

Dr Leonardo Palmeira

TESTE SEU TEMPERAMENTO - BLOCO 1

	++	+	0	+	++	
Impulsivo, age sem pensar.						Reflexivo, pensa muito antes de agir.
Diante de um problema, foge ou luta para resolvê-lo.						Diante de um problema fica paralisado, sem saber que atitude tomar.
Atitude desinibida (socialmente). Fala muito, interage bastante com o outro.						Atitude inibida (socialmente). Fala pouco, fica mais na sua.
Insubordinado, tendência a questionar e a desobedecer ordens.						Obediente, aceita ordens sem grandes questionamentos.
Independente, emocional e socialmente. Auto-suficiente, toma atitudes sozinho.						Dependente de outra pessoa, emocional e/ou socialmente. Dificuldade para decidir sozinho.
Inconseqüente, toma atitudes sem avaliar possíveis conseqüências negativas.						Conseqüente, está sempre avaliando prós e contras antes de tomar qualquer atitude.
Irresponsável, p.ex. atrasa ou perde compromissos. Qualquer atitude que possa prejudicar ou colocá-lo em risco.						Responsável, leva muito a sério compromissos e deveres. Raramente se coloca em situação de risco.
Descuidado com suas coisas.						Cuidadoso, zela muito pelas suas coisas.
Espontâneo na maneira de se relacionar com o outro.						Contraído, não gosta de se mostrar. É mais reservado.
Energético, incansável. Tem energia para envolver-se em várias atividades.						Fatigável, cansa-se com facilidade.
Extrovertido. Facilidade de relacionamento, de fazer amizades, contagiante.						Introvertido, tímido. Precisa ganhar intimidade para se mostrar mais.
Audacioso, assume um grau maior de risco para conseguir o que almeja.						Medroso, não gosta de assumir riscos.
Otimista. Tem uma visão otimista das coisas, pensa positivo, acha que vai conseguir aquilo que deseja.						Pessimista. Tende a pensar negativo, a achar que vai fracassar ou que nada dá certo.

Dr Leonardo Palmeira

TESTE SEU TEMPERAMENTO - BLOCO 2

	++	+	0	+	++	
Comportamento direcionado aos objetivos. Planeja, traça seus objetivos, segue uma estratégia.						Comportamento pouco direcionado a objetivos. Não tem muito planejamento ou estratégia.
Focado, atento.						Vago, desatento.
Ligado, rápido. Age ou pensa com rapidez, tem a sensação de estar ligado em 220V.						Lento, vagaroso. Pensamentos demoram a se conectar, raciocínio mais lento.
Impulsivo para comida e/ou compras e/ou sexo.						Indiferente em relação ao apetite para comida, compras ou sexo.
Extravagante, exagerado.						Moderado, econômico.
Passional. Age pela emoção.						Apático. Demora a responder emocionalmente.
Dominador em seus relacionamentos (com seus pais, irmãos, amigos, namorados(as), cônjuges).						Não dominador nos relacionamentos.
Desconfiado das pessoas.						Crédulo, acredita nas pessoas.
Rancoroso, guarda raiva ou mágoa dos outros.						Compreensivo. Procura sempre compreender o outro.
Agressivo na maneira de se comportar e de se relacionar com o outro.						Pacífico
Irritável						Calmo