

Hinweise zum Ausfüllen des Fragebogens Temperamente!

1. Wenn du Fragen beantwortest, bekommst du Einblick in deine Stärken, Fähigkeiten und Gaben. Aber du machst dich auch mit deinen Schwächen und Defiziten vertraut.
 2. Untersuchungen haben ergeben, dass deine natürlichen und übernatürlichen Gaben häufig mit einer bestimmten Persönlichkeitsstruktur verbunden sind. Der Geist Gottes gebraucht unsere Fähigkeiten.
„Wir haben verschiedene Gaben, so wie Gott sie uns in unserer Gemeinde gegeben hat. Diese Gaben sollen wir auch in der rechten Weise nutzen“
Römer 12,6
 3. Wer seine Stärken und Gaben erkannt hat, kann sie wirksamer für Gott, für den anderen, für die Gemeinde und im persönlichen Leben einsetzen. Wer seine Schwächen beschreiben und dazu stehen kann, wird sie ins Gebet nehmen und reinigen und heiligen lassen.
 4. Die Selbsterkenntnis macht dich sensibler für eigenes und fremdes Verhalten. Du verstehst die Motive deines Denkens und Handelns und die Motive deiner Mitmenschen besser.
 5. Die Fragen helfen dir, dein Arbeits-, Liebes- und Glaubensleben besser einzuschätzen, deine Konflikte im persönlichen Leben und in zwischenmenschlichen Kontakten hilfreicher zu beurteilen und Ansätze für eine sachliche und glaubensmäßige Veränderung zu finden.
 6. Lass möglichst keine Fragen offen, sondern entscheide dich für „ja“, wenn du meinst, dass diese Aussage auf deine Person zutrifft, oder „nein“, wenn du meinst, dass diese Aussage auf dich nicht zutrifft.
 7. Es wird nicht deine Intelligenz getestet. Auch „richtige“ und „falsche“ Antworten gibt es nicht. Jeder Mensch wird mit seiner Wesensart von Gott geliebt.
 8. Je ehrlicher du die Fragen beantwortest, desto hilfreicher können die Ergebnisse für dein Leben ausgewertet werden.
 9. Es werden 160 Fragen gestellt, die mit JA oder NEIN beantwortet werden.
Für die Auswertungen zählen nur die JA-Antworten.
-
1. Schritt: Bitte beantworte die Testfragen mit JA oder NEIN.
 2. Deine JA-Antworten werden im Anhang kommentiert. Jede JA-Antwort wird einem Bereich zugeordnet und mit 1 Punkt bewertet.

Fragebogen (nur die JA-Antworten sind wichtig)

1. Ich arbeite lieber allein und eigenverantwortlich
 2. Bei Beziehungen zu anderen halte ich mich lieber zurück
 3. Im zwischenmenschlichen Umgang bin ich geradeheraus und undiplomatisch
 4. Auch Menschen, die ich liebe, sage ich direkt meine Kritik
 5. Wenn es sein muss, kann ich gut führen. Ich habe aber Schwierigkeiten, die Probleme der Untergebenen und Mitarbeiter zu verstehen.
 6. Ich neige zur Eigenbrötlererei.
 7. Ich habe wenig Freude daran, mich mit Kindern zu beschäftigen.
 8. Niemand scheint mich zu verstehen.
 9. Ich bringe mich ständig in Hektik, weil ich mehrere Dinge gleichzeitig mache.
 10. Bei den Mahlzeiten passiert es mir, dass ich schon die nächsten Stunden und Arbeiten plane.
 11. Ich springe gern von einem Thema zum anderen, wenn mir ein neuer Gedanke durch den Kopf schießt. Ich komme „von einem zum anderen“.
 12. Eine feste Partnerbeziehung kann ich mir auch ohne Trauschein vorstellen.
 13. In Freundschaft und Partnerschaft sollte jeder seine Eigenständigkeit bewahren.
 14. Bei neuen Kontakten verhalte ich mich in erster Linie reserviert.
 15. Neues und Schönes kann ich auch allein genießen.
 16. Wenn innige Beziehungen zerbrechen, versuche ich, allein damit fertig zu werden.
 17. Unangenehme Dinge behalte ich lieber für mich, statt darüber zu reden.
 18. Wenn das Leben mich hart anpackt, suche ich keine Verbündeten, sondern kläre und kämpfe allein.
 19. Meine sexuellen Beziehungen sind zufrieden stellend, wenn die Erwartungen meines Partners bezüglich Zärtlichkeit und Nähe nicht zu hoch sind.
 20. Manchmal habe ich mir gewünscht, von zu Hause fortzugehen, um der Vereinnahmung zu entfliehen.
 21. Es beunruhigt mich nicht, wenn Verwandte und Bekannte mit dem Gesetz in Konflikt kommen.
 22. Ich mache mir ständig Gedanken über mein Aussehen und wie ich bei anderen ankomme.
 23. Weil ich Anerkennung und Bestätigung brauche, reagiere ich auf Kritik sehr empfindlich.
 24. Im Umgang mit anderen lege ich Wert darauf, großzügig und tolerant zu sein.
 25. Probleme und schlechte Laune kann ich gut überspielen.
 26. Es fällt mir nicht schwer, Risiken einzugehen.
 27. Ich kann, wenn es sein muss, eine ganze Gesellschaft unterhalten.
 28. Ich bin eine wichtige Persönlichkeit.
-

29. Statt zu arbeiten, würde ich lieber in träumerischen Gedanken ein Problem lösen.
30. Es gibt Augenblicke, da glaube ich, man hat sich gegen mich verschworen.
31. Bekannte und Freunde kann ich auf der Straße übersehen, wenn sie mich nicht zuerst ansprechen.
32. Anderen Menschen kann ich gut die kalte Schulter zeigen, um zu demonstrieren, dass ich unabhängig bin.
33. Von Familienregeln und Vorschriften konnte ich mich distanzieren und selbständig meinen Weg gehen.
34. Bestimmte Vorstellungen, von denen ich überzeugt bin, möchte ich gern durchsetzen.
35. Ich übernehme oft Verantwortung für Dinge, von denen andere sagen, dass sie nicht in meinen Verantwortungsbereich gehören.
36. Im Vergleich zu anderen habe ich nah am Wasser gebaut.
37. Im Vergleich zu anderen bin ich nervöser.
38. Ich habe Schwierigkeiten, mich innig und fest an jemand zu binden.
39. Ich habe eine fürsorgliche und liebevolle Mutter (gehabt).
40. Ich habe Freude an Kindern, weil ich familiär orientiert bin.
41. Im Gespräch mit anderen stehe ich nicht gern mit meiner Meinung allein.
42. Im Urlaub genieße ich den Kontakt zu anderen Menschen.
43. Bei Menschen, die ich liebe, bin ich mit Kritik äußerst vorsichtig.
44. Mit Krankheit, Not und Leid will ich nach Möglichkeit nicht konfrontiert werden.
45. Ich habe große Schwierigkeiten, mich anderen anzuvertrauen und mich fallen zu lassen.
46. In meinem Innern hab ich viele Interessen und Fantasien, teile sie aber nicht mit.
47. Ich kann über den Sinn des Lebens grübeln, ohne mich mit anderen darüber auszutauschen.
48. Meine Arbeit, mein Haushalt und mein Leben sollten nach Möglichkeit sinnvoll geplant sein.
49. Ich räume mir und anderen nicht zu viele Freiheiten ein.
50. Ich neige zur Intoleranz und zum scharfen Urteil.
51. Ich kann es schlecht ertragen, wenn man mir Fehler nachweist.
52. Weil ich so korrekt bin, empfinden mich andere als rechthaberisch.
53. Ich fühle mich häufig als Sklave der Pflicht.
54. In der Regel bin ich daran interessiert, was die Umwelt von mir denkt.
55. Es fällt mir oft schwer, mich ohne Absicherung von anderen auf mein eigenes Urteil zu verlassen.
56. Ich habe große Schwierigkeiten mit dem Alleinsein, weil ich gern alles mit dem anderen gemeinsam mache.
57. Mein zentrales Gefühl ist, dass ich für andere da sein muss und gebraucht werden möchte.
58. Ich habe Schlafstörungen, und wenn ich wach bin, fange ich an

zu grübeln.

59. Ich beneide die anderen um ihr Glück.

60. Im Vergleich zu anderen habe ich weniger Selbstvertrauen.

61. Durch Angriffe und Kritik fühle ich mich sehr verletzt.

62. Es gibt Zeiten, da komme ich mir ziemlich nutzlos vor.

63. Bei Freundschaften und Partnerschaft wünsche ich mir gemeinsame Aktivitäten.

64. Neues und Schönes möchte ich gern mit jemandem teilen.

65. Bei Krankheit, Leid und Tod möchte ich helfen und trösten.

66. Neues und Unbekanntes zu erleben ist für mich verlockend.

67. Mich reizt es, über Grenzen hinzugehen und mich auf Abenteuer einzulassen.

68. Wenn ich einen Film enttäuschend finde, schalte ich spontan ab und suche mir einen neuen.

69. In der Kleidung bevorzuge ich modische Farben, einen flotten Stil und moderne Schnitte.

70. Lebensfreude und Optimismus kennzeichnen meine Grundüberzeugung.

71. In Geldangelegenheiten bin ich ausgesprochen großzügig.

72. Wenn ich ein Erlebnis erzähle, neige ich dazu, Einzelheiten zu übertreiben und zu dramatisieren.

73. Bei vielen Gelegenheiten im Alltag kann ich euphorisch reagieren.

74. Mein Leben ist durch Hyperaktivität und Geschäftigkeit gekennzeichnet.

75. Sammeln und Aufbewahren sind für mich wichtig. Ich kann nichts wegwerfen.

76. Absolute Verlässlichkeit wird bei mir groß geschrieben.

77. Das Leben soll mich nicht beherrschen, ich will das Leben im Griff haben.

78. In Partnerschaft und Liebe kann ich nicht genug Nähe bekommen.

79. Ich möchte am liebsten alles mit dem Partner zusammen machen.

80. Um Nähe und Zuwendung zu bekommen, kann ich kritisieren und angriffslustig werden.

81. Es fällt mir leicht, die Wünsche und Bedürfnisse mir nahe stehender Personen zu erspüren.

82. Es gibt Tage, da fühle ich mich energielos und möchte das Bett am liebsten nicht verlassen.

83. Ich habe Schwierigkeiten, meine Gedanken auf bestimmte Aufgaben zu konzentrieren.

84. Manchmal bin ich längere Zeit antriebslos, bevor ich aktiv werde.

85. Anderen Menschen kann ich die kalte Schulter zeigen, um zu dokumentieren, was sie mir angetan haben, damit sie sich um mich kümmern.

86. Für große und kleine Lebensentscheidungen benötige ich in der Regel andere Menschen.

87. Wenn ich allein bin, fühle ich mich unwohl und hilflos und setze alles daran, das zu vermeiden.

88. Ich erlebe bei mir Gefühlsschwankungen zwischen himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt.
89. Ich leide seit längerer Zeit unter Verstopfung.
90. Es fällt mir schwer, die Wünsche und Bedürfnisse mir nahe stehender Personen zu erspüren.
91. Anderen Menschen zu vertrauen fällt mir sehr schwer, weil ich sie nicht verstehe.
92. Anderen Menschen begegne ich vorsichtig und misstrauisch.
93. Ich habe Schwierigkeiten, mich auf meine Arbeit zu konzentrieren.
94. Häufig hat das Sachliche gegenüber dem menschlichen Aspekt bei mir Vorrang.
95. Probleme und Schwierigkeiten mache ich am liebsten mit mir selbst ab.
96. Ich bin eher leidenschaftslos und unsentimental.
97. Auf Gemeinschaft und Geselligkeit kann ich gut verzichten.
98. Ich erlebte meine Mutter in der Kindheit als vereinnahmend und einengend.
99. Was ich angefangen habe, führe ich auch beharrlich zu Ende.
100. Gewissenhaftigkeit, Pünktlichkeit und Zeiteinteilung sind meine Stärken.
101. Meine Kleidung ist im Wesentlichen sachlich unauffällig und konservativ.
102. In meiner Arbeit wünsche ich mir einen klar abgegrenzten Zuständigkeitsbereich.
103. Meine Überzeugung ist, dass Aufgaben und Arbeiten perfekt erledigt werden müssen.
104. Ich möchte alles eindeutig und klar haben.
105. Für meine Ziele kann ich große Energien freisetzen
106. Regeln und klare Richtlinien erleichtern mir das Leben.
107. Ich will das Richtige tun und habe hohe moralische Prinzipien.
108. Weil ich ungern im Mittelpunkt stehe, vermeide ich, in größeren Gruppen zu sprechen.
109. Andere behaupten von mir, dass sie wissen, woran sie bei mir sind.
110. Bevor ich Dinge angehe, muss ich darüber gründlich nachdenken, auch wenn es sich um Kleinigkeiten handelt.
111. Ohne nachzudenken, gehe ich keine Risiken ein.
112. Am liebsten arbeite ich unter einem Chef, der die letzte Verantwortung trägt. Ich kümmere mich gern um alle sachlichen Details.
113. Meinen Arbeitsplatz würde ich niemals impulsiv kündigen. Ich plane alles im Voraus.
114. In meiner Gewissenhaftigkeit lasse ich mich in erster Linie vom Kopf bestimmen, nicht von meinen Gefühlen.
115. Ich wünsche mir eine innige und dauerhafte Bindung an

einen Menschen.

116. Bei Problemen und Schwierigkeiten brauche ich Verständnis, Kontakt und Austausch.
117. Ich benötige viel Nähe und Zuwendung anderer Menschen.
118. Abschiedsszenen bereiten mir großen Kummer.
119. Durch meine Selbstbeherrschung und Gewissenhaftigkeit erlebe ich oft Stress.
120. Ich bin eher humorlos und unflexibel.
121. Ich bevorzuge Konsequenz und Kompromisslosigkeit. Flexibilität ist in meinen Augen Schwäche.
122. In der Familie, in der Firma und in der Gemeinde werde ich als tyrannisch erlebt, weil ich Fehler und Unkorrektheiten aufzeige.
123. Auch wenn ich mich nicht wohl fühle, zeige ich in der Regel eine gute Laune.
124. Ich lasse mich nur schwer festlegen.
125. Dinge, die mir unangenehm sind, kann ich gut verdrängen.
126. In Freundschaft und Partnerschaft liebe ich die Abwechslung.
127. Auf vielen Gebieten strebe ich das Optimale an; erreiche ich es nicht, bin ich unzufrieden.
128. Weil ich einen hohen moralischen Anspruch habe, fällt es mir schwer, über Dinge zu sprechen, die ich als schlecht empfinde.
129. Ich habe Selbstvertrauen.
130. Ich kann meine Ziele, Ideen und Projekte wirkungsvoll verkaufen.
131. Ich liebe Sportarten, bei denen Weite, Freiheit und Grenzenlosigkeit eine Rolle spielen. (z.B. Skifahren, Fliegen oder Tauchen).
132. Als Christ habe ich einen kindlichen Glauben.
133. Für mich ist alles entweder gut oder schlecht. Faule Kompromisse kann ich nicht leiden.
134. Mich beschleichen oft Zweifel, ob ich Entscheidungen richtig getroffen habe.
135. Ich komme mir nutzlos vor, wenn meine Vorstellungen nicht ernst genommen werden, sondern in Frage gestellt und lächerlich gemacht werden.
136. Ich neige auf verschiedenen Gebieten (Glaube, Arbeit und Erziehung) zum Fanatismus.
137. Es fällt mir schwer, mich auf neue Dinge einzustellen.
138. Wenn es darauf ankommt, kann ich ein Prinzipienreiter

sein.

139. Fehler in der Arbeit oder in der Lebensführung kann ich mir nur schwer verzeihen.
140. Wenn ich die Dinge nicht in den Griff bekomme, verliere ich mein Selbstvertrauen.
141. Wenn ich merke, dass der andere meine Vorstellungen nicht akzeptiert, neige ich zur Ungeduld.
142. Ich brauche Rituale, die mir das Leben erleichtern.
143. In allen zwischenmenschlichen Beziehungen halte ich meine Gefühle stark zurück.
144. Ich bin ungesellig und doch auf vielen Gebieten kreativ.
145. In erster Linie bin ich ein Beobachter und kein gefühlsmäßiger Typ.
146. Von Lob und Kritik bin ich im weitesten Sinne unabhängig.
147. Bei Zusammenkünften aller Art bemühe ich mich, im Mittelpunkt zu stehen.
148. Ich habe mir eine beeindruckende Ausdrucksweise zugelegt.
149. Ich kann von Anerkennung und Bewunderung nicht genug bekommen.
150. Mein Freiheitsdrang ist nahezu grenzenlos.
151. Manchmal habe ich einen starken Wunsch, etwas Provozierendes oder Anstößiges zu tun.
152. Ich habe nichts dagegen, wenn sich im Lokal jemand an meinen Tisch setzt.
153. Probleme und Schwierigkeiten möchte ich mit Menschen meines Vertrauens besprechen.
154. Ich arbeite lieber mit anderen oder im Team, dann habe ich Rückendeckung.
155. Meine Sexualität ist zufriedenstellend, wenn ich Nähe, Austausch und Zärtlichkeit habe.
156. Ich liebe Überraschungen und bin ständig für neue Ideen offen.
157. Ich möchte nicht nur bei Freunden, sondern bei allen Menschen gut ankommen.
158. Ich habe meine Mutter als jemanden erlebt, der mir Freiheit, Aufmerksamkeit und Bewunderung für meine Ideen geschenkt hat.
159. Mein Lebenskonzept lautet: „In kleinen Dingen großzügig!“
160. Manchmal habe ich das Bedürfnis, von zu Hause fortzugehen, um Neues zu erleben und dem täglichen Einerlei zu entfliehen.

Auswertung Fragebogen

1	1A	41	2A	81	2B	121	3B
2	1A	42	2A	82	2B	122	3B
3	1A	43	2A	83	2B	123	4B
4	1A	44	1B	84	2B	124	4B
5	1B	45	1B	85	2B	125	4B
6	1B	46	1B	86	2B	126	4B
7	1B	47	1B	87	2B	127	3B
8	1B	48	3A	88	2B	128	3B
9	4A	49	3A	89	2B	129	4A
10	4B	50	3B	90	1B	130	4A
11	4B	51	3B	91	1B	131	4A
12	4B	52	3B	92	1B	132	4A
13	1A	53	3B	93	1B	133	3B
14	1A	54	2A	94	1B	134	3B
15	1A	55	2A	95	1A	135	3B
16	1A	56	2A	96	1A	136	3B
17	1A	57	2A	97	1B	137	3B
18	1A	58	2B	98	1B	138	3B
19	1A	59	2B	99	3A	139	3B
20	1A	60	2B	100	3A	140	3B
21	4B	61	2B	101	3A	141	3B
22	4B	62	2B	102	3A	142	3B
23	4B	63	2A	103	3A	143	1A
24	4A	64	2A	104	3A	144	1A
25	4A	65	2A	105	4A	145	1A
26	4A	66	4A	106	3A	146	1A
27	4A	67	4A	107	3A	147	4B
28	4A	68	4A	108	3A	148	4B
29	1B	69	4A	109	3A	149	4B
30	1B	70	4A	110	3A	150	4B
31	1B	71	4B	111	3A	151	4B
32	1B	72	4B	112	3A	152	2A
33	1A	73	4B	113	3A	153	2A
34	1A	74	4B	114	3A	154	2A
35	2B	75	3A	115	2A	155	2A
36	2B	76	3A	116	2A	156	4A
37	2B	77	3A	117	2A	157	4A
38	2B	78	2B	118	2A	158	4A
39	2A	79	2B	119	3A	159	4A
40	1A	80	2B	120	3B	160	4A

Testauswertung

1A Die schizoide Persönlichkeit Distanztyp (eher positiv)	1B Die schizoide Persönlichkeit Distanztyp (eher negativ)	2A Die depressive Persönlichkeit Nähetyp (eher positiv)	2B Die depressive Persönlichkeit Nähetyp (eher negativ)
Punkte:	Punkte:	Punkte:	Punkte
Insgesamt:		Insgesamt:	
3A Die zwanghafte Persönlichkeit Ordnungstyp (eher positiv)	3B Die zwanghafte Persönlichkeit Ordnungstyp (eher negativ)	4A Die hysterische Persönlichkeit Freiheitstyp (eher positiv)	4B Die hysterische Persönlichkeit Freiheitstyp (eher negativ)
Punkte:	Punkte:	Punkte:	Punkte:
Insgesamt:		Insgesamt:	
Die schizoide Persönlichkeit		Punkte:	
Die depressive Persönlichkeit		Punkte:	
Die zwanghafte Persönlichkeit		Punkte:	
Die hysterische Persönlichkeit		Punkte:	

Quelle: Reinhold Ruthe, Typen und Temperamente

Heinz Trompeter

Seminare

Bozener Straße 22

90592 Schwarzenbruck

09128 – 8794

www.heinz-trompeter-seminare.de

info@heinz-trompeter.de