



Kwestionariusz IPIP-BIS/BAS

Lewis R. Goldberg

Polska adaptacja: Włodzimierz Strus, Jan Ciecuch, Tomasz Rowiński

www.ipip.edu.pl

.....
Data badania

Przeczytaj uważnie poniższe zdania, opisujące różne zachowania, uczucia i myśli ludzi. Zastanów się nad każdym z nich – w jakim stopniu opisuje ono również Ciebie takiego/taką, jakim/jaką zwykle jesteś? Ludzie są bardzo różni, więc nie ma tu dobrych ani złych odpowiedzi. Za każdym razem po prostu szczerze odpowiedz na pytanie, w jakim stopniu dane stwierdzenie opisuje Ciebie.

Swoją odpowiedź zaznacz wstawiając X w odpowiedniej kolumnie. Posługuj się następującą skalą:

- ① – całkowicie nie trafnie mnie opisuje
- ② – raczej nie trafnie mnie opisuje
- ③ – trochę trafnie, a trochę nie trafnie
- ④ – raczej trafnie mnie opisuje
- ⑤ – całkowicie trafnie mnie opisuje

.....
Imię i nazwisko / pseudonim

.....
Płeć

.....
Wiek

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Bez przerwy się czymś martwię. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 2. Rzadko porywa mnie entuzjazm. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 3. Nie jestem nikim wyjątkowym. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 4. Lubię zachowywać się spontanicznie. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 5. Wychodzę z siebie, aby osiągnąć sukces. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 6. Nie lubię się wygłupiać. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 7. Rzadko się martwię. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 8. Staram się przewyższać osiągnięcia innych. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 9. Przejmuję się tym, co inni o mnie myślą. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 10. Łatwo mnie zranić. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 11. Nie zależy mi specjalnie na osiągnięciu sukcesów. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 12. Kiedy inni świętują, udziela mi się ich radość. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 13. Trudno mnie wprawić w zakłopotanie. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 14. Wolę przyjaciół, którzy są ekscytująco nieprzewidywalni. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 15. Lubię wzbudzać podziw swoim wyglądem. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
| 16. Czasem jestem tak szczęśliwy/a i naładowany/a energią, że aż kręci mi się w głowie. | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |

- ① – całkowicie nie trafnie mnie opisuje
 ② – raczej nie trafnie mnie opisuje
 ③ – trochę trafnie, a trochę nie trafnie
 ④ – raczej trafnie mnie opisuje
 ⑤ – całkowicie trafnie mnie opisuje

17. Często czuję się przytłoczony/a codziennymi wydarzeniami.	①	②	③	④	⑤
18. Często namawiam innych do zrobienia czegoś ryzykownego lub szalonego.	①	②	③	④	⑤
19. Nie znoszę być w centrum uwagi.	①	②	③	④	⑤
20. Obawiam się, że zrobię coś nie tak.	①	②	③	④	⑤
21. Chcę w życiu wszystkiego spróbować.	①	②	③	④	⑤
22. Kieruję ludźmi.	①	②	③	④	⑤
23. Lubię postępować brawurowo.	①	②	③	④	⑤
24. Nie odczuwam zbyt długo przykrych emocji.	①	②	③	④	⑤
25. Wiem, jak obchodzić różne reguły i przepisy.	①	②	③	④	⑤
26. Robię nieprzemysłane rzeczy.	①	②	③	④	⑤
27. Łatwo się stresuję.	①	②	③	④	⑤
28. Czuję się podekscytowany/a lub szczęśliwy/a bez żadnego wyraźnego powodu.	①	②	③	④	⑤
29. Nigdy bym nie skoczył/a na bungee, ani nie latał/a na lotni.	①	②	③	④	⑤
30. Często martwię się rzeczami, które później okazują się mało ważne.	①	②	③	④	⑤
31. Chcę przewodzić innym.	①	②	③	④	⑤
32. Niczym się przesadnie nie zachwycam.	①	②	③	④	⑤
33. Panikuję w obliczu niebezpieczeństwa.	①	②	③	④	⑤
34. Unikam niebezpiecznych sytuacji.	①	②	③	④	⑤
35. Mam silną potrzebę władzy.	①	②	③	④	⑤
36. Lubię działać pod wpływem chwili.	①	②	③	④	⑤

Sprawdź, czy ustosunkowałeś/aś się do wszystkich stwierdzeń.