

# Hoffnungsvoll leben



Bitte schätzen Sie Ihr Kind anhand der **drei Temperamente-Listen A, B und C** ein.  
Bitte Zutreffendes einkreisen!

Name meines Kindes: \_\_\_\_\_

| Bitte Zutreffendes ankreuzen!      | trifft nicht zu | A |   |   |   |   | trifft genau zu |
|------------------------------------|-----------------|---|---|---|---|---|-----------------|
|                                    |                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 1. Aufmerksam                      | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 2. Tüchtig und geschickt           | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 3. Hat Selbstvertrauen             | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 4. Immer voll bei der Sache        | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 5. Neugierig                       | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 6. Viele Stimmungsschwankungen     | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 7. Unreifes Verhalten unter Stress | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 8. Verliert leicht die Kontrolle   | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 9. Ist leicht eingeschnappt        | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 10. Fängt leicht an zu weinen      | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| <b>Summe:</b>                      |                 |   |   |   |   |   |                 |

| Bitte Zutreffendes ankreuzen! | trifft nicht zu | C |   |   |   |   | trifft genau zu |
|-------------------------------|-----------------|---|---|---|---|---|-----------------|
|                               |                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 1. Vital, lebhaft             | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 2. Unruhig und zappelig       | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 3. Hält sich an keine Grenzen | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 4. Äußert negative Gefühle    | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 5. Schiebt Schuld auf andere  | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 6. Furchtsam und ängstlich    | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 7. Gibt bei Konflikten nach   | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 8. Hohe Ansprüche an sich     | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 9. Gehemmt                    | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 10. Grübelt oft               | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| <b>Summe:</b>                 |                 |   |   |   |   |   |                 |

| Bitte Zutreffendes ankreuzen! | trifft nicht zu | B |   |   |   |   | trifft genau zu |
|-------------------------------|-----------------|---|---|---|---|---|-----------------|
|                               |                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 1. Kommt gut mit anderen aus  | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 2. Rücksichtsvoll             | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 3. Hilfsbereit                | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 4. Gehorsam und gefügig       | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 5. Verständig und vernünftig  | 0               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |                 |
| 6. Hat Selbstvertrauen        | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 7. Hält sich an keine Grenzen | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 8. Ist selbstsicher           | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 9. Ärgert andere Kinder       | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| 10. Aggressiv                 | 5               | 4 | 3 | 2 | 1 | 0 |                 |
| <b>Summe:</b>                 |                 |   |   |   |   |   |                 |

## Auswertung

- Bitte die Punkte in der jeweiligen Tabelle zusammenzählen  
- und anschließend hier eintragen:

| Temperamente-Typen                                 | Punktwert | Häufigkeit in Bevölkerung |
|----------------------------------------------------|-----------|---------------------------|
| A. Ich-starker Typ (Resilient)                     |           | 50,00%                    |
| B. Schüchtern-gehemmter Typ (Überkontrolliert)     |           | 20,00%                    |
| C. Impulsiv-unbeherrschter Typ (Unterkontrolliert) |           | 30,00%                    |

Quelle:

Asendorpf, J.B. (2007). Psychologie der Persönlichkeit, S.161. Berlin: Springer.