

# Questionario Associazione Italiana Enneagramma

1. Ho una tendenza istintiva a valutare le situazioni
2. Spesso, quando le cose non vanno come dovrebbero andare, m. sento irritato
3. Sono metodico e organizzato nel portare avanti i lavori
4. Spesso mi sento in colpa se le cose non vanno bene
5. La mia preoccupazione con il dovere mi porta a sacrificare il piacere
6. Per natura, sono portato ad essere critico ed esigente con me stesso
7. Mi sento spesso teso e frustrato
8. La mia coscienza mi porta ad operare rettamente, anche se non è nei miei interessi
9. Spesso ho la sensazione che il tempo passi troppo in fretta e che restano ancora troppe cose da fare
10. Ho la tendenza ad essere perfezionista
11. Mi sento turbato se qualcosa non è giusto
12. Avverto costantemente il bisogno di migliorare le cose che non vanno bene
13. Sono portato a curare i dettagli, l'ordine e la precisione
14. Il contatto con la natura mi aiuta a rilassarmi
15. Sono portato a vedere le cose in termini di "giusto o sbagliato", "buono o cattivo"
16. Noto subito se qualcosa non va bene o è fuori posto
17. A volte mi rendo antipatico perché sono troppo pignolo ed esigente con gli altri
18. Mi impegno costantemente per correggere i miei difetti
19. Guardandomi intorno mi accorgo che molte persone non condividono i miei principi etici
20. Preferisco farmi carico delle cose per non delegarle ad altri e poi dover rifare il lavoro

1. Molte persone dipendono dal mio aiuto e dalla mia generosità
2. Sono contento quando gli altri hanno bisogno di me
3. Sono portato a pensare agli altri trascurando i miei bisogni
4. Mi piace fare i complimenti alla gente
5. Sono contento di poter venire in soccorso delle persone quando sono in difficoltà.
6. Che lo voglia o meno, mi sento quasi spinto ad aiutare
7. Spesso la gente si rivolge a me per consigli ed aiuto
8. Non mi sembra di avere tanti bisogni quanto gli altri
9. A volte provo un certo risentimento quando la gente non mostra gratitudine per quanto faccio per loro
10. Cerco di stabilire un rapporto di intimità con le persone
11. Quando sono in un gruppo privilegio di più i contatti con le persone che gli obiettivi della riunione
12. La dimensione affettiva è determinante per me
13. Non penso di imporre le mie idee alle persone ma, se lo faccio, è per il loro bene
14. Mi tengo in contatto con i miei amici più di quanto loro non facciano con me
15. Sono contento di sacrificarmi per gli altri, pur di farli felici.
16. Nell'agire di solito seguo l'istinto e l'emotività
17. A volte rischio di essere un po' troppo invadente e soffocante con gli altri
18. Ho bisogno di contatti per sentirmi vivo
19. Ho difficoltà a rimanere solo
20. Mi vedo come una persona che sana i cuori feriti

1. Ho un livello di energia molto alto
2. Lavoro volentieri in équipe e ne sono un valido promotore
3. Sono portato a valorizzare l'efficienza e la professionalità
4. Mi viene naturale curare la buona organizzazione e riuscita di un progetto
5. Tendo ad avere degli obiettivi chiari e a lavorare con tenacia per raggiungerli
6. Ci tengo ad avere dei punti di riferimento per valutare come vanno le cose
7. Ho bisogno di protagonismo e ci tengo a proiettare una buona immagine di me
8. Per avere successo, a volte, bisogna sacrificare i propri principi
9. Posso impegnarmi in diversi progetti contemporaneamente
10. Avverto disagio quando si critica il mio operato
11. Mi adatto con facilità alle situazioni
12. Posso identificarmi talmente con il lavoro da trascurare i sentimenti e le relazioni
13. Ho la capacità di essere persuasivo e convincente nel promuovere un'idea o un progetto
14. Sono percepito come una persona sicura e decisa
15. Posso servirmi delle persone per conseguire i miei obiettivi
16. Sono una persona intraprendente e sostenuta da forti motivazioni
17. Entro in azione con rapidità
18. Il mio entusiasmo e ottimismo può contagiare gli altri
19. Riesco a mascherare abbastanza bene le mie insicurezze
20. Accetto le sfide in cui esco vincente

1. Nel rapporto ciò che reputo più importante sono i sentimenti
2. Ho un senso di nostalgia e di malinconia che mi riporta al passato
3. Mi attrae ciò che è simbolico e comunico attraverso il linguaggio dei simboli
4. Sono portato a vivere spesso nel mondo dell'immaginazione e della fantasia
5. Frequentemente gli altri non capiscono come mi sento
6. Sono una persona molto sensibile alle sofferenze altrui
7. Ci tengo a fare le cose con gusto e a dare uno stile particolare all'ambiente in cui vivo
8. Mi considero una persona diversa
9. Penso con frequenza al tema della sofferenza e della morte
10. Mi sento insoddisfatto perché non riesco ad esprimere bene tutto ciò che sento
11. Mi sembra di soffrire più degli altri per la rottura di un rapporto o un distacco
12. Mi trovo spesso a sorridere esternamente mentre dentro mi sento triste
13. Tendo ad idealizzare le persone quando sono lontane
14. Ho spesso la sensazione che mi manchi qualcosa o qualcuno nella vita
15. La dimensione artistica è un canale vitale per esprimere le mie emozioni
16. Ho forti cambiamenti di umore, da molti intensi a molto bassi
17. Mi identifico talmente con gli altri che posso fare mie le loro ferite
18. Amo le situazioni che suscitano emozioni intense e profonde
19. Rimango spesso assorbito nei miei sentimenti e stati d'animo
20. Mi irritano coloro che apprezzano il mio lavoro, ma non si interessano alla mia persona

1. Ho la tendenza a nascondere i miei sentimenti
2. Sono portato ad accumulare cose che un giorno mi potrebbero servire
3. A qualcuno posso dare l'impressione di essere freddo e distaccato
4. Mi piace esaminare idee differenti
5. Provo disagio quando qualcuno mi chiede ciò che sento
6. Ho bisogno di molto tempo e spazio per me
7. Preferisco osservare più che essere al centro dell'attenzione
8. Mi stimola tutto ciò che allarga i miei orizzonti e il mio sapere
9. Non sono portato a improvvisare un intervento in pubblico per non fare una brutta figura
10. Ci tengo che la mia libertà e indipendenza siano rispettate
11. Mi sforzo di analizzare le cose e di rimanere obiettivo
12. Non sono portato ad essere generoso nel condividere ciò che ho (il mio tempo, idee, denaro)
13. Mi infastidiscono le persone che non sono logiche
14. Preferisco lavorare ai progetti da solo piuttosto che in équipe
15. Le sorprese mi provocano disagio
16. Preferisco mantenere una certa distanza dalla gente
17. Ho difficoltà a chiedere alle persone di aiutarmi
18. Sono per natura piuttosto cauto e riservato
19. Mi infastidisce il dover rispondere alle aspettative che gli altri hanno su di me
20. Sono piuttosto lento quando si tratta di agire

1. Fondamentalmente gli altri possono fidarsi di me
2. Ritengo importante essere fedele agli impegni e alle persone
3. Trovo difficile disobbedire all'autorità e alle norme prestabilite
4. Prima di prendere una decisione raccolgo tutte le informazioni per evitare di sbagliare
5. Nel mio lavoro ci tengo a conoscere le aspettative e le linee di comportamento
6. Quando sono sotto pressione divento teso e irascibile
7. Sono, per natura, piuttosto insicuro e indeciso
8. Mi trovo a disagio nell'ambiguità
9. Spesso faccio le cose spinto dal senso del dovere e della responsabilità
10. Nel prendere una decisione preferisco conoscere prima il parere degli altri
11. Anche se normalmente compio quanto ci si aspetta da me, a volte posso ribellarmi
12. La prudenza è una virtù molto importante per me
13. Sono portato a criticare chi si comporta diversamente
14. Ho un forte senso del "gruppo" per quanto riguarda la famiglia, l'istituzione e la comunità
15. Mi considero un buon collaboratore più che un leader
16. Tendo ad avere molti dubbi che bloccano la mia libertà
17. Preferisco sacrificare la mia indipendenza pur di sentirmi più sicuro
18. Ho la tendenza ad anticipare ed immaginare molti pericoli
19. Se commetto un errore ho timore di essere criticato
20. Tendo ad essere un po' diffidente nel fidarmi delle persone

1. Sono più le cose che programmo di quelle che porto a termine
2. Mi annoiano la routine e la ripetitività
3. Tutto, alla fine, si risolve per il meglio
4. Sono contento che gli altri mi considerino una persona felice
5. Sono portato a vedere la porta positiva della vita, non quella negativa
6. Mi trovo bene con quasi tutte le persone che incontro
7. Mi piace godere un po' di tutto nella vita
8. Sono una persona spontanea e tendo ad essere ottimista riguardo al futuro
9. Mi si considera, spesso, come la "vita" di un gruppo
10. Mi piace un mondo partecipare alle feste, viaggiare, mangiare al ristorante...
11. Evito di soffermarmi a pensare su realtà che potrebbero deprimermi
12. Ci tengo a far sì che ogni cosa risulti gradita
13. Alcune persone mi giudicano superficiale
14. Mi piace sollevare il morale delle persone
15. La sofferenza mi incute molto timore
16. Resisto all'idea di prendere impegni a lungo termine
17. E' molto più forte il mio entusiasmo della mia perseveranza
18. Preferisco le conversazioni leggere e allegre a quelle serie e profonde
19. La mia mente è sempre attiva: penso dieci cose alla volta
20. Ho difficoltà a stabilire priorità perché mi piace fare tutto ciò che è stimolante

1. Sono capace di prendere posizione e di lottare per ciò in cui credo
2. Non sopporto chi cambia bandiera a seconda delle convenienze
3. Esprimo facilmente la mia disapprovazione per ciò che non condivido
4. Non mi lascio manipolare: sono in grado di tenere testa alle persone
5. So usare la mia forza, anche se questa potrebbe intimidire gli altri
6. Avverto dove risiede il potere in un gruppo
7. Sono una persona realista, determinata e decisa
8. Non mi è facile esprimere la parte tenera che è in me
9. Sono portato ad agire piuttosto che a soffermarmi sui sentimenti
10. La giustizia e l'ingiustizia sono temi importanti per me
11. Quando devo dire di "no" lo faccio senza esitare
12. Il controllo è una parola importante per me
13. Non voglio che mi si dica di conformarmi
14. Mi ritengo un lavoratore assiduo
15. Provo irritazione quando le cose si trascinano
16. Posso, a volte, essere irruento e impositivo
17. Quando mi è antipatico qualcuno, di solito trovo il modo per farglielo capire
18. Spesso il parere degli altri non mi interessa
19. A volte non sopporto la lentezza degli altri
20. Mi piace schierarmi in favore dei deboli, ma mi urta chi si comporta da debole

1. La maggior parte delle persone si agita troppo
2. Sono di natura calmo, tranquillo e accomodante
3. Mi piace la routine e le cose familiari
4. Evito le situazioni di conflitto
5. Non sono portato a giudicare le persone
6. Ho la tendenza a rimandare a domani ciò che potrei fare oggi
7. L'iniziativa non è il mio forte; ho bisogno di stimoli esterni per fare le cose
8. Vivere in pace ed armonia è quanto di più bello si possa avere
9. La mia calma e lentezza può irritare le persone
10. Posso essere un arbitro imparziale ed equilibrato
11. Ho difficoltà a dire di no
12. Sono portato a reprimere i sentimenti, soprattutto la collera
13. Ho la tendenza a minimizzare le tensioni
14. Tendo ad autosvalutarmi
15. Sono abbastanza conservatore nei valori che professo
16. Ho un po' di difficoltà a focalizzare l'attenzione e le priorità
17. Non vale la pena arrabbiarsi se le cose vanno storte
18. Sono portato a resistere più che a lottare
19. Mi identifico facilmente con il pensiero o i gusti delle persone che amo.
20. Sono consapevole di perdere opportunità nella vita.