

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 1

- Ik vind het prettig om dingen goed georganiseerd en geregeld te hebben.
- Ik vind het moeilijk om spontaan te zijn.
- Ik voel me vaak schuldig omdat ik niet voldoende presteer.
- Ik vind het vervelend als mensen regels overtreden.
- Ik erger me aan grammaticale en spellingsfouten.
- Ik ben idealistisch. Ik wil de wereld verbeteren.
- Ik ben bijna altijd op tijd.
- Ik kan gevoelens van wrok niet snel van me afzetten.
- Ik vind mezelf praktisch, redelijk en realistisch.
- Als ik jaloers ben word ik bang en strijdlustig.
- Of ik heb niet genoeg tijd om te ontspannen of ik vind dat ik het niet zou moeten doen.
- Ik heb de neiging om dingen zwart-wit te zien; iets is of goed of fout.
- Voordat ik een grote aankoop doe denk ik er eerst goed over na.
- Ik ben bang om door anderen bekritiseerd of veroordeeld te worden.
- Ik vergelijk mezelf vaak met anderen.
- Eerlijkheid en rechtvaardigheid staan hoog in mijn vaandel.
- Ik heb vaak het gevoel dat ik te weinig tijd heb en nog te veel moet doen.
- Ik doe bijna altijd wat ik zeg dat ik ga doen.
- Ik ben bijna altijd aan het piekeren.
- Ik houd ervan alles perfect te doen.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 2

- Ik wil dat mensen met een gerust hart naar me toe komen voor voorlichting en advies.
- Relaties zijn belangrijker voor me dan bijna al het andere.
- Soms voel ik me overbelast omdat anderen zo afhankelijk van me zijn.
- Ik vind het moeilijk om te vragen naar wat ik nodig heb.
- Ik hunker naar intimiteit, maar ben er soms ook bang voor.
- Ik vind het gemakkelijker om te geven dan om te krijgen.
- Ik ben erg gevoelig voor kritiek.
- Ik werk er hard aan om alle problemen binnen een relatie te overwinnen.
- Ik probeer zo gevoelig en tactvol mogelijk te zijn.
- Als ik alleen ben weet ik wat ik wil; met anderen om me heen weet ik het niet zeker.
- Ik vind het belangrijk dat anderen zich bij mij thuis welkom en op hun gemak voelen.
- Ik wil niet dat mijn afhankelijkheid naar buiten komt.
- Ik vind geweld op televisie en het zien van andermans leed onverdraaglijk.
- Soms voel ik me heel erg eenzaam.
- Als ik de intimiteit die ik nodig heb niet krijg, voel ik me verdrietig, bezeerd en onbelangrijk.
- Soms word ik lichamelijk ziek en raak ik geestelijk uitgeput van al het zorgen voor anderen.
- Ik zoek vaak uit wat anderen in iemand zouden waarderen, en draag me er dan naar.
- Ik vind het leuk om complimentjes te geven en anderen te zeggen dat ze speciaal voor me zijn.
- Ik voel me aangetrokken tot belangrijke of krachtige personen.
- Er is wel gezegd dat ik te veel overdrijf en te emotioneel ben.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 3

- Ik ben bijna altijd bezig.
- Ik vind het prettig om lijstjes en schema's te maken van dingen die ik nog moet doen of waar ik mee bezig ben.
- Ik vind het niet erg om over te moeten werken.
- Ik heb een optimistische instelling.
- Ik ga er fanatiek tegenaan, net zolang tot ik de klus heb geklaard.
- Ik vind dat je dingen zo doelmatig mogelijk moet doen.
- Het is belangrijk dat mensen zich opwerken en zoveel mogelijk uit zichzelf halen.
- Ik heb geen behoefte om veel over mijn persoonlijk leven te praten.
- Ik probeer ziekte me er niet van te laten weerhouden dingen te doen.
- Ik vind het vreselijk als dingen niet worden afgemaakt.
- Ik heb de neiging om werk boven andere dingen te stellen.
- Ik begrijp niet dat mensen zich kunnen vervelen. Ik heb altijd wel wat te doen.
- Ik vind het soms moeilijk om in contact te komen met mijn gevoelens.
- Ik werk erg hard om mijn gezin te kunnen onderhouden.
- Ik vind het leuk om mezelf te identificeren met vakbekwame of belangrijke mensen.
- Ik probeer mezelf goed te presenteren en een goede eerste indruk te maken.
- Financiële zekerheid is heel erg belangrijk voor mij.
- Over het algemeen heb ik een behoorlijk goed gevoel over mezelf.
- Ik word vaak gevraagd om dingen te leiden.
- Ik vind het leuk om me op de een of andere manier te onderscheiden.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen. . .
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 4

- Ik vind het erg belangrijk om begrepen te worden.
- Mijn vrienden zeggen dat ze genieten van mijn warmte en mijn eigenzinnige kijk op het leven.
- Als ik depressief ben kan het voorkomen dat ik uren-, dagen- of zelfs wekenlang niets uitvoer.
- Ik ben erg gevoelig voor kritiek en voel me door het minste of geringste bezeerd.
- Schokkende verhalen in de krant grijpen me erg aan.
- Mijn idealen zijn erg belangrijk voor mij.
- Ik huil heel gemakkelijk. Dingen als schoonheid, liefde, verdriet en pijn raken me diep.
- Mijn melancholische buien zijn gemeend en belangrijk; ik hoef er niet per se vanaf.
- Ik verlang vaak naar datgene dat anderen hebben.
- Ik probeer mijn vrienden tot steun te zijn, vooral als ze ernstige problemen hebben.
- Ik leef meer in het verleden en in de toekomst dan in het heden.
- Ik hecht veel waarde aan mijn intuïtieve gevoelens.
- Soms probeer ik anderen te domineren.
- Ik vind het vreselijk als anderen oneerlijk of onbetrouwbaar zijn.
- Ik heb jarenlang gehunkerd naar de liefde van mijn leven.
- Ik houd me meer bezig met mijn slechte eigenschappen dan met mijn goede.
- Ik wil graag uniek gevonden worden.
- Ik ben altijd op zoek naar mijn ware ik.
- Soms voel ik me erg ongemakkelijk en anders, een geïsoleerde buitenstaander; zelfs als ik bij vrienden ben.
- Als anderen me zeggen wat ik moet doen, word ik vaak opstandig en doe ik het tegenovergestelde (of zou ik dat willen doen).

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen. . .
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 5

- Ik leer door te observeren of te lezen in plaats van door te doen.
- Ik vind het moeilijk mijn gevoelens direct te uiten.
- Ik kan helemaal opgaan in mijn hobby's en vind het leuk er uren mee bezig te zijn.
- Ik ervaar mijn gevoelens meestal bewuster als ik alleen ben.
- Soms voel ik me schuldig omdat ik niet gul genoeg ben.
- Ik probeer mijn gevoeligheid voor kritiek of beoordeling te verbergen.
- Brutale, luidruchtige mensen irriteren me.
- Ik houd niet van conformistisch gedrag.
- Ik ga graag om met mensen die deskundig zijn op mijn vakgebied.
- Ik vind het leuk om een titel te hebben (doctor, professor, ingenieur) waar ik trots op kan zijn.
- Er wordt wel eens van mij gezegd dat ik negatief, cynisch en achterdochtig ben.
- Als ik me ergens niet op mijn gemak voel, zou ik het liefst gewoon weggaan.
- Ik stel me niet graag assertief of agressief op.
- Ik vind de meeste sociale gebeurtenissen vervelend. Ik ben liever alleen of met een paar vrienden die ik goed ken.
- Soms voel ik me verlegen of onbeholpen.
- Ik vind het vermoeiend om lang in het gezelschap van anderen te zijn.
- Ik heb het gevoel dat ik anders ben dan de meeste mensen.
- Ik voel me onzichtbaar. Het verbaast me als anderen iets aan mij opmerken.
- Ik zoek mijn geluk niet in materialistische dingen.
- Mijn kalme optreden komt voort uit zelfbescherming. Het geeft me een sterker gevoel.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 6

- Ik word nerveus in de nabijheid van gezaghebbende personen.
- Ik word vaak geplaagd door twijfel.
- Ik vind het prettig om duidelijke richtlijnen te hebben en te weten waar ik sta.
- Ik ben altijd alert op gevaar
- Ik neem dingen te serieus.
- Ik vraag mezelf steeds af wat er allemaal mis kan gaan.
- Als iemand kritiek op me heeft, voel ik me vaak aangevallen.
- Ik word vaak geobsedeerd door de vraag wat mijn partner denkt.
- Ik kan erg hard werken.
- Mijn vrienden vinden me loyaal, aanmoedigend en medelevend.
- Er is me wel eens gezegd dat ik een goed gevoel voor humor heb.
- Ik volg regels heel strikt op (een fobische karaktertrek), of ik breek ze juist vaak (een contrafobische trek).
- Des te kwetsbaarder ik me voel binnen een intieme relatie, des te ongeruster en prikkelbaarder ik word.
- Ik heb de neiging om erg te dralen voordat ik ergens aan begin of juist om me ergens zomaar in te storten, ook als er gevaar bij betrokken is.
- Ik ben er altijd heel bewust van als mensen me met vleierij proberen te beïnvloeden.
- Ik houd van voorspelbaarheid.
- Ik heb mijn eigen succes in de weg gestaan.
- Ik kan mensen door dik en dun bijstaan.
- Ik heb het gevoel dat ik meer grip op mijn leven heb als ik netjes en ordelijk ben.
- Ik houd niet van mensen die zich aanmatigend opstellen.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...
Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 7

- Ik geniet van het leven. Over het algemeen ben ik ongeremd en optimistisch.
- Ik vind het niet prettig om me verplicht of verschuldigd te voelen.
- Ik ben altijd druk bezig en zit vol energie. Ik verveel me zelden.
- Ik zeg of doe vaak riskante dingen.
- Ik kies meestal vrolijke vrienden die dezelfde dingen nastreven.
- Hoewel ik nergens een expert in ben, kan ik veel dingen goed.
- Ik doe vaak veel dingen tegelijk en ben dan weer met het ene, dan weer met het andere bezig. Ik ben graag in de weer.
- Ik kan wrok sneller van me afzetten en me sneller over verlies heen zetten dan de meeste andere mensen.
- Ik mag mezelf en ben goed voor mezelf.
- Ik vind mensen aardig en meestal vinden ze mij ook aardig.
- Ik slaag er meestal in om te krijgen wat ik wil.
- Ik stel het op prijs als mensen vlug van begrip zijn.
- Ik ben idealistisch. Ik wil mijn steentje bijdragen aan de wereld.
- Ik aarzel tussen het aangaan van een verbintenis en het behouden van mijn vrijheid en onafhankelijkheid.
- In groepen voel ik me vaak op mijn gemak.
- Als mensen ongelukkig zijn probeer ik ze meestal op te vrolijken en ze op de positieve kant van de zaak te wijzen.
- Ik houd van opwinding en van reizen.
- Soms voel ik me minder en soms voel ik me beter dan anderen.
- Ik zeg meestal wat ik denk, wat me soms in moeilijkheden brengt.
- Ik kan grote opofferingen brengen om anderen te helpen.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...

Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 8

- Als het nodig is, kan ik assertief en agressief zijn.
- Ik kan er niet tegen als ik word gebruikt of gemanipuleerd.
- Ik vind het belangrijk om direct en eerlijk te zijn en leg al mijn kaarten op tafel.
- Ik ben een individualist en een non-conformist.
- Ik heb respect voor mensen die voor zichzelf op durven komen.
- Ik ga tot het uiterste om hen die mij dierbaar zijn te beschermen.
- Ik zet me in voor rechtvaardigheid.
- Ik ondersteun de underdog.
- Ik vind het niet moeilijk om beslissingen te nemen.
- Zelfstandigheid en onafhankelijkheid zijn belangrijk.
- Ik ben me te buiten gegaan aan voedsel of drugs.
- Sommige mensen storen zich aan mijn onomwonden gedrag.
- Als ik in een nieuwe groep terechtkom weet ik altijd meteen wie de krachtigste persoon is.
- Ik werk hard en weet dingen voor elkaar te krijgen.
- In een groep gedraag ik me soms als toeschouwer in plaats van als deelnemer.
- Ik houd van opwinding en prikkelingen.
- Soms vind ik het leuk om met mensen te bekechten, met name wanneer ik me veilig voel.
- Als ik iemand werkelijk vertrouw stel ik me kwetsbaar en liefdevol op.
- Ik erger me aan overdreven vriendelijke of vleierende mensen.
- Ik stoor me met name aan schijnheiligheid.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...

Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)

PERSOONLIJKHEIDSCHECKLIST TYPE 9

- Ik voel me vaak verbonden met, de natuur en de mensen.
- Soms vind ik het erg moeilijk om keuzes te maken omdat ik zowel de voor- als nadelen van dingen inzie.
- Als ik bij anderen ben weet ik soms niet precies wat ik wil.
- Mensen denken dat ik een rustig type ben, maar van binnen ben ik vaak onrustig en bezorgd.
- In plaats van die dingen aan te pakken die ik werkelijk moet doen, houd ik me soms bezig met pietluttige, onbelangrijke zaken.
- Als er onplezierige dingen om me heen gebeuren, probeer ik aan iets anders te denken.
- Als ik met iemand onenigheid heb, loop ik er liever van weg dan dat ik de ander er op aanspreek.
- Als ik niet de één of andere structuur in mijn dag aanbreng, doe ik bijna niets.
- Ik stel dingen vaak uit tot op het laatste moment, maar krijg alles wel bijna altijd af.
- Ik ben het liefst kalm en ongehaast, maar soms ga ik daarin te ver.
- Als anderen me gaan zeggen wat ik moet doen of als ze me proberen te sturen, word ik koppig.
- Ik vind het prettig te weten dat ik tijd overhoud voor ontspanning.
- Soms ben ik verlegen en onzeker van mezelf.
- Ik vind het leuk om gewoon wat rond te hangen met mijn partner of mijn vrienden.
- Ondersteunende, harmonieuze relaties zijn erg belangrijk voor mij.
- Ik ben erg gevoelig voor kritiek en neem het persoonlijk op.
- Ik luister graag naar anderen en ben ze ook graag tot steun.
- Ik richt me meer op het positieve dan op het negatieve.
- Ik vind het moeilijk om dingen weg te gooien.
- Het traagheidsprincipe is op mij van toepassing: ik vind het soms moeilijk om ergens aan te beginnen, maar als ik eenmaal bezig ben is het niet moeilijk om bezig te blijven.

Kruis alles aan wat voor jou geldt en tel achteraf bij welk type je het meeste kruisjes hebt gezet. Dat type zou dan, volgens de test, het meest met jouw karakter overeenstemmen...

Tip: Om jezelf niet te laten beïnvloeden door de types in de titels, kan je eventueel op voorhand alle titels omvouwen en dan pas de test beginnen.

(Deze test is opgemaakt voor jongeren. Ben je ouder dan 25, probeer je dan in te leven in de situatie toen je jonger dan 25 was.)