# 1 МНОГОФАКТОРНАЯ МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ (MMPI-2)

Опросник включает 566 вопросов-утверждений, на которые испытуемому предлагается дать ответ «да» или «нет». Формализованная процедура обсчета ответов выявляет степень совпадения или отклонения ответов от статически вычисленной конкретной нормы (ключа). В результате выявляется профиль, который дает при интерпретации портрет личности по базисным и дополнительным шкалам. В модифицированном виде опросники делятся на мужской, женский и подростковый варианты, которые отличаются в основном формой изложения некоторых вопросов.

В общем случае тест включает следующие 4 типа шкал:

- *6 контрольных шкал* - определяют [тестовую установку](http://psy-diagnoz.com/glossary/84-testovaya-ustanovka-ustanovochnoe-povedenie.html) испытуемого;

- *10 основных шкал* – выявляют наиболее значимые различия личности;

- *15 дополнительных шкал* - для углубленного изучения и дифференцирования различных клинических проблем и нарушений;

- *15 содержательных шкал* - диагностируют особые состояния личности.

Ниже приведены названия и краткие характеристики шкал теста.

**Характеристика контрольных шкал MMPI-2**

* Шкала лжи (L) - измеряет тенденцию демонстрировать себя в социально приемлемом свете;
* Шкала (F) - показатель достоверности результатов теста;
* Шкала (K) - выявляет защитную реакцию на тестовое испытание;
* Шкала (Fb) - позволяет оценить уровень внимательности испытуемого в процессе тестирования;
* Шкалы (Vrin) и (TRIN) - шкалы несовместимости ответов, оценивают степень выра­женности тенденции противоречить в ответах.

**Основные клинические шкалы MMPI-2**

Шкала ипохондрии (HS) — определяет «близость» обследуемого к астено-невротическому типу личности;

Шкала депрессии (D) — предназначена для диагностики степени субъективной депрессии, морального дискомфорта (гипотимический тип личности);

Шкала истерии (Hy) — введена для выявления лиц, склонных к невротическим реакциям конверсионного типа (использование симптомов физического заболевания в качестве средства разрешения сложных ситуаций);

Шкала психопатии (Pd) — направлена на выявление социопатического типа личности;

Шкала маскулинности — феминности (Mf) — создана для оценки степени идентификации обследуемого с гендером мужчины или женщины;

Шкала паранойи (Pa) — позволяет судить о наличии «сверхценных» идей, подозрительности (паранойяльный тип личности);

Шкала психастении (Pt) — устанавливается склонность обследуемого к развитию фобий, навязчивым действиям и мыслям (тревожно-мнительный тип личности);

Шкала шизофрении (Sc) — направлена на диагностику шизоидного (аутического) типа личности;

Шкала гипомании (Ma) — определяется степень соответствия обследуемого гипертимному типу личности;

Шкала социальной интроверсии (Si) — диагностика уровня «близости» интровертированному типу личности. Клинической шкалой не является, включена в опросник в ходе его дальнейшей разработки.

### ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ШКАЛ MMPI-2

Шкалы, предназначенные для углубленного изучения и дифференцирования различных клинических проблем и нарушений.

* Фактор A - оценивает [уровень стресса](http://psy-diagnoz.com/glossary/232-stress.html), эмоционального дискомфорта;
* Фактор R - выявляет стремление избегания неприятной ситуации;
* Es - определяет тенденцию поддаваться психотерапевтическому воздействию;
* MAC-R - выявляет предрасположенность к зависимому поведению, алкоголизму и наркомании;
* O-H (гиперконтролируемая враждебность) - оценивает способность переносить разочарования;
* Do (превосходство) - способность брать контроль над ситуацией в межличностных отношениях;
* Re (социальная ответственность) - уровень восприятия социальной ответственности;
* Mt (шкала дезадаптации) - выявляет лиц с низким адаптационным потенциалом;
* Gm и Gf (шкалы гендерных ролей) - выявляют представления испытуемых относительно восприятия сексуальных ролей;
* Pk и Ps - шкалы посттравматического стрессового расстройства;
* MDS (шкала семейного бедствия) - определяет изменения в отношениях партнеров;
* APS (потенциальной наркомании) - верифицирует лиц с тенденцией к развитию наркомании или зависимости от психоактивных веществ;
* AAS (активной наркоманиии) - верифицирует лиц, злоупотребляющих наркотическими и психоактивными веществами.

### ХАРАКТЕРИСТИКА СОДЕРЖАТЕЛЬНЫХ ШКАЛ MMPI-2

Шкалы, диагностирующие особые состояния личности.

* Anx (тревога) - акцентирование на общих симптомах беспокойства, соматических проблемах, трудностях со сном и концентрацией внимания;
* Frs (опасения) - фобический компонент;
* Obs (обсессии) - одержимости и навязчивости в мышлении;
* Dep (депрессии) - наличие депрессивных мыслей;
* Hea (забота о здоровье) - выявляет респондентов, делающих акцент на соматических симптомах;
* Biz (странные мысли) - выявляет лиц с психотическим мышлением;
* Ang (бешенство) - лиц с нарушением контроля гнева;
* Cun (цинизм) - устанавливает наличие вызывающе-пренебрежительного и презрительного отношения;
* Asp (асоциальное поведение) - выявляет респондентов с проблемами асоциального поведения в прошлом;
* Tpa (тип A) - близость личности к типу А. Тип поведения во время стресса, характеризующийся повышенной экспрессивностью;
* Lse (низкая самооценка) - люди со сниженным мнением о себе;
* Sod (социального дискомфорта) - лиц, испытывающих дискомфорт, находясь в группе;
* Fam (семейных проблем) - помогает выявлять респондентов, испытывающих проблемы в семье;
* Wrk (сложности в работе) - помогает выявлять респондентов, испытывающих проблемы на работе;
* Trt (отрицательное отношение к лечению) - указывает на лиц, испытывающих негативное отношение к психиатрическому лечению.

**2.** **МНОГОФАКТОРНЫЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОСНИК КЕТТЕЛЛА 16PF**

Стандартизованный личностный опросник Кеттелла 16PF (версия А) состоит из 187 вопросов, на каждый из которых предлагается три варианта ответов (a, b, c). Ниже приведены основные личностные факторы и описание их крайних значений.

| № |  | Фактор | Описание |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | А | Открытость –  замкнутость | **Фактор А+** – Открытость  Готовый к новым знакомствам, приветливый, уживчивый, внимательный к людям, естественный в обращении, легко сокращающий дистанцию.  **Фактор А**- – Замкнутость  Замкнутый, скептичный, негибкий в отношениях с людьми, склонный к уединению, сконцентрированный на собственных мыслях и чувствах, дистантный (официальный). |
| 2 | В | Конкретное мышление - абстрактное мышление | **Фактор B+** – Развитое мышление  Сообразительный, умеет анализировать ситуации, способен к осмысленным заключениям, интеллектуальный, культурный  **Фактор B**- – Ограниченное мышление  Трудности в обучении, в умении анализировать и обобщать материалы, легко сдаётся, столкнувшись с трудностями, «мужлан» |
| 3 | С | Эмоциональная нестабильность -   эмоциональная стабильность | **Фактор C+** – Эмоциональная стабильность  Спокойный, зрелый, уверенный, чувственно постоянный, не боится сложных ситуаций, эмоционально устойчив  **Фактор C**- – Эмоциональная неустойчивость  Неуверенный, нетерпеливый, раздражительный, склонный к озабоченности и огорчениям, откладывает решение сложных вопросов, тревожится. |
| 4 | Е | Подчиненность –  доминантность | **Фактор E+** – Независимость  Пробивной, самоуверенный, твёрдый, неуступчивый, неподатливый, берётся лидировать, руководить, сам для себя является «законом»  **Фактор E**- – Податливость  Мягкий, уступчивый, зависимый, ласковый, легко попадает в зависимость, избегает роль лидера, подчиняется, ведомый |
| 5 | F | Сдержанность –  экспрессивность | **Фактор F+** – Беспечность  Беззаботный, импульсивный, разговорчивый, весёлый, радостный, живой, готовый реагировать, проявлять чувства  **Фактор F**- – Озабоченность  Серьёзный, углублённый в себе, озабоченно-задумчивый, пессимист, сдержанный, рассудительный, под самоконтролем |
| 6 | G | Низкая нормативность поведения   - высокая нормативность поведения | **Фактор G+** – Сознательность  Выдержанный, решительный, обязательный, ответственный, всегда готовый к действию, основательный, упорный в достижении цели, социально-нормированный, выраженная сила «супер-ЭГО»  **Фактор G**- – Беспринципность  Небрежный, легкомысленный, ненадёжный, непостоянный, легко сдаётся, столкнувшись с трудностями создаёт помехи и трудности, с претензиями, не связывает себя правилами |
| 7 | H | Робость - смелость | **Фактор H+** – Смелость  Авантюрный, легко знакомится с людьми, реактивный, бодрый, предприимчивый, рискующий  **Фактор H**-– Застенчивость  Нерешительный, избегает ответственности и риска |
| 8 | I | Реализм –  чувствительность | **Фактор I+** – Чувственность  Сентиментальный, с развитыми эстетическими потребностями, сочувствующий и ищущий сочувствия у других, приветливый, требующий внимания других, ипохондрик, боязливый  **Фактор I**- – Твёрдость  Реалист, надеется на себя, берет на себя ответственность, суровый, жёсткий, самостоятельный, бывает циничный, нечувствительный к своему физическому состоянию, скептик |
| 9 | L | Подозрительность –  доверчивость | **Фактор L+** – Подозрительность  Ревнивый, замкнутый, задумчивый, твёрдый, раздражительный, излишнее самомнение, направленный на «себя», независимый  **Фактор L**- – Доверчивость  Дружеский, прямодушный, открытый, понимающий, снисходительный, мягкосердечный, спокойный, благодушный, не завистливый, умеет ладить с людьми |
| 10 | M | Практичность –  мечтательность | **Фактор M+** – Мечтательность  Углублённый в себя, интересующийся наукой, теорией, смыслом жизни, богатое воображение, беспомощный в практических делах, преимущественно весёлый, не исключены истерические аномалии, в коллективе конфликтный, бесхозяйственный  **Фактор M**- – Практичность  Интересующийся фактами, обусловленный обстоятельствами, живая реакция на практические вопросы, интересы сужены на непосредственный успех, спонтанно ничего не делающий, реалистический, надёжный, серьёзный, хозяйственный, но очень постоянно ориентирован на внешнюю реальность, общепринятые нормы, уделяет внимание мелочам, но иногда не хватает творческого воображения |
| 11 | N | Прямолинейность (наивность) -   проницательность (искусственность) | **Фактор N+** – Утончённость  Изысканно-утончённый, рафинированный, под самоконтролем, эстетически разборчивый, светский, понимает себя, понимает других, честолюбивый, несколько неуверенный, неудовлетворённый  **Фактор N**- – «Простота»  Простой без «блеска», открытый, горячий, спонтанный в поведении, в обществе, простой вкус, отсутствует самоанализ, не анализирует мотивы поведения других, доволен тем что имеет |
| 12 | О | Спокойствие –  тревожность | **Фактор O+** – Склонность к чувству вины  Боязливый, неуверенный, тревожный, озабоченный, депрессивный, чуткий, легко впадает в растерянность, сильное чувство долга, чересчур заботливый, полон страхов, подвержен настроению, частые плохие предчувствия  **Фактор O**- – Спокойная самоуверенность  Верит в себя, спокойный, умеет «позабавиться», упрямый, видит смысл в целесообразности, неряшливый, бесстрашный, живёт простыми делами, нечувствителен к мнению о себе |
| 13 | Q1 | Консерватизм –  радикализм | **Фактор Q1+** – Радикализм  Интеллектуальные интересы и сомнения по поводу фундаментальных проблем, скептицизм, стремление пересмотреть существующие принципы, склонность к экспериментированию и нововведениям  **Фактор Q1**- – Консерватизм  Стремление к поддержке установленных понятий, норм, принципов, традиций, сомнение в новых идеях, отрицание необходимости перемен |
| 14 | Q2 | Конформизм (зависимость от   группы) - нонконформизм (самостоятельность) | **Фактор Q2+** – Самостоятельность  Предпочитает собственное мнение, независим во взглядах, стремится к самостоятельным решениям и действиям  **Фактор Q2-** – Зависимость от группы  Конформен, зависим от чужого мнения, предпочитает принятие решения вместе с другими людьми, ориентирован на социальное одобрение |
| 15 | Q3 | Низкий самоконтроль - высокий   самоконтроль | **Фактор Q3+** – Самоконтроль, сильная воля  Дисциплинированность, точность в выполнении социальных требований, хороший контроль за своими эмоциями, забота о своей репутации  **Фактор Q3**- – Недостаток самоконтроля, индифферентность  Внутренняя конфликтность, низкий самоконтроль, недисциплинированность, несоблюдение правил, спонтанность в поведении, подчинённость своим страстям |
| 16 | Q4 | Расслабленность –  эмоциональная  напряженность | **Фактор Q4+** – Внутренняя напряжённость  Возбужденный, взволнованный, напряжённый, раздражительный, нетерпеливый, избыток побуждений, не находящих разрядки  **Фактор Q4**- – Внутренняя расслабленность  Флегматичность, релаксация, вялость, лень, расслабленность, недостаточная мотивация, не вполне оправданная удовлетворённость |

Рассматриваются еще 4 вторичных фактора: F1 - тревожность , F2 - экстраверсия, F3 - эмоциональная лабильность , F4 - доминантность.

При интерпретации полученных результатов часто используются не только выраженность отдельных факторов, но и их сочетаний. Выделяют 4 группы таких сочетаний факторов:

|  |  |
| --- | --- |
| *коммуникативные свойства:*  А – общительность;  Н – смелость;  Е – доминантность;  L – подозрительность;  N – дипломатичность;  Q2 – самостоятельность. | *эмоциональные свойства:*  С – эмоциональная устойчивость;  F – беспечность;  H – смелость в социальных контактах;  I – эмоциональная чувствительность;  O – тревожность;  Q4 – напряженность. |
| *интеллектуальные iq свойств:*  В – интеллектуальность;  М – мечтательность;  N – дипломатичность;  Q1 – восприимчивость к новому. | *регуляторные свойства личности:*  Q3 – самодисциплина;  G – моральная нормативность. |

*Обработка результатов* ответов происходит по ключу. Подсчитываются первичные баллы, затем по таблице нормированных первичных оценок они переводятся в стены. Стены распределяются по биполярной шкале с крайними значениями в 1 и 10 баллов. Соответственно, первой половине шкалы (1 … 5,5) присваивается знак «–», второй половине (5,5 … 10) знак «+».

Из имеющихся показателей по всем 16 факторам строится, так называемый «*профиль личности*». При интерпретации уделяется внимание, в первую очередь, «пикам» профиля, то есть наиболее низким и наиболее высоким значениям факторов в профиле, в особенности тем показателям, которые в «отрицательном» полюсе находятся в границах от 1 до 3 стенов, а в «положительном» – от 7 до 10 стенов.

Интерпретация теста Кеттелла.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | фактор | описание |
|  | А | **«Замкнутость - общительность»** - ориентирован на измерение общительности человека в малых группах и способности к установлению непосредственных, межличностных контактов.  В ответах вопросника личность с А+ предпочитает работу с людьми, социальное одобрение, любит идти в ногу со временем. Существуют доказательства того, что личности с А+ общительны, могут быть лидерами в малых группах и часто выбирают работу с людьми. Полюс А+ именуется affectothymia, и он характеризует интенсивное выражение аффектов (чувств). Наиболее яркой особенностью аффектотимии является добродушие, веселость, интерес к людям, эмоциональная восприимчивость.  Личность с полюсом А- любит идеи, предпочитает работать одна.; личности с полюсом А- могут быть художниками, учеными-исследователями и предпочитают работать самостоятельно, изолированно от группы. Полюс А- в техническом названии именуется sizothymia (от греческого корня, учЯжщ - раскалываю). Эмоционально «вялая», «сухая» личность имеет склонность к осторожности при выражении чувств, она мало экспрессивна.  • 1-3 стена - склонен к ригидности, холодности, скептицизму и отчужденности. Вещи его привлекают больше, чем люди. Предпочитает работать сам, избегая компромиссов. Склонен к точности, ригидности в деятельности, личных установках. Во многих профессиях это желательно. Иногда он склонен быть критически настроенным, несгибаемым, твердым, жестким.  • 4 стена - сдержанный, обособленный, критический, холодный (шизотимия).  • 7 стенов - обращенный вовне, легкий в общении, участвующий аффективно (циклотимия).  • 8-10 стенов - склонность к добродушию, легкости в общении, эмоциональному выражению; готов к сотрудничеству, внимателен к людям, мягкосердечен, добр, приспособляем. Предпочитает ту деятельность, где есть занятия с людьми, ситуации с социальным значением. Этот человек легко включается в активные группы. Он щедр в личных отношениях, не боится критики. Хорошо запоминает события, фамилии, имена и отчества. |
|  | В | **«Интеллект»** - ориентирован на измерение оперативности мышления и общего уровня вербальной культуры и эрудиции. Следует отметить, что низкие оценки по этому фактору могут зависеть от других характеристик личности: тревожности, фрустрированности, низкого образовательного ценза. И главное, фактор В, пожалуй, единственный фактор методики, который не является строго валидизированным. Поэтому результаты по этому фактору являются ориентировочными.  • 1-3 стена - склонен медленнее понимать материал при обучении. «Туповат», предпочитает конкретную, буквальную интерпретацию. Его «тупость» или отражает низкий интеллект, или является следствием снижения функций в результате психопатологии.  • 4 стена - менее интеллектуально развит, конкретно мыслит (меньшая способность к обучению).  • 7 стенов - более интеллектуально развит, абстрактно мыслящий, разумный (высокая способность к обучению).  • 8-10 стенов - быстро воспринимает и усваивает новый учебный материал. Имеется некоторая корреляция с культурным уровнем, а также с реактивностью. Высокие баллы указывают на отсутствие снижения функций интеллекта в патологических состояниях. |
|  | С | **«Эмоциональная нестабильность - эмоциональная стабильность»** - характеризует динамическое обобщение и зрелость эмоций в противоположность нерегулируемой эмоциональности.  Психоаналитики пытались описать этот фактор как эго-силу и эго-слабость. В целом фактор имеет генетическое происхождение и направлен на измерение эмоциональной стабильности; он в большой степени соотносится с понятиями слабой и сильной нервной системы (по И.П.Павлову). Согласно методике Кеттелла, личность с полюсом C- легко раздражается из-за тех или иных событий или людей, не удовлетворена жизненными ситуациями, собственным здоровьем, кроме того, это личность безвольная. Однако такая интерпретация достаточно ортодоксальна, поскольку здесь не учитывается пластичность эмоцио-нальной сферы. Люди с высокой оценкой по фактору C+ чаще являются лидерами, чем те, чьи показатели по этому фактору ближе к полюсу C-. С другой стороны, у руководящего состава диапазон показателей по фактору С широк; некоторым из них присущи низкие значения по этому фактору (возможно, здесь сказывается реакция усталости и озабоченность при стрессе).  Установлено, что людям с высокой и средней оценкой по фактору С свойственны и более высокие моральные качества.  Профессиями, требующими преодоления стрессовых ситуаций (руководители, летчики, спасатели и т. д.), должны владеть индивидуумы с высокими оценками по фактору С. В то же время в профессиях, где не требуется быстрого принятия решений, эмоциональной стабильности и где можно решать вопрос самому (художники, почтальоны и т. д.), можно иметь и низкие оценки по этому фактору.  • 1-3 стена - имеется низкий порог в отношении фрустрации, изменчивый и пластичный, избегающий требований действительности, невротически утомляемый, раздражительный, эмоционально возбудимый, имеющий невротическую симптоматику (фобии, нарушения сна, психосоматические расстройства). Низкий порог свойствен всем формам невротических и некоторым психическим расстройствам.  • 4 стена - чувствительный, эмоционально менее устойчивый, легко расстраивается.  • 7 стенов - эмоционально устойчивый, трезво оценивающий действительность, активный, зрелый.  • 8-10 стенов - эмоционально зрелый, устойчивый, невозмутимый. Высокая способность к соблюдению общественных моральных норм. Иногда смиренная покорность перед нерешенными эмоциональными проблемами. Хороший уровень «С» позволяет адаптироваться даже при психических расстройствах. |
|  | Е | **«Подчиненность - доминантность»** - не очень существенно коррелирует с достижениями лидерства, однако связан с социальным статусом и выше у лидеров, чем у последователей. Существует предположение, что оценки по этому фактору с возрастом меняются и зависят от пола испытуемого. В своем поведении люди с высокими оценками (по этому фактору) испытывают потребность в автономии.  • 1-3 стена - уступающий другим, покорный. Часто зависим, признает свою вину. Стремится к навязчивому соблюдению корректности, правил. Эта пассивность является частью многих невротических синдромов.  • 4 стена - скромный, покорный, мягкий, уступчивый, податливый, конформный, приспособляющийся.  • 7 стенов - самоутверждающийся, независимый, агрессивный, упрямый (доминантный).  • 8-10 стенов - утверждающий себя, свое «Я», самоуверенный, независимо мыслящий. Склонен к аскетизму, руководствуется собственными правилами поведения, враждебный и экстрапунитивный (авторитарный), командует другими, не признает авторитетов. |
|  | F | **«Сдержанность - экспрессивность»** - представляет собой компонент факторов второго порядка различных свойств личности. Интересен тот факт, что с годами проявление импульсивности и беспечности постепенно снижается, что можно рассматривать как свидетельство определенной эмоциональной зрелости.  В целом фактор F ориентирован на измерение эмоциональной окрашенности и динамичности в процессах общения. Пример: актеры, эффективные лидеры имеют более высокие оценки, художники, последователи - более низкие.  • 1-3 стена - неторопливый, сдержанный. Иногда мрачен, пессимистичен, осмотрителен. Считается очень точным, трезвым, надежным человеком.  • 4 стена - трезвый, осторожный, серьезный, молчаливый;  • 7 стенов - безалаберный, импульсивно-живой, веселый, полный энтузиазма.  • 8-10 стенов - веселый, активный, разговорчивый, беззаботный, может быть импульсивен. |
|  | G | **«Низкая нормативность поведения – высокая нор-мативность поведения»** - напоминает фактор С, особенно в том, что касается роли саморегуляции поведения и отношения к другим людям. Данный фактор характеризует особенности эмоционально-волевой сферы (настойчивость, организованность - безответственность, неорганизованность) и особенности регуляции социального поведения (принятие или игнорирование общепринятых моральных правил и норм). Психоаналитики интерпретируют этот фактор как высокое суперэго и как низкое суперэго. Исследователю следует быть особо внимательным в анализе низких оценок по данному фактору (G-) так как нет прямолинейной зависимости низких оценок от выраженного асоциального поведения (например, с преступниками). Напротив, известно, что многие люди, не воспринимающие «мораль среднего класса», «интеллектуалы», «эмансипированные личности», лица, выражающие гуманистические идеалы и гибко относящиеся к социальным и культурным традициям, могут иметь низкие оценки по этому фактору.  Высокие оценки часто могут характеризовать не только выраженные волевые черты личности, но и склонность к сотрудничеству и конформизму.  • 1-3 стена - тенденция к непостоянству цели, непринужденный в поведении, не прилагает усилий к выполнению групповых задач, выполнению социально-культурных требований. Его свобода от влияния группы может вести к асоциальным поступкам, но временами делает его деятельность более эффективной. Отказ от подчинения правилам уменьшает соматические расстройства при стрессе.  • 4 стена - пользующийся моментом, ищущий выгоду в ситуации. Избегает правил, чувствует себя малообязательным.  • 7 стенов - сознательный, настойчивый, на него можно положиться, степенный, обязательный.  • 8-10 стенов - требователен к себе, руководствуется чувством долга, настойчив, берет на себя ответственность, добросовестен, склонен к морализированию, предпочитает работящих людей, остроумный. |
|  | Н | **«Робость - смелость»** - четко определенный фактор, который характеризует степень активности в социальных контактах. При этом надо учитывать, что этот фактор имеет генетическое происхождение и отражает активность организма и особенности темперамента. Люди с высокими оценками этого фактора имеют склонность к профессиям риска (летчики-испытатели), упорны, социабельны, умеют выдерживать эмоциональные нагрузки, что часто делает их лидерами.  Низкие оценки этого фактора характеризуют людей застенчивых, робких, не социабельных, трудно принимающих самостоятельные решения.  • 1-3 стена - застенчивый, уклончивый, держится в стороне, «тушуется». Обычно испытывает чувство собственной недостаточности. Речь замедленна, затруднена, высказывается трудно. Избегает профессий, связанных с личными контактами. Предпочитает иметь 1-2 близких друзей, не склонен вникать во все, что происходит вокруг него.  • 4 стена - застенчивый, сдержанный, неуверенный, боязливый, робкий.  • 7 стенов - авантюрный, социально-смелый, незаторможенный, спонтанный.  • 8-10 стенов - общительный, смелый, испытывает новые вещи; спонтанный и живой в эмоциональной сфере. Его «толстокожесть» позволяет ему переносить жалобы и слезы, трудности в общении с людьми в эмоционально напряженных ситуациях. Может небрежно относиться к деталям, не реагировать на сигналы об опасности. |
|  | I | **«Жесткость – чувствительность»** - люди с высокими показателями по этому фактору обычно настроены романтически, любят путешествия и новые переживания. Они обладают развитым воображением, для них важна эстетика. В целом этот фактор определяет степень эмоциональной утонченности личности.  Этот фактор отражает различия в культурном уровне и эстетической восприимчивости личности. Интересен тот факт, что люди с низкими показателями по этому фактору меньше болеют, более агрессивны, чаще занимаются спортом, атлетичны.  Характеристики этого фактора ближе к фактору второго порядка «низкая эмоциональность - высокая эмоциональность»; данный фактор является там главенствующим. Личность с высокими показателями по этому фактору характеризуется как физически и умственно утонченная, склонная к рефлексии, задумывающаяся над своими ошибками и путями избежания таковых.  Оценки по данному фактору у женщин выше, чем у мужчин, при этом они зависят от окружающих условий и культурного уровня. Кеттелл определяет данную черту личности как «запрограммированную эмоциональную чувствительность», подчеркивая тем самым прерогативу генетического происхождения этого свойства личности.  Мужчины, имеющие высокие оценки, чаще всего относятся к художественному типу личности. По роду занятий высокие оценки по этому фактору объединяют художников, артистов, музыкантов, писателей врачей-диагностов и психиатров, адвокатов. Лица с I- больше склонны к невротическим рассогласованиям (при исследовании по тесту Айзенка эти люди имеют высокие показатели по такой характеристике, как нейротизм).  • 1-3 стена - практичный, реалистичный, мужественный, независимый, имеет чувство ответственности, но скептически относится к субъективным и культурным аспектам жизни. Иногда безжалостный, жестокий, самодовольный. Руководя группой, заставляет ее работать на практической и реалистической основе.  • 4 стена - сильный, независимый, полагается на себя, реалистичный, не терпит бессмысленности.  • 7 стенов - слабый, зависимый, недостаточно самостоятельный, беспомощный, сензитивный.  • 8-10 стенов - слабый, мечтательный, разборчивый, капризный, женственный, иногда требовательный к вниманию, помощи, зависимый, непрактичный. Не любит грубых людей и грубых профессий. Склонен замедлять деятельность группы и нарушать ее моральное состояние нереалистическим копанием в мелочах, деталях. |
|  | L | **«Доверчивость - подозрительность»** - Кеттелл назвал этот фактор alaxia (L-) - protensia (L+). Термин protensia означает «защита» и «внутренняя напряженность».  Высокие показатели по этому фактору могут коррелировать с невротическими характеристиками. В то же время высокие оценки по этому фактору часто встречаются у людей независимого поведения, у тех, кто по роду деятельности связан с созиданием чего-либо, например, в области религии и науки. Ряд черт характера, которые относят к доминированию (фактор Е), в действительности следует связывать именно с этим фактором. Полюс L- характеризует личность добродушную, открытую и, возможно, без амбиций и стремления к победе.  В целом фактор L отражает эмоциональное отношение к людям. Очень высокие оценки по этому фактору говорят об излишней защите и эмоциональной напряженности, фрустрированности личности. Низкий полюс (L-) характеризует личность добродушную, но склонную к конформизму.  • 1-3 стена - склонен к свободе от тенденции ревности, при-способляемый, веселый, не стремится к конкуренции, заботится о других. Хорошо работает в группе.  • 4 стена - доверчивый, адаптирующийся, неревнивый, ужив-чивый.  • 7 стенов - подозрительный, имеющий собственное мнение, не поддается обману.  • 8-10 стенов - недоверчивый, сомневающийся, часто погружен в свое «Я», упрямый, заинтересован во внутренней психической жизни. Осмотрителен в действиях, мало заботится о других людях, плохо работает в группе. Этот фактор не обязательно свидетельствует о паранойе. |
|  | М | **«Практичность - мечтательность»** - фактор ориен-тирован на измерение особенностей воображения, отражающихся в реальном поведении личности, таких, как практичность, приземленность или, наоборот, некоторое «витание в облаках», романтическое отношение к жизни.  Картина этого фактора достаточно сложна. В основном личности с M+ имеют яркую внутреннюю интеллектуальную жизнь, с интенсивным проживанием идей и чувств. В поведении могут быть «богемны», нонконформны. Высокие оценки по этому фактору имеют художники, поэты, исследователи, экспериментаторы, руководители высокого ранга, редакторы и т. д. Низкие оценки имеют лица, занятые механическими расчетами, где необходимо внимание, сосредоточенность. Замечено также, что лица с низкими оценками по этому фактору реже попадают в автомобильные катастрофы. Их характеризует уравновешенность и здравомыслие. Однако, в неожиданных ситуациях им часто не хватает воображения и находчивости.  • 1-3 стена - беспокоится о том, чтобы поступать правильно, практично, руководствуется возможным, заботится о деталях, сохраняет присутствие духа в экстремальных ситуациях, но иногда сохраняет воображение.  • 4 стена - практичный, тщательный, конвенциальный. Управляем внешними реальными обстоятельствами.  • 7 стенов - человек с развитым воображением, погруженный во внутренние потребности, заботится о практических вопросах. Богемный.  • 8-10 стенов - склонен к неприятному для окружающих поведению (не каждодневному), неконвенциальный, не беспокоится о повседневных вещах, самомотивированный, обладает творческим воображением. Обращает внимание на «основное» и забывает о конкретных людях и реальностях. Изнутри направленные интересы иногда ведут к нереалистическим ситуациям, сопровождающимся экспрессивными взрывами. Индивидуальность ведет к отвержению его в групповой деятельности. |
|  | N | **«Прямолинейность - дипломатичность**» - ориентирован на измерение отношений личности к людям и окружающей действительности.  Пока этот фактор недостаточно исследован. Однако можно говорить о том, что фактор характеризует некоторую форму тактического мастерства личности (фактор положительно коррелирует с ум-ственными способностями и доминантностью и с определенной не-уверенностью личности в себе). Высокие оценки по этому фактору характеризуют дипломатов в противоположность «естественному и прямолинейному» человеку с наивной эмоциональной искренностью, прямотой и непринужденностью. Кеттелл охарактеризовал людей с высокими оценками по фактору N так: «Они могут быть либо Сократом, либо ловким мальчишкой, а люди с низким полюсом отличаются экспрессивностью, теплотой и добротой».  Существуют данные о том, что люди с низкими оценками по этому фактору вызывают больше доверия и симпатии, особенно у детей. Людей с высокими оценками можно охарактеризовать как интеллектуальных, независимых, со сложной натурой. В субкультурных исследованиях была выявлена связь высоких показателей по этому фактору со способностью к выживанию и определенной изощренно-стью. По динамическим характеристикам люди с высокими показателями являются лидерами в аналитической, целенаправленной дискуссии и в формировании функциональных групповых решений (у театральных режиссеров, кинорежиссеров, дипломатов, как правило, высокие оценки по этому фактору).  Люди с низкой оценкой по фактору N медлительны, консерва-тивны, препятствуют принятию решения группой.  Положительный полюс Кеттелл образно назвал полю-сом Маккиавелли, а отрицательный - полюсом Руссо.  • 1-3 стена - склонен к отсутствию утонченности, к сентимен-тальности и простоте. Иногда грубоват и резок, обычно естественен и спонтанен.  • 4 стена - прямой, естественный, бесхитростный, сентимен-тальный.  • 7 стенов - хитрый, нерасчетливый, светский, проницательный (утонченный).  • 8-10 стенов - утонченный, опытный, светский, хитрый. Склонен к анализу. Интеллектуальный подход к оценке ситуации, близкий к цинизму. |
|  | О | **«Спокойствие - тревожность»** - ранее при интерпретации этого фактора употреблялись такие термины как «депрессивная тенденция», «плохое настроение», «са-моуничижение» и даже «невротическое состояние». Низкие оценки характерны для людей, которые «управляют своими неудачами». Личность с высокими оценками по этому фактору чувствует свою неустойчивость, напряженность в трудных жизненных ситуациях, легко теряет присутствие духа, полна сожалений и сострадания; для нее характерна комбинация симптомов ипохондрии и неврастении с преоб-ладанием страхов. Этот фактор шире, чем чувство вины в общепринятом смысле. В этом факторе важен и компонент устойчивости; люди с высокими показателями часто застенчивы, им трудно вступить в контакт с другими людьми.  Низкие оценки по этому фактору характеризуют тех людей, ко-торые могут справляться со своими неудачами, в отличие от тех, кто переживает неудачи как внутренний конфликт. Существуют данные, свидетельствующие о том, что антиобщественные личности не страдают от чувства вины.  По роду занятий высокую оценку по этому фактору имеют религиозные лица, художники, артисты, литераторы. Высокие оценки во многом определяют успешное лидерство в сложных ситуациях и стремление личности к самоактуализации. В то же время эти оценки свойственны невротикам, алкоголикам и людям с некоторыми видами психопатии. Кеттелл считает, что этот фактор можно в определенных пределах назвать фактором Гамлета и он может иметь социально-моральное значение, которое интуитивно чувствуют почитатели Достоевского. Следует учитывать, что высокие оценки по этому фактору могут иметь ситуативное происхождение.  • 1-3 стена - безмятежный, со спокойным настроением, его трудно вывести из себя, невозмутимый. Уверенный в себе и своих способностях. Гибкий, не чувствует угрозы, иногда до такой степени, что не чувствителен к тому, что группа идет другим путем и что он может вызвать неприязнь.  • 4 стена - безмятежный, доверчивый, спокойный.  • 7 стенов - тревожный, депрессивный, обеспокоенный (тенденция аутопунитивности), чувство вины.  • 8-10 стенов - депрессивен, плохое настроение преобладает, мрачные предчувствия и размышления, беспокойство. Тенденция к тревожности в трудных ситуациях. Чувство, что его не принимает группа. Высокий балл распространен в клинических группах всех типов. |
|  | Q1 | **«Консерватизм - радикализм»** - определяет ради-кальное, интеллектуальное, политическое и религиозное отношения.  В исследованиях было получено доказательство того, что личности с высокими показателями по этому фактору лучше информированы, меньше склонны к морализаторству, выражают больший интерес к науке, нежели к догмам. Более того, они готовы к нарушению привычек и устоявшихся традиций, им свойственна независимость суждений, взглядов и поведения.  Высокие оценки по этому фактору наблюдаются у руководителей, администраторов, ученых, преподавателей университетов и особенно - у исследователей и теоретиков. Низкие - у малоквалифицированных специалистов и обслуживающего персонала (няни, санитарки и т. д ).  Есть предположение, что данный фактор имеет генетическое происхождение и в бытовом сознании соотносится с такими характеристиками человека как «умный» (Q1+ ) и «глупый» (Q1-). Обращает на себя внимание то, что деловые лидеры имеют высокие оценки по этому фактору.  В поведенческом рисунке человек с низкими оценками по этому фактору характеризуется как «консерватор», с высокими оценками - как «радикал».  • 1-3 стена - убежден в правильности того, чему его учили, и принимает все как проверенное, несмотря на противоречия. Склонен к осторожности и к компромиссам в отношении новых людей. Имеет тенденцию препятствовать и противостоять изменениям и откладывать их, придерживается традиций.  • 4 стена - консервативный, уважающий принципы, терпимый к традиционным трудностям.  • 7 стенов - экспериментирующий, критический, либеральный, аналитический, свободно мыслящий.  • 8-10 стенов - поглощен интеллектуальными проблемами, имеет сомнения по различным фундаментальным вопросам. Он скептичен и старается вникнуть в сущность идей старых и новых. Он часто лучше информирован, менее склонен к морализированию, более - к эксперименту в жизни, терпим к несообразностям и к изменениям. |
|  | Q2 | **«Конформизм - нонконформизм»** - является цен-тральным в факторе второго порядка «зависимость - независимость».  Низкие оценки по этому фактору имеют личности общительные, для которых много значит одобрение общества, это светские люди. Высокие оценки имеют люди, которые часто разобщены с группой и по роду занятий являются индивидуалистами - писатели, ученые и преступники!  Следует особо учитывать, что показатели по этому фактору могут характеризовать определенную социабельность личности и имеют постоянную связь с критериями реальной жизни.  По существу, Кеттелл считает, что этот фактор является «мыслящей интроверсией» и в формировании такой модели поведения существенную роль играют как семейные, так и общественные традиции. Таких людей характеризует довольно высокая степень осознанности в выборе линии поведения.  • 1 -3 стена - предпочитает работать и принимать решения вместе с другими людьми, любит общение и восхищение, зависит от них. Склонен идти с группой. Необязательно общителен, скорее ему нужна поддержка со стороны группы.  • 4 стена - зависящий от группы, «присоединяющийся», ведомый, идущий на зов (групповая зависимость).  • 7 стенов - самоудовлетворенный, предлагающий собственное решение, предприимчивый.  • 8-10 стенов - независим, склонен идти собственной дорогой, принимать собственные решения, действовать самостоятельно. Он не считается с общественным мнением, но не обязательно играет доминирующую роль в отношении других (см. фактор Е). Нельзя считать, что люди ему не нравятся, он просто не нуждается в их согласии и поддержке |
|  | Q3 | **«Низкий самоконтроль** - высокий самоконтроль» - измеряет уровень внутреннего контроля поведения, интегрированность личности.  Низкие оценки по этому фактору указывают на слабую волю и плохой самоконтроль. Деятельность таких людей неупорядочена и импульсивна. Личность с высокими оценками по этому фактору имеет социально одобряемые характеристики: самоконтроль, настойчивость, сознательность, склонность к соблюдению этикета. Для того, чтобы соответствовать таким стандартам, от личности требуется приложение определенных усилий, наличие четких принципов, убеждений и учет общественного мнения.  Люди с высокими оценками по этому фактору склонны к организаторской деятельности и добиваются успеха в тех профессиях, где требуются объективность, решительность, уравновешенность. Фактор характеризует осознанность человека в регулировании силы «я» (фактор С) и силы «сверх-я» (фактор G) и определяет выраженность волевых характеристик личности. Этот фактор является одним из наиболее важных для прогноза успешности деятельности. Он положительно связан с частотой выбора в лидеры и степенью активности при решении групповых проблем.  • 1-3 стена - не руководствуется волевым контролем, не обращает внимания на социальные требования, невнимателен к другим. Может чувствовать себя недостаточно приспособленным.  • 4 стена - внутренне недисциплинированный, конфликтный (низкая интеграция).  • 7 стенов - контролируемый, социально точный, следующий «Я»-образу (высокая интеграция).  • 8-10 стенов - имеет тенденцию к сильному контролю своих эмоций и общего поведения. Социально внимателен и тщателен; проявляет то, что обычно называют «самоуважением», и заботу о социальной репутации. Иногда, однако, склонен к упрямству. |
|  | Q4 | **«Расслабленность - напряженность».**  Высокая оценка (9-12 баллов) интерпретируется как энергетическая возбужденность, которая требует определенной разрядки; иногда это состояние может превратиться в психосоматическое нарушение: снижается эмоциональная устойчивость, нарушается равновесие, может проявляться агрессивность. Такие люди редко становятся лидерами.  Исследования показали, что низкая оценка (0-5 баллов) характерна для людей с невысоким уровнем мотивации достижения, довольствующихся имеющимся Лица со значениями этого фактора от 5 до 8 баллов характеризуются оптимальным эмоциональным тонусом и стрессоустойчивостью.  • 1-3 стена - склонен к расслабленности, уравновешенности, удовлетворенности. В некоторых ситуациях его сверхудовлетворенность может вести к лени, к достижению низких результатов. Напротив, высокий уровень напряжения может нарушить эффективность учебы или работы.  • 4 стена - расслабленный (ненапряженный), нефрустрированный.  • 7 стенов - напряженный, фрустрированный, побуждаемый, сверхреактивный (высокое энергетическое напряжение).  • 8-10 стенов - склонен к напряженности, возбудимости |
|  | F1 | **Тревога.** Низкие баллы - в общем, этот человек удовлетворен тем, что есть, и может добиться того, что ему кажется важным. Однако очень низкие баллы могут означать недостаток мотивации в трудных ситуациях.  Высокие баллы - высокий уровень тревоги в ее обычном понимании. Тревога не обязательно невротическая, поскольку она может быть обусловлена ситуационно. Однако в чем-то имеет неприспособленность, т. к. человек недоволен в степени, которая не позволяет ему выполнять требования и достигать того, что желает. Очень высокая тревога обычно нарушает продуктивность и приводит к соматическим расстройствам |
|  | F2 | **Экстраверсия – интроверсия.** Низкие баллы - склонность к сухости, к самоудовлетворению, замороженности межличностных контактов. Это может быть благоприятно в работе, требующей точности.  Высокие баллы - социально контактен, незаторможен, успешно устанавливает и поддерживает межличностные связи. Это может быть очень благоприятным моментом в ситуациях, требующих темперамента такого типа. Эту черту следует считать всегда благоприятным прогнозом в деятельности, например в учебе. |
|  | F3 | **Чувствительность.** Низкие баллы - тенденция испытывать затруднения в связи с проявляющейся во всем эмоциональностью. Эти люди могут относиться к типу недовольных и фрустрированных. Однако присутствует чувствительность к нюансам жизни. Вероятно, имеются артистические наклонности и мягкость. Если у такого человека возникает проблема, то на ее разрешение требуется много размышлений до начала действий.  Высокие баллы - предприимчивая, решительная и гибкая лич-ность. Этот человек склонен не замечать жизненных нюансов, направляя свое поведение на слишком явное и очевидное. Если возникают трудности, то они вызывают быстрое действие без достаточного размышления. |
|  | F4 | **Конформность.** Низкие баллы - зависимая от группы, пассивная личность, нуждающаяся в поддержке других лиц и ориентирующая свое поведение в направлении людей, которые такую поддержку оказывают.  Высокие баллы - агрессивная, независимая, отважная, резкая личность. Старается выбрать такие ситуации, где подобное поведение, по крайней мере, терпят. Проявляет значительную инициативу. |

## 3. ТЕСТ ОПРОСНИК АЙЗЕНКА ЕРI

Тест состоит из 57 вопросов, направленных на выявление обычного способа поведения человека. Результаты теста представляются на трех шкалах – *экстраверсия, нейротизм и искренность*.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Шкала | Описание |
| 1 | Уровень  экстраверсии | Позволяет говорить о направленности личности на свой внутренний мир и переживания либо на внешнюю реальность и окружение.  *Типичный* *экстраверт* общителен, имеет широкий круг знакомств, импульсивен, оптимистичен, слабо контролирует свои эмоции и чувства.  *Типичный* *интроверт* - это спокойный, застенчивый, интроспективный человек, который отдален от всех, кроме близких людей. Он планирует свои действия заблаговременно, любит порядок во всем и держит свои чувства под контролем. |
| 2 | Уровень  нейротизма | Нейротизм (эмоциональная неустойчивость) представляет собой континуум от «нормальной аффективной стабильности» до ее выраженной лабильности.  У лиц с высоким показателем по данной шкале в стрессовых ситуациях может развиться невроз. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их раздражителям.  Высокие показатели по экстраверсии и нейротизму соответствуют психиатрическому диагнозу истерии, а высокие показатели по интроверсии к нейротизму - состоянию тревоги или реактивной депрессии. |
| 3 | Уровень  искренности (лжи) | Представляет собой инструмент обеспечения независимости результатов методики от возможных попыток сознательного их искажения испытуемым. Высокие значения, полученные по шкале, позволяют считать результаты методики недостоверными. |

Результаты теста обрабатываются в баллах подсчетом положительных и отрицательных ответов, совпадающим с ключом. Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл.

*Интерпретация результатов*

* показатель, превышающий 12 баллов по шкале экстраверсии (максимум 24 балла) свидетельствует об экстравертированности, ниже 12 баллов (минимум 12 баллов) - об интровертированности;
* показатель, превышающий 12 баллов по шкале нейротизма, отражает психоэмоциональную неустойчивость;
* показатель по шкале «искренности», равный 4 - 5 баллам, является критическим, он свидетельствует о тенденции отвечающего давать только хорошие ответы, что влияет на достоверность оцениваемых показателей.

**Интерпретация теста Айзенка.**

При анализе результатов следует придерживаться следующих ориентиров.

**Экстраверсия - интроверсия**:

больше 19 - яркий экстраверт,

больше 15 - экстраверт,

больше 12 - склонность к экстраверсии,

12 - среднее значение,

меньше 12 - склонность к интроверсии,

меньше 9 - интроверт,

меньше 5 - глубокий интроверт.

**Нейротизм**:

больше 19 - очень высокий уровень нейротизма,

больше 13 - высокий уровень нейротизма,

9 - 13 - среднее значение нейротизма,

меньше 9 - низкий уровень нейротизма.

**Ложь**:

больше 4 - неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение,

меньше 4 - норма.

**Описание шкал**

***Экстраверсия — интроверсия*.**

Характеризуя типичного *экстраверта*, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Он действует под влиянием момента, ипульсивен, вспыльчив, беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля, склонен к рискованным поступкам. На него не всегда можно положиться.

Типичный *интроверт* — это спокойный, застенчивый, интроективный человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы.

***Нейротизм*** характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм, по некоторым данным, связан с показателями лабильности нервной системы.

Эмоциональная устойчивость — черта, выражающая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а также склонностью к лидерству, общительности. Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях.

Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность; неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, неуверенность в себе, выраженная чувствительность, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. У лиц с высокими показателями по шкале нейротизма в неблагоприятных стрессовых ситуациях может развиться невроз.

**Круг Айзенка**.

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат. Интерпретация полученных результатов проводится на основе психологических характеристик личности, соответствующих тому или иному квадрату координатной модели:

Сангвиник = стабильный + экстравертированный

Флегматик = стабильный + интровертированный

Меланхолик = нестабильный + интровертированный

Холерик = нестабильный + экстравертированный

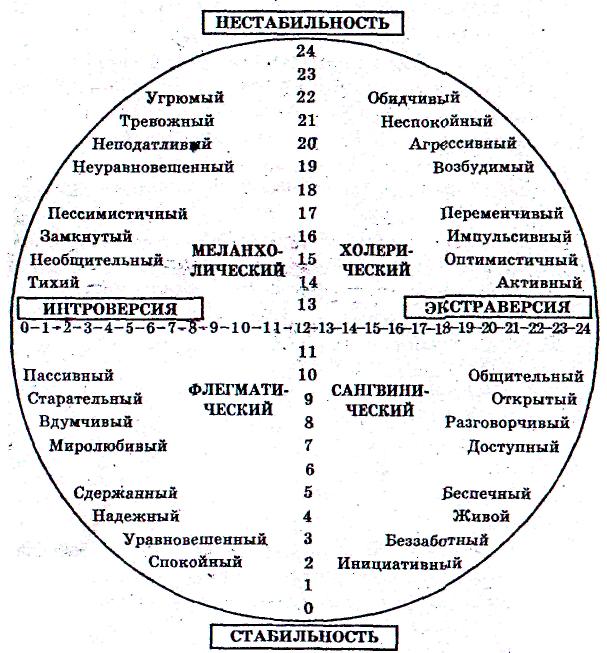
Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы, по Павлову, очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интроверсии и экстраверсии усматривается во врожденных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения. Таким образом, можно описать четыре классических типа по основным свойствам центральной нервной системы:

*сангвиник* – характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный,

*холерик* – сильный, неуравновешенный, подвижный,

*флегматик* – сильный, уравновешенный, инертный,

*меланхолик* – слабый, неуравновешенный, инертный.



«Чистый»***сангвиник*** (высокая экстраверсия и низкий нейротизм) быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

**Холерик** (высокая экстраверсия и высокий нейротизм) отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

**Флегматик**(высокая интровесия и высокий нейротизм) характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами - выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т. д., в других - вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

**Меланхолик** (высокая интроверсия и высокий нейротизм). У него реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик - человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб.пособие/В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Горбачевский и др., Под общей ред.А. А. Крылова, С А. Маничева. – СПб: Питер, 2000. - 560с.: ил. - («Практикум по психологии»)
2. «Описание психологических методик» Электронный ресурс. URL: <http://www.effecton.su/docs/description.pdf>
3. Л.Н. Собчик, Стандартизированный метод исследования личности. – С.-П.: Речь. 2003.-224с.
4. «Опросник MMPI - компьютерный» Электронный ресурс. URL: <http://5psy.ru/testi/oprosnik-mmpi.html>
5. «Личностный опросник Г. Айзенка. (Тест на темперамент EPI. Диагностика самооценки по Айзенку. Методика определения темперамента)» Электронный ресурс. URL: <http://psycabi.net/testy/369-lichnostnyj-oprosnik-g-ajzenka-test-na-temperament-epi-diagnostika-samootsenki-po-ajzenku-metodika-opredeleniya-temperamenta>
6. Психология: Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. –2-е изд.,испр. и доп. – Москва : Политиздат, 1990. – 494 с.
7. <http://azps.ru/handbook/> - Психологический словарь