

ENNEAGRAMMTEST

In dem Auswertungskästchen hinter dem Satz vergeben Sie 0, 1 oder 2 Punkte:

0 – Trifft die Aussage auf Sie *nicht* zu, schreiben Sie *eine 0*.

1 – Wenn die Aussage eines Satzes auf Sie *halbwegs zutrifft*, vergeben Sie *eine 1*.

2 – Wenn die Aussage auf Sie *total zutrifft*, vergeben Sie *eine 2*.

1. Mein Aussehen und was andere von mir halten, ist mir wichtig. _____ [] (g)
2. Ich kann leichter sagen, was ich nicht will als was ich eigentlich will. _____ [] (b)
3. Lob ist mir schon wichtig oder es kränkt mich, wenn andere meine Arbeit nicht anerkennen. [] (i)
4. Es ärgert oder frustriert mich, wenn andere im Team sich nicht anstrengen oder ihre Aufgaben nicht ernst nehmen. _____ [] (d)
5. Es fällt mir manchmal schwer, um etwas zu bitten oder anderen eine Bitte abzuschlagen. ____ [] (i)
6. Es macht mir Spaß, mit anderen zu konkurrieren. _____ [] (g)
7. Ich kann nicht tatenlos zusehen, wenn jemand leidet. _____ [] (i)
8. Ich bin relativ leicht zu kränken und gegen Kritik empfindlich. _____ [] (b)
9. Ich arbeite ständig an mir selbst und berate auch gern andere. _____ [] (d)
10. Ich bin auch bei kleinen Details ziemlich sorgfältig und neige zum Perfektionismus. _____ [] (d)

11. Ich bin stark belastbar und halte viel aus. _____ [] (h)
12. Ich bin fast immer bereit, die Führung zu übernehmen und Macht und Einfluss auszuüben. [] (h)
13. Meist bin ich direkt, offen oder sage unverblümt meine Meinung, egal ob das den anderen passt oder nicht. _____ [] (h)
14. Ich bin ein leidenschaftlicher und impulsiver Mensch. _____ [] (h)
15. Ich bin gern unter Menschen, besonders bei denen, die meine Hilfe brauchen. _____ [] (i)
16. Ich bin gern allein und ziehe mich oft zurück. _____ [] (c)
17. Ich bin gutmütig, tolerant und umgänglich. _____ [] (e)
18. Ich bin viel lieber mit anderen zusammen als allein. _____ [] (i)
19. Manchmal bin ich unmotiviert und laufe einfach mit. Wichtige Entscheidungen überlasse ich manchmal lieber anderen. _____ [] (e)
20. Ich bin allgemein recht ordentlich, vernünftig, pünktlich und korrekt. _____ [] (d)

21. Meist bin ich schnell, flexibel, schlagfertig, erfolgreich und charmant. _____ [] (g)
22. Ich bin viel sensibler und empfindsamer als die meisten von mir denken. _____ [] (b)
23. Ich bin vielseitig talentiert und kann mehrere Sachen gleichzeitig machen. _____ [] (f)
24. Ich bin gutmütig mit einem ausgeprägten sozialen Verhalten. _____ [] (a)
25. Ich bin zurückhaltend und lege Wert auf meine Privatsphäre. _____ [] (c)
26. Ich kann gut blenden und mich gut anpassen, um im Leben weiterzukommen. _____ [] (g)
27. Zeit zum Ausruhen und Entspannen ist mir sehr wichtig. _____ [] (e)
28. Ich brauche Zeit, bis ich mit einer Aufgabe beginne und lasse mich oft ablenken, bis genug Druck da ist. _____ [] (e)
29. Ich brauche Zeit, eine Entscheidung zu treffen und dazu zu stehen. _____ [] (a)
30. Angeber und ungerechte bzw. unehrliche Leute haben keine Chance bei mir. _____ [] (h)

31. Ich lege viel Wert auf meine Individualität, liebe das Besondere und das Außergewöhnliche, auch in meinem persönlichen Stil. _____ [] (b)
 32. Ich finde es reizvoll, immer neue Ideen und Projekte zu entwickeln. _____ [] (f)
 33. Ich kann mich gut in die Probleme anderer einfühlen. _____ [] (i)
 34. Es ist mir wichtig, im Einklang mit der Natur und meinen Mitmenschen zu leben und genieße gern gemeinsame Unternehmungen. _____ [] (e)
 35. Ich komme mit meinen Mitteln gut aus und plane meine Zeit, Geld oder Kontakte gerne schon im Voraus. _____ [] (c)
 36. Ich genieße gerne das Leben und kann oft einfach nicht »nein« sagen. _____ [] (f)
 37. Ich habe mich fast immer im Griff, Selbstbeherrschung ist mir sehr wichtig. _____ [] (d)
 38. Ich habe viel Selbstvertrauen und kann anderen damit imponieren. _____ [] (g)
 39. Ich habe eine feine Antenne für Unstimmigkeiten. Es ist mir wichtig und normal, die Motive anderer zu hinterfragen. _____ [] (a)
 40. Ich habe nicht immer das richtige Fingerspitzengefühl für andere. _____ [] (h)
-
41. Ich habe oft das Gefühl, dass ich mich zurückhalten muss und meine Energie nicht voll ausleben kann, weil andere das nicht aushalten. _____ [] (h)
 42. Ich behalte meine Gefühle für mich und habe es nicht nötig, darüber zu reden. _____ [] (c)
 43. Rätsel faszinieren mich und ich erzähle gerne, was ich entdeckt habe. _____ [] (f)
 44. Ich habe ein gutes Gespür für drohende Gefahren und kann ihnen dann umsichtig begegnen. [] (a)
 45. Ich bin relativ anspruchslos. Ich muss meinen eigenen Willen nicht immer durchsetzen. ____ [] (e)
 46. Ich habe fast immer einen guten Überblick und kann mich auch schwierigen Situationen entsprechend anpassen. _____ [] (g)
 47. Ich kann mich in die unterschiedlichsten Menschen hineinversetzen und daher oft alle Seiten verstehen. _____ [] (e)
 48. Ich kann mich schnell für etwas begeistern und das Positive darin sehen. _____ [] (f)
 49. Ich kenne melancholische oder depressive Phasen im Leben. _____ [] (b)
 50. Ich lege Wert auf eine besondere Gestaltung meiner Räume, Kleidung und Arbeit. _____ [] (b)
-
51. Meist bin ich erfolgreich und mag nicht an meine Misserfolge erinnert werden. _____ [] (g)
 52. Ich löse meine Probleme durch sorgfältiges Nachdenken. _____ [] (c)
 53. Ich mag feste Regeln und weiß gern, woran ich mich zu halten habe. _____ [] (a)
 54. Ich bin ein spontaner, schlagfertiger und optimistischer Mensch. _____ [] (f)
 55. Ich möchte als einmaliger, ganz besonderer Mensch wahrgenommen werden. _____ [] (b)
 56. Ich kann auch bei Leuten, die sozial oben stehen, gut ankommen. _____ [] (g)
 57. Generell kann ich besser über meine Arbeit als über meine Gefühle reden. _____ [] (g)
 58. Manchmal bin ich innerlich angespannt und muss mich zusammenreißen. _____ [] (d)
 59. Manchmal kann ich meinem eigenen Erfolg nicht trauen und frage mich ständig, ob noch etwas schief gehen kann. _____ [] (a)
 60. Ich schmiede gerne fantastische Pläne für eine bessere Zukunft, stoße jedoch beim Umsetzen oft an Grenzen. _____ [] (f)

61. Ich schütze mich bei Stress oder in Krisensituationen durch eine ruhiges und distanziertes Auftreten. _____ [] (c)
62. Ich sehne mich nach Freiheit und Unabhängigkeit. _____ [] (f)
63. Ich vergleiche mich zu oft mit anderen und leide dann manchmal unter Minderwertigkeitsgefühlen. _____ [] (b)
64. Ich setze mir hohe Maßstäbe und lebe nach Werten, die mir viel bedeuten. _____ [] (d)
65. Ich setze mich großherzig und hilfsbereit für Schwächere ein. _____ [] (h)
66. Meist halte ich Probleme lieber aus, als dass ich die direkte Konfrontatio suche. _____ [] (e)
67. Ich stehe gerne anderen mit Rat und Tat zur Seite. _____ [] (i)
68. Ich stehe treu, zuverlässig und loyal zu meiner Familie, Kirche oder Firma. _____ [] (a)
69. Ich stupe andere Menschen danach ein, wie bedrohlich sie für mich und andere sind oder nicht. _____ [] (a)
70. Ich genieße intensive, außergewöhnliche Augenblicke im Leben. _____ [] (b)
-
71. Ich tue mich mit Leuten zusammen, die sich gut auf meinem Gebiet auskennen. _____ [] (c)
72. Ich mische mich sehr ungern in die Angelegenheiten von andern. _____ [] (c)
73. Ich überschreite Grenzen und breche Regeln, wenn sie mir nicht einleuchten. _____ [] (h)
74. Ich versuche liebend gern, verborgene Zusammenhänge zu erfassen. _____ [] (c)
75. Irgendwie weiß ich instinktiv, was richtig und was falsch ist. _____ [] (d)
76. Ich habe vieles gelernt und erweitere mein Wissen ständig durch Lesen oder genaues Beobachten. _____ [] (c)
77. Ich versuche immer im Recht oder aufrichtig zu sein. Es ärgert mich, wenn ich Fehler eingestehen muss. _____ [] (d)
78. Ich werde oft von Selbstzweifeln geplagt und zweifle auch Autoritäten an. _____ [] (a)
79. Ich will, dass andere sich bei mir zu Hause wohl fühlen. _____ [] (i)
80. Ich wittere Gefahr und Bedrohung früher als andere. _____ [] (a)
-
81. Konflikte und Streit mag ich nicht, am liebsten will ich meine Ruhe haben. _____ [] (e)
82. Ich bin irgendwie ein Außenseiter, den andere nicht ganz verstehen. _____ [] (b)
83. Manchmal fühle ich mich gefühlsmäßig von anderen ausgelaugt und werde krank. _____ [] (i)
84. Meine verletzliche, liebevolle Seite zeige ich nur Menschen, denen ich voll vertraue. _____ [] (h)
85. Mich langweilen Pflichtaufgaben und Routinejobs. _____ [] (f)
86. Negatives zieht mich runter, deswegen betone ich die positiven Seiten einer Sache und versuche auch andere aufzuheitern. _____ [] (f)
87. Ohne Nähe zu anderen bin ich bedrückt und fühle mich ausgeschlossen und klein. _____ [] (i)
88. Vor lauter Arbeit oder Verantwortung kommen Vergnügen und Spaß bei mir oft zu kurz. ____ [] (d)
89. Was ich mir vorgenommen habe, erreiche ich auch meist. _____ [] (g)
90. Wenn ich mich von anderen gehetzt oder unter Druck gesetzt fühle, werde ich manchmal ziemlich bockig und mache gar nichts mehr. _____ [] (e)



RAUM FÜR OSTEOPATHIE

Praxisgemeinschaft Beck | Ebach

20											
19											
18											
17											
16											
15											
14											
13											
12											
11											
10											
9											
8											
7											
6											
5											
4											
3											
2											
1											
0											
	Eins (d)	Vier (b)	Zwei (i)	Acht (h)	Fünf (c)	Sieben (f)	Eins (d)	Drei (g)	Neun (e)	Sechs (a)	Drei (g)

ANALYSE
