

Test „Jak dobrze rozumiesz ludzi?”

Wybierz dla każdego pytania odpowiedź „prawda” lub „fałsz”. Odpowiedz na pytania szczerze. Za prawdziwą odpowiedź uznajemy zazwyczaj taką, która pierwsza nasuwa się na myśl.

1. Za każdym razem, kiedy wychodzę z domu, rozpoznaję znajome twarze wśród przechodniów.
2. Idąc ulicą, zawsze wiem, kto idzie za mną, obok mnie lub przede mną.
3. Pierwsza rzecz, na którą zwracam u człowieka, to twarz.
4. Zawsze zauważam, w co ubrany jest człowiek.
5. Zawsze zadaję sobie pytanie, dlaczego określona osoba lub sytuacja nie podoba mi się.
6. Kiedy w trakcie rozmowy z innym wyczuwam, że coś jest nie tak, od razu staję się ostrożny i tworzę w myśli swój pogląd na to.
7. Nigdy nie dziwię się, kiedy moje pierwsze wrażenie w stosunku do innych potwierdza się.
8. Jeśli ktoś mi się podoba, to wiem, że jego obraz pozostanie już na zawsze w mojej pamięci.
9. Jeśli ktoś mi się nie podoba, to zastanawiam się, dlaczego ten człowiek mnie denerwuje.
10. Jeśli ktoś mi się nie podoba, zawsze myślę, dlaczego mój stosunek do niego jest taki, a nie inny.
11. Jeśli ktoś mi się nie podoba, nie szukam usprawiedliwienia u siebie ani próby tłumaczenia go.
12. Właściwie zapominam o wszystkim, co do mnie mówią inni.
13. Podczas rozmów z innymi zawsze zwracam uwagę na wyraz twarzy.
14. Podczas rozmów z innymi zawsze zwracam uwagę na ton rozmówcy i określam jego nastrój.
15. Nie należę do ludzi łatwowiernych – nie wierzę we wszystko, co mi mówią inni.
16. Zadaję ludziom pytania i oczekuję odpowiedzi oraz odpowiedzialności za wyrażanie swoich opinii.
17. Zazwyczaj od razu zauważam, kto kłamie lub coś wyolbrzymia.
18. Od razu zauważam stan nerwowości u innych.
19. Od razu zauważam, kto jest smutny.
20. Od razu zauważam, kto jest podminowany.
21. Od razu zauważam, kiedy ktoś się na mnie gniewa.
22. Od razu zauważam, kto we mnie się kocha.
23. Od razu zauważam, kto ma dobry nastrój.
24. Od razu wyczuwam, komu coś się nie podoba.
25. Od razu zauważam, kto jest zdziwiony.
26. Od razu czuję, kto mówi prawdę.
27. Od razu wyczuwam obojętność człowieka.
28. Podczas rozmowy z innymi wyczuwam ich tęsknotę.
29. Zawsze rozumiem, kiedy nadużywam czyjejś gościnności.
30. Staram się trzymać z dala od ludzi, którzy sprawiają mi wiele nieprzyjemności.
31. Kiedy mam kogoś scharakteryzować, od razu przychodzą mi na myśl jego maniery, chód, uśmiech itp.
32. Umiem dokładnie określić, z jaką intonacją coś mi opowiadano.

33. Bez trudności mogę z detalami opisać epizod z przeszłości.
34. Z łatwością zapamiętuję manierę mowy innych, których raz tylko widziałem i słyszałem.
35. Jeśli musiałbym kogoś parodiować, zrobię to bez trudu.
36. Odczuwam dyskomfort, kiedy znajdę się nieoczekiwanie w nieznanym otoczeniu.
37. Kiedy jestem na wakacjach, często zauważam to, czego inni nie widzą.
38. Często udaje się mi znaleźć coś pierwszemu.
39. Mogę zacytować to, co inni mi opowiedzieli.
40. Zawsze pamiętam, jak dojechać tam, gdzie zaledwie byłem raz.
41. Z łatwością wyrażam swoje uczucia.
42. Nie boję się pokazać innym, że się denerwuję.
43. Z łatwością mogę wyrazić swoją miłość lub przywiązanie.
44. Zawsze rozpoznaję własne uczucie.
45. Zawsze zwracam uwagę na zapach, wygląd i jakość jedzenia.
46. Od razu zauważam, kto mówi nie na temat.
47. Trudno jest mi puścić mimo uszu zarówno pochlebną, jak i zjadliwą uwagę.
48. Kiedy jestem w stanie uniesienia, mogę głośno mówić, śmiać się, tańczyć.
49. Kiedy coś mnie denerwuje, odczuwam dyskomfort fizyczny: brak mi tchu, boli mnie żołądek itp.
50. Zauważam u siebie zmiany fizjologiczne doświadczane na skutek niepokoju (przyspieszona praca serca, podwyższone ciśnienie krwi, ściskanie w żołądku, przyspieszony oddech, wypieki na twarzy, pocenie się)
51. Zauważam, że kiedy jestem przygnębiony lub mam problem, jem mniej lub więcej niż zwykle.
52. Nie spieszę się z wyjawieniem ogólnego entuzjazmu, aby inni nie odczuli go.
53. Zawsze rozpoznaję, w jakim nastroju są inni.
54. Zawsze zauważam, kto mi jest przychylny.
55. Mogę opisać wygląd zewnętrzny człowieka w najdrobniejszych detalach.
56. Jeśli rozmówca jest niekonsekwentny w tym, co mówi, zawsze zwracam mu na to uwagę.
57. Jeśli podejrzewam, że ktoś mnie okłamuje, zadaję mu szereg różnych pytań.
58. Zawsze pamiętam pierwsze wrażenie z kontaktów z innymi.
59. Zawsze rozpoznaję, jaki nastrój ma osoba, z którą rozmawiam.
60. Zawsze zauważam u rozmówcy niezgodność mowy z jego gestami.

Opracowanie rezultatów

Za każdą odpowiedź „prawda” – 1 pkt, za odpowiedź „fałsz” – 0 pkt.

60 pkt – Posiadasz wspaniałą zdolność rozpoznawania uczuć, zachowań innych. Oznacza to, że nie tylko umiesz świetnie rozpoznać emocje innych, ale i rozumiesz samego siebie. Równie dobrze znasz świat, który cię otacza, rzadko mylisz się w ocenie innych, dlatego robisz zawsze wszystko prawidłowo. Jesteś nieugięty w wyznawaniu swoich zasad moralnych.

Od 40 do 59 pkt – Posiadasz dobrą intuicję. Ta suma liczba punktów świadczy o tym, że posiadasz dobre wyczucie w ocenie uczuć i zachowań innych, ale nie zawsze umiesz słuchać wnętrza. Często robisz coś, o czym dobrze wiesz, że nic z tego nie wyjdzie. Najczęściej wierzysz innym, a nie samemu sobie, mimo iż to ty masz rację.

Od 20 do 39 pkt – Wolisz nie ryzykować. Należysz do ludzi, którzy nie lubią ryzykować i wolą się odsunąć, aby nie narazić się innym. Nie lubisz sytuacji konfliktowych i zachowujesz status quo. Wstydzisz się zadawać pytania innym lub mówić o swoich życzeniach. Chcesz, aby wszystkim było dobrze. Wszystko skrywasz w sobie. Jesteś człowiekiem łatwownym, chociaż często żałujesz podjętych decyzji.

Od 0 do 19 pkt – Jest ci potrzebna pomoc! W swoim życiu zrobiłeś wiele dobrego, ale popełniłeś wiele błędów, gdyż nie zauważasz wokół siebie wielu rzeczy. Należysz do osób bardzo łatwownych i cichych, dlatego nieraz padałeś ofiarą oszustów i ludzi nieuczciwych. Łatwo wpadasz w grupy ludzi, którzy tobą manipulują, a to prowadzi do wielu nieprzyjemnych sytuacji. Dlatego musisz zwrócić uwagę na własne otoczenie i nauczyć się w nim żyć. Pomocne dla ciebie będą spotkania z psychologiem lub doradcą zawodowym oraz pedagogiem szkolnym.