

# Erkenne deine Persönlichkeit

# 5-Elemente

# Persönlichkeitstest

Von

Arlette Berger

Erfolgsexpertin für Wohlbefinden und Kreativität im  
Business



## Anleitung:

Welches der 5 Elemente beeinflusst Dich am stärksten? Bist Du voller Tatendrang (**Holz**) oder gleichst Du eher dem leidenschaftlichen (**Feuer**)? Bist Du fest und verlässlich wie die (**Erde**) oder kühl und diszipliniert wie das (**Metall**)? Oder eher eigenständig und sinnlich wie das (**Wasser**)?

Finde jetzt heraus, mit Hilfe der nachfolgenden Fragen, welches Element Dich am stärksten beeinflusst. Beantworte die Fragen, möglichst spontan und ohne gross zu überlegen, mit ja (trifft auf mich zu) oder mit nein (trifft nicht auf mich zu).

Am Schluss des Tests erfährst Du, welches Element mit der jeweiligen Frage korrespondiert. Als nächstes überträgst Du die Elemente von der letzten Seite zu den jeweiligen Fragen und zählst die Elemente, die auf Dich zutreffen zusammen.

Die Fragen bewegen sich in den Bereichen von Körperbau, Eigenheiten, Merkmale, Vorlieben, Abneigungen, Gesundheit aber auch Charakterzüge und Verhalten werden angeschaut.

So, nun lass uns beginnen. Du bist sicher schon sehr gespannt auf Dein Ergebnis!

	Ja	Nein	Element
01. Mein Körperbau ist eher athletisch und muskulös	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
02. Meine Ohren dominieren mein Gesicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
03. Ich leide häufiger an Verdauungsstörungen mit Bauchschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
04. Mir wird schnell heiss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
05. Meine Nase dominiert mein Gesicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
06. Es macht mir Freude, logisch und analytisch Probleme zu lösen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
07. Konflikte zu bearbeiten macht mir nichts aus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
08. Ich neige zu Schwellungen o. Entzündungen des Zahnfleisches	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
09. Ich vermittele gerne u. helfe anderen Menschen bei ihren Problemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
10. Meine Hände und Füsse fühlen sich schnell kalt an	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
11. Auch bei Hitze produziere ich wenig Schweiss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
12. Eine meiner Schwachstellen ist die Wirbelsäule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
13. Wer mich kennt, bezeichnet mich als ehrgeizig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
14. Es macht mir Angst allein zu sein oder verlassen zu werden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
15. Ich habe Mühe, meine Gefühle auszudrücken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____
16. Bei starker Anspannung habe ich Schluckbeschwerden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	_____

- |  |                          |                          |       |
|--|--------------------------|--------------------------|-------|
| 17. Sommer mag ich sehr oder gar nicht                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 18. In Gesellschaft bin ich eher steif und benehme mich formell        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 19. Ich neige zu Bluthochdruck   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 20. Wenn ich mich einsam fühle esse ich oft                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 21. Meine Haut ist trocken und juckt leicht                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 22. Ich arbeite am liebsten für mich allein                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 23. Es fällt mir schwer, nein zu sagen                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 24. Ich entscheide mich nicht gern und zaudere                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 25. Ich suche gerne den Kontakt zu neuen Menschen                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 26. Ich liebe es zu faulenzeln, am liebsten mit anderen                | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 27. Ich bin leicht verletzlich   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 28. Meine Bewegungen sind locker, sinnlich, beweglich                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 29. Vergangenheit ist für mich wichtig. Da kann ich viel draus lernen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |
| 30. Ich wünschte, ich hätte mehr Kontrolle über meine Ängste           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | _____ |

Toll, Du hast es geschafft!

Gratuliere, dass Du Dir die Zeit genommen hast, diese 30 Fragen zu beantworten!

Hast Du die Elemente von der letzten Seite auf Deine Antworten übertragen?

Ja, dann zähle Deine «Ja's» für jedes Element zusammen und trage das Resultat hier ein.

Welches Element taucht bei Dir auf dem 1. Rang auf? Dieses Element beeinflusst Dich am stärksten und wird sich auch mit grosser Wahrscheinlichkeit am deutlichsten in Deinem Gesicht zeigen. Trage auch die Ränge für die restlichen Elemente ein.

Die meisten Menschen werden von mehreren Elementen beeinflusst.

Welche weiteren Elemente sind bei Dir noch dominant?

Holz	Punkte	Rang:
Feuer	Punkte	Rang:
Erde	Punkte	Rang:
Metall	Punkte	Rang:
Wasser	Punkte	Rang:

## Auswertung: So bin ich!

	Ja	Nein	Element
01. Mein Körperbau ist eher athletisch und muskulös	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
02. Meine Ohren dominieren mein Gesicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser
03. Ich leide häufiger an Verdauungsstörungen mit Bauchschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
04. Mir wird schnell heiss	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
05. Meine Nase dominiert mein Gesicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
06. Es macht mir Freude, logisch und analytisch Probleme zu lösen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
07. Konflikte zu bearbeiten macht mir nichts aus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
08. Ich neige zu Schwellungen o. Entzündungen des Zahnfleisches	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
09. Ich vermittele gerne u. helfe anderen Menschen bei ihren Problemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
10. Meine Hände und Füße fühlen sich schnell kalt an	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
11. Auch bei Hitze produziere ich wenig Schweiß	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
12. Eine meiner Schwachstellen ist die Wirbelsäule	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
13. Wer mich kennt, bezeichnet mich als ehrgeizig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
14. Es macht mir Angst allein zu sein oder verlassen zu werden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
15. Ich habe Mühe, meine Gefühle auszudrücken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
16. Bei starker Anspannung habe ich Schluckbeschwerden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
17. Sommer mag ich sehr oder gar nicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
18. In Gesellschaft bin ich eher steif und benehme mich formell	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
19. Ich neige zu Bluthochdruck	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser
20. Wenn ich mich einsam fühle esse ich oft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
21. Meine Haut ist trocken und juckt leicht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Metall
22. Ich arbeite am liebsten für mich allein	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser
23. Es fällt mir schwer, nein zu sagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
24. Ich entscheide mich nicht gern und zaudere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Holz
25. Ich suche gerne den Kontakt zu neuen Menschen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feuer
26. Ich liebe es zu faulenzen, am liebsten mit anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
27. Ich bin leicht verletzlich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser
28. Meine Bewegungen sind locker, sinnlich, beweglich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser
29. Vergangenheit ist für mich wichtig. Da kann ich viel draus lernen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Erde
30. Ich wünschte, ich hätte mehr Kontrolle über meine Ängste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wasser

## VON WELCHEM TYP WIRST DU AM STÄRKSTEN BEEINFLUSST?

**Holz-Typ:** der aktive Yang-Mensch, der auch gerne als Unternehmer, Abenteurer bezeichnet wird.

Holz steht generell für Tatkraft, Kreativität, Hartnäckigkeit und Durchhaltevermögen.

Der Holz-Mensch hasst Regeln und Routine. Er will kreativ sein.

Er liebt es, sich zu bewegen. Sein Sport ist Kampf- und Kraftsport. Er liebt es, sich zu messen, die Herausforderung und den Wettbewerb.

Hauptmerkmal im Gesicht: prägnante Augenbrauen

**Feuer-Typ:** der virtuelle, unhaltbare, bewegliche in seiner bezaubernden, magischen Welt.

Schnell, lebhaft aber auch redselig wird dem Feuer-Menschen nachgesagt. Dabei kann Aggression entstehen–vorallem in Form von Unmut und Rastlosigkeit.

Feuer-Menschen hassen Ruhe, Langeweile oder kühle Menschen.

Sie lieben es, im Rampenlicht zu stehen. Ihr Sport ist alles, was mit Action zu tun hat.

Hauptmerkmal im Gesicht: Strahlende Augen

**Erde-Typ:** der Vermittler, derjenige, bei dem alle Rat suchen und der schlichtet und „in der Mitte“ steht.

Als „Vermittler“ neigen Erde-Menschen zu Sicherheit und Bequemlichkeit. Sie können konservativ sein, oder zumindest wenig flexibel.

Erde-Menschen brauchen Familie und Freunde. Sie wollen keine Einzelgänger sein. Das Leben bedeutet für sie Genuss.

Ihr Sport ist gesellig, Teamsport. Clubmeisterschaften mit grossem Buffet und geselligem Charakter sind ihre Leidenschaft.

Hauptmerkmal im Gesicht: ausgeprägter Mund

**Metall-Typ:** der ganz-genaue, trennende, wissende und lehrende Mensch.

Dabei sind Metall-Menschen voller Tatenkraft und treiben Projekte mit Gewissenhaftigkeit voran.

Ihre Stärke ist die Perfektion und ihre Disziplin. Sie hassen dafür Unpünktlichkeit, Flatterhaftigkeit aber auch Redseligkeit.

Sie lieben den Ausdauersport.

Hauptmerkmal im Gesicht: prägnante Nase

**Wasser-Typ:** steht für die Gefühls-Tiefe im Menschen, ist geduldig, bedächtig und besonnen.

Lieben es, Tätigkeiten wie Lesen im Liegen auszuüben.

Ihre Stärke ist die geistige Ebene. Sie sind theoretisch veranlagt, aber wenig praktisch. Sie können Distanz bewahren bei emotionalen Themen und wirken auf die Umwelt häufig kühl. Dabei sind sie besonnene und auch weise Menschen.

Ihren Sport leben sie als Einzelgänger aus. Rückzug und Natur sind wichtiger als Events.

Hauptmerkmal im Gesicht: ausgeprägte Ohren



Nichts ist so aussagekräftig wie ein Gesicht. Es ist Deine persönliche Identität.

Die Persönlichkeit und die Seele eines jeden Menschen spiegeln sich in seinem Gesicht wieder. Wenn Du die Sprache des Gesichterlesens verstehen lernst, gelingt es Dir die Vielfalt und die Einzigartigkeit Deiner Mitmenschen, aber auch Dein eigenes Wesen wahrhaft und tiefgreifend kennenzulernen.

Dieses grossartige Wissen kann Deine Basis sein für mehr Verständnis und Respekt untereinander, für wertschätzende Kommunikation und für erfolgreiche Beziehungen privat wie auch beruflich.

Begegne Dir und Deinem Gegenüber liebevoll, mit Respekt und ohne Vorurteile.

## Das Gesicht war, ist und bleibt der Spiegel der Seele!

1. **Finde heraus, wer Du bist...**
2. **Tue etwas damit...**
3. **Lasse etwas zurück!**                      Laotse

Willst Du mehr von diesem kostbaren Wissen erfahren, dann melde Dich für meinen Erlebnis-Workshop oder mein Seminar an!

Weitere Details findest Du unter <http://www.gesichterlesen-im-business.ch/angebot/>

Ich freu mich auf Dich 😊

Herzlichst,  
Deine Arlette Berger



**Arlette Berger**  
**Erfolgsexpertin für Wohlbefinden und Kreativität**  
**im Business**

Hinwilerstrasse 40 8623 Wetzikon ZH  
Telefon +41 44 930 33 20 Handy +41 79 638 77 12  
E-Mail [info@arletteberger.ch](mailto:info@arletteberger.ch)