

QUAL È IL MIO CARATTERE

IL TEST DI BERGER

Dedica a questa forma di autoanalisi tutto il tempo che ritieni necessario e procedi con la massima tranquillità. È importante rispondere in tutta sincerità. Sforzati di essere leale e obiettivo. Non barare in nessun caso.

Il punteggio viene assegnato in base alle risposte:

- **9** punti per la risposta che segnala nel tuo carattere la massima presenza di un certo fattore;
- **1** punto per la risposta che ne indica la minima;
- dove previsto, **5** punti per la risposta intermedia.

Al termine di ogni serie, puoi eseguire la somma del punteggio totalizzato. Quanto più il totale ottenuto si avvicina al valore massimo di 90, tanto più è accentuata in te la presenza del rispettivo fattore caratterologico.

1. Emotività

- 1.0** Prendi molto a cuore le piccole cose, pur sapendo che non hanno importanza? Sei talvolta sconvolto per cose da nulla?.....9
O sei turbato soltanto da avvenimenti gravi?.....1
- 1.1** Ti entusiasmi o ti indigni con facilità?.....9
O accetti tranquillamente le cose così come sono?.....1
- 1.2** Sei suscettibile? Sei facilmente e profondamente ferito da una critica alquanto pungente, da un'osservazione scortese o ironica?.....9
O sopporti la critica senza essere urtato?.....1
- 1.3** Ti preoccupi facilmente per un avvenimento imprevisto? Sussulti, quando sei chiamato bruscamente? Impallidisci o arrossisci facilmente?.....9
O ti turbi difficilmente?.....1
- 1.4** Ti accalori mentre parli? Alzi la voce durante la conversazione? Provi il bisogno di usare termini violenti o parole molto espressive?.....9
O parli senza fretta, in modo calmo e posato.....1
- 1.5** Sei agitato davanti a un compito nuovo o alla prospettiva di un cambiamento nella tua vita?.....9
O affronti la situazione con calma?.....1
- 1.6** Passi alternativamente dall'esaltazione all'abbattimento, dalla gioia alla tristezza e *viceversa* per un nonnulla e persino senza un motivo apparente?.....9
O sei sempre dello stesso umore?.....1

- 1.7 Sei spesso oppresso da dubbi o da preoccupazioni concernenti azioni prive di importanza? Conservi spesso nella mente un pensiero del tutto inutile, che però ti dà fastidio?.....9
 O soltanto di rado conosci questo penoso stato di preoccupazione?.....1
- 1.8 Ti accade talvolta di essere emozionato a tal segno che ciò che desideri fare divenga per te *completamente* impossibile (ad esempio, paura che ti impedisce di muoverti, timidezza che ti toglie completamente la parola, ecc.)?.....9
 O ciò ti è accaduto assai di rado?.....5
 O non ti è mai accaduto?.....1
- 1.9 Hai spesso l'impressione di essere *infelice*?.....9
 O sei generalmente contento della tua sorte? O ancora, quando le cose non procedono così come vorresti, pensi a ciò che sarebbe necessario mutare piuttosto che ai tuoi sentimenti personali?.....1

Punteggio totale realizzato:.....

2. Attività

A proposito del secondo fattore fondamentale, dobbiamo considerare indizi di attività soltanto quelle occupazioni nelle quali il soggetto interviene energicamente in prima persona: lo studio, il lavoro, lo sport, il volontariato. Sono da escludere le diverse fantasticherie (definite spesso meditazioni o riflessioni), la lettura di fumetti o libri ameni (non sono un lavoro intellettuale!) e persino l'ascolto della musica (anche se coinvolge la sensibilità).

- 2.0 Quando hai tempo a disposizione, lo impieghi con alacrità (per esempio, studi collaterali, azione sociale, lavori manuali e generalmente qualsiasi attività non imposta)?.....9
 O ne approfitti per riposare?.....5
 O resti a lungo a far nulla, a sognare o semplicemente a distrarti?1
- 2.1 Devi compiere uno sforzo penoso per passare dall'idea all'atto, dalla decisione all'esecuzione?1
 O esegui immediatamente e senza difficoltà ciò che hai deciso?.....9
- 2.2 Ti scoraggi facilmente davanti alle difficoltà o davanti a un compito che si rivela troppo faticoso?1
 O invece sei stimolato dalle difficoltà ed eccitato dall'idea dello sforzo da compiere?.....9

- 2.3** Ti piace sognare, pensando o al passato che non è più o all'avvenire che potrebbe essere o a pure fantasticherie?1
 O preferisci agire o almeno fare progetti precisi, che preparino *realmente* l'avvenire?.....9
- 2.4** Fai quello che devi fare subito, senza che ti costi molto (per esempio, scrivere una lettera o sistemare una faccenda)?.....9
 O sei incline a differire, a rimandare?.....1
- 2.5** Prendi decisioni immediate anche in casi difficili?.....9
 O sei indeciso ed esiti a lungo?.....1
- 2.6** Sei facile a muoverti, sei irrequieto (per esempio, gesticoli, balzi vivacemente dalla sedia, vai e vieni nella stanza al di fuori di qualsiasi viva emozione)?.....9
 O stai generalmente fermo quando nulla ti turba?.....1
- 2.7** Non esiti mai a intraprendere un utile cambiamento, pur sapendo che ciò ti costerà un grave sforzo?.....9
 O indietreggi davanti al lavoro da iniziare e preferisci accontentarti della situazione presente?.....1
- 2.8** Quando hai dato ordini per un lavoro, ti disinteressi della sua esecuzione, pensando di esserti sbarazzato di una preoccupazione?.....1
 O sorvegli da vicino l'esecuzione del lavoro, assicurandoti che tutto sia fatto bene, nelle condizioni e nel momento voluti?.....9
- 2.9** Preferisci stare a guardare piuttosto che fare (ti piace, per esempio, guardare spesso e a lungo un gioco cui non prendi parte)?.....1
 O ti piace di più fare che guardare, perché il semplice stare a guardare ti annoia presto o ti spinge a passare tu stesso all'azione?.....9

Punteggio totale realizzato:.....

3. Risonanza delle percezioni

- 3.0** Nella tua azione ti lasci guidare dal pensiero di un avvenire lontano (per esempio, risparmiare per la vecchiaia, accumulare materiali per un lavoro di ampio respiro) e dalle conseguenze lontane che i tuoi atti possono avere?.....9
O ti interessano soprattutto i risultati immediati?.....1
- 3.1** Prendi in esame tutto ciò che può accadere e ti prepari con cura (per esempio, equipaggiamento completo e preciso, studio degli itinerari, valutazione preventiva dei possibili incidenti, ecc.)?.....9
O ti affidi all'ispirazione del momento?.....1
- 3.2** Hai rigidi principi ai quali cerchi di conformarti?.....9
O preferisci adattarti alle circostanze senza irrigidirti?.....1
- 3.3** Sei costante nei tuoi propositi? Porti sempre a compimento ciò che hai cominciato?.....9
O abbandoni spesso un compito prima che sia terminato, incominciando tutto senza finire nulla?.....1
- 3.4** Sei molto costante nelle tue simpatie (per esempio, coltivi le tue amicizie d'infanzia, frequenti regolarmente le stesse persone, le stesse compagnie)?.....9
O cambi spesso amici (smettendo senza ragioni plausibili di visitare persone che frequentavi)?.....1
- 3.5** Dopo un impulso di collera o, se non ti adiri mai, dopo aver subito un affronto, ti riconcili immediatamente con chi ti ha offeso (completamente, come prima, senza pensarci più)?.....1
O resti per qualche tempo di malumore?5
O ti riconcili difficilmente, persistendo nel rancore?.....9
- 3.6** Hai abitudini fisse alle quali tieni molto? Ami il ripetersi regolare di certe azioni?.....9
O rifuggi da tutto ciò che è abituale e previsto in anticipo, essendo per te la sorpresa elemento principale di piacere?.....1
- 3.7** Ti piacciono l'ordine, la simmetria, la regolarità?.....9
O l'ordine ti sembra monotono e hai bisogno di trovare ovunque un po' di varietà?.....1

- 3.8** Prevedi in anticipo come devi impiegare il tuo tempo e le tue forze? Ti piace tracciare piani, stabilire orari, redigere programmi?.....9
O ti impegni nell'azione senza una regola precisa e prestabilita?.....1
- 3.9** Quando ti sei formato un'opinione, vi aderisci con ostinazione?.....9
O ti lasci facilmente convincere e conquistare dalla novità di un'idea?.....1

Punteggio totale realizzato:.....
