

Sprawdź, czy jesteś optymistą?

Wybierz odpowiedź, która bardziej do Ciebie pasuje. Nie istotne jest czy takie wydarzenie miałooby miejsce w twoim przypadku, czy nie. Twoim zadaniem jest jedynie wybranie jednej z dwu opcji.

Jeśli nie potrafisz wybrać, możesz przyznać sobie 0,5 punktu. Staraj się jednak robić to jak najrzadziej.

1. Godzisz się z małżonkiem/małżonką/chłopakiem/dziewczyną po sprzeczce.
A. Przebaczyłem(am) mu/jej. (0)
B. Zazwyczaj wybaczam. (1)
2. Zapominasz o urodzinach małżonka/małżonki/chłopaka/dziewczyny.
A. Nie mam pamięci do dat urodzin. (1)
B. Byłem(am) zajęty(a) innymi sprawami. (0)
3. Dostajesz kwiaty od cichego wielbiciela/wielbicielki.
A. Podobam się mu/jej. (0)
B. Jestem osobą lubianą. (1)
4. Ubiegasz się o stanowisko we władzach lokalnych i nie uzyskujesz go.
A. Poświęciłem(am) mnóstwo czasu i energii na kampanię. (0)
B. Bardzo się przykładam do wszystkiego, co robię. (1)
5. Zapominasz o ważnym spotkaniu.
A. Czasami zawodzi mnie pamięć. (1)
B. Czasami zapominam zająrzeć do kalendarzyka, w którym zapisuję terminy spotkań. (0)
6. Wydajesz przyjęcie, które wszyscy mile wspominają.
A. Tamtego wieczoru byłem(am) szczególnie czarujący(a). (0)
B. Jestem świetnym gospodarzem. (1)
7. Jesteś winien/winna bibliotece dwadzieścia złotych za przetrzymanie książki ponad dopuszczalny termin.
A. Kiedy wciągnie mnie lektura, często zapominam, kiedy mam zwrócić książkę. (1)

B. Byłem(am) tak zajęty pisaniem sprawozdania, że zapomniałem(am) zwrócić tę książkę. (0)

8. Na akcjach, które posiadasz, zarabiasz dużo pieniędzy.

A. Mój makler postanowił postawić na coś nowego. (0)

B. Mój makler jest znakomitym inwestorem. (1)

9. Wygrywasz zawody sportowe.

A. Czułem(am), że jestem nie do pokonania. (0)

B. Często trenuję. (1)

10. Oblewasz ważny egzamin.

A. Nie byłem(am) taki/bystry(a) jak inni zdający. (1)

B. Nie przygotowałem(am) się dobrze. (0)

11. Przygotowałeś(aś) specjalne danie dla przyjaciółki/przyjaciela, a ona/on ledwie je tknęła/tknął.

A. Jestem kiepskim kucharzem/kucharką. (0)

B. Przygotowałem(am) to danie w pośpiechu. (1)

12. Przegrywasz zawody sportowe, do których długo trenowałeś(aś).

A. Nie jestem zbyt wysportowany(a). (1)

B. Nie jestem dobry(a) w tej konkurencji. (0)

13. Znajomy/znajoma wyprowadza cię z równowagi.

A. On/ona zawsze działa mi na nerwy. (1)

B. On/ona był(a) w nieprzyjemnym nastroju. (0)

14. Zostajesz ukarany(a) za nie złożenie w terminie zeznania podatkowego.

A. Zawsze odkładam zrobienie tego na potem. (1)

B. W tym roku ociągałem(am) się ze złożeniem zeznania. (0)

15. Chcesz umówić się z kimś na randkę, a on/ona odmawia.

A. Tego dnia byłem(am) do niczego. (1)

B. Zapominam języka w gębie, kiedy chcę się z nią/nim umówić. (0)

16. Na przyjęciu często proszą cię do tańca.

A. Na przyjęciach jestem bardzo towarzyski(a). (1)

B. Tego wieczoru byłem(am) w świetnej formie. (0)

17. Starając się o pracę, wypadasz wyjątkowo dobrze podczas rozmowy wstępnej.

A. Podczas tej rozmowy czułem(am) się bardzo pewny(a) siebie. (0)

B. Dobrze wypadam podczas takich rozmów. (1)

18. Twój szef daje ci za mało czasu na zrobienie czegoś, ale mimo to wykonujesz zadanie.

A. Jestem dobry(a) w moim fachu. (0)

B. Jestem wydajnym pracownikiem. (1)

19. Ostatnio czujesz się zmęczony(a).

A. Nie miałem(am) czasu wypocząć. (1)

B. W tym tygodniu byłem(am) bardzo zajęty(a). (0)

20. Ocaliłeś(aś) kogoś przed zadławieniem.

A. Wiem jak zapobiec zadławieniu. (0)

B. Wiem co robić w sytuacjach krytycznych. (1)

21. Stosunki między tobą a osobą, z którą jesteś w miłosnym związku, ochłodziły się.

A. Jestem zbyt egocentryczny(a). (1)

B. Spędzam z nią/nim za mało czasu. (0)

22. Przyjaciel/przyjaciółka mówi ci coś, co cię rani.

A. On/ona zawsze wyrwie się z czymś, nie myśląc, jak to odczują inni. (1)

B. Był/była w złym nastroju i wyładował(a) się na mnie. (0)

23. Twój pracodawca prosi cię o radę.

A. Jestem ekspertem w sprawach, w których chciał się poradzić. (0)

B. Zawsze udzielam dobrych rad. (1)

24. Przyjaciel/przyjaciółka dziękuje ci, że pomogłeś(aś) mu w trudnym okresie.

A. Lubię pomagać mu/jej w trudnych chwilach. (0)

B. Lubię pomagać. (1)

25. Lekarz mówi ci, że jesteś w dobrej formie fizycznej.

A. Dbam o to, by często ćwiczyć. (0)

B. Bardzo dbam o zdrowie. (1)

26. Małżonek/małżonka/chłopak/dziewczyna zabiera cię na romantyczny weekend.

A. Potrzebowałam(a) zmiany otoczenia na kilka dni. (0)

B. On/ona lubi zwiedzać nowe okolice. (1)

27. Zostajesz poproszony/poproszona o kierowanie ważnym projektem.

A. Właśnie zakończyłem(am) z powodzeniem podobny projekt. (0)

B. Jestem dobrym kierownikiem. (1)

28. Jeżdżąc na nartach, często się przewracałeś(aś).

A. Jeżdżenie na nartach jest trudne. (1)

B. Trasy zjazdowe były pokryte lodem. (0)

29. Otrzymujesz prestiżową nagrodę.

A. Rozwiązałem(am) ważny problem. (0)

B. Byłem(am) najlepszym pracownikiem. (1)

30. Akcje, które posiadasz, cały czas stoją nisko.

A. Nie zorientowałem(am) się w tendencjach w przemyśle w tym czasie. (1)

B. Kupiłem(am) złe akcje. (0)

31. Przybrałeś(aś) na wadze podczas świąt i nie możesz jej zrzucić.

A. Na dłuższą metę nie skutkują żadne diety. (1)

B. Stosowana przeze mnie dieta nie poskutkowała. (0)

32. W sklepie nie chcą honorować twojej karty kredytowej.

A. Czasami zdarza się, że myślę, iż mam wyższe konto niż jest w istocie. (1)

B. Czasami zapominam zlikwidować debet. (0)