



Test na typ osobowości.

Hipokrates wyróżnił 4 typy osobowości człowieka: choleryk, melancholik, sangwinik i flegmatyk.

Ten test pozwoli Ci określić, który z nich reprezentujesz właśnie Ty.

Test składa się z dwóch części: mocnych stron oraz słabych stron. W każdym rzędzie zaznacz znakiem X jedną najbardziej pasującą do Ciebie odpowiedź. Gdy nie jesteś pewna(y) odpowiedzi, zapytaj bliską Ci osobę.

MOCNE STRONY:

L.p.	nazwa cechy	nazwa cechy	nazwa cechy	nazwa cechy
1.	żywy	przedsiębiorczy	analityczny	elastyczny
2.	wesoły	przekonujący	stały	spokojny
3.	towarzyski	o silnej woli	skłonny do poświęceń	ugodowy
4.	wzbudzający zaufanie	współzawodniczący	rozważny	opanowany
5.	pokrzepiający	zaradny	okazujący szacunek	powściągliwy
6.	pełen zapału	samodzielny	wrażliwy	nie wymagający
7.	animator	nastawiony na sukces	planuje	cierpliwy
8.	spontaniczny	pewny	zorganizowany	skromny
9.	optymista	szczerzy	uporządkowany	uczynny
10.	lubi zabawę	autorytatywny	wierny	życzliwy
11.	czarujący	odważny	drobiazgowy	dyplomatyczny
12.	pogodny	pewny siebie	kulturalny	konsekwentny
13.	inspirator	niezależny	idealista	taktowny
14.	wylewny	zdecydowany	głęboki	cięty
15.	łatwy w obcowaniu	działacz	muzykalny	mediator
16.	rozmowny	wytrwały	myśliciel	tolerancyjny
17.	energiczny	lider	lojalny	słuchacz
18.	miły	szef	programuje	zadowolony
19.	popularny	produktywny	perfekcjonista	pobłażliwy

20.	dynamiczny	śmiały	przyzwoity	zrównoważony
razem				

SŁABE STRONY:

L.p	nazwa cechy	nazwa cechy	nazwa cechy	nazwa cechy
1.	krzykliwy	apodyktyczny	wstydlivy	bezmyślny
2.	niezdyscyplinowany	niewspółczujący	pamiętliwy	apatyczny
3.	powtarza się	oporny	obraźliwy	nie angażujący się
4.	zapominalski	bezceremonialny	kapryśny	lękliwy
5.	wtrąca się	niecierpliwy	niepewny	niezdecydowany
6.	nieprzewidywalny	nieczuły	niepopularny	izolujący się
7.	chaotyczny	nieustępliwy	wybredny	ociągający się
8.	zbyt przywalający	pyszałek	pesymista	bezbarwny
9.	złośnik	dyskutant	wyobcowany	nie ma celu
10.	naiwny	denerwujący	nastawiony negatywnie	nonszalancki
11.	żądny uznania	pracholik	wycofujący się	zatroskany
12.	gadula	nietaktowny	przewrażliwiony	nieśmiały
13.	niezorganizowany	dominujący	przygnębiony	pełen wątpliwości
14.	niekonsekwentny	nietolerancyjny	introwertyk	obojętny
15.	bałaganiarz	manipulant	markotny	mamrot
16.	popisuje się	uparty	sceptyk	powolny
17.	głośny	wyniosły	samotnik	leniwy
18.	roztargniony	zapalczywy	podejrzliwy	niemrawy
19.	niespokojny	pochopny	mściwy	dystansujący się
20.	zmienny	przebiegły	krytykant	ugodowiec

razem				
-------	--	--	--	--

KLUCZ ODPOWIEDZI I OPIS

Największa łączna ilość cech w kolumnie świadczy o tym, że ten typ osobowości najlepiej do Ciebie pasuje. Nie ma osoby, która reprezentowałaby tylko jeden, konkretny typ. Przeczytaj więc cechy drugiego w kolejności, by dowiedzieć się o sobie jeszcze więcej.

L.p.	SANGWIK	CHOLERYK	MELANCHOLIK	FLEGMATYK
------	---------	----------	-------------	-----------

SANGWINIK

Wyróżnia się szybko powstającą, silną lecz nietrwałą pobudliwością emocjonalną. U sangwiników jeden nastrój szybko przechodzi w inny, często przeciwny. Procesy psychiczne przebiegają u nich szybko. Ludzie o tym temperamencie odznaczają się ruchliwością, szybko podejmują różne rodzaje działalności lecz nie wykazują skłonności do dłuższego i uporczywego działania w jednym kierunku. Dzieci o tym temperamencie cechuje duża żywość, ruchliwość i gotowość do podejmowania działań często kilku na raz. Jednakże często szybko rezygnują z rozpoczętej działalności, przestają się nią interesować.

Mocne strony: inicjuje nowe formy aktywności, sprawia bardzo dobre wrażenie, twórczy i barwny, tryska energią i entuzjazmem, rozpoczyna w efektowny sposób, pobudza innych do współpracy, oczarowuje współpracowników.

Słabe strony: problemy z dokończeniem zadań, zwłaszcza precyzyjnych i do wykonania w określonym terminie, nie umie odmawiać, w związku z tym często przyjmuje nadmiar obowiązków, często wypowiedź wyprzedza głębsze przemyślenia problemu, zapomina o różnych sprawach, jest niepunktualny, łatwo ulega emocjom.

CHOLERYK

Charakteryzuje się szybko powstającą, silną i trwałą pobudliwością emocjonalną. U ludzi o tym temperamencie uczucia wyraźnie odbijają się w mimice twarzy, gestach i w mowie. Cechuje ich wybuchowość usposobienia, szybkość ruchu i duża ogólna ruchliwość. Dzieci o tym temperamencie szybko podejmują działania, lubią zabawy grupowe, często same je organizują.

Mocne strony: ukierunkowany na cel, ogarnia całość, dobry organizator, dostrzega praktyczne rozwiązania, szybki w działaniu, rozdziela pracę, kładzie nacisk na wydajność, realizuje cele, dodaje innym bodźca, opozycja pobudza go do działania.

Słabe strony: ma kłopoty z uznaniem racji innych ludzi, nie lubi przekazywać innym kontroli, nie podporządkowuje się, wydaje spontaniczne sądy, oceny, często raniąc innych, nie jest skłonny udzielić emocjonalnego wsparcia innym ludziom.

MELANCHOLIK

Odnacza się powstającą powoli lecz silną i trwałą pobudliwością emocjonalną. Ludzi o tym temperamencie cechuje trwałość nastrojów, które utrzymują się przez dłuższy czas lecz wewnętrzne symptomy tych uczuć przejawiają się na zewnątrz w słabym stopniu. Ludzie tacy odznaczają się powolnością ruchów i powolnością rozpoczynania działań, które jednak z reguły doprowadzają do końca. Dzieci o tym temperamencie zachowują się spokojnie, cicho, często trudno od nich uzyskać odpowiedź na stawiane pytania. Niełatwo wywołać u nich gniew czy objawy złości lecz raz wywołane długo trwają.

Mocne strony: podporządkowuje się regulaminom, perfekcjonista o wysokich wymaganiach, docenia wagę szczegółów, wytrwały i dokładny, uporządkowany i zorganizowany, schludny i czysty, oszczędny, łatwo dostrzega problem, znajduje twórcze rozwiązania, musi dokończyć to co zaczął, lubi wykresy, schematy, wykazy, liczby, bardzo wrażliwy.

Słabe strony: nieufny w stosunku do ludzi i sytuacji, skłonny popadać w apatię i depresję, wymagający wobec siebie i innych, często przekłada ważne sprawy na późniejsze terminy.

FLEGMATYK

Odnacza się powolnością, słabością i krótkotrwałością pobudzeń emocjonalnych. Uczucia flegmatyków w słabym stopniu się uzewnętrzniają – trudno u nich wywołać uczucia radości, gniewu, itp. procesy psychiczne przebiegają u nich powoli. Są to ludzie spokojni, zrównoważeni, powolni w działaniu. Potrafią jednak wytrwale pracować w jednym kierunku. Również dzieci o tym temperamencie odznaczają się spokojnym, zrównoważonym zachowaniem i unikają konfliktów.

Mocne strony: kompetentny i solidny, spokojny i zgodny, ma zdolności administracyjne, pośrednik w rozwiązywaniu problemów, unika konfliktów, dobrze znosi naciski, znajduje proste wyjście.

Słabe strony: problemy w szybkim podejmowaniu decyzji, unikanie ryzyka, trudności w określaniu celów, zwlekanie, odkładanie spraw a później, unikanie podnoszenia odpowiedzialności (np. nie chce awansować).



