

О.Л. Гончарова

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Практические материалы
по психодиагностике подростков

Учебно-методическое пособие



О.Л. Гончарова

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА**

Практические материалы по психодиагностике подростков

Учебно-методическое пособие

УДК 37.015.3(072)

ББК 88.4

Г65

Гончарова, О. Л.

Г65 Диагностический инструментарий педагога-психолога: практические материалы по психодиагностике подростков: Учебно-методическое пособие / О. Л. Гончарова. – М.: PRONDO, 2015. – 160 с.
ISBN 978-5-9906771-8-0.

В учебно-методическом пособии представлены практические материалы по психодиагностике подростков.

Учебно-методическое пособие содержит анкеты, опросники, методики, проективные методики, тесты, шкалы.

Учебно-методическое пособие в своей работе могут использовать психологи, педагоги-психологи, социальные педагоги школ и колледжей, а также специалисты в области психодиагностики.

Предлагаемое учебно-методическое пособие может быть полезно студентам и аспирантам педагогических вузов.

УДК 37.015.3(072)

ББК 88.4

ISBN 978-5-9906771-8-0

© О. Л. Гончарова, 2015

© Оформление. Прондо, 2015

От автора

Главная жизненная задача человека – дать жизнь самому себе, стать тем, кем он является потенциально. Самый важный плод его усилий – его собственная личность.

Э. Фромм

В учебно-методическом пособии «Диагностический инструментарий педагога-психолога» представлены практические материалы по психологической диагностике подростков.

Учебно-методическое пособие «Диагностический инструментарий педагога-психолога» состоит из трех разделов.

В первом разделе «Диагностика индивидуально-психологических особенностей личности» содержатся опросники, методики, проективные методики, тесты, предназначенные для определения темперамента, акцентуаций характера, типологических, характерологических особенностей личности.

Во втором разделе «Диагностика психических состояний и отклоняющегося поведения» представлены анкеты, методики, шкалы, направленные на выявление психических состояний: агрессивности, тревожности, фрустрации, ригидности; на самооценку психического состояния: самочувствия, активности, настроения; на определение показателей и форм агрессии, астенического состояния, неформального лидерства, социальной изолированности, склонности к отклоняющемуся поведению.

В третьем разделе «Диагностика склонностей, интересов, ценностей, профессиональных намерений» предлагаются анкеты, методики, шкалы, определяющие потребности, интересы, склонности, предпочтения, интерактивную и профессиональную направленность, социальные и жизненные ценности личности.

Учебно-методическое пособие «Диагностический инструментарий педагога-психолога» поможет практикующему психологу подобрать необходимый материал для проведения психодиагностики подростка.

Учебно-методическое пособие «Диагностический инструментарий педагога-психолога» в своей повседневной работе могут использовать не только психологи, педагоги-психологи, социальные педагоги школ и колледжей, но и специалисты в области психодиагностики, студенты и аспиранты педагогических вузов.

Гончарова О. Л. кандидат педагогических наук, педагог-психолог, преподаватель психологии высшей квалификационной категории

РАЗДЕЛ 1. ДИАГНОСТИКА ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ.

ОПРОСНИК АЙЗЕНКА ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ ТЕМПЕРАМЕНТА

Инструкция: ответьте на вопросы «да» или «нет».

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить, посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на «спор» вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете усталость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?

25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что смогли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Если вы хотите узнать о чем-либо, то предпочитаете прочитать об этом в книге?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздываете ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться с друзьями?
47. Вы нервный человек?
48. Есть ли среди ваших знакомых те, которые явно вам не нравятся?
49. Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народу?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

Обработка и интерпретация результатов. Если ответы совпадают с указанными в ключе, то каждому из них присваивается 1 балл.

Экстраверсия – находится сумма ответов «да» в вопросах: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 и ответов «нет» в вопросах: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

Если сумма баллов равна 0-10, то вы *интроверт*, замкнуты внутри себя.

Если 15-24, то вы *экстраверт*, общительны, обращены к внешнему миру.

Если 11-14, то вы *амбиверт*, общаетесь, когда вам это нужно.

Невротизм – находится количество ответов «да» в вопросах: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Если количество ответов «да» равно 0-10, то это эмоциональная устойчивость.

Если 11-16, то это эмоциональная впечатлительность.

Если 17-22, то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Если 23-24, то невротизм, граничащий с патологией, возможен срыв, невроз.

Ложь – находится сумма баллов ответов «да» в вопросах: 6, 24, 36 и ответов «нет» в вопросах: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если набранное количество баллов 0-3, то это норма человеческой лжи, ответам можно доверять.

Если 4-5, то сомнительно.

Если 6-9, то ответы недостоверны.

Если ответам можно доверять, по полученным данным строится график.

Сангвиник-экстраверт: стабильная личность, социален, направлен к внешнему миру, общителен, порой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей, жизнерадостен.

Невротизм 13-24

меланхолик

холерик

Интроверт 0-12

Экстраверт 13-24

флегматик

сангвиник

Эмоциональная устойчивость 0-12

Холерик-экстраверт: нестабильная личность, обидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импульсивен, оптимистичен, активен, но работоспособность и настроение нестабильны, цикличны. В ситуации стресса – склонность к истерико-психопатическим реакциям.

Флегматик-интроверт: стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен выдержать длительные невзгоды без срывов здоровья и настроения.

Меланхолик-интроверт: нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, очень сдержан внешне, но чувствителен и эмоционален внутри, интеллектуальный, склонен к размышлениям. В ситуации стресса – склонность к внутренней тревоге, депрессии, срыву и ухудшению результатов деятельности (стресс кролика).

ТЕСТ «ФОРМУЛА ТЕМПЕРАМЕНТА» А. БЕЛОВА

Инструкция: Отметьте знаком «+» те качества в «паспорте» темперамента, которые для вас обычны, повседневны.

Итак, если вы:

1. неусидчивы, суетливы;
2. невыдержанны, вспыльчивы;
3. нетерпеливы;
4. резки и прямолинейны в отношениях с людьми;
5. решительны и инициативны;
6. упрямы;
7. находчивы в споре;
8. работаете рывками;
9. склонны к риску;
10. незлопамятны;
11. обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью;
12. неуравновешенны и склонны к горячности;
13. агрессивный забияка;
14. нетерпимы к недостаткам;
15. обладаете выразительной мимикой;
16. способны быстро действовать и решать;
17. неустанно стремитесь к новому;
18. обладаете резкими порывистыми движениями;
19. настойчивы в достижении поставленной цели;
20. склонны к резким сменам настроения;

то вы чистый холерик.

Если вы:

1. веселы и жизнерадостны;
2. энергичны и деловиты;
3. часто не доводите начатое дело до конца;
4. склонны переоценивать себя;
5. способны быстро схватывать новое;
6. неустойчивы в интересах и склонностях;
7. легко переживаете неудачи и неприятности;
8. легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам;
9. с увлечением беретесь за любое новое дело;
10. быстро остываете, если дело перестает вас интересовать;
11. быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую;
12. тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы;
13. общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми;
14. выносливы и работоспособны;
15. обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой;
16. сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке;
17. обладаете всегда бодрым настроением;
18. быстро засыпаете и пробуждаетесь;
19. часто не собраны, проявляете поспешность в решениях;
20. склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться;

то вы, конечно же, сангвиник.

Если вы:

1. спокойны и хладнокровны;
2. последовательны и обстоятельны в делах;
3. осторожны и рассудительны;
4. умеете ждать;
5. молчаливы и не любите попусту болтать;
6. обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики;
7. сдержаны и терпеливы;
8. доводите начатое дело до конца;
9. не растрчиваете попусту сил;
10. придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе;
11. легко сдерживаете порывы;
12. маловосприимчивы к одобрению и порицанию;
13. незлобны, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес;

14. постоянны в своих отношениях и интересах;
15. медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое;
16. равны в отношениях со всеми;
17. любите аккуратность и порядок во всем;
18. с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
19. обладаете выдержкой;
20. несколько медлительны;

то вы, без сомнения, флегматик.

Если вы:

1. стеснительны и застенчивы;
2. теряетесь в новой обстановке;
3. затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми;
4. не верите в свои силы;
5. легко переносите одиночество;
6. чувствуете подавленность и растерянность при неудачах;
7. склонны уходить в себя;
8. быстро утомляетесь;
9. обладаете тихой речью;
10. невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника;
11. впечатлительны до слезливости;
12. чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию;
13. предъявляете высокие требования к себе и окружающим;
14. склонны к подозрительности, мнительности;
15. болезненно чувствительны и легко ранимы;
16. чрезмерно обидчивы;
17. скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями;
18. малоактивны и робки;
19. уступчивы, покорны;
20. стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих;

то вы меланхолик.

Обработка и интерпретация результатов. Если количество положительных ответов в «паспорте» темперамента того или иного типа составляет 16-20, то это значит, что у вас ярко выражены черты данного типа темперамента. Если же ответов насчитывается 11-15, значит качества данного темперамента присущи вам в значительной степени. Если положительных ответов 6-10, то качества данного типа присущи вам совсем в небольшой степени. А теперь определите формулу темперамента:

$$\Phi_T = (X A_x 100\%/A) + (C A_c 100\%/A) + (\Phi A_\phi 100\%/A) + (M A_m 100\%/A)$$

Φ_T – формула темперамента,
X – холерический темперамент,
C – сангвинический темперамент,
Ф – флегматический темперамент,
M – меланхолический темперамент,
A – общее число плюсов по всем типам,
 A_X – число плюсов в «паспорте холерика»,
 A_Φ – число плюсов в «паспорте флегматика»,
 A_C – число плюсов в «паспорте сангвиника»,
 A_M – число плюсов в «паспорте меланхолика».

В конечном виде формула темперамента приобретает такой, например, вид:

$$\Phi_T = 35\% X + 30\% C + 14\% \Phi + 21\% M$$

Это значит, что данный темперамент на 35% холерический, на 30% сангвинический, на 14% флегматичный, на 21% меланхолический. Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40% и выше, значит данный тип темперамента является у вас доминирующим, если 30-39%, то качества данного типа выражены достаточно ярко, если 20-29%, то качества данного типа выражены средне, если 10-19%, то качества данного темперамента выражены в малой степени.

Сангвинический темперамент. Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми. Его речь громкая, быстрая, отчетливая и сопровождается выразительными мимикой и жестами. Но этот темперамент характеризуется некоторой двойственностью. Если раздражители быстро меняются, все время поддерживается новизна и интерес впечатлений, у сангвиника создается состояние активного возбуждения и он проявляет себя как человек деятельный, активный, энергичный. Если же воздействия длительны и однообразны, то они не поддерживают состояния активности, возбуждения и сангвиник теряет интерес к делу, у него появляется безразличие, скука, вялость. У сангвиника быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и недоброжелательности, но все эти проявления его чувств неустойчивы, не отличаются длительностью и глубиной. Они быстро возникают и могут так же быстро исчезнуть или даже замениться противоположными. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение.

Флегматический темперамент. Человек этого темперамента медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен. В деятельности проявляет

основательность, продуманность, упорство. Он, как правило, доводит начатое до конца. Все психические процессы у флегматика протекают как бы замедленно. Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны. Причина этого –уравновешенность и слабая подвижность нервных процессов. В отношениях с людьми флегматик всегда ровен, спокоен, в меру общителен, настроение у него устойчивое. Спокойствие человека флегматического темперамента проявляется и в отношении его к событиям и явлениям жизни. Флегматика нелегко вывести из себя и задеть эмоционально. У человека флегматического темперамента легко выработать выдержку, хладнокровие, спокойствие. Но у флегматика следует развивать недостающие ему качества – большую подвижность, активность, не допускать, чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность, которые очень легко могут сформироваться в определенных условиях. Иногда у человека этого темперамента может развиваться безразличное отношение к труду, к окружающей жизни, к людям и даже к самому себе.

Холерический темперамент. Люди этого темперамента быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них быстро, интенсивно. Преобладание возбуждения над торможением, свойственное этому типу нервной деятельности, ярко проявляется в несдержанности, порывистости, вспыльчивости, раздражительности холерика. Отсюда и выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения. Чувства человека холерического темперамента сильные, обычно ярко проявляются, быстро возникают; настроение иногда резко меняется. Неуравновешенность, свойственная холерику, ярко связывается и в его деятельности: он с увлечением и даже страстью берется за дело, показывая при этом порывистость и быстроту движений, работает с подъемом, преодолевая трудности. Но у человека с холерическим темпераментом запас нервной энергии может быстро истощиться в процессе работы, и тогда может наступить резкий спад деятельности: подъем и воодушевление исчезают, настроение резко падает. В общении с людьми холерик допускает резкость, раздражительность, эмоциональную несдержанность, что часто не дает ему возможности объективно оценивать поступки людей, и на этой почве он создает конфликтные ситуации в коллективе. Излишняя прямолинейность, вспыльчивость, резкость, нетерпимость порой делают тяжелым и неприятным пребывание в коллективе таких людей.

Меланхолический темперамент. У меланхоликов медленно протекают психические процессы, они с трудом реагируют на сильные раздражители; длительное и сильное напряжение вызывает у людей этого темперамента замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. В работе меланхолики обычно пассивны, часто мало заинтересованы (ведь заинтересованность всегда связана с сильным нервным напряжением). Чувства и эмоциональные

состояния у людей меланхолического темперамента возникают медленно, но отличаются глубиной, большой силой и длительностью; меланхолики легко уязвимы, тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне все эти переживания у них выражаются слабо. Представители меланхолического темперамента склонны к замкнутости и одиночеству, избегают общения с малознакомыми, новыми людьми, часто смущаются, проявляют большую неловкость в новой обстановке. Все новое, необычное вызывает у меланхоликов тормозное состояние. Но в привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно. У меланхоликов легко развивать и совершенствовать свойственную им глубину и устойчивость чувств, повышенную восприимчивость к внешним воздействиям.

ОПРОСНИК ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ТЕМПЕРАМЕНТА (Я. СТРЕЛЯУ)

Инструкция: предлагаемые вопросы относятся к различным свойствам темперамента. Ответы на эти вопросы не могут быть хорошими или плохими, так как каждый темперамент обладает своими достоинствами. Отвечать на вопросы следует в той последовательности, в которой они расположены, не возвращаясь к ранее данным ответам. На каждый вопрос следует дать один из трех ответов: «да», «нет» или «не знаю». Ответ «не знаю» следует давать тогда, когда трудно остановиться на «да» или «нет».

Вопросы:

1. Относишься ли ты к людям, которые легко завязывают знакомства с другими людьми?
2. Можешь ли ты воздержаться от выполнения действия до того момента, когда будет дано соответствующее распоряжение?
3. Достаточен ли краткий отдых для того, чтобы прошло твоё утомление, вызванное работой?
4. Можешь ли ты работать в неблагоприятных условиях?
5. Воздерживаешься ли ты в процессе спора от эмоциональных аргументов, не относящихся к делу?
6. Легко ли тебе возвращаться к прежней работе после долгого перерыва (отпуска, каникул)?
7. Забываешь ли ты о своём утомлении, когда поглощён работой?
8. Можешь ли ты терпеливо ожидать момента завершения работы, которую ты поручил кому-то?
9. Одинаково легко ли ты засыпаешь, если ложишься спать в разное время?

10. Умеешь ли ты «хранить секрет», если тебя об этом просят?
11. Легко ли тебе возобновить работу, которую ты не выполнял в течение нескольких недель или месяцев?
12. Умеешь ли ты терпеливо объяснять?
13. Любишь ли ты работу, требующую умственных усилий?
14. Испытываешь ли ты чувство сонливости и скуку в процессе выполнения монотонной работы?
15. Легко ли ты засыпаешь после сильных переживаний?
16. Можешь ли ты в случае необходимости воздержаться от демонстрации своего преимущества?
17. Ведешь ли ты себя как обычно в присутствии незнакомых людей?
18. Легко ли тебе сдерживать злость или гнев?
19. Сохраняешь ли ты присутствие духа в случае неудач?
20. Можешь ли ты в случае необходимости приспособить свою манеру держаться к особенностям поведения других членов группы?
21. Охотно ли ты берешься за выполнение ответственных функций?
22. Меняется ли твое настроение под влиянием окружения?
23. Сохраняешь ли ты веру в себя в трудные минуты?
24. Говоришь ли ты так же свободно, как всегда, в присутствии человека, чье мнение для тебя важно?
25. Остаешься ли ты спокойным в случае неожиданных изменений в распорядке дня?
26. Быстро ли ты находишь нужный ответ?
27. Можешь ли ты оставаться спокойным в ожидании важного для себя решения (прием в учебное заведение, поездка за границу)?
28. Легко ли у тебя проходят первые дни отпуска, каникул и т. п.?
29. Ты находчив?
30. С легкостью ли ты приспосабливаешь свою походку или то, как ты ешь, к тому, кто это делает медленнее?
31. Быстро ли ты засыпаешь, ложась отдыхать?
32. Охотно ли ты выступаешь на собрании, занятиях?
33. Легко ли у тебя портится настроение?
34. Легко ли тебе прервать работу, которой занят?
35. Можешь ли ты помолчать, чтобы не мешать другим?
36. Можешь ли ты не «поддаваться на провокацию»?
37. Легко ли ты срабатываешься с другими людьми?
38. Всегда ли ты взвешиваешь все «за» и «против» перед принятием важного решения?
39. Можешь ли ты проследить от начала до конца ход рассуждений автора, читая какую-нибудь книгу?
40. Легко ли тебе завязать разговор с попутчиками?

41. Можешь ли ты сдерживаться от вступления в спор, если знаешь, что это ни к чему не приведет?
42. Охотно ли ты берешься за работу, требующую большой точности движений?
43. Можешь ли ты изменить принятое решение, если мнение других не совпало с твоим?
44. Быстро ли ты привыкаешь к новой организации труда?
45. Можешь ли ты поработать ночью, если днем тоже работал?
46. Быстро ли ты читаешь художественную литературу?
47. Быстро ли ты отказываешься от своих планов из-за препятствий?
48. Можешь ли ты держать себя в руках в тех ситуациях, которые этого требуют?
49. Легко ли ты просыпаешься?
50. Можешь ли ты сдержаться от немедленной импульсивной реакции?
51. Можешь ли ты работать в условиях шума?
52. Можешь ли ты в случае необходимости не говорить всей правды прямо в глаза?
53. Умеешь ли ты сдерживать волнение перед экзаменом, разговором с начальством и т. п.?
54. Быстро ли ты привыкаешь к новому окружению?
55. Любишь ли ты разнообразие и частую смену обстановки?
56. Достаточно ли тебе ночного сна для полного восстановления сил, если днем ты выполнил тяжелую работу?
57. Избегаешь ли ты занятий, которые требуют выполнения разнообразных действий в течение короткого времени?
58. Справляешься ли ты с большинством возникающих трудностей самостоятельно?
59. Ожидаешь ли ты, пока другой выскажется, прежде чем начать говорить самому?
60. Бросился ли бы ты в воду, чтобы спасти утопающего, если бы умел плавать?
61. Способен ли ты к напряженной работе (учению)?
62. Можешь ли ты воздержаться от замечаний, если они неуместны?
63. Придаешь ли ты значение постоянному рабочему месту, месту за столом, на лекциях и т. п.?
64. Легко ли ты переключаешься с выполнения одной деятельности на другую?
65. Всегда ли ты тщательно взвешиваешь все последствия перед тем, как решиться на что-то важное?
66. Легко ли Вы преодолеваете препятствия?
67. Легко ли тебе сдержаться, чтобы не поинтересоваться чужими делами, не заглянуть в чужие бумаги?

68. Скучно ли тебе выполнять однообразные, стереотипные действия?
69. Легко ли тебе придерживаться правил поведения в общественных местах?
70. Умеешь ли ты воздерживаться во время разговора, выступления или ответа от ненужных движений, жестикуляции?
71. Любишь ли ты оживленную обстановку вокруг себя?
72. Любишь ли ты выполнять работу, требующую больших усилий?
73. В состоянии ли ты в течение длительного времени концентрировать свое внимание на выполняемой деятельности?
74. Любишь ли ты работу (занятие), которая требует быстрых движений?
75. Владеешь ли ты собой в трудные минуты жизни?
76. Сразу ли ты встаешь после того, как проснешься?
77. Можешь ли ты, выполнив порученную тебе работу, терпеливо ждать, когда окончат работу другие?
78. Действуешь ли ты так же уверенно, как всегда, после того как увидел что-то неприятное (досадное, обидное)?
79. Быстро ли ты просматриваешь ежедневную прессу?
80. Случается ли, что ты говоришь так быстро, что тебя трудно понять?
81. Можешь ли ты нормально работать, если не выспался?
82. Можешь ли ты работать длительное время без перерыва?
83. Можешь ли ты работать, если у тебя болит голова, зубы и т. п.?
84. Можешь ли ты довести спокойно свою работу до конца, когда знаешь, что твои товарищи ждут тебя или развлекаются?
85. Быстро ли ты отвечаешь на неожиданные вопросы?
86. Быстро ли ты говоришь?
87. Можешь ли ты спокойно работать, если должны прийти гости?
88. Легко ли ты меняешь свою точку зрения под влиянием убедительных аргументов?
89. Терпелив ли ты?
90. Можешь ли ты приспособиться к темпу работы человека, который гораздо медлительнее тебя?
91. Можешь ли ты организовать свою работу так, чтобы в один и тот же период времени выполнить несколько совместимых друг с другом дел?
92. Меняется ли твое мрачное настроение в веселой компании?
93. Можешь ли ты без особого напряжения одновременно делать несколько дел?
94. Сохраняешь ли ты присутствие духа, став свидетелем несчастного случая на улице?
95. Любишь ли ты работу, выполнение которой требует большой точности движений?
96. Сохраняешь ли ты присутствие духа, если страдает близкий тебе человек?
97. Полагаешься ли ты на себя в трудных ситуациях?