

## ОПРОСНИК Г. АЙЗЕНКА

**Инструкция:** ответьте на предлагаемые вопросы «да» или «нет». Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет плохих или хороших ответов. Все вопросы направлены на выяснение особенностей вашего характера, склонностей и интересов.

### Вопросы.

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чём-нибудь просят?
4. Бывает ли так, что ты раздражён чем-нибудь?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Верно ли, что тебе легче и приятнее с книгами, чем с ребятами?
7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшучивать над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты весёлый, живой человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Верно ли, что ты часто раздражён чем-нибудь?
14. Нравится ли тебе всё делать быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя всё кончилось хорошо?
16. Тебе можно доверить тайну?
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физические нагрузки) сильно бьётся сердце?
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Легко ли ты расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?
23. Ты часто чувствуешь себя усталым?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а всё остальное потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Ты очень любишь общаться с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. У тебя бывают головокружения?
30. Бывает ли так, что твои действия и поступки ставят других людей в неловкое положение?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь надоело?
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего сидишь и мочишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты обычно быстро принимаешь решение?
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты дать волю чувствам и повеселиться в обществе друзей?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?
41. Верно ли, что ты обычно говоришь и действуешь быстро, не задумываясь?
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?
43. Тебе очень нравятся шумные и весёлые игры?
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?

45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чём-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?
48. Был ли ты когда-нибудь груб с родителями?
49. Считают ли тебя ребята весёлым и живым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь активное участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Бываешь ли ты совершенно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься заговорить первым с новыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-нибудь исправить?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает ли так, что ты иногда чувствуешь себя весёлым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить удовольствие от оживлённой компании сверстников?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

**Бланк ответов  
К опроснику Г. Айзенка**

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да	да
нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет

**Ключ к опроснику Г. Айзенка (подростки)**

**1. ЭКСТРАВЕРСИЯ (Фактор E):**

Ответы «Да» на вопросы: 1,3,9,11,14,17,19,22,25,27,30,35,38,41,43,46,49,53,57.

Ответы «Нет» на вопросы:

6,33,51,55,59.

**2. НЕЙРОТИЗМ (Фактор Н):**

Ответы «Да» на вопросы:

2,5,7,10,13,15,18,21,23,26,29,31,34,37,39,42,45,47,50,52,54,56,58,60.

**3. ЛОЖЬ**

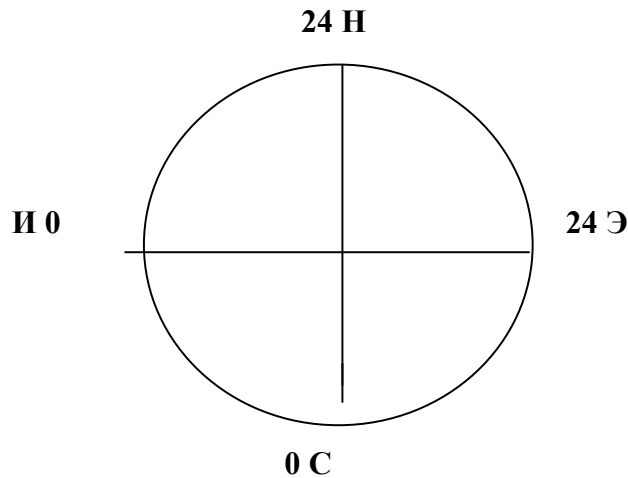
Ответы «Да» на вопросы: 8,16,24,28,36,44.

Ответы «Нет» на вопросы: 4,12,20,32,40,48.

Если по шкале «ЛОЖЬ» получено более 6 баллов, результаты тестирования считаются **недостоверными**.

**Норма: Э – 11-14 ; Н – 10-15; Л – не более 5.**

Таблица-ключ к тесту Г. Айзенка



Типы темперамента между осями интроверсии/экстраверсии и стабильности/нестабильности распределяются следующим образом:

- верхний левый сектор – меланхолический тип;
- верхний правый сектор – холерический тип;
- нижний левый сектор – флегматический тип;
- нижний правый сектор – сангвинический тип

### **ЭКСТРАВЕРТИРОВАННОСТЬ – ИНТРОВЕРТИРОВАННОСТЬ**

Чем больше сумма баллов приближается к нулю, тем у испытуемого выше **интровертированность**, и, наоборот, чем больше сумма баллов приближается к 24, тем выше у испытуемого проявление **экстравертированности**.

### **НЕЙРОТИЗМ**

Чем ближе сумма баллов приближается к 0, тем эмоционально стабильнее (устойчивее) личность, а чем ближе к 24, тем выше уровень нейротизма, тем личность нестабильнее и эмоционально менее устойчива.

Показатели	Экстраверты	Интроверты
Преобладающее настроение	Жизнерадостны, оптимистичны	Часто печальны, склонны к пессимистическим оценкам
Типичные эмоции	Склонны к реакциям гнева	Склонны к тревоге
Особенности принятия решений	Склонны к необдуманным действиям, импульсивны, беззаботны, вспыльчивы	Придумывают и планируют свои действия заранее, серьезны, рассудительны, сдержанны.
Обучение и память	Быстро запоминают и забывают	Медленно запоминают и забывают
Характер деятельности	Работают быстро, допускают большое количество ошибок, часто бывают не внимательны	Работают точно и безошибочно, но медленно, бдительны.
Характер общения	Непринужденны в общении, стремятся к контактам, склонны к лидерству, имеют много друзей.	Стремятся к уединению, имеют мало друзей, предпочитают книги непосредственному

		общению с людьми.
Отношение к новому	Стремятся к разнообразию, поиску новых впечатлений, любят перемены, склонны к риску	Стремятся к спокойной, упорядоченной жизни, терпеливы к однообразной обстановке
Содержание неблагоприятных обстоятельств	Ограничение свободы, принуждение и запреты, однообразие, одиночество, недостаток внимания со стороны других людей	Неопределённость, неупорядоченность, непостоянство, угроза и опасность, разрыв привязанностей, нарушение привычек

**Нейрогизм** – проявляется как аффективно-лабильное состояние. Эмоциональная нестабильность характеризует людей, для которых характерна смена гипертимических (повышенное настроение, бурная деятельность) и дистимических (резко сниженное настроение, снижение моторной активности, чувство разбитости, вялости, усталости) состояний.

Эмоциональная стабильность – это состояние, характеризующееся, как правило, спокойным, ровным отношением к окружающему. Такой человек обычно не даёт бурных реакций в ответ на внешние раздражители, рассудителен, серьёзен. В особых случаях люди этой категории могут казаться близким равнодушными не только по отношению к ним, но и к себе самим.

#### Описания темпераментов.

**Сангвинический тип** – чувствительный. Живой, впечатлительный человек. Больше интересуется настоящим, отличается забывчивостью к прошлому. У сангвиника горестные впечатления не оставляют глубоких следов и быстро исчезают, он является оптимистом, поэтому у него чаще преобладает радостное настроение. Деятельность, как правило, поверхностная и изменчивая. У таких людей больше намерений, чем их практического осуществления.

**Меланхолический тип** – реагирует на происходящее с большой продолжительностью и интенсивностью. Очень медленно приходит в прежнее психическое равновесие. Жизненный тонус несколько снижен, общая энергичность находится на низком уровне. Чрезмерно раздражителен, раздражение легко переходит в страдание. Сон, как правило, поверхностный, неглубокий, тревожный. Меланхолики часто просыпаются по ночам и долго не могут заснуть. У них преобладают робость, молчаливость, грусть. По словам Гиппократы они «боятся света и избегают людей, они полны всевозможных опасений».

**Холерический тип** – очень деятельный, реакция быстрая и интенсивная, холерик легко «воспламеняется». У такой личности задерживающие рефлексy мало развиты и малопродолжительны, наблюдается склонность к вспыльчивости. При возникающих трудностях эти деятельные, пылкие люди не особенно настойчивы, если на преодоление этих трудностей требуется много времени и упорного труда. Холерический темперамент может проявляться в агрессивной форме, но агрессия у таких личностей носит непродолжительный характер. Их вспыльчивость также отличается недолговременностью и быстро угасает.

**Флегматический тип** – деятельный, но медлительный. Такой человек часто характеризуется как неповоротливый, неуклюжий. Расшевелить флегматика нелегко. Он эмоционально холоден. Деятельность его несколько инертна. Круг интересов сужен и он практически ничем не увлекается.

Раздражение, злобность, агрессия не присущи его чертам так же, как тёплое участие, дружба, страсти. Он внешне остаётся беспристрастным и даже несколько отчуждённым. Спокойствие и безынициативность – вот его главные черты.

**Ригидность** – это тугоподвижность, замедленность всех психических процессов, склонность к застреванию на деталях, обстоятельность мышления, неспособность отличать главное от второстепенного. Всё это обуславливает затруднения в накоплении нового опыта,

ослабление компенсаторных возможностей, ухудшение способности редукации. Личность с чертами регидности долго помнит нанесённую ей обиду, часто незначительную.

**Эмотивность** – сильно развитая область эмоций у человека активизирует альтруистические чувства – чувства сострадания, радости за чужую удачу, чувство долга. В гораздо меньшей мере в подобных случаях развиты стремление к власти, алчность и корыстолюбие, возмущение, гнев в связи с ущемлением самолюбия. Для эмотивной натуры особенно характерно такое свойство, как сочувствие, но оно может развиваться и на другой почве.

### **Соотношение типа личности и её профессиональной направленности.**

Высокая степень экстраверсии в большей мере способствует достижению успешности в профессиях типа «человек - человек», в то время как интровертированность личности делает её практически незаменимой в профессиях типа «человек – знаковая система», требующих общения скорее с информацией, чем непосредственно с людьми.

Высокая степень экстраверсии, равно как и слишком высокая степень интроверсии, могут быть препятствием на пути к успешной деятельности в профессиях типа «человек - техника».

Высокий уровень эмоциональности может быть полезным качеством человека прежде всего в сфере профессий типа «человек – художественный образ» и «человек - природа». В то же время работать с людьми, информацией и техникой людям эмоционального склада может быть трудновато.

**Таким образом,**

ИНТРОВЕРТ + ВЫСОКИЙ НЕЙРОТИЗМ – не советуем выбирать профессии, связанные с частыми и интенсивными контактами с людьми, Это профессии менеджера, бизнесмена, учителя, продавца. Ищите свою будущую работу там, где можно трудиться за письменным столом, где можно заняться предметным трудом – исследованием, творчеством, что-то мастерить, конструировать, моделировать.

ЭКСТРАВЕРТ + ВЫСОКИЙ НЕЙРОТИЗМ – нежелательно выбирать профессии операторского типа: лётчик, шофёр, диспетчер. Вы будете скучать без общения с людьми, у Вас могут часто случаться ошибки в работе – аварии, поломки т.д. Не выбирать профессии на конвейерном производстве, связанные с монотонией.

ИНТРОВЕРТ + НИЗКИЙ НЕЙРОТИЗМ – подойдут профессии операторского типа. Противопоказана работа, предполагающая общение с людьми (руководителя, предпринимателя, педагога, журналиста, (общественного деятеля).

ЭКСТРАВЕРТ + НИЗКИЙ НЕЙРОТИЗМ. Рекомендуются интенсивное общение с людьми. Идеально подходят следующие профессии: руководитель, бизнесмен, менеджер.

### **Соотношение сфер деятельности с типами профессий**

<b>Сферы деятельности (Карта интересов)</b>	<b>Типы профессий (по Е.А. Климову)</b>
1. педагогика 2. сфера обслуживания и торговля	«человек - человек»
3. бухучёт и делопроизводство 4. компьютеры	«человек – знаковая система» и «человек - человек»

5. транспорт 6. рабочие профессии в промышленности 7. электротехника 8. строительство 9. лёгкая промышленность 10. общественное питание	«человек - техника»
11. художественные ремёсла	«человек – художественный образ»
12. сельское хозяйство	«человек – художественный образ»

## МЕТОДИКА ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ Т. В. МАТОЛИНА

В основе разработки данной методики лежит факт повторения набора сходных общепсихологических типов в различных авторских классификациях (Кеттел, Леонгард, Айзенк, Личко и др.).

Предлагаемая методика содержит опросник Айзенка (подростковый вариант), классификацию в зависимости соотношения результатов шкалы нейротизма и шкалы интроверсии, вербальное описание особенностей каждого типа и основное направление тактики взаимоотношений с подростками каждого типа.

В качестве основного используется тест Айзенка (подростковый вариант), шкала градации результатов и разработанные типологические характеристики и рекомендации по коррекции.

Этапы работы:

1. Проведение теста Айзенка.
2. Обсчет результатов.
3. Градация результатов по таблице типов.
4. Отбор данных, где балл по шкале «Ложь» больше 5.

**Инструкция** (для психолога): «На предлагаемые вопросы испытуемый должен отвечать «да» или «нет», не раздумывая. Ответ заносится на опросный лист под соответствующим номером».

### ОПРОСНИК АЙЗЕНКА

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь просят?
4. Бывает ли так, что ты раздражен чем-нибудь?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Верно ли, что тебе легче и приятнее с книгами, чем с ребятами?
7. Часто ли тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Ты всегда делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшучивать над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Можешь ли ты сказать о себе, что ты веселый, живой человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Верно ли, что ты часто раздражен чем-нибудь?
14. Нравится ли тебе все делать в быстром темпе (если же наоборот, склонен к неторопливости, ответь «нет»).
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все кончилось хорошо?

16. Тебе можно доверить любую тайну?
17. Можешь ли ты без особого труда внести оживление в скучную компанию сверстников?
18. Бывает ли так, что у тебя без всякой причины (физические нагрузки) сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты обычно первый шаг для того, чтобы подружиться с кем-нибудь?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду? -
21. Ты легко расстраиваешься, когда критикуют тебя и твою работу?
22. Ты часто шутишь и рассказываешь смешные истории своим друзьям?
23. Ты часто чувствуешь себя усталым?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а все остальное потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?
27. Ты очень любишь общаться с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. У тебя бывают головокружения?
30. Бывает ли так, что твои действия и поступки ставят <sup>1</sup> других людей в неловкое положение?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь надоело?
32. Любишь ли ты иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего сидишь и молчишь, когда попадаешь в общество незнакомых людей?
34. Волнуешься ли ты иногда так, что не можешь усидеть на месте?
35. Ты обычно быстро принимаешь решения? '
36. Ты никогда не шумишь в классе, даже когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты дать волю чувствам и повеселиться в обществе друзей?
39. Тебя легко огорчить?
40. Случалось ли тебе плохо говорить о ком-нибудь?
41. Верно ли, что ты обычно говоришь и действуешь быстро, не задерживаясь особенно на обдумывание?
42. Если оказываешься в глупом положении, то потом долго переживаешь?
43. Тебе очень нравятся шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь то, что тебе подают?
45. Тебе трудно ответить «нет», когда тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, когда тебе не хочется жить?
48. Был ли ты когда-нибудь груб с родителями?
49. Считают ли тебя ребята веселым и живым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты чаще сидишь и смотришь, чем принимаешь активное участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Бываешь ли ты совершенно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить?
54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься заговорить первым с новыми людьми?
56. Ты часто спохватываешься, когда уже поздно что-либо исправить?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Бывает ли так, что ты иногда чувствуешь себя веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие от оживленной компании сверстников?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь не подумав?

## КЛЮЧ

I. Экстраверсия (Э):

«Да»: 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, | 43, 46, 49, 53, 57.

«Нет»: 6, 33, 51, 55, 59.

П. Нейротизм (Н):

«Да»: 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

Ш. «Ложь»:

«Да»: 8, 16, 24, 28, 36, 44.

«Нет»: 4, 12, 20, 32, 40, 48

Нормативы для подростков 12-17 лет: экстраверсия (Э) - 11-14 баллов, «ложь» - 4-5 баллов, нейротизм (Н) - 10-15 баллов.

### ТАБЛИЦА ТИПОВ

	Данные по тесту Айзенка	
	Э в баллах	Н в баллах
1.	0-4	0-4
2.	20-24	0-4
3.	20-24	20-24
4.	0-4	20-24
5.	0-4	4-8
6.	0-4	16-20
7.	0-4	8-16
8.	4-8	0-4
9.	8-16	0-4
10.	16-20	0-4
11.	20-24	4-8
12.	20-24	8-16
13.	20-24	16-20
14.	16-20	20-24
15.	8-16	20-24
16.	4-8	20-24
17.	16-20	4-8
18.	4-8	16-20
19.	4-8	4-8
20.	16-20	16-20
21.	12-16	8-12



22.	8-12	8-12
23.	16-20	8-12
24.	12-16	4-8
25.	8-12	4-8
26.	4-8	8-12
27.	4-8	12-16
28.	8-12	16-20
29.	12-16	16-20
30.	16-20	12-16
31.	8-12	12-16
32.	12-16	12-16

Характерологические проявления	Пути коррекции
--------------------------------	----------------

**Тип №1 Э: 0-4; Н: 0-4.**

Безмятежный, мирный, невозмутимый. В группе скромн. Дружбу не навязывает, но и не отвергает, если ему предложат. Склонен к упрямству, если ощущает свою правоту. Не смешлив. Речь спокойная. Терпелив. Хладнокровен.	Воспитателей беспокоят мало, а значит, всегда страдают от невнимания педагогов, тренеров, начальников. Главное в подходе - повысить самооценку посредством привлечения внимания группы к данному человеку. Желательно, чтобы у индивида была возможность выбора темпа работы. Подчеркивать ценность таких качеств, как скромность, хладнокровие.
--	--

**Тип №2 Э: 20-24; Н: 0-4.**

Радостный, общительный, разговорчивый. Любит быть на виду. Оптимист, верит в успех. Поверхностен. Легко прощает обиды, превращает конфликты в шутку. Впечатлителен, любит новизну. Пользуется всеобщей любовью. Однако, поверхностен, беспечен. Прихотлив. Артистичен. Не умеет добиваться результатов (увлекается, но быстро остывает).	Поощрять трудолюбие, использовать природный артистизм и склонность к новизне. Желательно исподволь приучать к настойчивости, дисциплине, организованности (например, предлагая оригинальные задания). Рекомендуется помочь организовать время (кружковой работой, участием в экспедициях и т. д.).

**Тип №3 Э: 20-24; Н: 20-24.**

Активный, имеет хорошо развитые бойцовские качества. Насмешлив. Стремится общаться со всеми «на равных». Очень	Основная тактика - подчеркнутое уважение. Взаимоотношения следует строить на убеждении, спокойном, доброжелательном
--	---

<p>честолюбив. В случае несогласия с позицией более старшего принимает активно противоборствующую позицию. Не выносит безразличия в свой адрес.</p>	<p>тоне общения. При аффективном поведении возможна ироническая реакция. Не следует «выяснять отношения» в момент конфликта. Лучше обсудить проблемы позже в спокойной ситуации. При этом желательно акцентировать внимание на проблеме и на возможности решить ее без особого эмоционального напряжения. Подросткам данного типа необходима возможность проявления организаторских способностей, а также реализация энергетического потенциала (спортивные достижения и т. п.).</p>
---	--

**Тип №4 Э: 0-4; Н: 20-24.**

<p>Тип беспокойный, настороженный, неуверенный в себе. Ищет опеки. Необщителен, поэтому имеет смещенные оценки и самооценки. Высокоранимый. Адаптация идет длительно, поэтому действия замедленны. Не любит активный образ жизни. Созерцатель. Часто склонен к философии. Легко драматизирует ситуацию.</p>	<p>Стремится поддержать. Оградить от насмешек. Выделять положительные стороны (вдумчивость, склонность к монотонной деятельности). Подобрать деятельность, не требующую активного общения, строгой временной регламентации, а также не включенную в жесткую систему субординации. Активизировать интерес к окружающим. Исподволь сводить с людьми доброжелательно-энергичными.</p>
---	--

**Тип №5 Э: 0-4; Н – 4-8**

<p>Созерцателен, спокоен. Имеет низкий уровень заинтересованности в реальной жизни, а значит и низкие достижения. Направлен на внутренние выдуманные или вычитанные коллизии. Послушно-безразличен.</p>	<p>Остро нуждается в повышении самооценки, это разрушает безразличие и повышает уровень притязаний, а, следовательно, качество работы или учебы. Желательно найти сильные стороны (способности, задатки), чтобы как-то увлечь работой.</p>
---	--

**Тип №6 Э: 4-8; Н: 16-20**

<p>Сдержанный, робкий, чувствительный, стесняется в незнакомой ситуации. Неуверенный, мечтательный. Любит философствовать, не любит многолюдья. Имеет склонность к сомнениям. Мало верит в свои силы. В целом уравновешен. Не склонен паниковать и драматизировать ситуацию. Тревожный. Часто пребывает в нерешительности, склонен к фантазиям.</p>	<p>Стараться поддерживать, опекать, подчеркивать перед группой положительные качества и проявления (серьезность, воспитанность, чуткость). Можно увлечь идеями (например, помощи кому-то более слабому). Это повысит самооценку, даст повод к более оптимистическому ощущению жизни.</p>
---	--

**Тип № 7 Э: 0-4; Н: 8-16.**

<p>Человек скромный, активный, направленный на дело. Справедливый, преданный друг. Очень хороший, умелый помощник, но плохой организатор. Застенчив. Предпочитает</p>	<p>В деятельности желательно предоставить свободный режим; поощрять, это активизирует инициативу. Постараться раскрепостить, чтобы действовал</p>
---	---

<p>оставаться в тени. В компаниях, как правило, не состоит. Дружит вдвоем. Взаимоотношениям придает большое значение. Иногда скучновато-морализирующий.</p>	<p>самостоятельно, а не по указке (по природе подчиняем). Избегать публичной критики. Внушать уверенность в своих силах и правах. Не допускать слепой веры в чей-либо авторитет.</p>
---	--

**Тип №8 Э: 4-8; Н: 0-4.**

<p>Человек спокойный, склонный к общению в компаниях. Эстетически одаренный. Скорее созерцатель, чем деятель; Уравновешенный. Безразличный к успехам. Любит жить «как все». Во взаимоотношениях ровен, но глубоко переживать не умеет. Легко избегает конфликтов.</p>	<p>Главная задача - активизировать потребность в деятельности. Найти занятие, могущее заинтересовать (скорее это нечто,, связанное с художественными проявлениями). Поощрять успехи. Желательно чаще общаться с подростком, обращая внимание на развитие социального интеллекта</p>
---	---

**Тип №9 Э: 8-16; Н: 0-4.**

<p>Активный, жизнерадостный. Общительный. В общении неразборчив. Легко попадает в асоциальные группировки вследствие плохой сопротивляемости дезорганизирующим условиям. Склонный к новизне, любознательный. Социальный интеллект развит слабо. Нет умения строить адекватные оценки и самооценки. Часто нет твердых принципиальных установок. Энергичен. Доверчив.</p>	<p>Режим желателен более жесткий, мобилизующий. Установить доброжелательные отношения, но подросток должен чувствовать, что за ним наблюдают. Стремиться направлять энергию в полезное дело (например, увлечь глобальной идеей достичь чего-то (поступить в ВУЗ и т.п.). Однако, в этом случае необходимо вместе распланировать предстоящую работу, фиксировать сроки и объемы и жестко контролировать выполнение. Желательно подростка данного типа ввести в состав группы или бригады с сильным лидером и позитивными установками.</p>
---	--

**Тип №10 Э: 16-20; Н:0-4.**

<p>Артистичен. Любит рассказывать. Недостаточно настойчив. Общителен. Неглубок. Уравновешен</p>	<p>Поддерживать усилия, направленные на достижение интересных целей (у самого хватает инициативы выбрать какое-то занятие или цель, но не хватает упорства). Поощрять артистизм, но не допускать клоунства.</p>
---	---

**Тип №11 Э: 20-24; Н: 4-8.**

<p>Активный, общительный, благородный, честолюбивый. Легко соглашается на рискованные развлечения. Не всегда разборчив в друзьях, в средствах достижения цели. Благороден. Часто эгоистичен. Обаятелен. Имеет организаторские склонности.</p>	<p>Поощрять и развивать организаторские склонности. Может быть лидером, но надо контролировать. Удерживать от зазнайства. Лидерское положение в коллективе легко выправляет разболтанность, лень. Любит быть «на коне». Можно допускать коллективную критику в случае необходимости.</p>
---	--

**Тип № 12 Э: 20-24; Н: 8-16.**

<p>Легко подчиняется дисциплине. Обладает чувством собственного достоинства. Организатор. Склонен к искусству, спорту. Активен. Влюбчив. Легко увлекается людьми и событиями. Впечатлителен.</p>	<p>Лидер по натуре, как эмоционального, так и делового плана. Надо поддерживать лидерские усилия, помогать, направлять в деловом и личностном плане.</p>
--	--

**Тип № 13 Э: 20-24; Н: 16-20.**

<p>Сложный тип. Тщеславен. Энергичен. Жизнерадостен. Не имеет, как правило, высокой духовной направленности. Погружен в житейские радости. Во главу угла жизни ставит бытовые потребности. Преклоняется перед престижностью. Всеми силами стремится достичь удачи, успеха, выгоды. Презирает неудачников. Общительный, демонстративный. Жестко выдвигает свои требования.</p>	<p>Цель старшего - держать подростка «в рамках», так как тот склонен к зазнайству, подчинению себе окружающих. Действовать лучше спокойно и твердо. Выделять других, подчеркивая положительные личностные качества. Можно предложить роль организатора. При этом требовать выполнения обязанностей. Желательно эстетическое воспитание.</p>
---	---

**Тип № 14 Э: 16-20; Н: 20-24.**

<p>Властный, мнительный, подозрительный, педантичный. Всегда стремится к первенству. Мелочный. Наслаждается любым превосходством. Язвительно-желчен. Склонен к насмешке над более слабыми. Мстителен, пренебрежителен, деспотичен. Утомляем.</p>	<p>Нельзя относиться равнодушно. Можно относиться дружелюбно, можно с иронией. Дать возможность занять лидерское положение, однако, при этом следует выбрать пост, на котором он больше внимания уделял бы бумагам, чем людям. Поощрять волю и упорство. При этом подростку желательно воспитывать в себе позитивное эмоциональное отношение к окружающим и позитивные установки.</p>
--	---

**Тип № 15 Э: 8-16; Н: 20-24.**

<p>Вечно недовольный, ворчливый, склонный к придиркам. Мелочно-требовательный. К язвительности не склонен. Легко обижается по пустякам. Часто хмурый, раздражителен. Завистлив. В делах неуверенный. В отношениях - подчиненный. Перед трудностями пасует. В группе, классе держится в стороне. Злопамятный. Друзей не имеет. Сверстниками командует. Голос тихий, резкий.</p>	<p>Желательно наладить хотя бы минимальные взаимоотношения. Это легче сделать, основываясь на мнительности данного человека. Можно интересоваться его самочувствием, успехами в доверительной беседе. В качестве какой-то общественной нагрузки, позволяющей иметь опору во взаимоотношениях, можно дать канцелярскую работу (педантические свойства позволяют делать ее хорошо). Поощрять за исполнительность при всем коллективе, что позволит как-то наладить отношения со сверстниками. Подростки такого типа требуют постоянного внимания и индивидуального взаимодействия.</p>
--	--

**Тип №16 Э: 4-8; Н: 20-24**

<p>Высокочувствительный тип, недоверчивый, затаенно-страстный, молчаливый, замкнуто-обидчивый. Самолюбивый, независимый, имеет критический ум. Пессимист. Склонен к обобщенному мышлению. Часто - неуверенность в себе.</p>	<p>В подходе желательны: оберегающий режим, поощрения при одноклассниках, доброжелательность, уважительность. Следует поддерживать справедливые критические суждения, но избегать развития у подростка морализирования и критиканства.</p>
---	--

**Тип № 17 Э: 16-20; Н: 4-8.**

<p>Очень эмоционален. Восторженный, жизнерадостный, общительный, влюбчивый. В контактах - неразборчив, дружески настроен ко всем. Непостоянен, наивен, ребячлив, нежен. Пользуется симпатией окружающих. Фантазер. Не стремится к лидерству, предпочитая интимно-дружеские связи.</p>	<p>Поддерживать положительный настрой. Желательно развивать эстетические склонности, поддерживать увлечения (поощрять, интересоваться, предлагать выступить перед классом, группой). Обратит внимание на выработку волевых качеств (настойчивости, уровня притязаний).</p>
---	--

**Тип №18 Э: 4-8; Н: 16-20.**

<p>Эмпатичный. Очень жалостливый, склонный поддерживать слабых, предпочитает интимно-дружеские контакты. Настроение чаще спокойно-пониженное. Скромный. Застенчивый. Не уверен в себе. Созерцатель. Легко становится настороженным и подозрительным в неблагоприятных условиях.</p>	<p>Рекомендуется наладить щадяще-развивающий режим. Контролировать исподволь, относиться спокойно-доброжелательно. Помогать в трудных ситуациях, какими в данном случае являются достижение цели, формирование активной позиции, налаживание контактов (со сверстниками и взрослыми). Исключить публичное обсуждение, если возможны негативные оценки.</p>
---	--

**Тип №19 Э: 4-8; Н: 4-8**

<p>Спокойный тип. Молчаливый, рассудительный. Замедленно-деятельный, очень последовательный, самостоятельный, независимый, кропотливый. Беспристрастный, скромный, низко-эмоциональный. Иногда отвлечен от реальности.</p>	<p>У подростков данного типа надо постараться повысить самооценку, развить систему притязаний, раскрыть склонности и способности подростка. Заинтересовать чем-то можно, дав какую-то работу с высокой личной ответственностью (по типу деятельность должна быть больше связана с бумагами, чем с людьми). Подростки такого типа нуждаются в советах по разным вопросам, но выраженных в деликатной форме.</p>
--	--

**Тип №20 Э: 16-20; Н: 16-20.**

<p>Очень демонстративен, не умеет сопереживать. Эмоционально беден. Любит противопоставлять себя коллективу. Очень напорист в достижении значимых для себя</p>	<p>Режим взаимодействия мягкий, терпимый, чтобы не обострять негативные качества. Вовлечь в спортивные или технические занятия, чтобы подростки могли перевести</p>
--	---

ценностей. Престижен. Часто фальшив. Практичен.	энергетику в позитивное русло, а потребность в борьбе за первенство в приемлемую форму. Желательно эстетическое воспитание. Вовлекать в позитивные социальные группы с сильным влиятельным лидером.
---	---

**Тип №21 Э: 12-16; Н: 8-12.**

Очень энергичен, жизнерадостен. «Любимец публики». Считается, что подростки такого типа счастливы. Действительно, они часто очень одарены, легко учатся, артистичны, мало утомляемы. Однако "наличие этих качеств часто имеет негативные результаты. Подростки (и молодые люди) с детства привыкают, что им все доступно. В результате чего не учатся серьезно работать над достижением цели. Легко все бросают, часто прерывают дружбу. Поверхностны. Имеют довольно низкий социальный интеллект.	Требуют доброжелательно-строгую отношения. В коллективе не стоит выбирать на лидерские должности (лучше чисто предлагать разовые поручения организаторского типа). Строго требовать выполнения поручений. Желательно вместе с подростком найти какую-то значимую цель (например, овладеть иностранным языком), разбить на периоды срок исполнения, расписать по времени задачи и контролировать выполнение. Это, с одной стороны, поможет добиться поставленной цели, с другой стороны – приучит к упорядоченной работе.
--	--

**Тип №22 Э: 8-12; Н: 8-12.**

Очень пассивно-безразличный. Уверен в себе. В отношении к окружающим жестко-требователен. Злопамятен. Часто проявляет пассивное упрямство. Очень педантичен, мелочен. Рассудителен, хладнокровен. К чужому мнению относится безразлично. Ригиден, предпочитает привычные дела и монотонность быта. Интонации речи маловыразительные. Малоэстетичен.	Создать у подростка ощущение, что он интересен воспитателю (тренеру и т. д.). Следует интересоваться мелочами быта, самочувствия. Среди общественных поручений желательно выбрать что-то, требующее аккуратного исполнения (ведение журнала или табеля, учет чего-то и т. п.). Хвалить за исполнительность. Помогать в выборе занятий (желательно индивидуальные, а не групповые виды спорта или художественной самодеятельности).
---	--

**Тип №23 Э: 16-20; Н: 8-12**

Любит лидировать и умеет быть организатором. Пользуется доверием и искренним уважением окружающих. Характер легкий, эстетичен, ровно оживлен.	Создать возможность лидерства. Помогать в решении групповых и индивидуальных задач, следить за тем, чтобы нагрузка (учебная; производственная и общественная) была в разумных пределах.
---	---

**Тип № 24 Э: 12-16; Н: 4-8**

Активный, уравновешенный тип. Энергичен. Среднеобщителен. Привязчив к немногочисленным друзьям. Упорядочен. Умеет ставить перед собой задачи и добиваться решений. Не склонен к соперничеству. Иногда обидчив.	Предпочитает спокойное доверительное отношение окружающих. Желательно отлаживание четких деловых контактов.
--	---

**Тип № 25 Э: 8-12; Н: 4-8.**

Активен, иногда взрывчатый, иногда беспечно-веселый. Часто спокойно-безразличен. Инициативы почти не проявляет, действует по указке. Пассивен в социальных контактах. К глубоким эмоциональным переживаниям не расположен. Склонен к монотонной кропотливой работе.	Желательно спокойно-деловое отношение. Находить и рекомендовать лучше индивидуальные занятия. Хорошо справляются с административной работой.
---	--

**Тип № 26 Э: 4-8; Н: 8-12.**

Спокоен, уравновешен, терпелив, педантичен. Честолюбив. Целеустремлен. Имеет твердые принципы. Временами обидчив.	Любят доверительные отношения, спокойный темп работы. Не склонны к панибратству. Желательно поощрять при классе (группе) за аккуратность, исполнительность. Работать над повышением уверенности в своих силах.
---	--

**Тип № 27 Э: 4-8; Н: 12-16**

Уравновешенно-меланхоличный. Тонко чувствительный. Привязчивый; ценит доверительно-интимные отношения, спокойный. Ценит юмор. В целом - оптимист. Иногда паникует, иногда впадает в депрессию. Однако, чаще спокойно-задумчив.	Создать обстановку активно-спокойной деятельности. Желательно избежать жесткой регламентации. Рекомендовать эстетические и литературные занятия.
--	--

**Тип № 28 Э: 8-12; Н: 16-30**

Меланхоличный, честолюбивый, упорный, серьезный. Иногда склонен к уныло-тревожному настроению. Дружит с немногочисленным кругом людей. Необидчив, но иногда мнителен. Самостоятелен в решениях относительно принципиальных вопросов, но зависим от близких в эмоциональной жизни.	Рекомендуется направлять усилия на повышение самооценки, укреплять уверенность в себе.
---	--

**Тип № 29 Э: 12-16; Н: 16-20**

Жестко требователен к окружающим: упрям, горд, очень честолюбив. Энергичен, общителен, настроение чаще боевитое. Неудачи скрывает. Любит быть на виду. Хладнокровен.	Взаимоотношения строить на основе уважения, высокой требовательности. Можно посмеиваться над недостатками, если подросток заносчив.
--	---

**Тип № 30 Э: 16-20; Н: 12-16.**

Гордый, стремится к первенству, злопамятен. Стремится к лидерству во всем. Энергичен, упорен. Спокойный, расчётливый.	Не допускать зазнайства. Поддерживать в позитивных усилиях. Помогать в лидерстве, не допускать командный стиль отношений. Нейтрализовать озлобленность. Развивать
---	---

Любит риск, непреклонный в достижениях. Не лишён артистизма, хотя и суховат.	социальный интеллект.
--	-----------------------

**Тип №31 Э: 8-12; Н: 12-16**

<p>Застенчив, независтлив, стремится к самостоятельности, привязчив.</p> <p>Доброжелателен. С близкими людьми проявляет наблюдательность, чувство юмора.</p> <p>Склонен к глубоким доверительным отношениям. Избегает ситуации риска, опасности. Не выносит навязанный темп. Иногда склонен к быстрым решениям. Часто раскаивается в своих поступках. В неудачах обвиняет только себя.</p>	<p>Обеспечить спокойную доброжелательную обстановку. Стараться вовлекать в активное решение деловых вопросов. Поощрять социальную активность, вовлекать в участие в каких-либо мероприятиях (семинарах, конференциях и т. п.).</p>
--	--

**Тип № 32 Э: 12-16; Н: 12-16.**

<p>•Честолюбив, неудачи не снижают уверенности в себе. Заносчив. Злопамятен. Энергичен. Упорен. Целеустремлен. •</p> <p>Склонен к конфликтности. Не уступает, даже если не прав. Мук совести не испытывает.</p> <p>В общении не склонен к сопереживанию. Ценит только информативность. Эмоционально ограниченный тип.</p>	<p>Не поддерживать в конфликтных ситуациях. Воздействовать через честолюбие. Отношения поддерживать ровные, пытаюсь исподволь развивать социальный интеллект.</p>
---	---

Данная методика рассчитана на контингент испытуемых в возрасте **от 12 до 17 лет.**

Соответственно может использоваться:

1. При формировании классных коллективов.
2. При знакомстве преподавателя или воспитателя с вновь поступившими в класс или группу подростками.
3. В деятельности работников «службы занятости» и отделов кадров при приеме на работу подростков.
4. В профессиональном отборе молодежи на различные типы профессий (в частности на профессии типа «человек-человек»).
5. В профподборе производственных групп в целях достижения оптимального делового и социального сотрудничества.
6. В спортивной практике при подборе команд.
7. В педагогической практике в целях коррекции взаимоотношений в системах: «ученик -

у  
ч  
и  
т  
е  
л  
ь  
»

и

«

у

ч

е