczny.	Jestem charyzmatyczny.
30	Onieśmielam innych.	Jestem ostrożny.	Jestem nieproduktywny.	Unikam konfrontacji.
Σ₂	A - ...	B - ...	C - ...	D - ...

CZĘŚĆ II – Sytuacje

Zastanów się jak zareagowałbyś w sytuacji opisanych poniżej. Zaznacz jedną odpowiedź, która najbardziej do Ciebie pasuje.

Następnie policz ile razy znałyś poszczególne litery.

Nr	A	B	C	D
Gdybym starał się o pracę, prawdopodobnie zatrudniono by mnie, bo jestem:				
31	Bezpośredni i mocno angażuję się w to, co robię.	Rozważny, dokładny i można na mnie polegać.	Cierpliwy, taktowny i łatwo adaptuję się w nowych sytuacjach.	Towarzyski, nonszalancki i pełen zapału.
Gdy w związku intymnym czuję się zagrożony przez partnera, wtedy:				
32	Odczuwam gniew i reaguję agresywnie.	Płaczę, czuję się urażony, planuję zemstę.	Jestem spokojny, wycofuję się, często powstrzymuję złość, a potem wybucham z powodu byle drobiazgu.	Dystansuję się i unikam dalszych konfliktów.
Życie ma sens tylko wtedy gdy:				
33	Dążę do osiągnięcia wyznaczonego celu i jestem aktywny.	Przebywam z ludźmi i mam określony cel.	Jestem wolny od stresów i napięć.	Mogę się nim cieszyć i nie mam powodów do żartów.
Jako dziecko byłem:				
34	Uparty, błyskotliwy i/lub agresywny.	Grzeczny, troskliwy i/lub miałem skłonność do depresji.	Cichy, niewymagający i/lub nieśmiały.	Gadatliwy, zadowolony i/lub chętny do zabawy.
Jako osoba dorosła jestem:				
35	Uparty, stanowczy i/lub apodyktyczny.	Odpowiedzialny, uczciwy i/lub pamiętliwy.	Tolerancyjny, zadowolony i/lub brakuje mi motywacji.	Charyzmatyczny, pozytywnie nastawiony do życia i/lub bywam nieźnośny.
Jako rodzic jestem:				
36	Wymagający, porywczy i/lub bezkompromisowy.	Troskliwy, wrażliwy i/lub krytyczny.	Skłonny do ustępstw, na wszystko pozwalam i/lub czuję się przytłoczony.	Chętny do zabaw, niesystematyczny i/lub nieodpowiedzialny.
Podczas sprzeczek z przyjaciółmi najczęściej:				
37	Upieram się przy swoim zdaniu.	Myślę o zasadach jakie wyznają i zastanawiam się nad tym, co czują.	Jestem zacięty, czuję się nieswojo i/lub jestem zmieszany.	Zachowuję się głośno, czuję się nieswojo i/lub idę na kompromis.

Gdy przyjaciele mają kłopoty jestem:				
38	Opiekuńczy, zaradny i łatwo znajduję rozwiązanie problemu.	Szczerze zainteresowany, współczuję i jestem lojalny - niezależnie od problemu.	Cierpliwy, potrafię podnieść na duchu i chętnie słucham.	Powściągliwy w wydawaniu opinii, nastawiony optymistycznie i potrafię rozładować napiętą atmosferę.
Podjmując decyzje jestem:				
39	Asertywny, precyzyjny i logiczny.	Rozważny, dokładny i ostrożny.	Niezdecydowany, nieśmiały i zniechęcony.	Impulsywny, niekonsekwentny i mało zaangażowany.
W obliczu niepowodzeń:				
40	W duchu jestem samokrytyczny, ale głośno bronię swoich racji i nie przyznaję się do winy.	Mam poczucie winy, jestem samokrytyczny, mam skłonność do depresji i w nią wpadam.	W duchu odczuwam niepewność i strach.	Jestem zażenowany i nerwowy, staram się uciec od problemu.
Gdy ktoś mnie urazi:				
41	Jestem zdenerwowany i w duchu planuję szybki rewanż.	Czuję się głęboko dotknięty i w zasadzie nigdy całkowicie nie wybaczam. Zemsta to za mało.	W głębi duszy się zraniony i szukam odwetu i/lub staram się unikać tej osoby.	Unikam konfrontacji, uznaję sytuację za niewartą zachodu i/lub szukam pomocy u przyjaciół.
Praca to:				
42	Najlepszy sposób na życie.	Czynność, którą należy wykonywać najlepiej jak się potrafi, lub nie wykonywać wcale. Moje motto to: najpierw obowiązek, potem przyjemność.	Działalność pozytywna, jeśli sprawia mi przyjemność i nie mam obowiązku doprowadzenia jej do końca.	Zło konieczne, zdecydowanie mniej przyjemne od rozrywki.
W sytuacjach towarzyskich ludzie najczęściej:				
43	Boję się mnie.	Podziwiają mnie.	Zajmują się mną.	Zazdroszczą mi.
W związkach intymnych najbardziej zależy mi, by być:				
44	Aprobowanym i postępować słusznie.	Rozumianym, docenianym i bliskim drugiej osobie.	Szanowanym, tolerancyjnym i zgodnym.	Docenianym, wolnym i dobrze się bawić.
By czuć się dobrze, potrzebuję:				
45	Przywództwa, przygód, działania.	Bezpieczeństwa, pracy twórczej, celu.	Akceptacji i bezpieczeństwa.	Rozrywki, pracy sprawiającej przyjemność i towarzystwa innych ludzi.
Σ_2	A - ...	B - ...	C - ...	D - ...

Zsumuj wyniki z I i II części testu

Σ_{1+2}	A - ...	B - ...	C - ...	D - ...
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------