



Fragebogen Persönlichkeitstendenzen

Dieser Fragebogen dient als Grundlage, um dir Anhaltspunkte über die Strukturanteile der eigenen Person zu geben. Der Fragebogen ist nicht geeicht und kann deshalb keine eindeutigen Aussagen machen. Das soll auch nicht der Anspruch sein. Betrachte ihn als Anregung, sich über die eigenen Strukturanteile Gedanken zu machen und die eigene Persönlichkeit zu reflektieren.

So geht's: Beantworte die 48 Fragen so ehrlich und spontan wie möglich! Bewerte anhand der nachfolgenden Skala, in welchem Maße die Aussagen auf dich zutreffen. Lautet deine Antwort „stimmt genau“, gibt es 2 Punkte, für „stimmt etwas“ bekommen Sie 1 Punkt, für „stimmt nicht“ 0 Punkte.

- Stimmt genau = 2
- Stimmt etwas = 1
- Stimmt nicht = 0

Start Fragebogen

		stimmt nicht	stimmt etwas	stimmt genau
01	Unabhängigkeit ist mir sehr wichtig.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
02	Es ist mir wichtig, meiner Sache ganz sicher zu sein.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
03	Ich neige dazu, mich ausnutzen zu lassen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
04	Von mir gehen kreative Impulse aus.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
05	Ich mache meine Sachen lieber allein, bevor ich jemanden um Rat frage.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
06	Ich wäge lange ab, bevor ich mich entscheide.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
07	Es fällt mir viel leichter, für meine(n) Partner/Partnerin ein Geschenk zu kaufen, als für mich selbst.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
08	Ich neige zur Unpünktlichkeit.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
09	Es fällt mir leicht, Zusammenhänge zu durchschauen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
10	Ich lasse lieber alles beim Alten.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
11	Um des lieben Friedens Willen gebe ich nach.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
12	Regeln empfinde ich als Begrenzung meiner Freiheit.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
13	Ich möchte nicht einer unter vielen sein, sondern aus der Masse herausragen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
14	Es ist mir wichtig, die Übersicht zu haben.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
15	Es gibt nichts Schlimmeres im Leben, als einen nahestehenden Menschen zu verlieren.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
16	Ich kann mühelos eine ganze Gesellschaft unterhalten.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
17	Ich möchte es im Leben weit bringen/habe es weit gebracht.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
18	Ich würde nie unvorbereitet in eine unbekannte Situation hineinspringen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
19	Ich bin ein friedlicher Mensch.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
20	Ich habe Angst abgelehnt zu werden.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)



Fragebogen Persönlichkeitstendenzen

21	Ich lasse mich häufiger zu spitzen Bemerkungen hinreißen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
22	Gesetze sind dazu da, eingehalten zu werden; ich halte mich auch daran.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
23	Bescheidenheit ist eine Zier.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
24	Ich kann schlecht warten.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
25	Es liegt mir, Verantwortung zu tragen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
26	Ich bin belastungsfähig.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
27	Ich habe immer ein offenes Ohr für die Sorgen anderer Menschen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
28	Ich bin ausgesprochen kontaktfähig.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
29	Ich bin eher ein distanzierter Mensch.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
30	Ich halte mich für einen eher konservativen Menschen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
31	Ich wehre mich nicht, aus Angst, die Zuneigung anderer zu verlieren.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
32	Ich möchte von allen geliebt werden.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
33	Ich fühle mich schnell angegriffen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
34	Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
35	Ich beklage mich häufig über mein Los.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
36	Ich kann mich schnell für etwas begeistern.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
37	Ich ordne mich nicht gerne unter.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
38	Ich bin ein zuverlässiger Mensch.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
39	Ich sorge sehr für mein leibliches Wohl/das Wohl meiner Familie.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
40	Der Reiz des Neuen ist schnell vorbei.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
41	Argumente sind mir wichtiger als Emotionen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
42	Wie es drinnen aussieht, geht niemanden etwas an.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
43	Die anderen sollten mich auch so verwöhnen, wie ich sie.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
44	Ich bin leider so inkonsequent.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
45	Meiner Argumentation ist so leicht keiner gewachsen.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
46	Ich gehe nicht gerne ein Risiko ein.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
47	Dauernd will einer etwas von mir.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)
48	Ich wage nicht, meine Meinung zu sagen, wenn sie von der anderer abweicht.	<input type="checkbox"/> (0)	<input type="checkbox"/> (1)	<input type="checkbox"/> (2)

Ende Fragebogen



Fragebogen Persönlichkeitstendenzen

Auswertung:

Übertrage deine Zahlenwerte für jede Fragenummer in die folgende Tabelle. Zähle die Zahlenwerte für jede Persönlichkeitstendenz zusammen.

Stil	Fragen												Summe	
Distanz														
	1	5	9	13	17	21	25	29	33	37	41	45		
Nähe														
	3	7	11	15	19	23	27	31	35	39	43	47		
Dauer														
	2	6	10	14	18	22	26	30	34	38	42	46		
Wechsel														
	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40	44	48		

Die Auswertung des Fragebogens kann dazu beitragen, deine bisher angestellten Überlegungen über bestimmte Strukturanteile in der eigenen Person zu belegen.

Für den Umgang mit der eigenen Person bedeutet dieses Wissen, dass deine Fähigkeiten und Möglichkeiten, die du vorher vielleicht gar nicht so deutlich wahrgenommen hast, auch Chancen eröffnen. Diese schätzen zu lernen und gewinnbringend einzusetzen kann beim Aufbau eines positiveren Selbstwertgefühls behilflich sein.

Für die Grenzen, die in den eigenen Strukturanteilen liegen, besteht die Chance, sie zu akzeptieren und sich mit ihnen zu versöhnen. Sobald es möglich ist, mit den eigenen Schwächen umzugehen, verlieren sie ihren zum Teil bedrohlichen Charakter.

