

TESTY NA OSOBOWOŚĆ

I.

Wyobraź sobie, że ktoś chce Wam zrobić zdjęcie.

W jakim otoczeniu, jakiej pozie chciałbyś się fotografować twój wybór świadczy, zdaniem psychologów, o **Twojej osobowości**. Wybierz:

1. W KOSTIUMIE KĄPIELOWYM

Lubisz się podobać, jesteś pełna życia, pogodna i bez kompleksów. Masz dużo życzliwości dla drugich, chociaż siebie stawiasz na pierwszym miejscu. W miłości jesteś spontaniczna.

2. NA TE PIĘKNEGO PEJZAŻU

Nieśmiałość, wrażliwość, delikatność – to Twoje główne cechy. Nie lubisz się wysuwać na plan pierwszy. Bardzo, aż za bardzo koncentrujesz samą siebie. Posiadasz dużą fantazję i talenty literackie.

3. W JAKIEJS DOWCIPNEJ POZIE

Masz oryginalne pomysły, jesteś żywotna, duch niespokojny. Zmieniasz lany, zmieniasz przyjaciół. Ale jesteś dobrym przyjacielem i kolegą. Nie zawsze jesteś szczerą, chociaż mało kto o tym wie.

4. Z PROFILU, W KLASYCZNYM UJĘCIU

Zawsze wiesz czego pragniesz. I na ogół – osiągasz to. Jesteś człowiekiem ambitnym, ubierasz się z gustem i lubisz, żeby Cię podziwiano. W miłości wierna i namiętna.

5. W WIECZOROWYM LUB FANTAZYJNYM STROJU

Bardzo zależy Ci na sukcesach towarzyskich. Pragniesz mieć grono wielbicieli. Zresztą jesteś zawsze miła i sympatyczna. Ale nie brak Ci egoizmu. Życie rodzinne cenisz mniej niż sukcesy osobiste.

6. W GRONIE PRZYJACIÓŁ

Masz mało zaufania do samej siebie. Potrzebujesz przyjaźni, cechuje Cię ciągła niepewność. W ogóle lubisz towarzystwo i najszcześliwsza jesteś w dużym gronie gości lub w kręgu rodzinnym.

7. DUŻE ZDJĘCIE SAMEJ GŁOWY

Lubisz, żeby się tobą interesowano, lubisz przyciągać, wabić, czasem ... zdradzać. Ambitna i praktyczna osóbką z Ciebie. Dążysz do celu twardo i bez skrupułów. Lubisz pieniądze, ale też umiesz na nie zapracować.

8. PRZY JAKIEJKOLWIEK PRACY

Jesteś człowiekiem energicznym, niezależnym. Lubisz naukę, w pracy wykazujesz solidarność i inteligencję. Odwaga i bezceremonialność pomagają Ci, a czasem przeszkadzają, w osiągnięciu sukcesów.

II.

DARMOWY TEST OSOBOWOŚCI – zajmie Ci ok. 12 minut

Poznasz swój typ osobowości. Może jesteś ...? Powodzenia.

<https://www.16personalities.com/pl/darmowy-test-osobowosci>

III.

JAK TRZYMASZ RĘCE?

Sposób (podświadomy) w jaki trzymacie ręce wskazuje między innymi na Waszą osobowość i niektóre cechy charakteru. Przypomnijcie sobie lub może powie Wam to ktoś z Waszych bliskich w jaki sposób najczęściej trzymacie ręce, gdy stoicie, rozmawiacie lub czekacie na coś. Odpowiedzi umieszczone poniżej wskażą Wam, co o tym myślą psycholodzy:

1. RAMIONA SKRZYŻOWANE

Jesteś bardzo ostrożna(y) i zawsze prawie w defensywie wobec przeciwności losu. Oczekujesz na pomoc ze strony innych ludzi, rzadko zdobywasz się na samodzielność, chociaż natura dała Ci mnóstwo możliwości. Ale także obdarzyła Cię brakiem pewności siebie.

2. RAMIONA OPUSZCZONE

Jesteś osobnikiem pogodnym, spokojnym i zgodnym. Dobrze jest być z Tobą w ciężkiej sytuacji, bowiem odnosisz się do ludzi życzliwie i serdecznie. W ogóle jesteś optymistą. Prawie idealny partner w życiu.

3. RĘCE W KIESZENIACH

Osoba przedsiębiorcza, energiczna, pełna inicjatywy. Czasem w ogóle - wulkan! Spojrzenie na świat i otoczenie masz lekko skrzywione przez duży zmysł satyryczny i sceptycyzm. Jednak z takim poczuciem humoru (mimo okresów pobudliwości i gwałtowności) spędza się z Tobą czas – nadzwyczaj miło i nigdy – nudnie.

4. RĘCE DO TYŁU

Nieśmiałość, powściągliwość i bierność, oto Twoje cechy. Masz wiele kompleksów, zahamowań. Skłonności do nerwic. A w każdym razie zbyt dużą wrażliwość. Natura Cię jednak bogato obdarzyła talentami artystycznymi, pracowitością i cierpliwością.

IV.

JAKĄ MASZ OSOBOWOŚĆ?

Materiały: kartka, ołówek

Instrukcja: Narysuj drzewo liściaste tak ładnie jak potrafisz. Możesz wykorzystać całą kartkę.

Wyniki: Test Drzewa jest jednym z najbardziej powszechnych projekcyjnych metod badania osobowości. Autor testu Charles Koch uważa, że rysunek, jaki w ten sposób tworzymy, nie jest przypadkowy. Odzwierciedla w naturalny i subiektywny sposób cechy naszej osobowości. Zwykle ten test przeprowadza się w obecności psychologa. Pewne rzeczy możesz odczytać samodzielnie. Przyjrzyj się dokładnie swojemu rysunkowi. Czy drzewo zajmuje całą kartkę, czy ma korzenie, jak dużą ma koronę, czy narysowaliście owoce, czy zaznaczyliście szczegóły itp. Oto możliwe interpretacje:

DRZEWA:

- *za duże (nie mieści się na kartce)* – ekspansywność, aktywność, egoizm
- *średniej wielkości* – adekwatna ocena siebie i poczucie własnej wartości
- *małe (około 30% kartki)* – poczucie niższości i braku znaczenia
- *przesunięte w prawo* – pozytywny stosunek do życia, potrzeba aktywności, poświęcenie, otwartość
- *przesunięte w lewo* – zwrócenie do wewnątrz, zaabsorbowanie sobą, marzycielskość, refleksyjność
- *narysowane centralnie* – adekwatna ocena siebie, własnego miejsca w życiu

KORZENIE:

- *proporcjonalne* – ugruntowanie, realizm
- *przesadnie podkreślone* – płytkie reakcje emocjonalne, trudności w zrozumieniu tego, co się dzieje wokół
- *zaznaczona linia ziemi, brak korzeni* – tłumione emocje, brak osadzenia w rzeczywistości

PIEŃ:

- *przesadnie podkreślony, gruby* – niedojrzałość emocjonalna
- *podstawa pnia umieszczona na krawędzi kartki* – infantylizm, niedojrzałość
- *krótka pień, długa korona* – pewność siebie, potrzeba spełnienia, ambicja
- *paliki, podpórki pnia* – potrzeba bezpieczeństwa, niepewność, brak niezależności, brak wiary w siebie
- *odcięty kreską od korony* – sztywność myślowa, potrzeba kontroli

KORONA:

- *przesadnie podkreślona* – zahamowania emocjonalne, skłonność do myślenia analitycznego
- *korona w kształcie chmury* – fantazja, obawa przed realnym życiem, kierowanie się emocjami

- *korona koncentryczna (kształt monstrancji)* – samowystarczalność, narcyzm, stabilność, spokój
- *korona kędzierzawa* – aktywność, komunikatywność, gadatliwość, towarzyskość
- *korona spłaszczona* – życie pod presją, brak niezależności, bierność, brak marzeń
- *korona w formie piłki* – indywidualizm, niezależność
- *korona otwarta (gałęzie skierowane do góry)* – empatia, zaufanie do siebie, zdolności przywódcze

GAŁĘZIE:

- *cienkie proste, skierowane do góry* - pogodne usposobienie, asertywność
- *cienkie chaotyczne, poplątane* - kryzys emocjonalny, niestabilność emocjonalna, ambiwalentne uczucia.
- *grube* – ekspansywność, skłonność do przemocy, napięcia wewnętrznego.
- *w kształcie liści palmowych* – powściągliwość, podejrzliwość, ostrożność

DODATKI:

- *dziuple, sęki, ucięte konary, złamana gałąź* – trudności życiowe, choroby, traumy
- *karmniki, ptaszki, gniazda* – dowcip, figlarność, poczucie humoru
- *kwiaty* – samouwielbienie, dbanie o swój wygląd
- *liście w koronie* – spostrzegawczość, zmysłowość
- *liście opadające* – wrażliwość, delikatność, czułość, zagubienie, poczucie straty (mogą być oznaką rozstania z kimś, doświadczenia, straty)
- *owoce* – potrzeba akceptacji, dowartościowania, głód wrażeń
- *krajobraz wokół (słońce, trawa, chmury itp.)* - wyobrażenia, emocjonalność, gadatliwość, skłonność do uciekania w nierzeczywisty świat

V.

TEST HOLLANDA:

<https://sp71.wroc.pl/wp-content/uploads/2019/02/Test-osobowości-Hollanda.pdf>