findyourneurotype

EXEMPLO · dados fictícios

Relatório de exemplo

# Autoavaliação de Alto Potencial (HPI/HQI)

Questionário de autoavaliação

| Preparado para | Data | Perguntas | Referência |
|---|---|---|---|
| **James Wilson** | **7 de março de 2026** | **20** | **00000019** |

## Índice


1 O seu resultado p. 2

2 O que dizem as suas respostas p. 3

3 Próximos passos p. 4

4 As suas respostas p. 5


Este relatório é uma ferramenta de autoavaliação. Não constitui um diagnóstico médico ou psicológico.

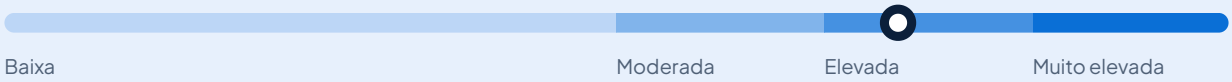
# O seu resultado

**44** / 60

## Altas capacidades prováveis

73 % da pontuação máxima

Mais alto do que o de cerca de 29 % das 338 pessoas que fizeram este teste no site (vieram por iniciativa própria: não é uma norma da população).




Forte correspondência com altas capacidades: pensamento intenso, profundidade emocional, sensação de ser diferente.

## Por dimensão

Em percentagem do máximo de cada dimensão, para as poder comparar.

| | | |
|---|---|---|
| **Curiosidade** | **67 %** | 6 / 9 |
| **Intensidade** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Perfeccionismo** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Multipotencialidade** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Assincronia** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Questionamento existencial** | **67 %** | 2 / 3 |
| **Aprendizagem** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Sensibilidade social** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Velocidade de processamento** | **67 %** | 4 / 6 |
| **Identidade** | **67 %** | 4 / 6 |

# O que dizem as suas respostas

Redigido por Claude (Anthropic) a partir das suas respostas.

Obrigado por dedicar tempo a completar esta triagem e por buscar compreender melhor o seu perfil de funcionamento. Chegar a este resultado — 44 em 60 pontos, o equivalente a 73,3% — costuma trazer uma mistura de curiosidade, alívio e talvez algumas perguntas novas. Isso é absolutamente normal. Explorar características ligadas a alto potencial é um processo de autoconhecimento, e cada pessoa vive essa descoberta de um jeito único, sem que isso defina rigidamente quem você é.

Em termos simples, este resultado sugere a presença de características frequentemente associadas a alto potencial cognitivo e/ou intelectual (HPI/HQI), como uma ambição elevada (10 pontos), boa sensibilidade interpessoal (9 pontos) e um nível saudável de prudência (11 pontos), que indica ponderação antes de agir. A pontuação em ajustamento (8) e em sociabilidade (6) sugere que você pode, por vezes, sentir-se mais confortável em ambientes mais reservados ou selecionar cuidadosamente os contextos sociais em que se envolve — o que é bastante comum entre pessoas com este perfil. É importante lembrar que este é um instrumento de triagem, e não um diagnóstico clínico: ele aponta tendências, não certezas.

A partir daqui, algumas atitudes práticas podem ajudar. Vale a pena observar, com curiosidade e sem julgamento, em que situações você se sente mais estimulado intelectualmente e em quais contextos sociais se sente mais à vontade, buscando equilibrar momentos de conexão com espaços de recolhimento que recarreguem sua energia. Também pode ser valioso investir em atividades que desafiem sua ambição e curiosidade de forma saudável, evitando a autocobrança excessiva, já que perfis assim tendem a estabelecer padrões internos elevados. Praticar o diálogo interno gentil, reconhecendo tanto suas conquistas quanto seus limites, é outro passo importante para o bem-estar emocional.

Por fim, encorajamos você a compartilhar este resultado com um profissional qualificado — psicólogo, neuropsicólogo ou especialista em altas habilidades —, que poderá oferecer uma avaliação mais aprofundada e acolhedora. Buscar essa orientação não é motivo de preocupação, mas um passo positivo rumo ao autoconhecimento e ao florescimento pleno do seu potencial.

# Próximos passos

Escolha uma ou duas. A regularidade conta mais do que a duração.

Recomendação

### Altas capacidades prováveis

Recomenda-se vivamente uma avaliação formal por um especialista. As comunidades de pessoas com altas capacidades oferecem um apoio valioso.

### Para falar sobre isto com um profissional

Psicólogo, terapeuta, médico: este relatório pode servir de ponto de partida para a conversa.

- Leve a página 2 (resultado por dimensão).
- Anote uma ou duas situações que lhe foram difíceis recentemente.
- Diga o que gostaria de mudar, mesmo que vagamente.

Este relatório é uma ferramenta de autoavaliação. Não substitui uma avaliação profissional. Para um diagnóstico fiável, consulte um neuropsicólogo, um psiquiatra ou outro profissional de saúde qualificado.

# As suas respostas

Escala de «Nunca / De jeito nenhum» a «Sempre / Muito».

| # | Pergunta | A sua resposta | Pts |
|---|---|---|---|
| **Curiosidade · 6 / 9** | | | |
| 1 | Aprendo rapidamente e absorvo com facilidade grandes quantidades de informação. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 2 | Tenho uma forte necessidade de compreender tudo profundamente. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 3 | Faço muitas perguntas e muitas vezes acho as respostas oficiais insatisfatórias. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Intensidade · 4 / 6** | | | |
| 4 | Sinto as emoções de forma mais intensa do que a maioria das pessoas. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 5 | Sou muito sensível a sons, luzes, cheiros ou texturas que os outros não notam. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Perfeccionismo · 4 / 6** | | | |
| 6 | Estabeleço padrões muito altos para mim mesmo/a. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 7 | Tenho um forte senso de justiça. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Multipotencialidade · 4 / 6** | | | |
| 8 | Tenho muitas paixões e interesses e tenho dificuldade em escolher um único caminho. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 9 | Fico entediado/a facilmente com tarefas repetitivas. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Assincronia · 4 / 6** | | | |
| 10 | Quando criança, me sentia diferente dos meus colegas. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 11 | Sempre preferi conversar com pessoas mais velhas ou intelectualmente maduras. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Questionamento existencial · 2 / 3** | | | |
| 12 | Penso em questões existenciais profundas mais do que os outros. | Às vezes / Bastante | 2 |
| **Aprendizagem · 4 / 6** | | | |
| 13 | Tendo a fazer conexões inesperadas entre ideias aparentemente não relacionadas. | Às vezes / Bastante | 2 |
| 14 | Leio extensamente e me lembro da maioria do que leio. | Às vezes / Bastante | 2 |

| # | Pergunta | A sua resposta | Pts |
|---|---|---|---|
| **Sensibilidade social · 4 / 6** | | | |
| 15 | Tenho dificuldade de me relacionar com pessoas pouco curiosas. | Às vezes / Bastante | **2** |
| 16 | Fui chamado/a de 'intenso/a demais' ou 'sensível demais'. | Às vezes / Bastante | **2** |
| **Velocidade de processamento · 4 / 6** | | | |
| 17 | Processo informações rapidamente mas preciso de tempo para comunicar meus pensamentos. | Às vezes / Bastante | **2** |
| 18 | Minha mente trabalha tão rápido que às vezes tenho dificuldade de acompanhar meus pensamentos. | Às vezes / Bastante | **2** |
| **Identidade · 4 / 6** | | | |
| 19 | Por muito tempo senti que funciono de forma diferente da maioria das pessoas. | Às vezes / Bastante | **2** |
| 20 | Aprender sobre altas habilidades me fez sentir compreendido/a pela primeira vez. | Às vezes / Bastante | **2** |