



# Che carattere hai?

Sai interagire con gli altri o ti chiudi a riccio?

**1** Vedo una persona che chiede l'elemosina:

- a** Mi accorgo che ho dei sentimenti che non riesco a identificare.
- b** Provo compassione.
- c** Sono in tanti che ci provano. Ma non è vero nulla.

**2** Mentre cammino per strada, vedo un fatto grave:

- a** Mi sento coinvolto e mi preoccupa.
- b** Mi chiedo: chissà come avrà fatto?
- c** Non provo forti emozioni.

**3** Quando mi sento turbato:

- a** Mi distraigo con il mio gioco preferito.
- b** Non so cosa mi prenda; non riesco a dire quello che provo.
- c** Ho voglia di spaccare qualcosa o di urlare.

**4** Un mio amico/a sta vivendo un momento difficile:

- a** Me ne accorgo subito prima ancora che parli.
- b** Se me lo dice, lo ascolto. Ma a me sembra tutto normale, o quasi.
- c** Ah sì? Grazie che me lo hai detto perché non me ne ero accorto.

**5** Racconto qualcosa che mi è successo:

- a** Esprimo soprattutto le emozioni che ho vissute.
- b** Mentre racconto ingigantisco un po' i fatti.
- c** Racconto i fatti nudi e crudi.

**6** Qualche volta sono nervoso:

- a** Perché a te non capita mai?
- b** Non so spiegarmene il perché.
- c** Se ognuno si facesse i fatti suoi, io non sarei nervoso.

## Vedo una persona che sta male:

7

- a** Cerco di fare qualcosa.
- b** Evito di farmi coinvolgere.
- c** Chiamo qualcuno che mi aiuti a fare qualcosa.

## So per certo ciò che piace o dà fastidio al mio amico/a:

- a** Ad essere sincero, devo dire che proprio non lo/la capisco.
- b** Sicuro! Lo/la conosco così bene che non mi posso sbagliare.
- c** Non sempre. Molto dipende da lui/lei.

## PROFILI

Calcola i tuoi punti in base alla tabella qui riportata. Se il totale dei punti è fra 8 e 14 sei tra gli **Introversi**; se è fra 15 e 21 sei tra gli **Espansivi**; se hai ottenuto più di 22 punti sei tra gli **Empatici**.

	1	2	3	4	5	6	7	8
A	1	3	1	3	3	1	3	1
B	3	2	2	2	2	2	1	3
C	2	1	3	1	1	3	2	2



**Introversi** Provi pochi sentimenti profondi e gli altri ti lasciano un po' da parte. Questo non ti fa soffrire più di tanto perché ami stare con te stesso. Tuttavia, dovresti relazionarti di più con gli amici per sprigionare l'energia che hai dentro. Non passare lunghe ore chiuso in camera tua. Esci e non negarti agli altri. E la vita non si negherà a te.

**Espansivi** Sai stare con gli altri. E a loro non dispiace stare con te. Sai fare loro spazio, li sai ascoltare e ti sforzi di capirli. Ma forse perché tu stesso hai paura di essere non capito e messo da parte. Le tue amicizie sono numerose ma poche sono veramente profonde. Sforzati di ascoltare le loro richieste esplicite e di fare attenzione ai loro silenzi e ai momenti in cui sono lontani da te.



**Empatici** Sai stare con gli altri, sai ascoltarli e ti sforzi di capirli. È piacevole averti per amico. Gestisci abbastanza bene i tuoi sentimenti e non ti lasci sopraffare troppo da quelli negativi. Sei capace a vedere il lato positivo delle cose e per questo gli altri cercano la tua compagnia.