پرسشنامه پیتا

آزمون نوع بدن پیتا	مطابقت ندارد ۱	گاهی مطابقت دارد ۲و۳و۴	اغلب مطابقت دارد ۵و۶
۱. از نظر خودم بسیار کارآیی دارم			
۲. معمولاً در انجام فعالیتها بسیار دقیق و منظم هستم			
۳. فکری نیرومند و راسخ دارم و کمابیش حاکمانه رفتار می کنم			
٤. بیش از اکثر افراد از هوای گرم ناراحت شده و زود خسته می شوم			
۵. سریعاً عرق می کنم			
٦. با اینکه همیشه نشان نمی دهم خیلی آسان تحریک شده و خشمگین می شوم			
۷. چنانچه از خوردن یک وعده غذا صرف نظر کنم یا دیر غذا بخورم دچار ناراحتی می شوم			
۸. موهای من دارای یکی از خصوصیات زیر است خاسکتری شدن یا طاسی زودرس، نازک و ظریف و صاف، رنگ بور یا حنایی			
۹. اشتهایی قوی دارم و چنانچه بخواهم می توانم به مقدار زیاد غذا بخورم			
۱۰. بسیاری از افراد مرا فردی لجوج می دانند			
۱۱. روده های من بسیار منظم عمل دفع را انجام می دهند و بسیاری از موارد بجای یبوست، لینت دارم			
۱۲. صبر خود را بسیار سریع از دست می دهم			
۱۳. در باره جزئیات امور کمال پرست هستم			
١٤. به سرعت خشمگین شده ولی سریعاً خشم خود را فراموش می کنم.			
۱۵. خوردنی های سرد مثل بستی و نوشابه بسیار سرد را دوست دارم			
١٦. بجای اینکه احساس کنم هوای اتاق خیلی سرد است اغلب احساس می کنم که خیلی گرم است.			
۱۷. اغذیه بسیار داغ و پرادویه را تحمل نمی کنم			
۱۸. مخالفت دیرگان را به حد لازم تحمل نمی کنم			
۱۹. از تن دادن به خطر و چالش لذت می برم و وقتی چیزی را بخواهم با تمام وجود تلاش می کنم			
۲۰. به انتقاد از خود و دیگران بسیار گرایش دارم			
۲۱. حافظه ای قوی دارم			
۲۲. نسبت به نور خورشید حساسم			
۲۳. در زندگی بشدت به رعایت نظم و وقت شناسی اهمیت می دهم.			

باشگاه یوگا پیام مهر