

Si us plau, complimenti la següent informació:

Nom i cognoms: _____

Edat: _____ anys

Sexe: Home Dona

Estudis: _____

Data: _____

INSTRUCCIONS.

A continuació trobarà una llista de frases que parlen de diferents sentiments, pensaments, desitjos i interessos que poden tenir les persones. Haurà de llegir cada frase i decidir si li passa o no allò que esmenta la frase.

Ha de contestar cada frase marcant la **V (Veritable)** o la **F (Fals)** que hi ha al final. Per fer-ho segueixi els següents exemples:

Frases

1. Normalment estic nerviós/a.
2. M'agrada anar al cine.

~~V~~ ~~F~~
 V F

La persona d'aquest exemple ha senyalat en la primera frase l'opció **V**, això vol dir que la frase aplicada a ell és **VERITABLE**. A la segona frase ha senyalat l'opció **F** i això vol dir que la frase aplicada a ell és **FALSA**.

Ho ha de fer de la mateixa manera, senyali l'opció **V** quan la seva resposta sigui **VERITABLE**, senyali l'opció **F** quan la seva resposta sigui **FALS**, i si no es pot decidir no marqui cap opció.

Intenti respondre totes les frases i no pensi massa en el significat exacte de cada una. No hi ha respostes bones ni dolentes i per tant qualsevol opció és adequada.

SI US PLAU, INTENTI RESPONDRE TOTES LES FRASES

1	Acostumo a començar una nova tasca sense planificar gaire com ho faré	V	F
2	No em preocupo de les coses poc importants.	V	F
3	M'ho passo bé quan algú que no conec està essent humiliat/da davant els altres.	V	F
4	Mai no he conegut ningú que no m'hagi agradat.	V	F
5	No m'agrada perdre el temps assegut/da i descansant.	V	F
6	Generalment penso el que vaig a fer abans de fer-ho.	V	F
7	No estic gaire segur/a de mi mateix/a o de les meves habilitats.	V	F
8	Quan em descontrolo dic coses que no hauria de dir.	V	F
9	A les festes, acostumo a ser jo qui inicia les converses.	V	F
10	Sempre he dit la veritat.	V	F
11	Dic "paraulotes" quan estic irritat/da.	V	F
12	No em fa res sortir sol/a i, generalment, ho prefereixo abans d'anar amb un grup nombrós.	V	F
13	Tinc una vida més ocupada que la majoria de la gent.	V	F

14	Acostumo a fer les coses per l'impuls del moment.	V	F
15	Sovint estic intranquil/-la sense cap raó aparent.	V	F
16	Quasi mai no embruto els carrers.	V	F
17	No em faria res estar sol/a en un lloc durant uns quants dies sense cap contacte humà.	V	F
18	M'agraden les feines complicades que requereixen molt esforç i concentració.	V	F
19	Poques vegades perdo molt temps en detalls de planificació futura.	V	F
20	De vegades em sento nerviós/a i tens/a.	V	F
21	Quasi mai no tinc la sensació que m'agradaria pegar a algú.	V	F
22	Passo tant temps com puc amb els meus amics/gues.	V	F
23	No tinc una gran quantitat d'energia per a les tasques més exigents de la vida.	V	F
24	M'agrada tenir experiències i sensacions noves i excitants, encara que siguin una mica esgarrifoses o esborronadores.	V	F
25	Sovint el meu cos està tens sense cap raó aparent.	V	F
26	Sempre guanyo quan jugo.	V	F
27	Generalment, em trobo que sóc "l'ànima de la festa".	V	F
28	M'agraden més les tasques desafiants que no pas les rutinàries.	V	F
29	Abans de començar una tasca complicada, la planifico acuradament.	V	F
30	Sovint estic emocionalment trasbalsat/da.	V	F
31	Si algú m'ofèn, intento no pensar-hi.	V	F
32	Mai no m'he avorrit.	V	F
33	Sempre m'agrada estar fent coses.	V	F
34	M'agradaria fer un viatge sense itinerari o calendari predeterminat o definitiu.	V	F
35	Sóc molt sensible i fàcilment em fereixen els comentaris i accions sense importància dels altres.	V	F
36	A moltes botigues, no t'atenen si no és que empenyis i et colis davant dels altres.	V	F
37	No necessito tenir un gran nombre de coneguts/des.	V	F
38	Puc passar-m'ho bé estant fent el mandra sense fer cap activitat física.	V	F
39	M'encanta buscar situacions noves en les quals no pugui predir com acabaran les coses.	V	F
40	Mai no em perdo, fins i tot en llocs desconeguts per mi.	V	F
41	M'espanto fàcilment.	V	F
42	Si la gent em molesta, no dubto gens en fer-los-ho saber.	V	F
43	Acostumo a no estar de gust a les festes nombroses.	V	F

44	No sento la necessitat d'estar fent coses sempre.	V	F
45	M'agrada fer coses simplement per l'emoció que comporta.	V	F
46	A vegades tinc pànic.	V	F
47	Quan estic enfadat/da amb algú, no tracto d'amagar-li-ho.	V	F
48	A les festes, m'agrada barrejar-me amb molta gent, tant si la conec com si no.	V	F
49	M'agradaria tenir una feina que proporcionés el màxim de temps lliure.	V	F
50	Tendeixo a canviar d'interessos freqüentment.	V	F
51	Sovint penso que la gent que conec és millor que jo.	V	F
52	Mai no m'enfado quan algú se'm cola mentre estic fent cua.	V	F
53	Acostumo a començar els meus caps de setmana "anant de marxa" els dijous a la nit.	V	F
54	Generalment sembla que jo tingui pressa.	V	F
55	A vegades m'agrada fer coses que són una mica esfereïdores.	V	F
56	A vegades, quan estic emocionalment desfet/a, noto com si les cames em fallessin.	V	F
57	Generalment no dic "paraulotes" gaire fortes encara que estigui molt enfadat/da.	V	F
58	Prefereixo passar el temps amb els amics/gues que fer alguna cosa jo sol/a.	V	F
59	Quan estic de vacances, m'agrada practicar esports actius, més que no pas fer el mandra.	V	F
60	Intentaré de fer-ho tot almenys una vegada.	V	F
61	Sovint em sento insegur/a.	V	F
62	Puc perdonar fàcilment la gent que m'ha insultat o ha ferit els meus sentiments.	V	F
63	No em faria res estar socialment aïllat/da en algun lloc durant un període de temps.	V	F
64	M'agrada estar exhaust/a després d'un treball pesat o de fer exercici.	V	F
65	M'agradria portar un tipus de vida que em permetés moure'm i viatjar sempre, amb molt de canvi i excitació.	V	F
66	Sovint em preocupo per coses que l'altra gent pensa que no són importants.	V	F
67	Quan la gent no està d'acord amb mi, no puc deixar de discutir amb ella.	V	F
68	Generalment, m'agrada estar sol/a per a poder fer allò que m'agrada sense que ningú no em distregui.	V	F
69	Mai no tinc problemes de comprensió quan llegeixo una cosa per primera vegada.	V	F
70	A vegades faig bestieses només per divertir-me.	V	F
71	Sovint tinc problemes quan he de triar entre diferents opcions.	V	F
72	Tinc un temperament molt fort.	V	F
73	Mai no he perdut res.	V	F

74	M'agrada estar actiu/va així que em llevo.	V	F
75	M'agrada explorar una ciutat desconeguda per mi o un barri de la meva ciutat, encara que em pugui perdre.	V	F
76	Els meus múscles estan tan tensos que estic cansat/da la major part del temps.	V	F
77	No puc evitar d'ésser una mica descarat/da amb la gent que no m'agrada.	V	F
78	Sóc una persona molt sociable.	V	F
79	Prefereixo els amics/gues que són encantadorament impredecibles.	V	F
80	Sovint tinc ganes de plorar sense cap raó aparent.	V	F
81	Tant si fa fred com si fa calor, sempre estic còmode/a.	V	F
82	Necessito sentir que sóc una part vital d'un grup.	V	F
83	M'agrada estar enfeinat/da sempre.	V	F
84	A vegades m'engresco tant amb les coses i les idees noves i excitants que mai no penso en les possibles complicacions.	V	F
85	No deixo que les coses sense importància m'irritin.	V	F
86	Sempre tinc paciència amb les altres persones, encara que m'exasperin.	V	F
87	Generalment prefereixo fer les coses sol/a.	V	F
88	Puc passa-m'ho bé fent activitats rutinàries que no requereixen gaire concentració o esforç.	V	F
89	Sóc una persona impulsiva.	V	F
90	Sovint no estic bé ni amb mi mateix/a ni amb els altres, sense cap raó aparent.	V	F
91	Sovint discuteixo amb la gent.	V	F
92	Probablement passo més temps amb els amics/gues del que caldria.	V	F
93	No em molesta si algú s'aprofita de mi.	V	F
94	Quan faig coses, les faig amb molta energia.	V	F
95	M'agraden aquelles festes on la gent es desinhibeix i es desenfrena.	V	F
96	Després de comprar alguna cosa, sovint em preocupo de si he pres una decisió errònia o desencertada.	V	F
97	Quan la gent m'alça la veu, jo m'hi torno.	V	F
98	Tinc més amics/gues que la majoria de la gent.	V	F
99	Sovint les altres persones m'aconsellen que m'ho prengui amb calma.	V	F

SI US PLAU, VERIFIQUI QUE HA CONTESTAT TOTES LES FRASES