



Gila Carla Prochazka

WIE **TICKST** DU WIRKLICH?

Erfahre mehr über dich in Sachen

- 
- Style
 - Körper
 - Liebe
 - Beziehungen

- 
- 
- Familie
 - Freundschaft
 - Schule
 - Alltag

riva





25 PSYCHOTESTS für starke Mädchen

Liebe Leserin,

genau so ein Buch, wie du gerade in deinen Händen hältst, hätte ich mir gewünscht, als ich in deinem Alter war. Ich habe es geliebt, Psychotests in Zeitschriften zu machen, um mehr über mich und mein Leben herauszufinden. Vielleicht geht es dir ja genauso?

Mit dem Heranwachsen gerät auf einmal vieles durcheinander, und so manche Gewissheit wird auf den Kopf gestellt. Es ploppen plötzlich Fragen auf zu dir selbst, deinen Empfindungen, den Menschen um dich herum, der Gesellschaft und der Welt an sich, die du dir als Kind so noch nicht gestellt hast. Du stehst an der Schwelle zu megaspännenden Erkenntnissen.

Das ist genau die richtige Zeit, um dir ein paar ruhige Momente zu nehmen und dich mit dir so richtig auseinanderzusetzen, um herauszufinden, was du denkst, wie du fühlst, was du empfindest, wie du dich typischerweise verhältst – kurz gesagt: wie du tickst.

Wer bist du? Was brauchst du? Welcher Style passt zu dir? Was fehlt dir? Was sind deine Stärken? Und wo liegen deine Schwächen? Wie bist du drauf in Sachen Freundschaft, Liebe und Beziehung? Wie gut weißt du über deinen Körper Bescheid, der sich gerade so sehr verändert? Worauf hast du Lust in deiner Freizeit? Wie weit bist du schon deinem Familiennest entwachsen? Was ist dir wichtig, und worauf stehst du? Was passt so richtig zu dir? Und was an dir oder in deinem Leben könntest du längst über Bord werfen?



All das und noch viel mehr kannst du auf den nächsten Seiten herausfinden – mit dem Ziel, dadurch noch besser zu dir selbst und deinem starken Ich zu finden. Um dann selbstsicher, stark, gesund, mit dir im Reinen und mit noch mehr Spaß und Lust durchs Leben zu düsen.

Selbstverständlich kannst du die Tests jederzeit und überall durchführen. Noch besser darauf einlassen kannst du dich jedoch in einem ruhigen Moment, in dem du es dir so richtig gemütlich machst – um dann ungestört und so ehrlich wie möglich die Themen durchzugehen. Schließlich erforschst du dich selbst, und das darf auch ein bisschen zelebriert werden. Und je ehrlicher du bei der Beantwortung zu dir selbst bist, umso mehr wirst du auch wirklich über dich herausfinden.

Die einzelnen Tests bauen nicht aufeinander auf, und du brauchst keinerlei Vorwissen. Fühl dich also völlig frei, mit den Themen zu beginnen, die dich am meisten interessieren.

Wenn du willst, kannst du die Tests auch in ein paar Monaten oder Jahren noch mal machen und dann beobachten, was sich in dir und deinem Leben verändert hat.

Aber jetzt Schluss mit dem Gequatsche – los geht's! Schnapp dir einen Stift und teste dich, ergründe dich, hab neue Erkenntnisse über dich!

Ganz viel Spaß!

Das wünscht dir

deine Gila

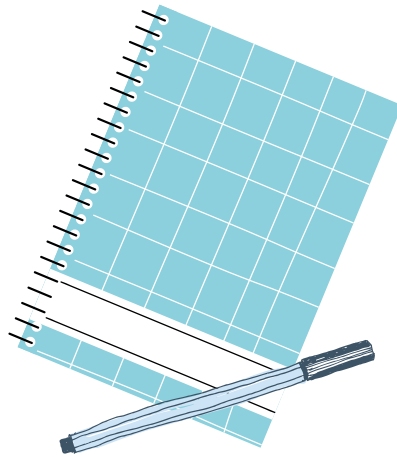


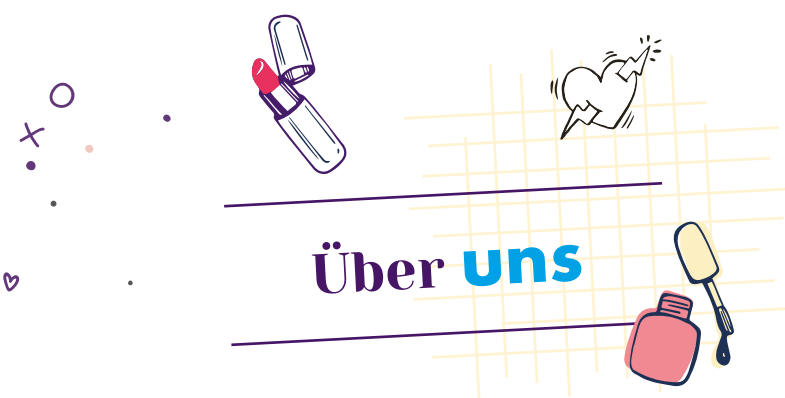
Mein Lieblingsmensch und ich – Wie gut kennen wir uns?

Du und dein*e beste*r Freund*in – ihr fühlt euch nah. Aber wie gut kennt ihr euch wirklich? Hier kommt die Gelegenheit, das mal ganz genau zu überprüfen.

Kopiert euch diesen Test und beantwortet die Fragen jeweils für euch selbst und eure*n Lieblingsmensch. Danach könnt ihr eure Antworten vergleichen. Für jede Übereinstimmung gibt es einen Punkt. Zählt jeweils eure Punkte zusammen. Und schon wird euch klar, wie viel ihr über einander wirklich wisst.

Viel Spaß dabei!





Über uns

Facts über:	Facts über:
Mein zweiter Vorname lautet:	Sein*Ihr zweiter Vorname lautet:
Mein Sternzeichen ist:	Sein*Ihr Sternzeichen ist:
Meine Lieblingsfarbe ist:	Seine*Ihre Lieblingsfarbe ist:
Das ist ganz sicher auf meiner Lieblingspizza:	Das ist ganz sicher auf seiner*ihrer Lieblingspizza:
Das macht mir so richtig Spaß:	Das macht ihm*ihr so richtig Spaß:

© 2023 des Titels »Wie tickst du wirklich?« von Gila Ciria Prochazka (ISBN 978-3-7423-2135-0) by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe CmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

Mein größtes Geheimnis ist:	Sein*Ihr größtes Geheimnis ist:
Am allermeisten Angst habe ich vor:	Am allermeisten Angst hat er*sie vor:
Wenn ich ein Tier sein könnte, wäre ich am liebsten:	Wenn er*sie ein Tier sein könnte, wäre sie am liebsten:
Das war der peinlichste Moment meines Lebens:	Das war der peinlichste Moment seines*ihres Lebens:
Das ist mein aktuelles Lieblingslied:	Das ist sein*Ihr aktuelles Lieblingslied:
Meine Lieblings Süßigkeit ist:	Seine*Ihre Lieblings Süßigkeit ist:
Darüber lache ich mich so richtig kaputt:	Darüber lacht er*sie sich so richtig kaputt:



Dieses Wort sage ich eindeutig zu oft:	Dieses Wort sagt er*sie eindeutig zu oft:
Mein Lieblingsfilm ist:	Sein*Ihr Lieblingsfilm ist:
Mein absolutes Urlaubstraumziel ist:	Sein*Ihr absolutes Urlaubstraumziel ist:
Das ist meine nervigste Angewohnheit:	Das ist ihre nervigste Angewohnheit:
Ich bin heimlich verliebt in:	Er*Sie ist heimlich verliebt in:
In Hogwarts würde ich eindeutig in folgendes Haus kommen: Gryffindor <input type="checkbox"/> Slytherin <input type="checkbox"/> Ravenclaw <input type="checkbox"/> Hufflepuff <input type="checkbox"/>	In Hogwarts würde er*sie eindeutig in folgendes Haus kommen: Gryffindor <input type="checkbox"/> Slytherin <input type="checkbox"/> Ravenclaw <input type="checkbox"/> Hufflepuff <input type="checkbox"/>
Bei diesen drei Dingen sind wir wirklich zu hundert Prozent einer Meinung: 1. _____ 2. _____ 3. _____	Bei diesen drei Dingen sind wir wirklich zu hundert Prozent einer Meinung: 1. _____ 2. _____ 3. _____

12–19 Punkte: Eindeutig Seelenverwandte

Ob schon seit dem Kindergarten oder erst seit Kurzem befreundet – egal. Ihr beide kennt euch wirklich in- und auswendig – 1000 Prozent BFFs! Offenbar hört ihr euch gut zu und fühlt euch ein, was superwertvoll ist und echte Freundschaften ausmacht. Es bräuchte schon wirklich einen Riesensturm, um eure Freundschaft ins Wanken zu bringen.

6–11 Punkte: Ganz gute Freundinnen

Ihr mögt euch und verbringt gerne Zeit miteinander. Aber entweder ihr kennt euch erst ganz frisch oder euer gemeinsamer Alltag lässt bisher nicht viel Raum, sich gegenseitig tiefer kennenzulernen. Je mehr du von deinem Freund*deiner Freundin erfährst und ihr offen über dich selbst erzählst, umso enger wird eure Freundschaft werden. Das erfordert Mut und gegenseitiges Vertrauen – schon klar –, aber es lohnt sich am Ende mega und wird eure Freundschaft stärken!

0–5 Punkte: Doch eher nur gute Bekannte?

Es schaut so aus, als würdet ihr euch nicht wirklich gut kennen und übereinander Bescheid wissen. Seid ihr vielleicht doch gar nicht so sehr auf einer Wellenlänge wie gedacht? So etwas passiert gar nicht so selten im Alltag, wenn man nicht so genau hinschaut, und es muss ja kein Weltuntergang sein, das zu begreifen.

Oder mögt ihr euch eigentlich total, aber hört euch womöglich im Alltag bisher einfach nicht so richtig zu? Vielleicht trifft ihr euch mal nur zu zweit zu einem entspannten Abend und erzählt euch die wichtigen Storys und Geheimnisse aus eurem Leben? Es kann sich mega lohnen, sich Menschen zu öffnen, die du magst!

Ihr habt sehr unterschiedliche Ergebnisse?

Auch das passiert in Freundschaften häufig, unabhängig davon, wie fest und gut sie sind. So ein Ungleichgewicht kommt zum Beispiel zustande, wenn eine von euch offener und extrovertierter ist und gerne über sich erzählt, während die andere vielleicht eher verschlossen und zurückhaltender ist. Vielleicht ist eine von euch beiden auch noch einen Tick einfühlsamer als die jeweils andere, kann besser Gefühle und Wünsche erspüren und merkt sich eher, was ihr erzählt wird. Es kann aber auch sein, dass eine von euch die andere einfach nicht zu Wort kommen lässt oder das Interesse an der anderen sehr einseitig ist.

Gebt euch und dadurch eurer Freundschaft auf jeden Fall offen und ehrlich die Chance, die Gründe für solch ein Ungleichgewicht herauszufinden – und daran zu arbeiten.





What's uuuuuuuuuup! – Extrovertiertes **Partygirl** oder introvertierter **Ruhepol**?

Dancing Queen oder Bücherwurm? Oder womöglich etwas von beidem? Erforsche diesen Teil deiner Persönlichkeit, indem du die Fragen beantwortest und immer den Buchstaben einkreist, der auf dich zutrifft. Mit der Tabelle am Ende des Tests kannst du dann dein Ergebnis ausrechnen. Viel Spaß!

1.) Jemand auf der Party gefällt dir echt gut. Was tust du eher?

- a) Ich versuche, ihm*ihr auf der Tanzfläche immer näher zu kommen, und fange an, mit ihm*ihr zu flirten.
- b) Ich werfe ihm*ihr immer wieder Blicke zu und hoffe, dass er*sie sich zu mir setzt.

2.) Wo würdest du ohne deine Familie lieber Urlaub machen?

- a) Ich würde mit vielen Leuten nach Ibiza oder Mallorca feiern gehen.
- b) Ich würde mit meiner besten Freundin irgendwohin fahren, wo man schön entspannt am Strand viel lesen und lecker essen gehen kann.



© 2023 des Titels »Wie tickst du wirklich?« von Gila Carla Prochazka (ISBN 978-3-7423-2135-0) by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.rm-vg.de

3.) Du möchtest etwas mit deinen besten Freundinnen bei einem leckeren Essen feiern. Wo findet man dich?

- a) Wir gehen toll zusammen zum Italiener von unserem Taschengeld.
- b) Meine Eltern überlassen uns Küche und Esszimmer, und wir machen es uns so richtig gemütlich.

4.) Wo bist du auf einer Party eher zu finden?

- a) In der Sitzecke in eine echt spannende Diskussion vertieft
- b) Als Wirbelwind mitten auf der Tanzfläche

5.) Welches Parfüm magst du gerne?

- a) Ich finde, Parfüm wird überbewertet, Deo reicht völlig.
- b) Ich liebe Parfüms, die verführerisch duften.

6.) Jemand aus deiner Clique schlägt was völlig Neues vor, das ihr alle noch nie gemacht habt. Wie reagierst du?

- a) Ich bin total begeistert und stürze mich gleich drauf.
- b) Ich prüfe erst mal alle Vor- und Nachteile und entscheide dann, ob es für mich okay ist.

7.) Wie viel Nähe verträgst du bei deinen Freund*innen?

- a) Ach, ich könnte 24/7 mit meinen Best Buddies verbringen.
- b) Ich brauche definitiv regelmäßig meine Ruhe, zum Beispiel zum Lesen oder Musikhören.

8.) Auf einer Party sind viele unbekannte Leute. Was denkst du zuerst?

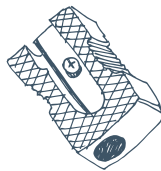
- a) Die scheinen ja ganz nett zu sein, aber mir reichen meine guten Freund*innen.
- b) Oh cool, vielleicht sind da neue beste Freund*innen drunter. Muss sie unbedingt anquatschen.

9.) Was würde dein Umfeld eher über dich behaupten?

- a) Es ist einfach so inspirierend, mit wie viel Gefühl und Leidenschaft sie an alles rangeht.
- b) Es ist so megabereichernd, wie rational und überlegt sie alles beurteilt.

10.) Was trifft eher auf dich zu?

- a) Menschen sind so interessant – ich kann gar nicht genug Leute um mich haben.
- b) Ich finde, einige wenige echte tiefe Freundschaften sind genau das Richtige für mich.



1.	a = 10	b = 5
2.	a = 10	b = 5
3.	a = 10	b = 5
4.	a = 5	b = 10
5.	a = 5	b = 10
6.	a = 10	b = 5
7.	a = 10	b = 5
8.	a = 5	b = 10
9.	a = 10	b = 5
10.	a = 10	b = 5

.....

50–64 Punkte: Introvertierter Ruhepol

Du bist eher von der ruhigen Sorte, dabei rational und meistens auf dem Boden der Tatsachen. Gute und enge Freundschaften sind dir sehr wichtig, und du blühst in spannenden Gesprächen und Diskussionen so richtig auf. Selbstverständlich hast du es auch gern lustig und spaßig mit deinen Leuten, das ist aber nicht dein Lebenszweck. Du brauchst regelmäßig Ruhe und Zeit für dich allein. Dinge einfach zu machen, ohne sie vorher erst mal auf Pros und Cons zu checken, findest du eher kindisch und zu risikoreich. Die Leute lieben deine Überlegtheit und klare Sicht auf die Dinge und wissen, dass sie sich auf deine Urteile und Ratschläge verlassen können. Und sie lieben an dir, dass du ihnen volle Aufmerksamkeit schenkst, wenn du mit ihnen zusammen bist.

65–84 Punkte: Mal so, mal so

Du bist der angenehme Mischmasch aus Partygirl und Ruhepol. Je nachdem, was die Situation gerade erfordert – und wie es dir geht. So bist du mal laut und mal leise. Wenn du Lust hast, findet man dich inmitten einer grölenden und tanzenden Menge, und genauso gut passt du in eine angeregte Gesprächsrunde bei leckerem Essen.

Du magst Menschen, knüpfst gerne neue Kontakte, hältst aber auch viel von engen Freundschaften. Und du kannst Ruhe für dich selbst genießen und brauchst immer wieder eine Auszeit, um aufzutanken. Die Leute schätzen an dir, dass du dich stets ehrlich in jeder Situation verhältst und niemandem etwas vorspielst. Und sie lieben deine Vielseitigkeit und Flexibilität.

85–100 Punkte: Extrovertiertes Partygirl

Du bist viel unterwegs, hast Spaß am Essengehen, Partymachen, Tanzen und unternimmst megagerne etwas mit anderen. Und du hast vor allem Spaß am Spaß selbst, blühst auf, wenn es laut und lustig ist. Wenn irgendwo Action geboten wird, bist du sofort dabei. Deine Freund*innen sind dir wichtig. Aber du findest Menschen auch an sich total interessant und spaßig und möchtest dich deshalb nicht auf ein paar davon begrenzen lassen. Deshalb bist du viel unter Leuten; Ruhe oder Zeit für dich allein brauchst du dagegen äußerst selten.

Die Leute lieben deine Spontantität, deine Emotionalität, deinen Humor, und die Tatsache, dass du schnell zu begeistern bist und die Stimmung im Nullkommanix auf den Höhepunkt bringen kannst.