

YURKOV STÍLUSTEMPERAMENTUM TESZT I.

Ez a teszt egy pillanatfelvétel. Arról, hogy **most milyen állapotban vagy**, mi az, ami jelenleg működtet, megtart, segít vinni az életedet. Itt most nem "típus besorolást" keresünk, és végképp nem egy újabb kategóriát vagy címkét keresünk neked.

A kérdésekre nincs jó vagy rossz válasz. Itt most azt keressük, hogy **mi jellemző rád mostanában**, ahelyett hogy azt keresnénk, hogy *milyennek kellene lenned*. Érdeemes ösztönösen válaszolni, nem túlgondolni. Fontos: az eredményt **ne kezd el azonnal értelmezni**.

ELSŐ KÉRDÉSSOR

Melyik válasz áll közelebb hozzád mostanában? (Minden kérdésnél egy válasz lehetséges)

1. Hogyan indulsz el reggel?

- A) Gyorsan, célra tartva, fejben már a feladataimon járva
- B) Vidáman, közben ezer dolog elvonja a figyelmem
- C) Ráérősen, fontos, hogy kényelmesen induljon a nap
- D) Megfontoltan, átgondolva, hogy minden részlet rendben legyen

2. Egy váratlan helyzetben inkább...

- A) Azonnal döntök és cselekszem
- B) Reagálok, beszélek róla, keresem a kapcsolatot
- C) Kivárok, megnyugszom, hagyom leülepedni
- D) Elemzem, átgondolom, mi miért történt

3. Egy megbeszélésen jellemzően...

- A) Gyorsan kimondom, amit gondolok
- B) Kapcsolódom, reagálok másokra, tele vagyok ötletekkel

- C) Figyelek, hallgatok, csak akkor szólok, ha muszáj
- D) Jegyzetelek, részleteket figyelek meg

4. Ha valami felbosszant...

- A) Hirtelen felindulok, de hamar túl is lépek rajta
- B) Hangosan reagálok, majd gyorsan elfelejtem
- C) Sokáig gyűlik bennem, majd egyszer kirobban
- D) Megjegyzem, elraktározom, és később jön elő, célzottan

5. A ruháidban most inkább...

- A) Erőt, határozottságot keresel
- B) Könnyedséget, játékosságot
- C) Kényelmet, biztonságot
- D) Mélységet, érdekes részleteket

6. Ha elfáradsz...

- A) Még jobban beleállsz a feladatokba
- B) Társaságot keresel, beszélni kezdesz
- C) Visszavonulsz, pihensz, lelassulsz
- D) Befelé fordulsz, elcsendesedsz

7. Mások visszajelzéseire inkább...

- A) Gyorsan reagálsz, ha kell, megvéded magad
- B) Érzelmileg reagálsz, fontos, mit gondolnak
- C) Nehezen mondasz nemet, kerülöd a konfliktust
- D) Sokáig rágódsz rajta

8. Ha választanod kell két lehetőség között...

- A) A hatékonyabbat választod
- B) Azt, ami izgalmasabb

- C) A biztosabbat
- D) Azt, ami érzelmileg megfog, ami mélyebbnek tűnik

9. A tempód mostanában inkább...

- A) Gyors, intenzív
- B) Változó, impulzív
- C) Lassú, egyenletes
- D) Megfontolt, kimért

10. Konfliktus után...

- A) Gyorsan továbblépsz
- B) Még beszélnél róla, de aztán elengeded
- C) Sokáig csendben hordozod
- D) Pontosan emlékszel minden részletre, évekkel később is

11. A gardróbodban most...

- A) Határozott darabok vonzanak
- B) Színes, könnyed ruhák
- C) Bevált, kényelmes szettek
- D) Rétegzett, különleges darabok, szép részletekkel

12. Ha egy szóval kellene leírnod magad most...

- A) Határozott
- B) Nyitott
- C) Nyugodt
- D) Elmélyült, befelé figyelek leginkább

Most számold össze hány darab A, B, C, és D választ adtál! Melyikből van legtöbb?
Netán többször is? Netán kiegyensúlyozott? Csak jegyezd meg az eredményt.

A - kolerikus, (tűz) határozott, teremtő stílusritmus

B - szangvinikus (levegő) kiáradó stílusritmus

C - flegmatikus (víz) biztonságra törekvő, stabil stílusritmus

D - melankólikus (föld) befelé figyelő, mélyülő stílusritmus

Az eredményed azt mutatja meg, melyik stílustemperamentum állapota aktív most benned leginkább (és melyik a másodlagos, harmadlagos és negyedleges). Ez nem végleges, nem kizárólagos, és nem határoz meg téged. Lehet, hogy több temperamentumban is magas pontszámot kaptál. Ez teljesen természetes. Mind a négy ott van bennünk, csak nem egyszerre ugyanabban az arányban (hiszen ez élethelyzettől függ mindig). A legmagasabb pontszám azt jelzi, mi működtet most, mi tart meg ebben az életszakaszban. Ez az állapot eddig segített. Lehet, hogy most is erre van szükséged. És az is lehet, hogy már készül valami más.

Fontos: ne vond le a következtetéseket egyedül!

(A stílustemperamentum tesztek az Enstylement™ önismereti szemléletének részei, nem diagnosztikusok. Állapot-alapú megfigyelési keretet adnak. A teszt eredményeinek értelmezése a Yurkov Belső Kör szakmai tartalmaival együtt válik teljessé és érthetővé.)