|  |
| --- |
| **[Опросник Айзенка](http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/69-diagnosis-emotional-and-the-personal-sphere/175-questionnaire-eysenck-teens)** |

|  |
| --- |
|  |
| **Инструкция.**«Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения. Если Вы отвечаете на вопрос утвердительно («согласен»), то поставьте знак «+», если отрицательно, то знак «–». Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция».  **Текст опросника**  1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя? 2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить? 3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке? 4. Бывает ли так, что ты раздражен чем-нибудь, сердит, злишься? 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 подшутить 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 многое раздражает тебя? 14. Нравится ли тебе такая работа, где надо делать все быстро? 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 (физической 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 без всякой причины? 24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а все остальное потом? 25. Ты обычно весел и всем доволен? 26. Обидчив ли ты? 27. Любишь ли ты разговаривать и играть 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 очень 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 забыть обо всем 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 обычно уверен, что сможешь справиться с делом, которое должен выполнить? 54. Бывает ли, что ты чувствуешь себя одиноким? 55. Ты стесняешься заговорить первым с незнакомыми 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 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 1. Экстраверсия — интроверсия: «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. 2. Нейротизм: «да» («+») 2, 5, 7, 10, 13, 15, 17, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 50, 51, 52, 56, 58, 60. 3. Показатель лжи: «да» («+») 8, 16, 24, 28, 44. «нет» («–») 4, 12, 20, 32, 36, 40, 48. Интерпретация результатов   1. **Оценочная таблица для шкалы «Экстраверсия-интроверсия»**  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Интроверсия | | Экстраверсия | | | значительная | умеренная | умеренная | значительная | | 1–7 | 8–11 | 12–18 | 19–24 |   2. Оценочная таблица для шкалы нейротизма   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Эмоциональная устойчивость | | Эмоциональная неустойчивость | | | высокая | средняя | высокая | очень высокая | | до 10 | 11–14 | 15–18 | 19–24 |   По шкале лжи показатель в 4-5 баллов рассматривается как критический, более 5 баллов — результаты теста рассматриваются как недостоверные. 1) *Экстраверсия — интроверсия*. Типичного экстраверта характеризует общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив. Он 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.  2) *Нейротизм — эмоциональная* *устойчивость*. Характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм по некоторым данным связан с показателями лабильности нервной системы. Эмоциональная устойчивость — черта, характеризующая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Эмоциональная устойчивость 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 развивается невроз. |