АНКЕТА САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ

ИНСТРУКЦИЯ. Эта анкета предназначена для определения особенностей Вашего характера. Каждая из семи строчек содержит одно незаконченное предложение и девять возможных вариантов его завершения. Для каждого предложения выберите, пожалуйста, ОДИН, ДВА или ТРИ варианта его завершения, которые в наибольшей степени соответствуют Вашему представлению о себе, и отметьте клеточки, соответствующие этим вариантам.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Незаконченные предложения | Варианты завершения | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 1. Вы отличаетесь | 🞏 Повышенной чувствительностью | 🞏 Склонностью к пониженному настроению | 🞏 Переменчивостью настроения | 🞏 Большой силой чувств и влечений | 🞏 Периодическими подъемами и спадами настроения | 🞏 Длительностью переживаний | 🞏 Сдержанностью чувств | 🞏 Скрытностью своих подлинных переживаний | 🞏 Приподнятым настроением |
| 2. Вы часто | 🞏 Бываете озабочены своим здоровьем | 🞏 Критикуете себя | 🞏 Демонстрируете свои чувства | 🞏 Не сдерживаете себя | 🞏 Бываете то энергичным, то вялым | 🞏 Бываете упрямыми | 🞏 Сомневаетесь при выборе решения | 🞏 Ограничиваете свои контакты с окружающими | 🞏 Легко увлекаетесь новым |
| 3. Вы стремитесь | 🞏 К отдыху | 🞏 Соответствовать требованиям окружающих | 🞏 Вызвать интерес к себе | 🞏 К немедленному достижению желаемого | 🞏 Действовать под влиянием текущего настроения | 🞏 К постоянству и превосходству | 🞏 К безопасности | 🞏 Держаться в некотором уединении | 🞏 К переменам |
| 4. Вам бывает трудно в ситуациях | 🞏 Высоких нагрузок | 🞏 Неудач или критики | 🞏 Когда Вас не замечают | 🞏 Препятствий или вынужденного ожидания | 🞏 Необходимости регулярно поддерживать высокий уровень активности | 🞏 Непостоянства или неуважения со стороны других | 🞏 Угрозы, возможных ошибок, недостатка информации или времени | 🞏 Большого количества контактов | 🞏 Большого количества запретов |
| 5. Вы способны | 🞏 «Уходить в болезнь» | 🞏 Жертвовать своими интересами | 🞏 Производить впечатление | 🞏 Действовать быстро, не раздумывая | 🞏 Временами действовать интенсивно, временами испытывать апатию | 🞏 Преодолевать большое количество препятствий | 🞏 Предварительно все обдумывать | 🞏 К воображению и фантазии | 🞏 Активно действовать |
| 6.Часто Вы чувствуете | 🞏 Усталость, слабость или боль | 🞏 Печаль или вину | 🞏 Стремление себя показать | 🞏 Гнев или возмущение | 🞏 То жизнерадостность, то подавленность | 🞏 Недоверие к другим | 🞏 Тревогу и неуверенность | 🞏 Одиночество | 🞏 Радость |
| 7. Вы умеете | 🞏 Тонко чувствовать состоянию своего организма | 🞏 Принимать ответственность на себя | 🞏 Нравиться окружающим | 🞏 Атаковать противника | 🞏 Игнорировать жесткие ограничения и требования | 🞏 Предъявлять требования к другим людям | 🞏 Соблюдать порядок и точность | 🞏 Сосредоточиться на своих мыслях | 🞏 Поддерживать широкий круг контактов |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |