



Respect pentru oameni și cărți

AFLĂ CINE EȘTI CU ADEVĂRAT

# TESTE DE PERSONALITATE

DRAGOSTE

FAMILIE

EMOȚII

SALVATORE V. DIDATO



## CUPRINS

### CAPITOLUL 1. CU CHEF DE DRAGOSTE

Ești o persoană geloasă? .....	9
Ești liber să te îndrăgostești? .....	15
Vei dezvăluui cine ești cu adevărat? .....	20
Ai o relație indestructibilă? .....	26
Știi să interpretezi semnalele? Partea 1 .....	31
Știi să interpretezi semnalele? Partea a 2-a .....	36
Știi să interpretezi semnalele? Partea a 3-a .....	41
Cât de bine înțelegi sexul opus? .....	46
Vei câștiga bătălia sexelor? .....	51
Cât de romantic ești? .....	56
Care este coeficientul tău de intimitate? .....	61
Poți detecta indiciile unei căsnicii sănătoase? .....	66

### CAPITOLUL 2. UN CĂMIN FERICIT

Ești un părinte perfect? .....	75
Îți dai seama când un copil are probleme? .....	81
O mamă care muncește nu trebuie să se simtă vinovată? .....	85
Ești pe aceeași lungime de undă cu adolescenții? .....	89
Rolul de părinte te epuizează? .....	94

## CAPITOLUL 3. STAREA TA EMOȚIONALĂ

Ești conectat la realitate? .....	101
Respect pentru oameni și cărți	
Stresul îți amenință sănătatea? .....	106
Cum stai cu stima de sine? .....	111
Vezi totul în negru? .....	115
Ești predispus la dependențe? .....	120
Vezi nori negri sau raze de lumină? .....	124
Furia scoate tot ce e mai rău din tine? .....	128
Suferi de singurătate? .....	133
Ai manifestat rezistență față de psihoterapie? .....	139
Ai o conștiință de sine exagerată? .....	144
Ești predispus la un accident coronarian? .....	149
Cântă înainte de micul dejun? Cât de fericit ești? .....	153

## Ești o persoană geloasă?

---

Dragostea are multe efecte secundare. Odată cu săgeata lui Cupidon, vine adesea și o emoție problematică – gelozia. Acea bestie care hibernează în ungherele cele mai întunecate ale unei inimi pline de iubire și își agită din când în când capul hidos este portretizată în filme, poeme și romane.

Gelozia apare la o vîrstă fragedă – cam la un an și jumătate – și reapare în mod constant de-a lungul vieții. Este o reacție destul de normală la pierderea reală sau imaginară a afecțiunii unei persoane dragi. Gelozia apare atunci când ne simțim nesiguri de respectul sau de iubirea unei persoane.

Iată câteva informații legate de acest subiect:

- ✓ Într-o familie, gelozia este mai frecventă la primul născut, care o manifestă mai intens decât ceilalți copii.
- ✓ Apare mai frecvent în familiile mai mici (cele cu doi sau trei copii) decât în cele mai mari.
- ✓ Are mai multe șanse să apară la fete decât la băieți, este mai puternică între surori și se manifestă aproximativ egal în rândul bărbaților și al femeilor.
- ✓ Este mai des întâlnită în unele culturi decât în altele.

Acest ultim punct ar putea să te surprindă, dar gelozia chiar se manifestă într-un grad mai mare sau mai mic în funcție de societate. De exemplu, ea este rară în rândul populației

toda din sudul Indiei, care descurajează posesivitatea. Prin contrast, apașii din America de Nord au o cultură bazată în mod tradițional pe gelozie – istoric vorbind, dacă un bărbat trebuia să-și părăsească din orice motiv casa, el își numea un paznic care să-i supravegheze nevasta și copiii.

Desigur, toată lumea este supusă acestei emoții. Sălăș-luiește în sufletul nostru și toți suntem ispiți de ea. Dacă împrejurările ți-ar fi complet potrivnice, în ce măsură ai manifesta un „complex al lui Othello“?



Respect pentru pasionații de românește  
Fiecare dintre situațiile următoare implică un cuplu care locuiește împreună. Încearcă să-ți imaginezi că tu și persoana iubită v-ați afla în situațiile de mai jos și gândește-te cât de supărat(ă), tulburat(ă) și nervos(oasă) ai putea fi.

1. Te afli la o petrecere animată, unde sunt mulți oameni atrăgători, și nu îți-ai văzut partenera(ul) de peste o oră. Ești:

- a. Deloc supărat(ă)
- b. Puțin supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

2. Un (o) fost(ă) iubit(ă) necăsătorit(ă) al (a) partenerei(ului) tale (tău) o(il) sună și vrea să se întâlnească cu ea (el) într-o seară la un pahar. Ești:

- a. Deloc supărat(ă)
- b. Puțin supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

3. Partenera(ul) ta (tău) are un hobby pe care nu îl împărtășești. Are un loc de muncă cu normă întreagă și, în plus, petrece două seri pe săptămână și marea parte a sâmbetelor cu acest hobby, în vreme ce tu stai acasă sau faci alte lucruri. Ești:

- a. Deloc supărat(ă)
- b. Puțin supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

4. Partenera(ul) ta (tău) și un (o) coleg(ă) de muncă sunt prieteni buni, iau ocasional masa împreună și își oferă reciproc sprijin emoțional în chestiuni personale. Deși partenera(ul) ta (tău) îți vorbește frecvent de acest (această) prieten (ă), tu nu-l (n-o) cunoști bine. Ești:

Respect pentru oameni și cărti

- a. Deloc supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

- b. Puțin supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)

5. Tu și partenera(ul) sunteți foarte îndrăgostiți unul de altul, dar cu toate acestea ea (el) s-a întâlnit de două ori cu un (o) fost(ă) iubit(ă). Partenera(ul) îți explică că mai ține la el (ea), că îl (o) consideră stimulant (ă) din punct de vedere intelectual și că vrea să-l (s-o) vadă ocasional. Ești:

- a. Deloc supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

- b. Puțin supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)

6. La o petrecere, descoperi că partenera(ul) ta(ău) se află într-un loc izolat, sărutând un bărbat (o femeie) pe care l-a (a) întâlnit(-o) cu câteva ore mai devreme. Mai târziu, îți explică: „Am băut prea mult. Nu a fost nimic serios.“ Cum te-ai simțit?

- a. Deloc supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

- b. Puțin supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)

7. Ai încercat mai bine de o oră să-ți suni partenera(ul), dar linia a fost mereu ocupată. Ulterior, partenera(ul) îți spune că a vorbit cu o cunoștință comună, un bărbat (o femeie) despre care știi că este destul de promiscuu(ă). Cum te-ai simțit?

- a. Deloc supărat(ă)
- c. Destul de supărat(ă)
- e. Extrem de supărat(ă)

- b. Puțin supărat(ă)
- d. Foarte supărat(ă)

8. La o petrecere, partenera(ul) ta (tău) petrece cam o oră dansând cu un bărbat (o femeie) divorțat(ă) atrăgător(oare). Tu nu prea ai chef de dans și preferi să stai la taclale cu prietenii. Cum te simți?

Aronson și Pines au descoperit că persoanele geloase au raportat o nemulțumire generală mai mare în privința vieții lor, comparativ cu alții. În plus, acestea aveau în general un nivel mai scăzut al educației, sentimente de inferioritate mai intense și o imagine de sine defavorabilă.