

## 基本性格テスト判定表

NTT東日本関東病院精神神経科部長 秋山 剛

基本性格テストで、「悲観タイプ」「気分屋タイプ」「バリバリタイプ」「いらいらタイプ」「心配性タイプ」「おたくタイプ」「きまじめタイプ」の性格傾向が分かります。

「悲観タイプ」とは、「疲れた」「自分は落伍者だ」「仕事ができない」と後ろ向きで、自分を責めたり、悲観的な結論を出してしまう性格です。（抑うつ気質）  
質問1～21で、「はい」が8個以上ある方は、この性格傾向があります。

「気分屋タイプ」とは、気分がいい時と悪い時、元気な時とそうでない時の波が激しい性格です。（循環気質）  
質問22～42で、「はい」が4個以上ある方は、この性格傾向があります。

「バリバリタイプ」とは、いろいろなアイデアを思いつき、「物事はうまくいく」と楽観的で、他人をまとめるのが好きな性格です。（発揚気質）  
質問43～63で、「はい」が6個以上ある方は、この性格傾向があります。

「いらいらタイプ」とは、緊張が高く、不満がちで、かっとしやすい性格です。（焦燥気質）  
質問64～84で、「はい」が3個以上ある方は、この性格傾向があります。

「心配性タイプ」とは、神経過敏で下痢、吐き気などの症状が出やすく、「家族に悪いことが起こりはしないか」と先々のことを心配する性格です。（不安気質）  
質問85～110で、「はい」が10個以上ある方は、この性格傾向があります。

「おたくタイプ」とは、他人と親しくせず、浮世離れしたことに興味をもつ性格です。（分裂気質）  
質問111～118の回答の得点を足して、14点以上の方は、この性格傾向があります。

「きまじめタイプ」とは、「仕事第一」「細かいことまで完璧にやらないと気がすまない」という性格で、「メランコリー型性格」とも言われます。（メランコリー型）  
質問119～126の回答の得点を足して、16点以上の方は、この性格傾向があります。