

Nakolik souhlasíte s následujícími výroky?

(1=rozhodně nesouhlasím; 2=spíše nesouhlasím; 3 =ani souhlasím, ani nesouhlasím; 4=spíše souhlasím; 5=rozhodně souhlasím)

		1	2	3	4	5
1.	Věřím, že scházení se s přáteli na večírcích a oslavách patří k důležitým životním radostem.	☐	☐	☐	☐	☐
2.	Pohledy, zvuky a vůně důvěrně známé z dětství ve mně často vyvolávají spoustu nádherných vzpomínek.	☐	☐	☐	☐	☐
3.	Mnohé v mém životě určuje osud.	☐	☐	☐	☐	☐
4.	Často myslím na to, co jsem měl v životě udělat jinak.	☐	☐	☐	☐	☐
5.	Má rozhodnutí jsou většinou ovlivněna lidmi a věcmi v mém okolí.	☐	☐	☐	☐	☐
6.	Věřím, že člověk by si měl každé ráno předem naplánovat svůj nastávající den.	☐	☐	☐	☐	☐
7.	Moc rád vzpomínám na svou minulost.	☐	☐	☐	☐	☐
8.	Jednám impulsivně – tj. dělávám věci, které mne právě napadnou.	☐	☐	☐	☐	☐
9.	Nedělám si starosti, když se věci neudělají včas.	☐	☐	☐	☐	☐
10.	Když chci něčeho dosáhnout, vytyčím si své cíle a rozmyslím si jakými konkrétními prostředky k nim dospět.	☐	☐	☐	☐	☐
11.	Zvážím-li svou minulost, vybavuje se mi mnohem víc dobrého než toho špatného.	☐	☐	☐	☐	☐
12.	Při poslouchání své oblíbené hudby často úplně ztratím pojem o čase.	☐	☐	☐	☐	☐
13.	Řídím se pravidlem „nejdřív práce a potom zábava“.	☐	☐	☐	☐	☐
14.	Vzhledem k tomu, že co se má stát se stejně stane, nesejde vlastně na tom, co udělám já.	☐	☐	☐	☐	☐
15.	Mám rád povídání o tom, jaké to bylo za „starých dobrých časů“.	☐	☐	☐	☐	☐
16.	V mysli se mi opakují staré bolestné prožitky.	☐	☐	☐	☐	☐
17.	Pokouším se žít svůj život den za dnem (bez velkého přemýšlení o budoucnosti) a naplno.	☐	☐	☐	☐	☐
18.	Zneklidňuje mne, když jdu někam pozdě.	☐	☐	☐	☐	☐
19.	Nejraději bych žil každý den, jako by to byl můj den poslední.	☐	☐	☐	☐	☐
20.	Snadno mi mysl zaplaví vzpomínky na šťastné chvíle.	☐	☐	☐	☐	☐
21.	Své závazky vůči přátelům a úřadům plním včas.	☐	☐	☐	☐	☐
22.	V minulosti jsem si prožil svůj díl příkoří.	☐	☐	☐	☐	☐
23.	Rozhoduji se bez přemýšlení, pod vlivem okamžiku.	☐	☐	☐	☐	☐
24.	Beru každý den tak, jak přichází, místo abych se pokoušel ho naplánovat.	☐	☐	☐	☐	☐
25.	Minulost je spojena s příliš mnoha nepříjemnými vzpomínkami, na které raději nemyslím.	☐	☐	☐	☐	☐
26.	Pokládám za důležité vnést do svého života vzrušení.	☐	☐	☐	☐	☐
27.	Přál bych si, aby bylo možné napravit chyby, které jsem udělal v minulosti.	☐	☐	☐	☐	☐
28.	Připadá mi, že je důležitější mít radost z toho, co člověk dělá, než dokončit danou práci včas.	☐	☐	☐	☐	☐

29.	S nostalgií vzpomínám na své dětství (jako by se mi po dětství stýskalo).	☐	☐	☐	☐	☐
30.	Než se k něčemu rozhodnu, zvažuji, zda se vynaložený čas a námaha vyplatí.	☐	☐	☐	☐	☐
31.	Riskování chrání můj život před nudou.	☐	☐	☐	☐	☐
32.	Pro mne je důležitější si cestu životem užít než soustředit se jen na cíl.	☐	☐	☐	☐	☐
33.	Věci málo kdy dopadly tak, jak jsem čekal.	☐	☐	☐	☐	☐
34.	Je pro mne těžké zapomenout na nepříjemnosti z mého mládí.	☐	☐	☐	☐	☐
35.	Živelné potěšení z toho, co dělám, mizí, když musím myslet na cíle a důsledky své činnosti.	☐	☐	☐	☐	☐
36.	I když se zrovna těším z přítomnosti, nutí mne to srovnávat s podobnými zážitky z minulosti.	☐	☐	☐	☐	☐
37.	Život je samá změna, a tak člověk může sotva plánovat budoucnost.	☐	☐	☐	☐	☐
38.	Má životní cesta je řízena silami, na které nemám vliv.	☐	☐	☐	☐	☐
39.	Nemá smysl si dělat starosti s budoucností, protože ji stejně nemohu nijak ovlivnit.	☐	☐	☐	☐	☐
40.	Díky soustavné práci plním úkoly včas.	☐	☐	☐	☐	☐
41.	Často se přistihnu, že prostě „vypnu“ pozornost, když někdo z rodiny mluví o tom, jak se věci měly dříve.	☐	☐	☐	☐	☐
42.	Riskuji, abych dodal svému životu vzrušení.	☐	☐	☐	☐	☐
43.	Dělávám si seznamy toho, co mám udělat.	☐	☐	☐	☐	☐
44.	Často spíše poslechnu hlas svého srdce než rozumu.	☐	☐	☐	☐	☐
45.	Když vím, že je třeba udělat nějakou práci, jsem schopen odolat pokušením.	☐	☐	☐	☐	☐
46.	Nechávám se strhnout okamžitým vzrušením.	☐	☐	☐	☐	☐
47.	Dnešní život je příliš složitý, dal bych přednost jednoduššímu životu, jako byl dříve.	☐	☐	☐	☐	☐
48.	Mám raději přátele, kteří jsou spontánní (nenuceně přirození) než ty, jejichž chování lze předvídat.	☐	☐	☐	☐	☐
49.	Mám rád rodinné tradice a pravidelně opakované rituály.	☐	☐	☐	☐	☐
50.	Myslívám na ošklivé věci, které se mi přihodily v minulosti.	☐	☐	☐	☐	☐
51.	Pracuji i na obtížných, nezajímavých úkolech, když mi dopomohou k úspěchu.	☐	☐	☐	☐	☐
52.	Je lepší utratit to, co vydělám, za současné radosti než šetřit na zajištění budoucnosti.	☐	☐	☐	☐	☐
53.	Šťastná náhoda často přinese lepší výsledek než tvrdá práce.	☐	☐	☐	☐	☐
54.	Myslím na příležitosti, o které jsem v životě přišel.	☐	☐	☐	☐	☐
55.	Mám rád, když jsou mé důvěrné vztahy naplněny silným citem a vřelostí.	☐	☐	☐	☐	☐
56.	Vždycky se najde čas na to, abych v práci dohonil co jsem zameškal.	☐	☐	☐	☐	☐