

Методика вивчення темпераменту (опитувальник Г. Айзенка)

Інструкція

На запитання потрібно відповідати «так» або «ні», записавши відповідь поруч із номером запитання в бланк відповідей знаком «+» або «-». Не потрібно гаяти багато часу на обмірковування запитань. Дайте ту відповідь, що перша спала на думку. Відповідайте на всі запитання підряд, нічого не пропускайте. Точно й правильно вивчити власний темперамент можна за умови, що відповіді будуть щирі. Коментувати запитання не варто.

Питання:

1. Ви часто відчуваєте потяг до нових вражень, бажання відчувати збудження?
2. Чи часто ви відчуваєте потребу в друзях, які вас розуміють, можуть підбадьорити й втішити?
3. Чи вважаєте ви себе безтурботною людиною?
4. Чи правда, що вам дуже важко сказати «Ні»?
5. Чи обмірковуєте ви свої справи не поспішаючи, чи віддаєте перевагу спершу почекати перед тим, як діяти?
6. Чи завжди дотримуєте свої обіцянки, попри те, що вам це не завжди вигідно?
7. Чи часто у вас бувають спади й підйоми настрою?
8. Взагалі, ви дієте й розмовляєте швидко, без запинань для обмірковування?
9. Чи виникало у вас коли-небудь почуття, що ви «нешасна людина», хоча ніякої вагомої причини для цього не було?
10. Чи зробили б ви все, будь-що, на спір?
11. Чи виникає у вас почуття невпевненості та сорому, коли хочете розпочати розмову із симпатичною (-им) незнайомкою (-цем)?

12. Чи буває, що коли ви сердитесь, то виходите з себе?
13. Чи часто ви дієте під впливом тимчасового настрою?
14. Чи часто ви хвилюєтеся через те, що зробили або сказали щось таке, чого не слід було робити або говорити?
15. Чи віддаєте ви перевагу книгам, ніж зустрічам із людьми?
16. Чи правда, що вас легко образити?
17. Ви любите часто бувати в компаніях?
18. Чи бувають у вас такі думки, що хотіли б приховати від інших?
19. Ви інколи повні енергії, що все горить у руках, а інколи зовсім знесилені?
20. Чи хотіли б ви мати менше друзів, але щоб вони були дуже близькі?
21. Ви часто мрієте?
22. Коли на вас кричать, ви відповідаєте тим же?
23. Чи часто вас турбує почуття провини?
24. Чи всі ваші звички добрі й бажані?
25. Чи здатні ви дати волю почуттям і повеселитися в галасливій компанії?
26. Чи вважаєте ви себе людиною збудливою та вразливою?
27. Чи вважають вас людиною жвавою та веселою?
28. Після того, як справа зроблена, чи часто ви подумки повертаєтеся до неї, гадаєте, що можна було б зробити краще?
29. Ви здебільшого мовчите, коли знаходитесь в компанії людей?
30. Буває так, що ви інколи переказуєте плітки чи чутки?
31. Буває таке, що вам не спиться через те, що всілякі думки лізуть у голову?
32. Якщо ви хочете дізнатися про що-небудь, то ви скоріше прочитаєте про це в книжці, ніж запитаете?
33. Чи буває у вас прискорене серцебиття?
34. Чи подобається вам робота, що потребує постійної уваги?
35. Чи бувають у вас напади сильного тремтіння?
36. Якби ви знали, що сказане вами ніколи не буде розголошено, то завжди висловлювалися, як усі?

37. Чи справді вам неприємно перебувати в компаніях, де на-
сміхаються один з одного?
38. Ви дратівлива людина?
39. Чи подобається вам робота, що потребує швидких дій?
40. Чи хвилюєтеся ви з приводу будь-яких неприємних по-
дій, що могли б трапитися?
41. Чи правда, що ви людина некваплива в рухах?
42. Ви коли-небудь запізнювалися на побачення чи на ро-
боту?
43. Чи часто вам сняться жахливі сни?
44. Чи правда, що ви так любите поговорити, що ніколи не
проминете нагоди порозмовляти з незнайомою людиною?
45. Чи турбують вас які-небудь болі?
46. Чи відчували б ви себе дуже нещасним, якщо тривалий
час були позбавлені спілкування з людьми?
47. Чи можете ви назвати себе нервовою людиною?
48. Серед людей, яких ви знаєте є такі, що вам дуже не по-
добаються?
49. Могли б сказати про себе, що ви впевнена в собі людина?
50. Чи легко ви ображаєтеся, коли люди вказують на помилки
в роботі або на ваші особисті промахи?
51. Чи вважаєте ви, що важко отримати справжнє задово-
лення від вечорниць?
52. Чи турбує відчуття, що ви чимось гірші за інших?
53. Чи легко вам пожвавити досить нудну компанію?
54. Чи буває так, що говорите про речі, на яких зовсім не ро-
зумієтеся?
55. Чи піклуєтеся про своє здоров'я?
56. Чи любите жартувати з інших?
57. Чи страждаєте ви від безсоння?

Бланк відповідей

Прізвище _____ Вік _____

Дата _____ Стать Ч Ж

Відповіді			Відповіді			Відповіді			Відповіді		
так	№	ні	так	№	ні	так	№	ні	так	№	ні
	1			15			30			45	
	2			16			31			46	
	3			17			32			47	
	4			18			33			48	
	5			19			34			49	
	6			20			35			50	
	7			21			36			51	
	8			22			37			52	
	9			23			38			53	
	10			24			39			54	
	11			25			40			55	
	12			26			41			56	
	13			27			42			57	
	14			28			43				
				29			44				

Щ — (шкала «щирості») _____

Е — (шкала «інтроверсія—екстраверсія») _____

Н — (шкала «нейротизм—емоційна стабільність») _____

Опрацювання результатів

Заповнений бланк звіряють із ключем і підраховують кількість збігів. Результати записують у бланки відповідей навпроти позначень: «Е» — шкала «інтроверсія—екстраверсія», «Н» — шкала «нейротизм—емоційна стабільність», «Щ» — шкала «щирості». Результати опитування правдиві, якщо шкала «Щ» < 4. При «Щ» > 4 обробку результатів не роблять.

Тип темпераменту визначають так: відкладаємо показник шкали «Е» на осі «інтроверсія—екстраверсія», а показник шкали «Н» на осі «нейротизм—емоційна стабільність» (схема на с. 91).

Під час аналізування результатів обстеження потрібно дотримуватися таких орієнтирів:

- «інтроверсія—екстраверсія»: 12 — середнє значення, не менше ніж 15 — екстраверт, не менше 19 — яскравий екстраверт, не більше 9 — інтроверт, не більше 5 — глибокий інтроверт;
- «нейротизм»: 9—13 — середнє значення, не менше 15 — високий рівень нейротизму, не менше 19 — дуже високий рівень нейротизму, не більше 7 — низький рівень нейротизму.

Опускаємо перпендикуляри у відмічених точках на осях до їх перетину. Точку перетину з'єднуємо з центром лінією (вектор темпераменту).

Приклад: опитанти отримали такі результати:

А: Е = 16; Н = 17; Щ = 3;

В: Е = 8; Н = 15; Щ = 1;

С: Е = 12; Н = 5; Щ = 2;

Д: Е = 12; Н = 12; Щ = 1.

Побудовані вектори темпераменту цих опитантів (схема на с. 91).

Ключ до методики Г. Айзенка

Екстраверсія		Нейротизм		Щирість	
№ запитання	Відповідь	№ запитання	Відповідь	№ запитання	Відповідь
1	так	2	так	6	так
3	так	4	так	12	ні
5	ні	7	так	18	ні
8	так	9	так	24	так
10	так	11	так	30	ні
13	так	14	так	36	так
15	ні	16	так	42	ні
17	так	19	так	48	ні
20	ні	21	так	54	ні
22	так	23	так		
25	так	26	так		
27	так	28	так		
29	ні	31	так		
32	ні	33	так		
34	ні	35	так		
37	ні	38	так		
39	так	40	так		
41	ні	43	так		
44	так	45	так		
46	так	47	так		
49	так	50	так		
51	ні	52	так		
53	так	55	так		
56	так	57	так		

Таблиця результатів (приклад заповнення)

Тип темпераменту позначити знаком «+».

№ з/п	Прізвище, вік оптантів	Шкали			Тип темпераменту			
		Щ	Е	Н	холерик	сангвінік	флегматик	меланхолік
1.	А. 16 р.	31	168	1715	+			+
2.	В. 15 р.	2	12	5		+	+	
3.	С. 16 р.	1	12	12	+	+	+	+

Співвідношення темпераментів і типів нервової системи

Особливості нервових процесів	Тип нервової системи	Сильний			Слабкий
		нестриманий	живий	інертний	
Сила Врівноваженість Рухливий		Сильний Неврівноважений Рухливий	Сильний Врівноважений Рухливий	Сильний Врівноважений Інертний	Слабкий Неврівноважений Рухливий або інертний
Темперамент		Холерик	Сангвінік	Флегматик	Меланхолік

Висновок

На підставі отриманих даних зробити висновок щодо вираженості типу темпераменту та рівня розвитку типологічних властивостей особистості. Спрямованість вектора темпераменту за типологією Г. Айзенка (схема) вказує на відповідну характеристику темпераменту. Наприклад: оптант А — збуджений холерик; оптант В — меланхолік песимістичний; оптант С — сангвінічно-флегматичний тип — лідер спокійний; оптант D — невизначений тип темпераменту й у різних ситуаціях можуть

проявляться різні його типи (схема). Для кращого розуміння типів темпераменту звернись до їх опису.

На основі отриманих результатів необхідно зробити висновок, яким чином ураховувати тип темпераменту в майбутній професійній діяльності та який індивідуальний стиль діяльності формувати в себе, пристосовуючи темперамент до вимог «твоєї» професії.

Квадрат Айзенка

Схема

ЕКСТРАВЕРТИ

похмурий	24		уразливий	Е
тривожний	22		неспокійний	М
ригідний	21		агресивний	О
неврівноважений	20		збудливий	Ц
песимістичний	19		мінливий	І
замкнений	18		імпульсивний	Й
некомунікабельний	17		оптимістичний	Н
Н тихий	16		активний	А
Е	15			
Й	Меланхолік	14	Холерик	С
Р		13		Т
О	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24		А
Т	Флегматик	11	Сангвінік	Б
И		10		І
З пасивний		9	комунікабельний	Л
М обережний		8	відкритий	Ь
розсудливий		7	балакучий	Н
мирний		6	доступний	І
стриманий		5	безпечний	С
надійний		4	жвавий	Т
рівний		3	безтурботний	Ь
спокійний		2	лідер	
		1		

ІНТРОВЕРТИ