Big Five©plus(v6).

Vă rugăm să citiţi următoarele situaţii şi, pentru fiecare caz în parte, să alegeţi o singură variantă, o singură frază /propoziţie. De fiecare dată vă rugăm să alegeţi varianta care vă caracterizează cel mai bine sau care este cea mai aproape de opinia dumneavoastră. Marcaţi cu un „X" răspunsul dumneavoastră (se repetă) în căsuţa din faţa variantei alese.

Nu există răspunsuri bune sau rele, corecte sau greşite, ci doar opinii diferite!

1. Faţă de necunoscuţi, am o atitudine mai degrabă:
- ☐ prietenoasă şi expansivă;
- ☐ distantă şi rezervată.

2. Atunci când sunt la o petrecere:
- ☐ sunt în mijlocul acţiunii, înconjurat de ceilalţi ;
- ☐ prefer să stau de o parte şi să observ.

3. În grupul de prieteni sunt cel/cea care:
- ☐ preia mereu iniţiativa;
- ☐ îi lasă pe alţii să o facă.

4. Când am timp liber,:
- ☐ mă simt mai bine dacă ies în oraş cu prietenii;
- ☐ prefer să mă uit la un film bun acasă.

5. Consider că:
- ☐ nu am multe secrete faţă de prietenii mei;
- ☐ sunt multe lucruri pe care le ţin numai pentru mine.

6. Cel mai bine mă simt:
- ☐ când sunt numai eu şi gândurile mele;
- ☐ când sunt înconjurat de mulţi oameni.

7. Dacă şeful îmi cere să realizez o sarcină inutilă:
- ☐ o execut fară să îmi exprim dezacordul;
- ☐ îi explic de ce cred că sarcina este nepotrivită.

8. Îmi plac mai mult întâmplările:
- ☐ care îmi provoacă senzaţii intense şi riscante;
- ☐ care îmi trezesc senzații și emoţii familiare.

9. Colegii m-ar caracteriza ca fiind o persoană:
- ☐ foarte veselă, care se bucură tot timpul;
- ☐ rezervată, cu picioarele pe pământ.

10. Atunci când sunt într-un colectiv nou:
- ☐ îmi fac prieteni cu uşurinţă;
- ☐ nu mă apropii afectiv prea mult de ceilalţi.

11. Când merg la petreceri:
- ☐ încerc să discut cu persoane necunoscute;
- ☐ prefer să rămân între prieteni.

12. Sunt o persoană care, mai degrabă:
- ☐ vorbeşte;
- ☐ ascultă.

13. Obişnuiesc:
- ☐ să găsesc mereu câte ceva de făcut;
- ☐ să îmi fac mai mult timp pentru a mă relaxa.

14. Sunt mereu în căutarea:
- ☐ unor senzaţii noi şi provocatoare;
- ☐ armoniei și calmului emoțional.

15. Când colegii fac o glumă pe seama mea:
- ☐ mă amuz împreună cu ei;
- ☐ mă întreb dacă au făcut-o cu intenţie.

16. Într-un grup de persoane necunoscute:
- ☐ aştept să facă ceilalţi primul pas;
- ☐ mă apropii cu uşurinţă de ceilalţi.

17. La petreceri:
- ☐ îmi place agitaţia şi bucuria zgomotoasă a celorlalţi;
- ☐ agitaţia şi gălăgia mă obosesc.

18. În relaţiile cu ceilalţi:
- ☐ îmi împărtăşesc fără rezerve emoţiile şi sentimentele;
- ☐ nu simt nevoia să mă implic emoţional prea mult.

19. După o zi grea de muncă:
- ☐ simt nevoia să ies în oraş cu colegii sau prietenii;
- ☐ prefer să citesc o carte sau să vizionez un film.

20. Mă simt în largul meu când:
- ☐ influenţez sau coordonez activitatea celorlalţi;
- ☐ îmi folosesc creativitatea pentru rezolvarea sarcinilor proprii.

21. Colegii de serviciu îmi pot reproşa, mai degrabă că:
- ☐ o fac pe şeful;
- ☐ nu ies din cuvântul şefului.

22. Nimic nu îmi încarcă bateriile mai mult decât:
- ☐ o mică petrecere cu prietenii sau colegii;
- ☐ o zi de lenevit.

23. Un ritm de viaţă liniştit:
- ☐ mă plictiseşte;
- ☐ mă face să mă simt confortabil.

24. Colegii mă caracterizează ca fiind o persoană:
- ☐ mereu glumeaţă;
- ☐ calmă şi distantă.

25. Pot spune despre prietenii mei că:
- ☐ mă cunosc destul de bine, aşa cum sunt eu;
- ☐ nu ştiu prea multe din ceea ce simt sau gândesc.

26. Lumea multă şi agitaţia din jurul meu:
- ☐ mă fac să mă simt bine;
- ☐ mă lasă indiferent.

27. De obicei:
- ☐ prefer să ies în evidenţă;
- ☐ prefer să nu fiu remarcat(ă).

28. Se poate spune despre mine că:
- ☐ sunt tot timpul ocupat(ă), pe fugă;
- ☐ sunt mereu relaxat(ă), liniştit(ă).

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

29. Prefer o zi de muncă:
- ☐ banală, fără prea multe surprize;
- ☐ cu momente de suspans şi neprevăzut.

30. În situaţiile dificile:
- ☐ fac o glumă ca să destind atmosfera;
- ☐ mă concentrez pe rezolvarea problemei.

31. Mi se reproşează mai degrabă că:
- ☐ mă risipesc, implicându-mă în prea multe activităţi sau proiecte;
- ☐ fac doar cât este absolut necesar.

32. Ideea apariţiei unor noi încercări sau provocări:
- ☐ nu mă bucură în mod deosebit;
- ☐ mă activează şi mă încântă.

33. Mă consider o persoană:
- ☐ mai degrabă serioasă;
- ☐ cu simţul umorului foarte bine dezvoltat.

34. În general:
- ☐ mi-ar fi greu fără prieteni buni, intimi;
- ☐ nu am nevoie de confidenţe intime cu ceilalţi.

35. De cele mai multe ori:
- ☐ mă indispune dacă nu am prietenii în preajmă;
- ☐ prefer să mă bucur de linişte şi intimitate.

36. Colegii îmi pot reproşa, mai degrabă că:
- ☐ încerc să le planific şi lor activităţile;
- ☐ aştept tot timpul ca altcineva să îmi spună ce am de făcut.

37. Într-o zi liberă, nu îmi place:
- ☐ să stau acasă singur(ă) cu gândurile mele;
- ☐ să fiu nevoit(ă) să plec de acasă.

38. Îmi plac mai mult:
- ☐ întâmplările surprinzătoare;
- ☐ evenimentele anticipate.

39. Spun celorlalţi despre mine că sunt fericit(ă):
- ☐ deseori;
- ☐ doar în situaţii speciale.

40. În general:
- ☐ sunt rezervat(ă), păstrând pentru mine ceea ce simt;
- ☐ vorbesc deschis celorlalţi, împărtăşindu-le sentimentele mele.

41. De cele mai multe ori:
- ☐ mă simt mai bine când sunt înconjurat de colegi sau prieteni;
- ☐ nu am nevoie de ceilalţi pentru a mă simţi bine.

42. În general:
- ☐ spun mereu ceea ce gândesc;
- ☐ intervin doar când cred că este esenţial să o fac.

43. Prietenii pot spune despre mine că sunt:
- ☐ în căutarea liniştii şi relaxării;
- ☐ dependent(ă) de acţiune, mereu în mişcare.

44. Cel mai mult îmi place:
- ☐ să lenevesc, fără să fac nimic special
- ☐ să fac mişcare, să merg la sală sau la dans.

45. Sunt gata să-mi asum riscuri:
- ☐ când se iveşte o ocazie atractivă;
- ☐ numai când este absolut necesar.

46. În general:
- ☐ râd cu uşurinţă la bancuri;
- ☐ nu gust decât bancurile cu adevărat reuşite.

47. Caut:
- ☐ senzaţiile obişnuite, previzibile;
- ☐ senzaţiile puternice şi neaşteptate.

48. Mă pot caracteriza ca fiind o persoană:
- ☐ un pic cam pesimistă;
- ☐ destul de optimistă.

49. Trebuie să recunosc că:
- ☐ nu pot să am încredere în celelalte persoane;
- ☐ acord prea multă încredere celorlalţi.

50. Din experienţa mea de viaţă am învăţat că:
- ☐ trebuie să fii întotdeauna tu însuţi(-ăţi);
- ☐ uneori trebuie să ştii să joci teatru.

51. Prietenii mei îmi reproşează că sunt o persoană:
- ☐ mai degrabă altruistă şi generoasă;
- ☐ mult prea egoistă.

52. În viaţa mea profesională predomină deciziile care:
- ☐ îmi aduc beneficii personale sau oportunităţi de promovare;
- ☐ contribuie la menţinerea bunelor relaţii cu ceilalţi.

53. În ceea ce priveşte bunele intenţii declarate de ceilalţi:
- ☐ sunt sceptic(ă) sau chiar cinic(ă);
- ☐ sunt optimist(ă) şi încrezător(-oare).

54. Atunci când ceilalţi sunt incorecţi sau trişează,
- ☐ trişez şi eu, adaptându-mă situaţiei;
- ☐ insist să fiu corect(ă), respectând regulile.

55. Sunt genul de persoană:
- ☐ mereu gata să sară în ajutorul celor necăjiţi sau în suferinţă;
- ☐ care preferă să nu se implice direct.

56. Când trebuie să vorbesc despre calităţile mele:
- ☐ o fac cu destulă uşurinţă;
- ☐ nu o fac cu multă plăcere.

57. Atunci când cineva este acuzat de ceva:
- ☐ începe să îmi fie milă de el/ea;
- ☐ sunt sigur(ă) că are şi el/ea o parte de vină.

58. Cred că oamenii lucrează mai eficient:
- ☐ dacă sunt supervizaţi şi controlaţi des;
- ☐ dacă li se dă „mână liberă” în rezolvarea problemelor profesionale.

59. De cele mai multe ori obişnuiesc:
- ☐ „să pun toate cărţile pe masă’’;
- ☐ să am mereu „ un as/atu în mânecă”.

60. Dacă cineva îmi cere ajutorul:
- ☐ nu pot să spun nu;
- ☐ îl ajut doar dacă am cum.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

61. Dacă ar fi să aleg, mi-ar plăcea mai mult:
- ☐ să particip la o competiţie profesională;
- ☐ să lucrez la un proiect important în echipă.

62. Dacă primesc aprecieri pentru munca mea, primul gând este că:
- ☐ evaluarea a fost puţin exagerată;
- ☐ meritele mi se cuvin în totalitate.

63. Atunci când cineva îmi relatează o situaţie dramatică:
- ☐ ascult cu compasiune şi îi ofer sprijin afectiv;
- ☐ mă întreb dacă nu cumva exagerează, „înflorind" un pic lucrurile.

64. Atunci când cineva îmi promite ceva foarte important:
- ☐ mă tem că nu-şi va respecta cuvântul;
- ☐ sunt convins(ă) că se va ţine de promisiune.

65. Consider că:
- ☐ scopul scuză mijloacele;
- ☐ trebuie să fii întotdeauna sincer şi corect.

66. Când un necunoscut se oferă să mă ajute, tind să cred că:
- ☐ este bine intenţionat;
- ☐ urmăreşte să obţină ceva.

67. Pentru a avea de câştigat în relaţiile cu ceilalţi:
- ☐ trebuie să ascunzi uneori adevărul;
- ☐ trebuie să fii întotdeauna onest cu ei.

68. Când un coleg îmi cere în mod repetat ajutorul:
- ☐ mă simt util(ă), folositor(-oare);
- ☐ simt că îmi răpeşte din timpul meu.

69. Dacă aş câştiga o sumă mare de bani:
- ☐ aş da jumătate celor nevoiaşi;
- ☐ aş investi banii sau i-aş depune în bancă.

70. Acord o mai mare importanţă:
- ☐ afirmării ideilor personale şi realizării profesionale;
- ☐ armoniei în relaţiile cu ceilalţi.

71. Recunosc că:
- ☐ deseori simt că sunt mai bun(ă) decât ceilalţi;
- ☐ nu văd acele calităţi prin care m-aş deosebi de ceilalţi.

72. În relaţiile cu ceilalţi pun mai degrabă preţ pe:
- ☐ emoţii;
- ☐ raţiune.

73. În relaţiile cu ceilalţi sunt:
- ☐ prudent(ă) și gata să fiu dezamăgit(ă);
- ☐ deschis(ă) și convins(ă) de bunele intenții ale celorlați.

74. Comit mici indiscreţii, umblând prin lucrurile sau hârtiile celorlalţi:
- ☐ rareori şi din curiozitate;
- ☐ nu mi se întâmplă să fac aceasta.

75. Îmi place să mă ocup mai degrabă:
- ☐ de propria persoană;
- ☐ de persoana de lângă mine.

76. Sunt dispus(ă) să fac compromisuri:
- ☐ dacă ştiu că asta îi poate face pe alţii fericiți;
- ☐ dacă mă aduce mai aproape de atingerea unor obiective importante.

77. Mă consider o persoană:
- ☐ care a realizat mult din ceea ce şi-a propus;
- ☐ ale cărei realizări nu sunt deosebite.

78. Când cineva cunoscut are o problemă:
- ☐ sufăr şi eu alături de el/ea;
- ☐ reuşesc să rămân obiectiv.

79. În competiţia cu ceilalţi:
- ☐ cedez prea uşor şi sunt mai degrabă defensiv;
- ☐ nu mă las uşor şi îmi place să câştig.

80. Uneori recunosc că:
- ☐ mă simt superior celorlalţi;
- ☐ mă umilesc prea mult şi nu am încredere în mine.

81. Când judec pe cineva care m-a dezamăgit, sunt mai degrabă:
- ☐ sentimental, lăsându-mă influenţat de emoţii;
- ☐ raţional, analizând logic situaţia.

82. Ceilalţi îmi pot reproşa că sunt:
- ☐ un pic cam suspicios;
- ☐ prea naiv şi încrezător.

83. Pentru mine, să arunc o privire printre lucrurile sau hârtiile celorlalţi:
- ☐ este un comportament acceptabil, generat de curiozitate;
- ☐ este un gest inacceptabil, destul de grav.

84. Când am ceva bani in plus, prefer:
- ☐ să cumpăr un cadou unui (unei) prieten(e);
- ☐ să îmi fac un moft.

85. În colectivul de lucru tind să fiu:
- ☐ exigent(ă), pentru a ajunge la cel mai bun rezultat;
- ☐ conciliant(ă), pentru a păstra bunele relaţii cu colegii.

86. Recunoaşterea muncii mele sau a unor rezultate deosebite, prefer să se facă:
- ☐ doar în particular;
- ☐ în faţa colegilor mei, în colectiv.

87. Oamenii străzii, cei care nu au casă:
- ☐ îmi provoacă milă, compasiune;
- ☐ sunt responsabili de viaţa pe care o duc.

88. De cele mai multe ori:
- ☐ sunt prudent(ă) sau neîncrezătoare în relațiile mele cu ceilalți;
- ☐ mă dezvălui cu ușurință și "îmi pun sufletul pe masă".

89. Când comunic cu ceilalţi, de cele mai multe ori:
- ☐ spun mai degrabă ceea ce vor ei să audă;
- ☐ spun direct ceea ce urmăresc eu.

90. Îmi ajut colegii de muncă:
- ☐ dacă şi ei fac la fel cand îi solicit;
- ☐ chiar dacă ei nu mă ajută.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

91. Pentru mine este mai importantă:
- ☐ atingerea obiectivelor profesionale;
- ☐ calitatea relaţiei cu colegii.

92. Colegii mă consideră o persoană:
- ☐ cooperantă;
- ☐ competitivă.

93. Colegii îmi reproşează că sunt o persoană:
- ☐ modestă, cu prea mult bun simţ;
- ☐ care afişează prea multă încredere în sine.

94. Pot spune despre mine că:
- ☐ mă identific foarte uşor cu durerea altor persoane;
- ☐ rămân rece și distant în situațiile dramatice.

95. Din punct de vedere profesional, cred că:
- ☐ sunt printre cei mai buni;
- ☐ sunt la fel de bun ca ceilalţi.

96. Filmele care prezintă situaţii triste şi dramatice:
- ☐ le trăiesc cu toată intensitatea, suferind alături de personaje;
- ☐ le trăiesc cu oarecare detaşare.

97. Înainte de o călătorie sau un eveniment important:
- ☐ trăiesc stări de neliniște și de teamă difuză;
- ☐ simt doar nerăbdare și bucurie.

98. Atunci când cineva îmi face o nedreptate:
- ☐ mă înfurii;
- ☐ rămân calm(ă) şi îl evit pe viitor.

99. Timpul posomorât:
- ☐ mă face să mă simt trist(ă);
- ☐ nu mă influenţează în mod deosebit.

100. Când şeful vorbeşte despre realizările mele:
- ☐ "mă umflu în pene" şi mă simt bine;
- ☐ "mă fac mic" şi mă intimidez.

101. De regulă:
- ☐ trăiesc stări de neliniște sau de frică, fără nici un motiv vizibil:
- ☐ nu am temeri sau griji fără un motiv foarte clar.

102. În disputele aprinse, reproşurile sau injuriile:
- ☐ foarte greu pot să mă tulbure;
- ☐ trezesc în mine revolta şi enervarea.

103. De regulă, am o dispoziţie mai degrabă:
- ☐ expansivă, mereu în vervă şi acţiune;
- ☐ rezervată, mai mult pe gânduri şi retrasă.

104. Atunci când îmi place foarte mult un fel de mâncare:
- ☐ gust câte puţin, savurând fiecare îmbucătură;
- ☐ mănânc pe nerăsuflate mai mult ca de obicei.

105. Tensiunea de pe ultima sută de metri în finalizarea unui proiect:
- ☐ mă activează;
- ☐ îmi displace.

106. În situaţii dificile:
- ☐ am încredere că totul se va rezolva de la sine;
- ☐ mi-e teamă că situaţia se va complica.

107. Atunci când sunt bârfit(ă):
- ☐ „îmi clocoteşte sângele în vene” de nervi;
- ☐ nu bag în seamă şi-i las să vorbească.

108. Când mă gândesc la trecutul meu, văd mai degrabă:
- ☐ evenimentele plăcute, fericite;
- ☐ evenimentele neplăcute, triste.

109. Când cineva mă critică:
- ☐ am tendinţa să recunosc că sunt vinovat(ă);
- ☐ mă gândesc că se înşeală în privinţa mea.

110. Cred că mă caracterizează cel mai bine proverbul:
- ☐ “Trăieşte clipa ca şi cum ar fi ultima”;
- ☐ “Prudenţa este mama înţelepciunii”.

111. Mă nemulţumesc mai degrabă:
- ☐ perioadele tensionate, stresante;
- ☐ perioadele de prea mult calm.

112. Atunci când sunt mulţumit(ă) de rezultatul unui proiect profesional finalizat:
- ☐ sunt sigur(ă) că şeful va avea cuvinte de laudă;
- ☐ îmi este teamă că şeful nu îmi va aprecia munca.

113. Dacă cineva îmi blochează drumul:
- ☐ îmi pierd uşor cumpătul;
- ☐ aştept calm până se dă la o parte.

114. Când mă gândesc la cei dragi mie:
- ☐ mi-e teamă uneori că li s-ar putea întâmpla ceva rău;
- ☐ îmi spun că sunt mereu în siguranță.

115. Sunt genul de persoană:
- ☐ căreia îi sare prea repede ţandăra;
- ☐ care este prea calm(ă) şi impasibil(ă).

116. Gândindu-mă la viaţa mea:
- ☐ mă declar mulţumit(ă), fericit(ă);
- ☐ nu am prea multe motive să fiu mulţumit(ă).

117. Gândul că mâine este o nouă zi, de cele mai multe ori:
- ☐ mă entuziasmează;
- ☐ nu mă încântă prea mult.

118. Când intru într-o încăpere plină de persoane necunoscute:
- ☐ mă simt bine că toată lumea mă priveşte;
- ☐ am impresia că toţi mă evaluează şi mă judecă.

119. Mi se întâmplă să cheltui mai mult decât îmi permit:
- ☐ destul de rar;
- ☐ destul de des.

120. Situaţiile neprevăzute, cele care intervin peste activităţile zilnice, sunt:
- ☐ un factor inhibitor pentru munca mea;
- ☐ un factor stimulator pentru mine.

121. Când primesc o sarcină foarte dificilă:
- ☐ sunt calm(ă) şi încrezător(-oare);
- ☐ sunt tensionat(ă) şi nesigur(ă).

122. Cei care mă cunosc ar putea spune despre mine că:
- ☐ nu m-au văzut niciodată nervos(-oasă);
- ☐ mă enervez uşor.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

123. Prietenii îmi pot reproşa că:
- ☐ mă arăt prea mulţumit(ă) de persoana mea;
- ☐ am o părere prea negativă despre mine.

124. Ideea de a mă adresa unui public necunoscut:
- ☐ mă face să mă simt tensionat(ă) şi să am emoţii;
- ☐ nu mă nelinişteşte.

125. Îmi place:
- ☐ să profit de micile plăceri vieţii, chiar dacă uneori exagerez;
- ☐ să trăiesc cumpătat, controlându-mi comportamentul.

126. În condiţii de stres intens:
- ☐ reuşesc să mă mobilizez cel mai bine;
- ☐ sunt tensionat(ă) şi risc să clachez.

127. Sunt o persoană care:
- ☐ se ruşinează greu;
- ☐ este uşor de stânjenit.

128. Mă caracterizează faptul că:
- ☐ nu prea mă pot abţine când vreau ceva;
- ☐ îmi controlez eficient impulsurile.

129. În situaţii deosebit de stresante mă simt:
- ☐ încrezător(-oare) şi greu de doborât;
- ☐ uşor de afectat şi sensibil(ă) emoţional.

130. Cu o oră înainte de un eveniment important:
- ☐ sunt liniştit(ă) pentru că sunt sigur(ă) că m-am pregătit;
- ☐ intru uşor în panică.

131. În situaţii de conflict:
- ☐ sunt relativ calm(ă);
- ☐ „tun şi fulger".

132. Mă consider o persoană:
- ☐ greu de întristat şi supărat.
- ☐ care se întristează uşor;

133. În discuţiile profesionale, prefer:
- ☐ să mă implic chiar dacă pot fi criticat de ceilalţi;
- ☐ să nu atrag atenţia asupra mea.

134. Mi se potriveşte mai bine proverbul:
- ☐ „Cu răbdarea treci marea";
- ☐ „Ce-i în mână nu-i minciună".

135. Presiunea sarcinilor importante:
- ☐ îmi crează o stare de disconfort;
- ☐ mă stimulează/ îmi pune sângele în mişcare.

136. Pot fi caracterizat ca o persoană:
- ☐ curajoasă;
- ☐ temătoare.

137. Dintr-o dispută cu cineva care nu are dreptate, dacă se continuă:
- ☐ încep să mă enervez şi ridic tonul;
- ☐ îmi pierd interesul sau încep să mă amuz.

138. Mult mai des mă simt:
- ☐ deprimat(ă) şi fără chef de viaţă;
- ☐ vesel(ă) şi plin(ă) de energie.

139. Când mă aflu în centrul atenţiei:
- ☐ mă tem să nu devin ridicol(ă) ;
- ☐ mă simt apreciat(ă).

140. Când cineva necunoscut mă priveşte în mod insistent:
- ☐ cred că este interesat de mine sau admiră ceva la mine;
- ☐ mă gândesc că ceva nu-i place la mine.

141. După o zi de cumpărături mi se întâmplă:
- ☐ să rămân fără nici un ban;
- ☐ să mă bucur că am cheltuit doar o parte din banii planificaţi cumpărăturilor.

142. Presiunea realizării unei activităţi într- un timp scurt:
- ☐ creşte puterea mea de concentrare;
- ☐ mă face să mă concentrez cu oarecare dificultate.

143. Când am mai mulţi bani, îmi place să îi cheltui:
- ☐ după pofta inimii;
- ☐ cu moderaţie.

144. Într-o zi de muncă, sunt mai multe şanse să apară ceva care să mă facă să mă simt :
- ☐ să mă facă să mă simt bine, competent(ă) ;
- ☐ să mă facă să mă simt nepriceput(ă), incapabil(ă).

145. Când mi se dă o sarcină nouă:
- ☐ ştiu că voi face exact ceea ce aşteaptă şeful;
- ☐ nu sunt convins(ă) că o voi rezolva conform cerinţelor şefului.

146. Prefer să mă decid unde îmi voi petrece vacanţa:
- ☐ spontan, cu puţin timp înainte de a pleca;
- ☐ cu mult timp înainte, după o planificare atentă.

147. Dacă se întâmplă să nu îmi îndeplinesc o promisiune faţă de un prieten:
- ☐ mă simt vinovat(ă) şi am mustrări de conştiinţă mult timp;
- ☐ trec peste, propunându-mi să mă revanşez altă dată.

148. Mi se poate reproşa mai mult că:
- ☐ mă mulţumesc cu puţin.
- ☐ sunt prea ambiţios;

149. Îmi place mai mult:
- ☐ să sistematizez informaţiile despre temele care mă interesează;
- ☐ să descopăr lucuri noi fără să încerc să le organizez.

150. Se poate spune despre mine că:
- ☐ am tendinţa să amân plata unor datorii financiare sau morale;
- ☐ respect cu multă stricteţe angajamente luate sau plata datoriilor.

151. Pot să spun despre mine că sunt motivat(ă) :
- ☐ de nevoia de a realiza mai mult;
- ☐ de plăcerea de a găsi confortul şi relaxarea.

152. Succesul, pentru mine înseamnă:
- ☐ a obţine cu costuri mici ceea ce mi-am planificat.;
- ☐ a munci din greu, perseverând în tot ceea ce fac.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

153. Când călătoresc într-un loc nou:
- ☐ îmi fac toate mofturile fără să mă gândesc la bani;
- ☐ chibzuiesc banii şi pun bani deoparte pentru cheltuieli neprevăzute.

154. Mi se întâmplă să îmi pierd încrederea în capacitatea mea de a face față situațiilor complicate:
- ☐ uneori;
- ☐ doar în situații excepționale.

155. Îmi place:
- ☐ să ţin o agendă în care să îmi notez activităţile planificate;
- ☐ să nu depind de datele notate într-o agendă.

156. Mă deranjează mai mult dacă:
- ☐ nu reuşesc să îmi ţin o promisiune față de un prieten;
- ☐ sunt constrâns de prea multe promisiuni.

157. Pot spune despre mine că:
- ☐ ştiu ce vreau de la viaţă;
- ☐ îmi schimb des opţiunile în funcţie de situaţie.

158. Dacă mă înscriu la anumite activităţi opţionale:
- ☐ mi se întâmplă să renunţ la ele pe parcurs;
- ☐ le urmez întotdeauna până la sfârşit.

159. Pentru problemele lipsite de importanţă iau decizii:
- ☐ uşor, chiar dacă nu cunosc toate informaţiile;
- ☐ numai dacă cunosc toate datele de care am nevoie.

160. Dacă ar fi fost să îmi schimb cariera profesională:
- ☐ nu mi-ar plăcea să o iau de la capăt;
- ☐ cred că aş putea să o fac cu uşurinţă.

161. Mi se poate reproşa că:
- ☐ îmi planific prea în amănunt totul;
- ☐ sunt prea imprevizibil(ă).

162. Viaţa mea este pe drumul:
- ☐ pe care mi-l construiesc eu;
- ☐ pe care soarta mi-l deschide.

163. Prefer să :
- ☐ îmi planific din timp activităţile sociale;
- ☐ mă adaptez din mers schimbărilor.

164. Pentru mine, toate regulile sunt făcute:
- ☐ pentru a fi respectate necondiţionat;
- ☐ pentru a fi încălcate dacă situaţia o cere.

165. Sunt mândru(ă) de mine mai ales pentru că:
- ☐ pot să ocolesc regulile şi să profit de oportunităţi;
- ☐ mă străduiesc să nu încalc principiile şi normele morale ale societăţii.

166. Pentru mine, reuşita în viaţă înseamnă:
- ☐ un trai tihnit, fără multe eforturi;
- ☐ atingerea unor obiective profesionale ambiţioase.

167. Cred că este mai important:
- ☐ să te opreşti la timp, atunci când lucrurile nu merg;
- ☐ să duci la bun sfârşit ceea ce ai început deja.

168. Consider că cea mai bună soluţie la o problemă ambiguă este:
- ☐ prima care îţi vine în minte;
- ☐ cea bazată pe o analiză minuţioasă.

169. Ceilalți știu despre mine că:
- ☐ mă descurc, fără probleme, în orice situație;
- ☐ în situațiile prea dificile sunt tentat(ă) să mă dau bătut(ă).

170. O planificare realizată din timp:
- ☐ mă ajută să nu ratez momente personale sau activități profesionale importante;
- ☐ mă face să regret că m-am încărcat cu tot felul de obligații.

171. Mi s-ar putea reproşa mai degrabă că sunt o persoană:
- ☐ excesiv de corectă;
- ☐ un pic cam oportunistă.

172. Am tendinţa să îmi propun:
- ☐ lucruri obişnuite care îmi aduc satisfacţii zilnice;
- ☐ lucruri deosebite care să mă facă apreciat de ceilalţi.

173. Dacă aleg voluntar o sarcină şi descopăr că nu îmi place:
- ☐ caut ceva mai stimulativ;
- ☐ o continui aşa cum este.

174. Când văd un lucru scump care îmi place:
- ☐ mă gândesc mult dacă mi-l pot permite;
- ☐ fac tot posibilul să-l cumpăr.

175. Mi se poate reproşa că:
- ☐ nu finalizez întotdeauna ceea ce am început;
- ☐ nu pot renunţa la activităţile începute, care nu mai sunt importante.

176. Sunt adeptul principiului
- ☐ „Trăieşte clipa!”
- ☐ „Prudenţa este mama înţelepciunii.”

177. Mi se poate reproşa că :
- ☐ sunt mult prea spontan(ă) şi grăbit(ă) în a lua decizii;
- ☐ gândesc mult înainte de a acţiona.

178. Cred că:
- ☐ îmi controlez foarte bine viaţa;
- ☐ sunt întâmplări care decid care este cea mai bună cale de urmat.

179. Pot avea dificultăţi în finalizarea proiectelor pentru că:
- ☐ sunt creativ(ă) şi împrăştiat(ă);
- ☐ sunt rigid(ă) şi minuţios(-oasă).

180. Când este vorba de principii sau obligaţii morale sunt mai degrabă:
- ☐ permisiv(ă), acceptând mici compromisuri;
- ☐ exigent(ă), respingând orice încălcare a lor.

181. Ideea de a fi apreciat(ă) drept o persoană de succes:
- ☐ nu mi se pare importantă;
- ☐ mă ambiţionează.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

182. Prietenii spun despre mine că:
- ☐ sunt o persoană prea conştiincioasă;
- ☐ am nevoie de un impuls ca să încep ceva.

183. Atunci când mi se propune să fac ceva nou, am tendinţa:
- ☐ să analizez bine situaţia pentru a anticipa rezultatele;
- ☐ să mă hotărăsc rapid.

184. În general:
- ☐ am prea multă încredere în competenţele mele profesionale;
- ☐ mi se întamplă să mă îndoiesc de ele.

185. Pot spune că:
- ☐ îmi place să ţin o agendă în care să îmi notez activităţile zilnice;
- ☐ nu consider necesară o astfel de agendă.

186. O promisiune fără prea mare importanţă:
- ☐ o ignor dacă este necesar;
- ☐ o respect chiar dacă îmi aduce deservicii.

187. Pot spune despre mine că:
- ☐ nu îmi propun proiecte ambiţioase sau dificile;
- ☐ sunt o persoană extrem de ambiţioasă.

188. Mă consider o persoană :
- ☐ care se bucură de viaţă şi plăcerile ei;
- ☐ care îşi urmăreşte cu ambiţie obiectivele personale.

189. Pentru mine succesul înseamnă:
- ☐ a obţine rapid ceea ce îmi doresc;
- ☐ a munci din greu construind un viitor.

190. Dacă trebuie să iau o decizie, oricât de măruntă:
- ☐ cântăresc atent toate consecinţele;
- ☐ mă hotărăsc repede.

191. Mi se întâmplă frecvent:
- ☐ să trec prea rapid la următoarea sarcină;
- ☐ să insist mult pe finalizarea unei sarcini începute.

192. Mă simt capabil(ă) şi pregătit(ă) să rezolv probleme profesionale dificile:
- ☐ indiferent cât de complicată ar fi situaţia;
- ☐ numai în situaţiile clare şi familiare.

193. Îmi place să mă destind:
- ☐ realizând diferite activităţi practice;
- ☐ visând cu ochii deschişi.

194. Acord frumosului (vernisaje, expoziţii de artă):
- ☐ foarte puţin din timpul meu liber;
- ☐ mai mult timp şi efort decât cei pe care îi cunosc.

195. În general,
- ☐ trăiesc emoţiile, fără să le analizez prea mult;
- ☐ îmi analizez cu mare atenţie propriile emoţii.

196. În viaţa profesională:
- ☐ caut mereu schimbarea pentru a încerca ceva nou;
- ☐ caut stabilitatea şi controlul

197. Îmi place mai mult să caut:
- ☐ soluţii creative sau fanteziste;
- ☐ soluţii realiste, imediat aplicabile.

198. Mi s-ar putea reproşa mai degrabă că:
- ☐ nu sunt un mare pasionat de artă;
- ☐ sunt prea preocupat de manifestările artistice.

199. Îmi place:
- ☐ să exprim public ceea ce simt, transmiţând celorlalţi emoţiile şi trăirile personale;
- ☐ să ţin pentru mine cele mai intime emoţii.

200. Îmi plac cărţile sau articolele:
- ☐ cu intrigă clară, uşor de urmărit;
- ☐ complicate, cu sensuri şi semnificaţii greu de intuit.

201. Societatea în care trăim este:
- ☐ prea permisivă;
- ☐ prea conservatoare.

202. Consider că mă caracterizează mai degrabă:
- ☐ o imaginaţie vie;
- ☐ realismul cu care privesc lucrurile.

203. Prefer:
- ☐ concretul tehnic;
- ☐ frumosul artistic.

204. Mi se întâmplă să fiu indispus(ă) fără să ştiu de ce:
- ☐ foarte des;
- ☐ foarte rar.

205. Se poate spune despre mine mai ales că:
- ☐ îmi schimb foarte greu obiceiurile şi preferinţele;
- ☐ prefer să încerc ceea ce este nou.

206. Când explic ceva, prefer să utilizez:
- ☐ multe analogii şi metafore;
- ☐ exemple concrete şi descrieri exacte.

207. Oamenii care au valori şi credinţe diferite de ale majorităţii, ar trebui:
- ☐ să respecte valorile și credințele majorității;
- ☐ să aibă libertatea de a-și apăra și promova propriile valori și credințe.

208. Când am de rezolvat o sarcină îmi place:
- ☐ să mă bazez pe spiritul meu practic;
- ☐ să fac apel la imaginaţie.

209. Gusturile mele se îndreaptă către obiecte :
- ☐ practice şi utile;
- ☐ cu valoare artistică şi estetică.

210. Când am timp prefer să mă gândesc:
- ☐ la tot felul de lucruri fanteziste, utopice;
- ☐ la planuri concrete, pragmatice.

211. Îmi face mai multă plăcere să merg la:
- ☐ un salon auto;
- ☐ un muzeu de artă.

212. Pot spune despre mine că:
- ☐ sunt rezervat(ă) în a-mi exprima public sentimentele;
- ☐ exprim public fără rezerve ceea ce simt.

213. De cele mai multe ori:
- ☐ ştiu să îmi explic ceea ce simt;
- ☐ nu îmi înţeleg propriile trăiri interioare.

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro

214. Nu îmi plac:
- ☐ prea multe activităţi de rutină, repetabile;
- ☐ prea multe schimbări şi situaţii noi.

215. Cel mai mult îmi plac:
- ☐ raţionamentele abstracte, exhaustive şi sofisticate;
- ☐ argumentele simple, clare şi concrete.

216. Sectele şi alte credinţe ezoterice:
- ☐ nu trebuie lăsate să îşi facă noi adepţi;
- ☐ au aceleaşi drepturi ca şi celelalte credinţe.

217. Când mă uit în jurul meu, de regulă:
- ☐ observ lucrurile sau analizez ceea ce văd;
- ☐ îmi imaginez cum totul ar putea arăta mult mai frumos sau mai bine.

218. Pentru mine natura este:
- ☐ un cadru în care să mă relaxez;
- ☐ o sursă de frumos şi inspiraţie.

219. Sunt genul de persoană cu sentimente şi trăiri:
- ☐ multiple şi greu de definit;
- ☐ clare şi bine conturate.

220. Preţuiesc mai mult:
- ☐ stabilitatea şi confortul rutinei zilnice;
- ☐ aventura şi provocările ei.

221. Prefer emisiunile:
- ☐ de tip show, cu vedete invitate;
- ☐ de dezbateri pe teme ştiinţifice sau culturale.

222. Consider că un efect mult mai negativ asupra viitorului nostru îl pot avea:
- ☐ legi prea aspre şi constrângătoare;
- ☐ legi prea blânde şi permisive.

223. Îmi plac mai mult:
- ☐ încercările neobişnuite şi periculoase;
- ☐ siguranţa obiceiurilor zilnice.

224. Răspunsurile la întrebările generale asupra vieţii umane şi a universului:
- ☐ le las pe seama filosofilor;
- ☐ le găsesc provocatoare, căutându-le prin lecturi şi emisiuni ştiinţifice.

225. Cred că rolul principal al statului este:
- ☐ de a asigura libertatea şi iniţiativa individuală;
- ☐ de a asigura securitatea şi echitatea socială.

226. Mi se întâmplă:
- ☐ să îmi imaginez că am calităţi deosebite sau puteri supranaturale;
- ☐ să mă gândesc prea mult la problemele concrete pe care le am de rezolvat.

227. O creaţie artistică valoroasă:
- ☐ mă emoţionează întotdeauna profund;
- ☐ o pot privi cu multă detaşare.

228. Îmi ignor uneori trăirile interioare:
- ☐ pentru că nu le înţeleg prea bine;
- ☐ pentru a mă putea detaşa de semnificaţia lor.

229. Dacă ar fi să mă mut în altă ţară:
- ☐ aş face-o cu încredere şi entuziasm;
- ☐ aş privi cu rezervă o astfel de opţiune.

230. Ghicitorile şi jocurile de cuvinte le găsesc:
- ☐ provocatoare şi captivante;
- ☐ plictisitoare sau enervante.

231. Cred că mai importantă este:
- ☐ păstrarea tradiţiilor şi valorilor naţionale;
- ☐ adoptarea de noi valori sociale.

232. Realitatea înconjurătoare:
- ☐ îmi place aşa cum este;
- ☐ prefer să o înfrumuseţez cu ajutorul imaginaţiei.

233. A-mi educa sensibilitatea artistică este pentru mine:
- ☐ un moft costisitor;
- ☐ o nevoie profundă.

234. În general:
- ☐ pot să-mi descriu emoţiile de moment, fără să mă gândesc prea mult;
- ☐ trebuie să analizez câteva momente pentru a înţelege ce simt.

235. Dacă s-ar ivi oportunitatea de a merge în vacanţă într-o ţară africană:
- ☐ aş pleca fără prea multe ezitări;
- ☐ mi-aş face probleme din cauza bolilor sau a conflictelor de acolo.

236. Când muncesc prefer:
- ☐ păstrarea procedurilor existente dacă ele funcţionează;
- ☐ experimentarea unor noi metode sau proceduri.

237. Prefer să lucrez cu:
- ☐ informaţii şi idei abstracte;
- ☐ oameni sau lucruri concrete.

238. Prefer să trăiesc într-o societate :
- ☐ predictibilă şi organizată;
- ☐ surprinzătoare şi în continuă schimbare.

239. Cel mai mult îmi place :
- ☐ să pun în practică idei realiste;
- ☐ să analizez idei noi, alternative inedite.

240. Principiile şi valorile morale existente într-o societate :
- ☐ ar trebui permanent adaptate la noile realităţi;
- ☐ nu trebuie schimbate sau puse frecvent sub semnul întrebării.

Numele şi Prenumele/ nickname /poreclă: _____ e-mail : _____

Data naşterii : _____ **Vârsta** _____ **Sexul** ☐ M ☐ F **Ocupaţia**: _____

Studii absolvite: ☐ primare ☐ gimnaziale ☐ şcoală prof. ☐ liceale ☐ post-liceale ☐ universitare (3 +2) ☐ post-universitare

Domiciliu în localitatea: _____ Judeţul : _____

Copyright © 2019 Ticu Constantin, tconst@uaic.ro