

## Тест «Тип темпераменту»

Інструкція: Вам пропонується відповісти на 57 запитань. Уважно читайте запитання і виставляйте відповіді «Так» або «Ні». Відповіді давайте без довгих роздумів.

### Опитувальник

1. Чи часто у вас виявляється потяг до нових вражень, щоб розважитись, пережити сильні почуття?
2. Чи часто ви відчуваєте потребу в друзях, які можуть вас зрозуміти, підбадьорити, поспівчувати?
3. Чи вважаєте ви себе безтурботною особистістю?
4. Чи дуже важко відмовитися вам від ваших намірів?
5. Ви обмірковуєте свої справи не поспішаючи і вважаєте за краще почекати, ніж діяти?
6. Чи завжди ви дотримуетесь своїх обіцянок, навіть якщо це вам не вигідно?
7. Чи часто у вас спостерігаються спади та підйоми настрою?
8. Як правило ви дієте та говорите без тривалого обмірковування.
9. Чи бувають випадки, коли у вас виникає відчуття, що ви нещасні без поважної причини?
10. Чи відповідає дійсності той факт, що на спір ви б зробили усе, що завгодно?
11. Чи ніяковієте ви, коли хочете познайомитись з людиною протилежної статі, якій ви симпатизуєте?
12. Чи буває таке з вами, що розгнівавшись, ви втрачаєте над собою контроль?
13. Чи часто ви вдаєтеся до дії під впливом мінливого настрою?
14. Чи часто ви буваєте стурбовані тим, що зробили або сказали щось таке, чого не слід було робити?
15. Ви, як правило, віддаєте перевагу читанню книжок, а не зустрічам з людьми?
16. Чи легко вас образити?
17. Чи любите ви часто бувати в компаніях?
18. Чи бувають у вас думки, якими вам не хотілося б поділитися з іншими людьми?
19. Чи справді ви інколи настільки енергійні, що все «горить» в руках?
20. Чи прагнете ви обмежити коло своїх знайомств невеликою кількістю найближчих друзів?
21. Чи часто ви мрієте?
22. Коли на вас кричать, ви відповідаєте тим самим?
23. Вас часто турбує почуття провини?
24. Чи всі ваші звички позитивні?
25. Чи здатні ви дати волю своїм почуттям і наповну розважитися в компанії?
26. Чи можна сказати, що нерви у вас часто бувають вкрай напружені?
27. Чи вважають вас людиною жвавою і веселою?
28. Після того, як справу зроблено, чи часто ви повертаєтесь до неї, гадаючи, що могли б зробити краще?
29. Чи правильно те, що ви, перебуваючи серед людей, буваєте мовчазні та стримані?
30. Чи буває так, що ви передаєте плітки?
31. Чи буває так, що вам не спиться через те, що не можете позбутися нав'язливих думок?
32. Чи правда те, що ви, бажаючи щось дізнатися, віддаєте перевагу книжці, а не запитуєте в інших людей?
33. Чи буває у вас сильне серцебиття?
34. Чи подобається вам робота, яка потребує напруженої уваги?

35. Чи бувають у вас напади тремтіння?
36. Чи правда, що ви завжди говорите про своїх знайомих тільки хороше, навіть коли впевнені, що вони не дізнаються про це?
37. Чи справді вам неприємно бувати в компанії, в якій постійно кепкують один з одного?
38. Чи правда, що ви дратівливі?
39. Чи подобається вам робота, яка потребує швидкої дії?
40. Чи справді вам не дають спокою думки про неприємності, які могли б трапитися, незважаючи на те, що все закінчилося добре?
41. Чи справді ви непоспішні в рухах?
42. Ви хоча б колись запізнювалися на роботу або на побачення?
43. Чи часто вам сняться жахи?
44. Чи правда, що ви так полюбляєте поговорити, що з будь-якої зручної нагоди прагнете поспілкуватися з незнайомою людиною?
45. Чи турбують вас якісь болі?
46. Чи засмутилися б ви, якби тривалий час не змогли бачитися зі своїми друзями?
47. Чи можете ви назвати себе нервовою людиною?
48. Чи є серед ваших знайомих такі, які вам відверто не подобаються?
49. Чи могли б ви сказати, що ви - впевнена в собі людина?
50. Чи легко вас зачепити критикою ваших вад або недоліків вашої роботи?
51. Ви вважаєте, що складно отримати задоволення від заходів, у яких бере участь багато людей?
52. Чи ви хвилюєтеся з приводу того, що чимось гірші за інших?
53. Ви б змогли легко розвеселити компанію, що нудьгує?
54. Чи буває так, що ви говорите про речі, на яких не розумієтеся?
55. Чи піклуєтеся ви про своє здоров'я?
56. Ви любите жартувати з інших?
57. Чи мучить вас безсоння?

### **Обробка результатів**

Для визначення типу темпераменту потрібно мати показники екстраверсії та невротизму, а для оцінки надійності цих показників підраховують показник відвертості. Показники вимірюються в балах за кількістю відповідей досліджуваного, що збігаються з питаннями шкал.

Індексом відвертості **В** є кількість збігів на такі запитання: відповідь «Так» - № 6, 24, 36; «Ні» - № 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Показник екстраверсії **Е** дорівнює кількості збігів з відповідями «Так» на запитання № 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56, з відповідями «Ні» на запитання № 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Показник невротизму **Н** – це величина збігів відповідей «Так» з такими запитаннями відповідної шкали: № 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

