

爱森克人格问卷（EPQ）（成人）

编号： 姓名： 性别： 年龄： 测验日期：

指导语：本问卷共有 88 个问题，请根据自己的实际情况作“是”或“不是”的回答，请在“是”的题号前画“○”。这些问题要求你按自己的实际情况回答，不要去猜测怎样才是正确的回答。因为这里不存在正确或错误的回答，也没有捉弄人的问题，将问题的意思看懂了就快点回答，不要花很多时间去想。每个问题都要回答。问卷无时间限制，但不要拖延太长，也不要未看懂问题便回答。

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1. 你是否有许多不同的业余爱好？ | 吗？ |
| 2. 你是否在做任何事情以前都要停下来仔细思考？ | 23. 你常有“厌倦”之感吗？ |
| 3. 你的心境是否常有起伏？ | 24. 你曾拿过别人的东西吗（哪怕一针一线）？ |
| 4. 你曾有过明知是别人的功劳而你去接受奖励的事吗？ | 25. 你是否常爱外出？ |
| 5. 你是否健谈？ | 26. 你是否从伤害你所宠爱的人而感到乐趣？ |
| 6. 负债会使你不安吗？ | 27. 你常为有罪恶之感所苦恼吗？ |
| 7. 你曾无缘无故觉得“真是难受”吗？ | 28. 你在谈论中是否有时不懂装懂？ |
| 8. 你曾贪图过份外之物吗？ | 29. 你是否宁愿去看书而不愿多见人？ |
| 9. 你是否在晚上小心翼翼地关好门窗？ | 30. 你有要伤害你的仇人吗？ |
| 10. 你是否比较活跃？ | 31. 你觉得自己是一个神经过敏的人吗？ |
| 11. 你在见到一小孩或一动物受折磨时是否会感到非常难过？ | 32. 对人有所失礼时你是否经常要表示歉意？ |
| 12. 你是否常常为自己不该作而作了的事，不该说而说了的话而紧张吗？ | 33. 你有许多朋友吗？ |
| 13. 你喜欢跳降落伞吗？ | 34. 你是否喜爱讲些有时确能伤害人的笑话？ |
| 14. 通常你能在热闹联欢会中尽情地玩吗？ | 35. 你是一个多忧多虑的人吗？ |
| 15. 你容易激动吗？ | 36. 你在童年是否按照吩咐要做什么就做什么，毫无怨言？ |
| 16. 你曾经将自己的过错推给别人吗？ | 37. 你认为你是一个乐天派吗？ |
| 17. 你喜欢会见陌生人吗？ | 38. 你很讲究礼貌和整洁吗？ |
| 18. 你是否相信保险制度是一种好方法？ | 39. 你是否总在担心会发生可怕的事情？ |
| 19. 你是一个容易伤感情的人吗？ | 40. 你曾损坏或遗失过别人的东西吗？ |
| 20. 你所有的习惯都是好的吗？ | 41. 交新朋友时一般是你采取主动吗？ |
| 21. 在社交场合你是否总不愿露头角？ | 42. 当别人向你诉苦时，你是否容易理 |
| 22. 你会服用奇异或危险作用的药物 | |

解他们的苦衷？

43. 你认为自己很紧张，如同“拉紧的弦”一样吗？

44. 在没有废纸篓时，你是否将废纸扔在地板上？

45. 当你与别人在一起时，你是否言语很少？

46. 你是否认为结婚制度是过时了，应该废止？

47. 你是否有时感到自己可怜？

48. 你是否有时有点自夸？

49. 你是否很容易将一个沉寂的集会搞得活跃起来？

50. 你是否讨厌那种小心翼翼地开车的人？

51. 你为你的健康担忧吗？

52. 你曾讲过什么人的坏话吗？

53. 你是否喜欢对朋友讲笑话和有趣的故事？

54. 你小时候曾对父母粗暴无礼吗？

55. 你是否喜欢与人混在一起？

56. 你如知道自己工作有错误，这会使你感到难过吗？

57. 你患失眠吗？

58. 你吃饭前必定洗手吗？

59. 你常无缘无故感到无精打采和倦怠吗？

60. 和别人玩游戏时，你有过欺骗行为吗？

61. 你是否喜欢从事一些动作迅速的工作？

62. 你的母亲是一位善良的妇人吗？

63. 你是否常常觉得人生非常无味？

64. 你曾利用过某人为自己取得好处吗？

65. 你是否常常参加许多活动，超过你的时间所允许？

66. 是否有几个人总在躲避你？

67. 你是否为你的容貌而非常烦恼？

68. 你是否觉得人们为了未来有保障而办理储蓄和保险所花的时间太多？

69. 你曾有过不如死了为好的愿望吗？

70. 如果有把握不会被别人发现，你会逃税吗？

71. 你能使一个集会顺利进行吗？

72. 你能克制自己不对别人无礼吗？

73. 遇到一次难堪的经历后，你是否在一段很长的时间内还感到难受？

74. 你患有“神经过敏”吗？

75. 你曾经故意说些什么来伤害别人的感情吗？

76. 你与别人的友谊是否容易破裂，虽然不是你的过错？

77. 你常感到孤单吗？

78. 当人家寻你的差错，找你工作中的缺点时，你是否容易在精神上受挫伤？

79. 你赴约会或上班曾迟到过吗？

80. 你喜欢忙忙碌碌的过日子吗？

81. 你愿意别人怕你吗？

82. 你是否觉得有时浑身是劲，而有时又是懒洋洋的吗？

83. 你有时把今天应做的事拖到明天去做吗？

84. 别人认为你是生气勃勃吗？

85. 别人是否对你说了许多谎话？

86. 你是否容易对某些事物容易冒火？

87. 当你犯了错误时，你是否常常愿意承认它？

88. 你会为一动物落入圈套被捉拿而感到很难过吗？

按 P、E、N、L 可将 EPQ 中 88 个问题分为四类。并按顺序答题，P 卷共有 23 题，包括 2、6、9、11、18、22、26、30、34、38、42、46、50、56、62、66、68、72、75、76、81、85、88。E 卷共有 21 题：1、5、10、13、14、17、21、25、29、33、37、41、45、49、53、55、61、65、71、80、84。N 卷共 24 题：3、7、12、15、19、23、27、31、35、39、43、47、51、57、59、63、67、69、73、74、77、78、82、86。L 卷共 20 卷题：4、8、16、20、24、28、32、36、40、44、48、52、54、58、60、64、70、79、83、87。

EPQ(成人)计分法

分别数出受试者在每张答卷的圆圈上批“√”的数目。这个“√”可以打在“是”上，也可以打在“否”上。总之以圆圈上有“√”者才算一分，无“√”者不计分。因此四张卷子(P、E、N、L)的满分分别为 23、21、24、20 分。很少有人得满分。也很少有人得 0 分，大多数位于 0—满分之间。

得出的粗分，还要换算成标准分(T 分)。换算方法请参照成人 P、E、N、L 的 T 分表。

解 释

1. E 分特高(典型的外向)：受交际，喜参加联欢会，朋友多，需要有人同他说话，不爱一人阅读和作研究，渴望兴奋的事，喜冒险，向外发展，行动受一时冲动影响。喜实际的工作，回答问题迅速，漫不经心，随和，乐观，喜欢谈笑，宁愿动而不愿静，倾向进攻。总的说来是情绪失控制的人，不是一个很踏实的人。
2. E 分特低(典型的内向)：安静、离群、内省、喜爱读书而不喜欢接触人。保守，与人保持一定距离(除非挚友)，倾向于事前有计划，做事瞻前顾后，不凭一时冲动。不喜欢兴奋的事，日常生活有规律，严谨。很少进攻行为，多少有些悲观。踏实可靠。价值观念是以伦理做标准。
3. N 分特高(典型情绪不稳定)：焦虑、紧张、易怒、往往又有抑郁、睡眠不好，患有各种心身障碍。对各种刺激的反应都过于强来，情绪激后又很难平复不来。由于强烈的情绪反应而影响了正常适应。不可理喻，有时走上危险的道路。在与外向结合时，这种人容易冒火，以致激动，进攻。概括地说，是一个紧张的人，好抱偏见，以致错误。
4. N 分很低(情绪稳定)，倾向于情绪反应缓慢、弱，即使激起了情绪，也很快会平复下来。通常是平静的，即使生点气也是有节制的，并且不紧张。
5. P 分高的成人：独处、不关心人。常有麻烦，在哪里都不合适。可能是残忍的，不人道的，缺乏同情心，感觉迟钝，对人抱敌意，即令是对亲友也如此，进攻，即使是喜爱的人。喜欢一些古怪的不平常的事情，不惧安危。喜恶作剧，总要捣乱。

6. P 分高的儿童：古怪、孤僻、麻烦的儿童。对同伴和幼物缺乏人类感情。进攻、仇视，即使是很接近的人和亲人。这样的儿童缺乏是非感，不考虑安危。对他们来说，从来没有社会化的概念，根本无所谓同情心和罪恶感。
7. 以上是各型的极端例子，实际上很少有如此典型的人，大多是处于两极端之间，不过是倾向于某一端而已。
8. 根据 E、N 算出 T 分值后，可利用 E、N 关系图得出性格与情绪的类型，E、N 关系如图所示。

