

Τεστ Προσωπικότητας Big Five (Πέντε Μεγάλοι Παράγοντες)

Το παρακάτω ερωτηματολόγιο αξιολογεί πέντε βασικές διαστάσεις της προσωπικότητας: Εξωστρέφεια, Συμβατότητα, Ευσυνειδησία, Νευρωτισμός και Ανοικτότητα στην Εμπειρία.

Οδηγίες: Διαβάστε κάθε δήλωση και επιλέξτε σε ποιον βαθμό σας περιγράφει συνήθως.

Χρησιμοποιήστε την παρακάτω κλίμακα:

1 = Διαφωνώ απόλυτα 2 = Διαφωνώ 3 = Ούτε συμφωνώ ούτε διαφωνώ 4 = Συμφωνώ
5 = Συμφωνώ απόλυτα.

Δηλώσεις

1. Είμαι ομιλητικός/ή.
2. Εργάζομαι μεθοδικά και οργανωμένα.
3. Είμαι συνεργάσιμος/η και πρόθυμος/η να βοηθώ.
4. Νιώθω συχνά ανήσυχος/η ή νευρικός/ή.
5. Μου αρέσει να δοκιμάζω νέες εμπειρίες.
6. Είμαι κοινωνικός/ή και ενεργητικός/ή.
7. Κρατώ τις υποσχέσεις μου και αναλαμβάνω ευθύνες.
8. Είμαι ευγενικός/ή και κατανοητικός/ή με τους άλλους.
9. Νιώθω συχνά ανασφάλεια ή άγχος.
10. Ενδιαφέρομαι για τέχνη, μουσική και δημιουργικές δραστηριότητες.
11. Προτιμώ να είμαι το κέντρο της προσοχής.
12. Προγραμματίζω και οργανώνω τη δουλειά μου εγκαίρως.
13. Αποφεύγω τις συγκρούσεις και είμαι διαλλακτικός/ή.
14. Εύκολα απογοητεύομαι ή εκνευρίζομαι.
15. Μου αρέσει να εξερευνώ νέες ιδέες και αντιλήψεις.
16. Είμαι εξωστρεφής και εκφραστικός/ή.
17. Είμαι αξιόπιστος/η και συνεπής.
18. Είμαι φιλικός/ή και ευχάριστος/η με τους γύρω μου.
19. Νιώθω συχνά συναισθηματική αστάθεια.
20. Είμαι περίεργος/η και ανοιχτός/ή σε νέες εμπειρίες.

Οδηγίες Υπολογισμού Σκορ

Υπολογίστε το άθροισμα ή τον μέσο όρο των απαντήσεών σας για κάθε ομάδα ερωτήσεων:

- Εξωστρέφεια: 1, 6, 11, 16
- Ευσυνειδησία: 2, 7, 12, 17
- Συμβατότητα: 3, 8, 13, 18
- Νευρωτισμός: 4, 9, 14, 19

- Ανοικτότητα στην Εμπειρία: 5, 10, 15, 20

Κάθε παράγοντας παίρνει σκορ από 1 έως 5.

- Υψηλή τιμή σημαίνει ισχυρό χαρακτηριστικό (π.χ. υψηλή εξωστρέφεια).
- Χαμηλή τιμή δείχνει ότι το χαρακτηριστικό εκφράζεται σε μικρότερο βαθμό.

Δεν υπάρχουν “σωστές” ή “λάθος” απαντήσεις – το τεστ δείχνει το προσωπικό σας προφίλ.

Ερμηνεία:

Εύρος Αθροίσματος (4–20) Μέσος Όρος (1–5) Ερμηνεία

4–9	1.0–2.4	Χαμηλό επίπεδο χαρακτηριστικού
10–14	2.5–3.4	Μέτριο επίπεδο χαρακτηριστικού
15–20	3.5–5.0	Υψηλό επίπεδο χαρακτηριστικού