

Fragebogen 2: Ihre BIG FIVE-Eigenschaften

Sie finden hier den modifizierten Fragebogen aus dem Buch von Thomas Saum-Aldehoff, welchen ich nach den Arbeitsblättern von Renate Freisler und Katrin Greßer zitiere. Einige Items habe ich anders bezeichnet als im Original, um sie an die Paarbeziehung anzupassen. Zur Testdurchführung finden Sie auf den nächsten Seiten eine Tabelle mit 50 Eigenschaften. Beurteilen Sie bitte jeweils, inwieweit die Eigenschaften auf Sie persönlich zutreffen. Das Bewertungsschema geht von 1 (völlig falsch) bis 5 (völlig richtig).

- | | | | | |
|---------------|-------------|-------------|-------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| völlig falsch | eher falsch | teils/teils | überwiegend | völlig richtig |

Bitte bleiben Sie bei der Selbstbeurteilung Ihrer Eigenschaften **unbedingt** im Fokus „Paarbeziehung“, d. h. bewerten Sie diese bezogen auf den Umgang mit potenziellen Liebespartnern und beurteilen Sie nicht etwa Ihre im Beruf gezeigten Merkmale.

Papier und Bleistift Test BIG FIVE

Im Umgang mit Dating-Partnern bin ich ...		völlig falsch	eher falsch	teils-teils	eher richtig	völlig richtig
		1	2	3	4	5
1a – Extraversion						
1	gesprächig					
2	selbstsicher					
3	energisch					
4	forsch					
5	kontaktfreudig					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 1a:						
1b – Introversion						
6	still					
7	reserviert					
8	gehemmt					
9	befangen					
10	zurückhaltend					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 1b:						
Summe Extraversion (= Summe 1a minus Summe 1b):						
2a – Hoher Neurotizismus						
11	launisch					
12	ängstlich					
13	empfindlich					
14	eifersüchtig					
15	neidisch					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 2a						
2b – Geringer Neurotizismus						
16	ausgeglichen					
17	entspannt					
18	unerschütterlich					
19	wenig ängstlich					
20	neidlos					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 2b						
Summe Neurotizismus (= Summe 2a minus Summe 2b):						

Im Umgang mit Dating-Partnern bin ich ...		völlig falsch	eher falsch	teils-teils	eher richtig	völlig richtig
		1	2	3	4	5
3a – Hohe Offenheit für neue Erfahrungen						
21	intellektuell					
22	kreativ					
23	fantasievoll					
24	lernbegeistert					
25	künstlerisch interessiert					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 3a						
3b – Geringe Offenheit für neue Erfahrungen						
26	wenig an Bildung und geistigem Input interessiert					
27	wenig fantasievoll					
28	wenig kreativ					
29	wenig lernbegeistert					
30	nicht künstlerisch interessiert					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 3b						
Summe Offenheit für neue Erfahrungen (= Summe 3a minus Summe 3b):						
4a – Hohe Verträglichkeit						
31	freundlich					
32	kooperativ					
33	mitfühlend					
34	warmherzig					
35	hilfsbereit					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 4a:						
4b – Geringe Verträglichkeit						
36	kühl bis kalt					
37	unfreundlich, barsch					
38	wenig mitfühlend					
39	misstrauisch					
40	egoistisch					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 4b:						
Summe Verträglichkeit (= Summe 4a minus Summe 4b):						
5a – Hohe Gewissenhaftigkeit						
41	organisiert					
42	systematisch					
43	gründlich					
44	ordentlich					
45	effizient					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 5a						
5b – Geringe Gewissenhaftigkeit						
46	chaotisch					
47	unsystematisch					
48	ungenau, nachlässig					
49	unordentlich, schlampig					
50	ineffizient					
Addieren Sie hier Ihre Punkte zur Summe 5b						
Summe Gewissenhaftigkeit (= Summe 5a minus Summe 5b):						

Bitte berechnen Sie nun Ihre jeweiligen Punkte für alle fünf Eigenschaften, indem Sie stets die Summe der niedrigen Ausprägung (b) von der Summe mit der hohen Ausprägung (a) abziehen.

Übertragen Sie diese Ergebnisse dann in die Tabelle 4: Übersicht über ihre BIG-FIVE-Eigenschaften, indem Sie ein Kreuz in die zutreffende Spalte machen. Sie haben hier neun Spalten zur Auswahl, beginnend mit **-20** bis hin zu **+20** Punkten. Wählen Sie bitte die Spalte, die Ihrer Gesamtpunktzahl am nächsten kommt.

BIG FIVE und B5T-Persönlichkeitsprofil

Die nachfolgende Tabelle ist angelehnt an die Skalen aus dem Handbuch von Dr. Lars Satow.

Punktwerte aus den Summen (1 bis 5) des Fragebogens		-20	-15	-10	-5	0	+5	+10	+15	+20	
Stanine-Norm B5T (Internettest)		1	2	3	4	5	6	7	8	9	
<i>Niedrige Ausprägung</i>		Individuelle Ausprägung Ihrer Persönlichkeit									<i>Hohe Ausprägung</i>
Neurotizismus = Emotionale Labilität	Resistent , ausgeglichen, wenig ängstlich und nervös, geringe Selbstzweifel										Empfindlich , labil, nervös, selbstzweifelnd, depressionsanfällig, ängstlich
Extraversion	Introvertiert , still, leise, Einzelgänger, benötigt Rückzugsmöglichkeiten, beobachtet viel										Extrovertiert , kontaktfreudig, sehr gesellig, gesprächig, liebt Abwechslung, handelt spontan
Offenheit	Praktisch , traditionell, konservativ, sachlich, bodenständig, mag es, wenn alles bleibt, wie es immer war										Theoretisch , neugierig, wissbegierig, fantasievoll, intellektuell, interessiert an Kunst, Musik, Literatur und allem Neuem
Anpassung/ Verträglichkeit	Hart , kontrolliert, misstrauisch, unhöflich, direkt, hartnäckig, rivalisierend, kritisch, streitsam										Kooperativ , höflich, freundlich, hilfsbereit, allgemein beliebt, diplomatisch, einfühlend
Gewissenhaftigkeit	Spontan , locker, beachtet kaum Regeln u. Details, sprunghaft, unzuverlässig, unordentlich										Geplant , pflichtbewusst, genau, zielstrebig, beachtet sorgfältig Details und hält sich Regeln

In einer Stanine-Normskala sind alle Werte bei 8 (+15 Punkte) und 9 (+20 Punkte) sehr hohe Ausprägungen einer Eigenschaft, der Wert 7 (+10 Punkte) entspricht einer hohen Ausprägung.

Für Sie gelten dann die Merkmalsbeschreibungen der rechten Spalte.

Die Werte 6 (+5 Punkte), 5 (0 Punkte) und 4 (-5 Punkte) entsprechen durchschnittlichen Ausprägungen, d. h. **Sie können sowohl die Merkmale der linken Spaltenbeschreibung wie der rechten zeigen, abhängig von der jeweiligen Situation.**

Der Wert 3 (-10 Punkte) entspricht einer niedrigen Ausprägung und die Werte 2 (-15 Punkte) sowie 1 (-20 Punkte) sind sehr niedrige Ausprägungen einer Eigenschaft.

Für Sie gelten dann die Merkmalsbeschreibungen der linken Spalte.

Grundsätzlich gilt: Nur die hohen und niedrigen Ausprägungen machen sich in Ihrer Persönlichkeit bemerkbar. Ergebnisse im mittleren Drittel sind zu vernachlässigen.