

TE
ST

YOURSELF

@FOKUS.LEBENSFREUDE

Ambivertiert-Test

Der folgende Test hilft dir, zu checken, ob du vielleicht auch ambivertiert bist!

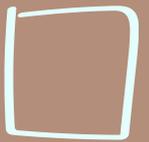
Hake an, welche der folgenden Merkmale und Verhaltensweisen auf dich zutreffen. Bei mehr als sieben Checks, spricht viel dafür, dass du eine ambivertierte Persönlichkeit hast.

@FOKUS.LEBENSFREUDE



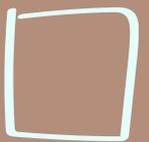
1. Du fühlst dich in verschiedenen Situationen wohl

Ein Networking-Abend mit vielen neuen Gesichtern macht dir ebenso wenig aus, wie ein gemütlicher Abend allein mit einem guten Buch. Du fühlst dich in unterschiedlichen Umfeldern



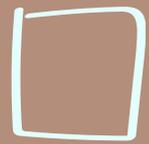
2. Du denkst viel nach

Wichtige Entscheidungen fallen dir nicht leicht. Zunächst grübelst und analysierst du alleine (typisch introvertiert), danach fragst du aber noch zahlreiche Freunde oder Kollegen um Rat.



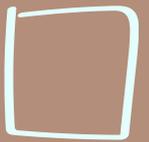
3. Du kannst andere gut einschätzen

Weil dir beide Extreme gut bekannt sind, kannst du dich gut in andere einfühlen und besitzt ein ausgeprägtes Gespür für Stimmungen und gute Menschenkenntnis.



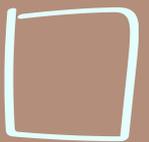
4. Man sagt, du seist sympathisch

Wenn du häufiger die Rückmeldung erhältst, ein sympathischer Zeitgenosse zu sein, spricht das für Ambiversion. Es bestätigt, dass du dich gut auf dein Umfeld einstellen und anpassen kannst.



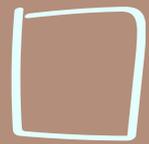
5. Du hast deine Gefühle unter Kontrolle

Extreme Emotionen bleiben bei dir mehrheitlich in der Balance. Du hältst deine Stimmungsschwankungen in Schach und haust nur auf den Tisch, wenn es sein muss.



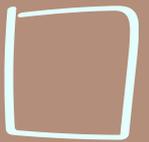
6. Du brauchst Zeit, um Vertrauen aufzubauen

Du lässt dir Zeit, um echte Freundschaften zu knüpfen. Du willst dein Gegenüber erst gründlich kennenlernen.



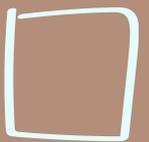
7. Du kannst anderen den Vortritt lassen

Eine Eigenschaft, die Extrovertierten eher schwer fällt. Was aber nicht heißt, dass du nicht auch eine passable Rampensau abgeben kannst. Allerdings nur da, wo es gerade passt.



8. Du kannst ein ganz anderer Mensch sein

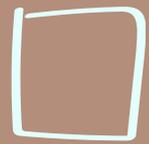
.Eben noch im Job verständnisvoller Zuhörer und hilfsbereiter Kollege, aber jetzt mutierst du zum Partytier oder zum Star im Sportverein. In dir steckt eben beides.



9. Du kannst unterschiedlich auftanken

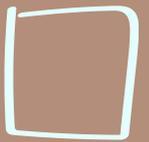
Energie schöpfst du aus einem ruhigen Abend vor der Glotze ebenso wie auf einem Konzert oder einer quirligen Party mit Freunden. Allerdings weißt und entscheidest du genau, wann du was brauchst.

@FOKUS.LEBENSFREUDE



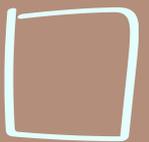
10. Du bist leistungsstabil

Du bringst gleichbleibende Leistungen. Wenn es hektischer zugeht, bringt dich das nicht aus dem Trott. In entspannten Phasen bleibst du hingegen konstant engagiert und motiviert.



11. Du bist Teamplayer und Einzelkämpfer

Du brauchst nicht zwangsläufig Kollegen um dich herum. Auch als Einzelkämpfer erledigst du deine Aufgaben zuverlässig. Das Arbeiten im Team macht dir aber ebenso Spaß.



12. Du passt in kein Extrem

Das vielleicht beste Indiz dafür, dass du ambivertiert bist: Du fühlst dich keinem der beiden Lager zugehörig. Erst wenn du dein Gleichgewicht erreicht hast, fühlst du dich wohl.

**Hier sind einige Gründe, warum
du diesen Test machen solltest
und was er dir bringen kann:**

- **Selbstbewusstsein und Klarheit gewinnen**
- **Flexibilität im sozialen Umgang stärken**
- **Förderung des persönlichen Wachstums**
- **Beziehungen verbessern**
- **Erhöhen der Lebensfreude**

@FOKUS.LEBENSFREUDE

Ich wünsche dir viel Freude dabei.
Sende mir deine **Gesamtpunktzahl**
per Mail an

Fokus.Lebensfreude@email.de

und ich sende dir dein **Ergebnis** sowie
erste effektive, **individuelle Übungen**
für dich!

Schön , dass es dich gibt!

Herzlich, deine antje

@FOKUS.LEBENSFREUDE

