

În ce măsură sunt următoarele afirmații corecte în ceea ce te privește?

Răspunde la fiecare cu un scor de la 1 la 5, unde 1 = nu sunt deloc așa, iar 5 = sunt exact așa.

1. Mă simt confortabil în jurul oamenilor.
2. Imi fac ușor prieteni.
3. Mă pricep să gestionez situațiile sociale.
4. Sunt sufletul petrecerii.
5. Știu cum să captivez atenția oamenilor.
6. Eu sunt cel(cea) care încep conversațiile cu ceilalți.
7. Mă împrietenesc repede cu alte persoane.
8. Vorbesc cu mulți oameni diferiți la petreceri.
9. Nu mă deranjează să fiu centrul atenției.
10. Inveselesc oamenii.
11. Am puține lucruri de zis. (R)
12. Rămân în umbră. (R)
13. Mi-aș descrie experiențele ca fiind oarecum plicticoase. (R)
14. Nu îmi place să atrag atenția asupra mea. (R)
15. Nu vorbesc mult. (R)
16. Evit contactul cu alți oameni. (R)
17. Oamenii ajung greu să mă cunoască. (R)
18. Mă retrag din compania altor oameni. (R)
19. Mi se pare greu să mă apropiez de ceilalți. (R)
20. Li țin pe ceilalți la distanță. (R)

### Calcularea scorului

Scorul pe care l-ai obținut la itemii 11-20 trebuie inversați. Adică, dacă ai răspuns cu 5, trebuie să îl schimbi în 1. 4 devine 2, 2 devine 4, iar 1 devine 5.

Apoi, adună toate cele 20 de scoruri și notează-ți suma.

### Ce reprezintă scorul final

Cu cât ești mai aproape de 100 cu atât ești mai extravertit.

Cu cât ești mai aproape de 20, cu atât ești mai introvertit.

Dacă ai un scor undeva între 50 și 70 e probabil ambivert.

### Notă

Acest instrument a fost construit de psihologi în SUA. A fost tradus de psihologi în România și s-a făcut o validare preliminară a versiunii în limba română. Pentru detalii, vezi:

<http://researchcentral.ro/index.php?action=listateste&ID=89>.

Cu toate acestea, nu trebuie să îl consideri un instrument diagnostic. Pentru o testare profesionistă a personalității, ia legătura cu un psiholog acreditat.