



Výnimočné školy

Ján Belák

Test temperamentu

TEST TEMPERAMENTU

Aký/á si? Ako sa bežne správaš? Zakrúžkuj každú charakteristiku, ktorá ťa vystihuje a pripočítaj si za ňu 1 bod.

A: 1. uponáhľaný; 2. výbušný; 3. netrpezlivý; 4. priamočiary vo vzťahu k ostatným ľuďom; 5. dávaš iniciatívne návrhy; 6. neústupný; 7. pri konflikte pohotový a rozhodný; 8. pracuješ nesystematicky; 9. rád riskuješ; 10. urážlivý; 11. rýchlo rozprávaš; 12. nevyrovnaný so sklonom reagovať unáhľene; 13. iniciatívny a aktívny; 14. neznášaš nedostatky; 15. máš výraznú mimiku; 16. dokážeš rýchlo konať a rozhodovať sa; 17. neustále ťa to ťahá k novému; 18. máš prudké, trhané pohyby; 19. si húževnatý pri dosahovaní vytýčeného cieľa; 20. máš sklon k zmenám nálady.

Spolu A

B: 1. veselý a optimistický; 2. energický a podnikavý; 3. často nedotiahneš začatú vec až do konca; 4. máš sklon podceňovať sám seba; 5. schopný rýchlo si osvojiť nové; 6. nestály v záujmoch a náklonnostiach; 7. ľahko prežívaš neúspechy a nepríjemnosti; 8. ľahko sa prispôbujete rôznym podmienkam; 9. so zápalom sa púšťaš do čohokoľvek nového; 10. rýchlo ochladneš, keď ťa niečo prestane zaujímať; 11. rýchlo sa zapájaš do novej práce a vieš sa ľahko preorientovať z jednej práce na druhú; 12. ťažko znášaš jednotvárnú, všednú, veľkú trpezlivosť vyžadujúcu prácu; 13. spoločenský, necítiš sa stiesnene pred ľuďmi, ktorých vidíš prvýkrát; 14. odolný voči záťaži; 15. hovoríš nahlas, rýchlo, zrozumiteľne, používaš pri tom živé gestá a výraznú mimiku; 16. dokážeš sa ovládnuť i v neočakávanej, zložitej situácii; 17. máš obvykle dobrú náladu; 18. rýchlo zaspávaš a ľahko sa zobúdzáš; 19. si často nesústredený; 20. občas sa rozhoduješ unáhľene.

Spolu B

C: 1. pokojný a chladnokrvný; 2. dôsledný a rozvážny; 3. opatrný a obozretný; 4. vieš čakať; 5. skôr mlčanlivý; 6. máš pokojnú, rovnomernú reč s prestávkami, bez prudko vyjadrených emócií, bez gestikulácie a výraznej mimiky; 7. zdržanlivý a trpezlivý; 8. čo raz začneš, to dokončíš; 9. neplytváš silami; 10. prísne dodržiavaš životný a pracovný rozvrh, ktorý si si vypracoval; 11. ľahko potlačuješ náhle vzplanutia; 12. si málo prístupný pochvale a pokarhaniu; 13. uštipačnosť a iróniu na svoju adresu prijímaš zhovievavo; 14. stály vo svojich vzťahoch; 15. pomaly sa zapájaš do práce a preorientovávaš na inú činnosť; 16. správaš sa ku všetkým rovnako; 17. máš vo všetkom rád presnosť a poriadok; 18. ťažko sa prispôbujete novej situácii; 19. je ti vlastná sebadisciplína a sebaovládanie; 20. stály vo svojich záujmoch.

Spolu C

D: 1. plachý a hanblivý; 2. v novej situácii strácaš hlavu; 3. robí ti ťažkosť nadviazať kontakt s neznámymi ľuďmi; 4. neveríš vo svoje sily; 5. ľahko znášaš samotu; 6. pri neúspechoch cítiš skleslosť a rozpaky; 7. máš sklon uzatvárať sa sám do seba; 8. rýchlo sa unavíš; 9. hovoríš slabou, tichou rečou, ktorá niekedy prechádza do šepotu; 10. podvedome sa prispôbujete charakteru toho, s ktorým hovoríš; 11. si citlivý až k slzám; 12. neobyčajne prístupný pochvale a pokarhaniu; 13. máš vysoké nároky na seba a na ľudí okolo; 14. náchylný k podozrievavosti a k prehnaným obavám; 15. až chorobne citlivý a ľahko zraniteľný; 16. nadmieru urážlivý; 17. uzavretý a nespooločenský, s nikým sa nedeliš o svoje myšlienky; 18. málo aktívny; 19. bez frflania pokorný; 20. snažíš sa často vyvolať súcit a pomoc ostatných.

Spolu D

JA = A+B+C+D

	Ax100/JA	Bx100/JA	Cx100/JA	Dx100/JA
T =				

(hodnoty zaokrúhli na celé čísla a skontroluj, či súčet % jednotlivých typov dáva 100)