



А. В. Батаршев

# Диагностика пограничных психических расстройств личности



**Батаршев А. В.**

**Психодиагностика пограничных расстройств личности и поведения.** - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2004. - 320 с.

В первой части пособия рассматривается состояние проблем пограничных невротических расстройств, расстройств личности и поведения.

Во второй части приводятся основные психодиагностические методики по определению психических состояний, позволяющих с определенной долей вероятности судить об отграничении норм от патологии.

В книге автор придерживался терминологии в соответствии с Международной классификацией болезней МКБ-10.

Книга предназначена для клинических и практических психологов, преподавателей и студентов вузов - пользователей психодиагностических методик, а также для широкого круга читателей.

ISBN 5-89939-082-4

© А. В. Батаршев, 2003

© Изд-во Института Психотерапии, 2003

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>5</b>
<b>Часть I. ПОГРАНИЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ</b> .....	<b>7</b>
1.1. Общие сведения о пограничных расстройствах личности.....	9
1.2. Невротические расстройства.....	16
1.2.1. Психотравмирующие факторы как источник невротических состояний.....	16
1.2.2. Психологическая защита и ее роль в устранении отрицательного воздействия психологической травмы.....	19
1.2.3. Тревожно-фобические: расстройства (F 40).....	22
1.2.4. Тревожные расстройства (F41).....	23
1.2.5. Обсессивно-компульсивное импульсивное расстройство (F42).....	25
1.2.6. Диссоциативные (конверсионные) расстройства (F44).....	27
1.2.7. Неврастения (F48.0).....	30
1.3. Акцентуация характера.....	33
1.3.1. Характерологические особенности личности.....	33
1.3.2. Акцентуация характера и акцентуированная личность.....	36
1.3.3. Разграничение акцентуаций характера и расстройств личности.....	40
1.4. Расстройства личности и поведения.....	45
1.4.1. Расстройства личности как патология характера.....	45
1.4.2. Параноидное расстройство личности (F60.0).....	47
1.4.3. Шизоидное расстройство личности (F 60.1).....	48
1.4.4. Диссоциальное расстройство личности (F 60.2).....	49
1.4.5. Эмоционально-неустойчивое расстройство личности (F 60.3).....	50
Импульсный подтип (F 60.30).....	50
Пограничный подтип (F 60.31).....	51
1.4.6. Истерическое расстройство личности (F 60.4).....	52
1.4.7. Ананкастное (обсессивно-компульсивное) расстройство личности (F 60.5).....	53
1.4.8. Тревожное («уклоняющееся», «избегающее») расстройство личности (F 60.6).....	54
1.4.9. Зависимое расстройство личности (F60.7).....	56
1.4.10. Другие специфические расстройства личности (F 60.8).....	56
Нарцисстическое расстройство личности.....	56
Пассивно-агрессивное расстройство личности.....	57
1.4.11. Психические расстройства личности.....	58
Циклоидная психопатия.....	58
Гипертимная психопатия.....	59
Астеническая психопатия.....	61
Гипотимная психопатия.....	61
Лабильная психопатия.....	62
Эпилептоидная психопатия.....	63
1.4.12. Поведенческие и эмоциональные расстройства личности у детей и подростков.....	64
Гиперкинетическое расстройство личности (F 90).....	64
Расстройства социального поведения (F 91).....	65
1.4.13. Соотношение международной и традиционной классификаций пограничных расстройств.....	67
1.5. Этические и правовые аспекты психологической диагностики.....	69
1.6. Требования к пользователям психодиагностических методик.....	73

1.7. Особенности работы психолога в школе при диагностике расстройств личности и поведения у детей.....	77
1.7.1. Психодиагностический метод обследования детей с отклоняющимся поведением...	77
1.7.2. Проективная методика «Незаконченные предложения».....	79
1.7.3. Проективный рисуночный тест «Дом - дерево - человек».....	85
1.7.4. Рисованный апперцептивный тест.....	89
1.7.5. Тест-пиктограмма «Вы и ваше окружение».....	93

**ЛИТЕРАТУРА к части I..... 96**

<b>Часть II. ДИАГНОСТИКА ПОГРАНИЧНЫХ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ.....</b>	<b>99</b>
2.1. Многофакторные личностные опросники.....	101
2.1.1. Многофакторный личностный опросник Р. Кэпелла 16PF - версия А (187 вопросов)...	101
2.1.2. Многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF - версия С (105 вопросов)...	131
2.1.3. Сокращенный вариант личностного опросника Р. Кэттелла 13PF.....	149
2.1.4. Многофакторный личностный опросник FPI.....	159
2.2. Многомерные личностные опросники.....	167
2.2.1. Миннесотский многоаспектный личностный опросник MMPI.....	167
2.2.2. Личностный опросник «Мини-муль».....	200
2.3. Психологическая диагностика расстройств личности.....	208
2.4. Социально-психологическая характеристика типов акцентуаций характера по А. Е. Личко.....	229
2.5. Определение акцентуации характера с помощью опросника ПДОА. Е. Личко.....	234
2.6. Определение акцентуации характера по тесту Леонгарда-Шмишека.....	251
2.7. Методика определения характерологических акцентуаций личности и нервно-психологической неустойчивости.....	257
2.8. Методика определения уровня тревожности.....	267
2.8.1. Диагностика уровня тревожности по тест-опроснику Спилбергера-Ханина. . . .	267
2.8.2. Диагностика уровня тревожности для школьников (Филлипс).....	271
2.9. Дифференцированная диагностика депрессивных состояний по В. А. Жмурову. . . .	276
2.10. Диагностика уровня эмоционального выгорания (В. В. Бойко).....	281
2.11. Диагностика агрессивности по тесту Басса-Дарки.....	286
2.12. Оценка психической активации и эмоционального тонуса (Н. А. Курганский, Т. А. Немчин).....	290
2.13. Оценка нервно-психического напряжения (Т. А. Немчин).....	294
2.14. Экспресс-диагностика психических состояний.....	299
2.14.1. Диагностика самооценки психических состояний (Г. Айзенк).....	299
2.14.2. Методика измерения ригидности.....	301
2.14.3. Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества.....	303
2.14.4. Торонтская алекситимическая шкала.....	304
2.14.5. Диагностика состояния фрустрированности Вассермана-Бойко.....	307
2.14.6. Диагностика уровня невротизации Л. И. Вассермана.....	309
2.14.7. Экспресс-диагностика невроза Хека-Хесса.....	310
2.14.8. Диагностика функциональных состояний САН.....	312

**ЛИТЕРАТУРА к части II..... 314**

**КРАТКИЙ СЛОВАРЬ основных психологических и медицинских терминов. . . . . 315**

# ВВЕДЕНИЕ

Изменения, которые произошли в Международной классификации болезней (10-й пересмотр - МКБ-10), по сравнению с предыдущей версией весьма значительны. Это требует пересмотра традиционного разделения психических заболеваний на неврозы и психопатии.

Синонимом понятия «психопатии» в МКБ-10 служит понятие «расстройства личности и поведения». А краткое «неврозы» следует называть «невротическими расстройствами». Конечно, употребление новых терминов вместо прежних, «апробированных» может показаться несколько непривычным, особенно тем и там, кто изучает психиатрию по старым, традиционным учебникам и учебным пособиям. Кроме того, следует иметь в виду, что в некоторых учебных заведениях придерживаются классификации расстройств личности, известной как DSM-W, опубликованной еще в 1994 г. Американской психиатрической ассоциацией.

Сразу следует оговориться, что данное учебное пособие написано в основном для практических и клинических психологов, а также для учителей, обращающих внимание на отклонения в психическом развитии детей, школьников. Переход на употребление новой терминологии в соответствии с МКБ-10 для них не имеет особого значения, чего нельзя сказать о врачах, специалистах в области психиатрии, трудовая деятельность которых проходила в условиях употребления терминов из классификаций прежних версий. О теории и практике перехода к новой классификации в соответствии с МКБ-10 см. [14; 50; 51; 57; 58; 66; 68].

Психика человека ранима. Отрицательное воздействие на нее происходит на протяжении всей его жизни (огорчения и обиды в семье, конфликтные ситуации в трудовых коллективах, стрессовые ситуации, личностные трагедии и потрясения). Воздействие психогенных факторов может привести к пограничным расстройствам личности - пограничным заболеваниям, стоящим на рубеже между нормой и патологией (невротическим расстройствам, расстройствам личности и поведения). При определенных условиях не исключены пограничные заболевания у акцентуированных личностей (при высоких показателях отдельных черт характера по тестам Леонгарда - Шмишека, А. Е. Личко).

При определении психической нормы возникают значительные трудности. Б. Д. Лысков отмечает: «...реально наблюдается много таких разновидностей форм поведения или состояний психики, где однозначно определить их отношение к норме или патологии представляется крайне затруднительным, а при определенных обстоятельствах - даже невозможным» [53, с. 423]. Действительно, психически здоровый человек может нарушать социальные и правовые нормы, в то время как при психической патологии зачастую наблюдается вполне законопослушное, во всех отношениях приемлемое для общества поведение.

При исследовании пограничных расстройств особое внимание следует обратить на подростков. В этот период происходит первичная социализация личности, наблюдается бурный процесс перехода личности в новое качество, обостряются поведенческие реакции (группирование со сверстниками, эмансипация, оппозиция, отказ, декомпенсация и др.). В отношении подростков с отклоняющимся поведением возникает вопрос, имеем ли мы дело с акцентуацией характера как вариантом нормы или с расстройством личности как болезненным состоянием. Даже при выраженной аномалии характера подросткам до 16-17 лет не рекомендуется ставить диагноз расстройства личности, учитывая потенциальную возможность коррекции их поведения.

Следует иметь в виду, что многие невротиические расстройства и расстройства личности сопровождаются общим расстройством здоровья и вегетативными симптомами (приступы

сердцебиения, повышенное или пониженное артериальное давление, потливость, нарушение деятельности внутренних органов - желудка, кишечника, пищевода и т. п.). Именно поэтому больные обращаются чаще всего не к психиатру, а к врачам общей медицинской практики (терапевтам, невропатологам, эндокринологам и др.). Попытки не устранять причины, а лечить последствия, как правило, не дают результатов. Расстройства личности остаются нераспознаваемыми. Своевременное установление диагноза очень важно при пограничных заболеваниях, то есть тех, что стоят на границе нормы и патологии.

Классификации расстройств личности и акцентуаций характера во многом схожи. И в том и в другом случае речь идет о чрезвычайно выраженных - по сравнению со среднестатистическими нормами - особенностях (чертах) характера, во многом определяющих поведение личности (вспыльчивость, эмоциональная несдержанность, замкнутость в др.). Однако только при расстройствах личности и поведения эти особенности достигают степени болезненного состояния, являющегося причиной социальной дезадаптации, в то время как при акцентуации они выражены в меньшей степени и затрудняют адаптацию лишь в отдельных случаях.

*Расстройство личности и поведения* - это результат неправильного, искаженного процесса развития личности. Оно бывает врожденным или приобретенным в раннем возрасте и приводит к дисгармоничному формированию личности, к нарушению социальной адаптации.

Напротив, при *невротических расстройствах личности* мы имеем дело в основном со здоровыми людьми, прошедшими этап нормального развития и вступившими в жизнь без признаков дисгармоничности. Деформация личности при невротических расстройствах наступает вследствие продолжительного воздействия неблагоприятных психогенных факторов. Возникновению невротических расстройств способствуют такие негативные характерологические черты личности, как неустойчивое поведение, повышенная утомляемость, капризность, эгоизм, депрессия и другие.

Пользователям психодиагностических методик важно иметь четкое представление о классификации расстройств личности в соответствии с МКБ-10. Если медицинскому персоналу (особенно психиатрам, психотерапевтам, невропатологам) эта классификация достаточно хорошо известна, то, например, психологи, учителя, социологи и др. нуждаются в предварительном изучении аномалий в развитии личности.

Исходя из описанных выше положений, автор считает целесообразным в одном учебном пособии изложить краткие сведения о некоторых пограничных расстройствах личности и поведения и описать методики по их определению.

Пособие рассчитано на студентов-гуманитариев, медицинских (клинических) и практических психологов (специальности 02.27.00 и 02.04.00 соответственно), на врачей общей медицинской практики, других пользователей психодиагностических методик. Оно будет полезным учителям, социологам, а также родителям, обратившим внимание на отклонения в психическом развитии своих детей.

**Часть I**

**ПОГРАНИЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА  
ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ**

# 1.1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ПОГРАНИЧНЫХ РАССТРОЙСТВАХ ЛИЧНОСТИ

Существуют два подхода к оценке отклоняющегося поведения - нозоцентрический и нормоцентрический. *Нозоцентрический подход* («нозос» означает болезнь) присущ специалистам по аномальным и болезненным изменениям психической деятельности - психиатрам. При этом подходе поведение, поступки, деятельность человека оцениваются с позиций поиска и обнаружения отклонений от нормы, выявления симптомов. *Нормоцентрический подход* свойственен специалистам по нормальной психике - клиническим (медицинским) и практическим психологам. Отклонения от среднестатистической нормы расцениваются при таком подходе как проявления индивидуальных особенностей психики, как варианты нормы (акцентуации характера, поведенческие расстройства). Правильная психодиагностическая, психокоррекционная и лечебная тактика может быть достигнута лишь при разумном сочетании обоих подходов, поскольку при абсолютизации нозоцентрического подхода возникает опасность всякие недомогания и любые формы девиантного поведения принимать за «недоразвитую болезнь», а при абсолютизации нормоцентрического подхода - искать «психологически понятные» оправдания измененным формам поведения, странным высказываниям и поступкам [Б. Д. Лысков, 53, с. 426].

Оптимальное сочетание нормоцентрического и нозоцентрического подходов возможно при нормальной доброжелательной атмосфере и взаимоотношениях врача и психолога, оказывающих свое профессиональное воздействие на клиента (пациента). Предположим, у клиента выявлена эмоциональная неустойчивость. Какое будет в этом случае профессиональная тактика психолога и врача? Рассуждения Г. С. Абрамовой на этот счет сводятся к следующему [1, с.318-321].

1. Симптом «эмоциональной неустойчивости», выявленный психологом у клиента, врачом может быть включен в различные синдромы (инфантилизма, невроза навязчивых состояний, функциональной незрелости нервной системы и др.).

2. И врач, и психолог имеют свою стратегию профессионального мышления (выработка гипотез, ее обоснование, проверка на достоверность, принятие решений и т. п.).

3. Как врач, так и психолог испытывают на себе влияние другого человека (пациента, клиента), вступают с ним в межличностное отношение.

4. Врач и психолог наблюдают результат собственной деятельности через призму параметров активности своего подопечного.

5. И врач, и психолог работают каждый со своими мерами воздействия на пациента (клиента), ориентируясь на параметры этой меры.

Основные усилия врача направлены в основном на устранение локальной боли, в то время как усилия психолога - на перестройку структуры симптома душевной боли. Таким образом, профессиональную деятельность как врача, так и психолога объединяют внутренние критерии здоровья пациента (клиента). Усилия и врача и психолога должны быть направлены на установление более точного диагноза и построение адекватной системы воздействия на подопечного с целью исследования и использования ресурсов развития человека. Для уточнения постановки правильного диагноза следует обращаться за консультациями и помощью к смеж-

ным специалистам (невропатологам, наркологам, эндокринологам, сексологам, сексопатологам, психотерапевтам), а при необходимости и к другим врачам общемедицинской практики. При необходимости следует созывать консилиум для выработки стратегии дальнейшего лечения пациента (клиента).

Таким образом, в некоторых случаях постановка правильного диагноза производится на основании комплексного клинического исследования пациента. При этом следует иметь в виду, что такие симптомы, как замедленность психических процессов, плохое запоминание, плохое воспроизведение предъявленного материала чаще всего проявляются при органических заболеваниях. Точно определить это могут только квалифицированные психиатры. Такие же симптомы, как непоследовательность суждений при отсутствии истоцаемости, разноплановость мышления при хорошем запоминании чаще всего наблюдаются при шизофреническом процессе [Б. В. Зейгарник, 30, с. 7].

Большое значение приобретают данные экспериментальной патопсихологии при решении проблем следственной и адвокатской практики, вопросов трудовой, судебной и воинской экспертизы. Здесь следует учитывать то обстоятельство, что сам акт экспертизы для человека становится психотравмирующей ситуацией. Например, медико-психологическая экспертиза проводится в учреждениях здравоохранения, а это влияет на эмоциональное самочувствие обследуемого. Кроме того, необходимо найти критерии определения симуляции болезненных проявлений, разграничения истинных психических состояний от симулятивного поведения.

Судебно-психологическая экспертиза проводится в следственных органах, в изоляции от обычных условий, образа жизни и деятельности, например, в колониях и тюрьмах разного режима, что, конечно, травмирует обследуемого, особенно если он впервые находится в такой «казенной обстановке». При обследовании информирование, консультирование и коррекция отодвигаются на второй план, обследуемый даже не предполагает, каковы будут последствия экспертизы. Хотя практические психологи стремятся занимать индифферентную позицию в следственном процессе, но сам факт, например, совершения преступления, оказывает на него негативное влияние [Н. Н. Обозов, 46, с. 79]. Когда судебно-следственное разбирательство затрудняется самостоятельно определить вменяемость (осознанность) поступка, преднамеренность или случайность в совершении преступления, в работу включаются психиатры. Личностные же особенности обследуемого, характер его взаимоотношений с окружающими и с потерпевшим, мотивы и поступки, которые привели его к преступлению, определяются с помощью психологической экспертизы. Н. Н. Обозов описывает случай, когда только судебно-психологическая экспертиза позволила установить мотивы и общую картину преступления. В ходе судебного разбирательства ни документы, ни следственная экспертиза, ни показания свидетелей не могли этого сделать. И только выявленная эпилептоидная акцентуация характера и более тонкая процедура диагностики взаимоотношений преступника в группе позволили установить истину, повысить эффективность судебно-психологической экспертизы [Там же, 80].

Можно отметить другие виды экспертизы, в которой главенствующую роль играют эксперты-психологи. Профессионально-психологическая экспертиза, например, устанавливает профессиональную пригодность работника, допускающего систематическое нарушение норм выработки или выход бракованных изделий. Она определяет мотивы трудовой деятельности, наличие проблем в личной (в том числе и семейной) жизни. Наряду с общей диагностикой в рамках такой экспертизы проводят и узкоспециализированную диагностику с учетом профиля профессии. Например, при ручном труде оценивают в основном психомоторные характеристики индивида, при выполнении операторских функций - сенсорные характеристики, особенности поведения в нестандартных и экстремальных ситуациях и в условиях монотонной деятельности. Определяются также возможности адаптации человека к условиям быстро меняющейся окружающей среды. Выявляется предсказуемость поведения человека в ситуациях, требующих принятия быстрых и правильных решений, способность человека действовать бесконфликтно и эффективно.

Особое значение психодиагностика приобретает при исследовании пограничных расстройств личности у подростков и лиц юношеского возраста, когда в жизни молодого человека наступает период первичной социализации. Дети и подростки - самые уязвимые звенья в нашем быстро меняющемся мире, особенно дети с расстройствами психической сферы, с аномалиями ее развития. В дипломной работе Н. А. Яковлевой «Рисуночная и цветовая психодиагностика подростков с нарушением психики», выполненной под нашим руководством, определены основные направления психокоррекционной работы с такими подростками. Ниже кратко представлены отдельные выводы из этого исследования.

Уровень развития нашего общества определяется не только его экономическим и социокультурным уровнем, но и мерой отношения к обездоленным. В данной связи постановка вопроса о детях с нарушениями психической сферы имеет множество аспектов, с которыми в практической жизни связаны специалисты разных профилей: прежде всего это врачи-педиатры, детские психологи, психотерапевты, криминологи, педагоги, психологи. Из опыта работы Таллиннского центра молодежной полиции по диагностике причин асоциального поведения детей и подростков можно отметить ежегодный рост преступности среди молодежи, омоложение ее криминогенности. Это связано, по-видимому, и с переменами в нашем обществе. Быстрая смена одной идеологии и несформированность другой, изменения в экономической и социально-политической сферах вызвали к жизни негативные последствия, проявившиеся в снижении уровня жизни, смещении социальных и нравственных ценностей. Имеют место безработица, распад семей, алкоголизм, наркомания. В обществе возникли беспокойство, напряженность, неуверенность и страх. Все это свидетельствует о нездоровом психологическом состоянии многих семей. Чувство незащищенности преждевременно изнашивает нервную систему. Особенно уязвимы в данном отношении дети - им трудно без помощи специалистов найти выход из противоречивых жизненных ситуаций. Рождение больного ребенка неизбежно меняет уклад и особенно психологический климат семьи. Эмоциональный стресс матери, возникающий при рождении ребенка, оказывает неблагоприятное влияние не только на супружеские отношения, но и прежде всего на взаимоотношения с малышом. Известна роль и значение семьи в воспитании ребенка, особенно больного с нарушениями психомоторного развития. К сожалению, подобных негативных примеров более чем достаточно - в Центр молодежной полиции дети поступают из неблагополучных семей, родители которых недобросовестно относятся к своим обязанностям, зачастую оставляя их без надзора и попечительства. Тысячи семей сумеют помочь своим детям, если начнут применять систему коррекционного воспитания как можно раньше, начиная с первых месяцев жизни ребенка. Эта система коррекционного воздействия необходима не только для детей с тяжелыми поражениями и заболеваниями центральной нервной системы, но и для детей, родившихся преждевременно, ослабленных, перенесших родовые травмы и т. д. В практике работы Центра несовершеннолетних можно нередко наблюдать детей и подростков с различными психическими девиациями. Это в основном беглецы из спецшкол закрытого типа для трудновоспитуемых, дети из школ-интернатов, детских домов, домов инвалидов. Встречаются также дети с немотивированными побегами из дома. Как правило, дети покидают дом в результате семейных неурядиц. Были случаи, когда отчаявшиеся бабушки привозили своих на время осиротевших внуков, потому что их родители находились в местах лишения свободы. В Центр поступают и дети, совершающие правонарушения, а также самовольно покидающие родительский дом. «Мы работаем, - пишет Н. А. Яковлева, - в так называемой группе риска. Повышенная внушаемость и психическая неустойчивость детей, которые прибывают в Центр, зачастую делают их объектами преступных элементов. После побегов из детских домов, интернатов и других госучреждений они ищут себе «попучиков», занимаются попрошайничеством, бродяжничеством, в худшем случае - совершают преступления: мелкие хищения, квартирные кражи, угоны автотранспорта и др. По данным статистического исследования, ежегодно в Центр поступает в среднем 500 - 550 детей и подростков. Кто эти дети? Около 80 % - мальчики,

остальные - девочки; около 40 % от всех прибывающих - курильщики, в том числе и девочки; свыше 10% - токсикоманы, около 5-6 % - наркоманы, употребляющие алкоголь - 30%».

К сожалению, подобное положение дел с детьми и асоциальными подростками наблюдается не только в Эстонии. Это происходит и в других странах бывшего СССР - Латвии, Литве, России, в странах СНГ.

Необходимо учитывать, что проблемы аномалии личности в детском возрасте более значимы для окружающих (родителей, воспитателей, учителей), чем для самого ребенка. Последний «осваивает» навязываемые ему формы поведения, которые могут быть неадекватными житейским ситуациям либо даже аморальными. Определяя норму и патологию, это обстоятельство следует обязательно иметь в виду при проведении психодиагностической работы с детьми и подростками без явных признаков психической патологии.

Привычки поведения, сформированные в детстве и юношеском возрасте, отмечает В. А. Худик, определяя стиль всей жизни у взрослого человека с характерным проявлением индивидуально-личностных черт: «Поэтому, когда речь идет о заядлых курильщиках, то с полным основанием говорят, что им присущи эгоцентризм, неуважение к товарищам, отсутствие аккуратности в местах, где они удовлетворяют свою пагубную потребность. Те или иные характерологические свойства, сформированные под влиянием определенной аномальной привычки, обнаруживаются не сразу, а в процессе длительного воспроизводства особенностей отклоняющегося поведения. При этом подростки не всегда способны адекватно оценивать происходящее, что способствует формированию не критичности (анозогнозии). Например, подросток, пристрастившись к алкоголю, поначалу не видит и не осознает опасности, грозящей его здоровью. Доза спиртного растет с каждым последующим употреблением, формируя тем самым состояние толерантности (устойчивости) к алкоголю. В этих случаях подросток неправильно истолковывает свои способности к употреблению спиртного, принимая возможность употребления больших его доз как особую силу своего здоровья» [67, с. 43].

Таким образом, аномальные привычки для детей и подростков всегда социально обусловлены и определяют характеристику поведения. Здесь следует уточнить, что мы понимаем под термином «трудные дети». Данный термин связан с понятием «отклоняющееся поведение». Значит, трудные дети - это те, кто отклоняется от социальных норм поведения. Степень отклонений определяется в экспериментальных исследованиях и при тестировании. Трудные дети нуждаются в индивидуальном подходе, их нарушения и проступки можно исправить и скорректировать.

Понятие «отклоняющееся поведение» необходимо отличать от понятий «задержка развития», «отсталость в развитии». Иногда говорят о делинквентном поведении, что адекватно понятию «отклоняющееся поведение», когда наблюдается цепь проступков и мелких нарушений, не влекущих за собой серьезных правонарушений и преступлений. Под термином же «девиантное поведение» понимается отклонение от принятых в обществе норм поведения (ранний алкоголизм, суицидные попытки и т. п.). Определение девиаций поведения лиц детского, подросткового и юношеского возрастов, имеющих вредные привычки, должно проводиться с целью улучшения психокоррекционной и психопрофилактической работы с ними (подробнее об этом см. п. 1.7).

Психологу-диагносту необходимо хорошо владеть основами психотерапии. А. Н. Романин [56, с. 3] пишет, что «психотерапевт, практический психолог должны уметь отличать ситуацию объективно неразрешимую... от ситуации, которую данный человек принимает за неразрешимую, снимая с себя ответственность за принятие решений и действия по ее преодолению». В большинстве случаев лица с психическими заболеваниями видны «невооруженным глазом» и в первую очередь - по явной неадекватности реагирования на ситуации, слова и действия других лиц. Однако бывают так называемые пограничные состояния, «блуждающие» между нормой и патологией. В случае сомнений психотерапевт или практический психолог обязан направить такого больного к психиатру или сам обратиться к нему за помощью [Гам же, с. 4].

Необходимо различать принципиальную разницу между работой психиатра и психотерапевта. Психиатр работает с пассивным объектом (пациентом), к сознанию которого обращаться бесполезно, тогда как психотерапевт (и практический психолог) работает с клиентом, то есть субъектом, как с активным участником лечения, все больше побуждая его активность и самостоятельность. Подчеркнем ещё раз: психотерапевт оказывает человеку помощь в решении проблем, связанных с психическим здоровьем, но не с психопатологией. При наличии психопатологии необходимо обращаться за помощью к врачам-психиатрам.

Клинический, то есть медицинский, психолог (его функцию может выполнять опытный, хорошо подготовленный практический психолог) наряду с врачом-психиатром или другим, смежным с ним клиницистом (невропатологом, сексопатологом, наркологом, эндокринологом), медицинской сестрой и социальным работником составляют ближайший круг, оказывающий пациенту медико-психологическую помощь. Это хорошо показано в Практическом руководстве по клинической и медицинской психологии В. Д. Менделевича [42, с. 9], рисунок которого воспроизводится ниже (рис. 1).

В. Д. Менделевич обращает внимание на два обстоятельства, связанные с проблемой диагностики психических отклонений.

Первое обстоятельство - распространившаяся за последнее время практика заочной постановки врачом диагноза без непосредственной встречи с предполагаемым пациентом на основе лишь анализа действий человека, известных понаслышке или из уст некомпетентных специалистов, а также на основе психодиагностической трактовки текстов испытуемого (писем, стихов, прозы, произнесенных когда-то фраз и т. п.). Такая порочная практика лишь дескредитирует клинический метод, констатирует В. Д. Менделевич. Обучиться клиническому обследованию и диагностике можно лишь экспериментальным путем и непосредственно общаясь с клиентом (диагностика, беседа, интервью, наблюдение и т. п.).

Второе обстоятельство - убежденность некоторых клинических и практических психологов во всеисилии экспериментально-психологических методик, по которые возможно выявить психические отклонения и отграничить норму от патологии с помощью различного рода тестов. Подобное широко распространенное заблуждение, как отмечает В. Д. Менделевич, приводит к тому, что «психолог нередко превращает себя в гадалку, в фокусника, от которого окружающие ожидают демонстрации чуда и разгадок чудес» [Там же, с. 12].



Рис. 1. Ближайшее окружение пациента

Явная диагностика как психических отклонений, так и индивидуально-психологических особенностей человека в обязательном порядке должна сопровождаться непосредственным обследованием пациента (клиента), основанным на результатах общих методических приемов (наблюдение, беседа, интервью и др.). Беседа, интервью в клинической психологии выполняют как диагностическую, так и терапевтическую функции.

Если раньше дифференцированная диагностика проводилась в основном в клинике, то в настоящее время тестирование с целью выявления отдельных пограничных расстройств личности прочно входит как в дошкольные учреждения, так и в общеобразовательную и профес-

сиональную школу, в организации, фирмы и предприятия, где имеется психологическая служба или компетентные профессиональные психологи.

Психодиагностических методик по определению пограничных расстройств личности множество. Большинство из них находят применение как в клинике, так и в высшей школе. Некоторые из них рассматриваются во второй части данной книги. Ниже приводится одна из них - экспресс-диагностика депрессивных состояний.

## Методика определения депрессивных состояний

Представленный ниже опросник содержит 20 высказываний, отражающих психические состояния личности. Опросник разработан Зунге, адаптирован Т. И. Балашовой в Ленинградском неврологическом институте им. В. М. Бехтерева. Опросник может быть применен при массовом обследовании или индивидуально в целях предварительной доврачебной диагностики.

## Инструкция

Внимательно прочитайте каждое из приведенных в опроснике высказываний и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в последнее время. Над вопросами долго задумываться не следует. Обозначение индексов, отмеченных буквами А, В, С, D:

- А - никогда или изредка;
- В - иногда;
- С - часто;
- D - почти всегда или постоянно.

## Опросник

	А	В	С	D
1. Я чувствую подавленность	1	2	3	4
2. Утром я чувствую себя лучше всего	1	2	3	4
3. У меня бывают периоды плача или близости к слезам	1	2	3	4
4. У меня плохой ночной сон	1	2	3	4
5. Аппетит у меня не хуже обычного	1	2	3	4
6. Мне приятно смотреть на привлекательных женщин (мужчин), разговаривать с ними, находиться рядом	1	2	3	4
7. Я замечаю, что теряю вес	1	2	3	4
8. Меня беспокоят запоры	1	2	3	4
9. Сердце бьется быстрее, чем обычно	1	2	3	4
10. Я устаю без всяких причин	1	2	3	4
11. Я мыслю так ясно, как всегда	1	2	3	4
12. Мне легко делать то, что я умею	1	2	3	4
13. Чувствую беспокойство и не могу усидеть на месте	1	2	3	4
14. У меня есть надежды на будущее	1	2	3	4
15. Я более раздражителен, чем обычно	1	2	3	4
16. Мне легко принимать решения	1	2	3	4
17. Я чувствую, что полезен и необходим	1	2	3	4
18. Я живу достаточно полной жизнью	1	2	3	4
19. Я чувствую, что другим лицам станет лучше, если я умру	1	2	3	4
20. Меня до сих пор радует то, что радовало всегда	1	2	3	4

# Анализ и интерпретация результатов тестирования

Уровень депрессии (УД) рассчитывается по формуле:

$УД = X_{пр.} + E_{обр.}$ , где

X пр. - сумма зачеркнутых цифр к «прямым» высказываниям;

X обр. - сумма зачеркнутых цифр к «обратным» высказываниям, то есть цифр, определенных по правилу обратного перевода.

«Прямые» высказывания: 1, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13, 15, 19.

«Обратные» высказывания: 2, 5, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20.

*Правило обратного перевода:*

A	B	C	D
4	3	2	1

Например, у высказывания 2 зачеркнута цифра 1, мы ставим в сумму 4 балла, у высказывания 5 зачеркнута цифра 2, мы ставим в сумму 3 балла и т. д.

В результате анализа данных тестирования минимальная сумма баллов - 20, максимальная - 80.

Если УД не более 50 баллов, то диагностическое состояние - *без депрессии*. Если УД составляет сумму 51-59 баллов, то делается вывод о *легкой депрессии* ситуативного или невротического свойства.

При показателе УД от 60 до 69 баллов диагностируется *субдепрессивное состояние* или маскированная депрессия. Если УД более 70 баллов - констатируется истинное *депрессивное состояние*.

+++

Основные критерии отграничения психических расстройств предложены замечательным основоположником отечественной психиатрии П. Б. Ганнушкиным. Эти критерии остаются до настоящего времени наиболее надежными и могут предостеречь от ошибок в психодиагностическом исследовании пациента (клиента). *Первый критерий* предполагает оценку степени распространенности, тотальности психических изменений у данной личности. *Второй критерий* подчеркивает относительную стабильность основных индивидуально-психологических особенностей, характерологических черт личности. *Третий критерий* - помогает выявить различную степень дезадаптации личности, выражающейся в постоянных конфликтах, в неспособности войти, «встроиться» в окружающую производственную или бытовую среду. Подробнее о критериях отграничения психических расстройств см. пп. 1.2 - 1.4.

Следует иметь в виду, что в Международной классификации болезней (МКБ) нет подробного деления пограничных нервно-психических расстройств на невротические и психопатические. Согласно МКБ-10 (МКБ - 10-й пересмотр), например, аномалии развития психопатий рассматриваются как расстройства личности. Основанием для такого определения явилась относительная устойчивость психического склада личности, стабильность ее психологических свойств.

МКБ разработана под эгидой Всемирной организации здравоохранения. За годы ее деятельности издано много редакций МКБ. Самая последняя редакция - десятая, известная как МКБ-10, издана в 1992 году. В МКБ-10 имеется обширный раздел, посвященный психическим и поведенческим расстройствам. МКБ-10 широко применяется во многих странах мира.

Другой основной системой, используемой в клинической психологии и психиатрии ряда стран, является Руководство по психодиагностике и статистике (РДС) - DSM. Это руководство (DSM) разработано Американской психиатрической ассоциацией. Самая последняя версия DSM-IV разрабатывалась с целью скорректировать терминологию с той, которая содержится в МКБ-10. DSM-IV нашло применение во многих странах мира (США, Азии, других странах англоязычной ориентации). В настоящем пособии одна из основных психодиагностических методик DSM-IV рассматривается в п. 2.3.

## 1.2. НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

### 1.2.1. Психотравмирующие факторы как источник невротических состояний

Под *психотравмирующим фактором* понимается интенсивное, но сравнительно кратковременное отрицательное внешнее воздействие на человека, которое может вызвать сильное эмоциональное переживание (горе, печаль, чувство утраты или одиночества, отчаяние, страх, тревогу и другие психические нарушения, а также соматические расстройства). Такие факторы достаточно разнообразны и могут следовать друг за другом. Если их отрицательное воздействие происходит в течение длительного времени, то говорят о психотравмирующих ситуациях, оказывающих значительное влияние на возникновение невротических состояний.

*Неврозы* - это группа пограничных психических заболеваний, характеризующихся не резко выраженными нарушениями психической деятельности в условиях не завершившихся психотравмирующих ситуаций.

Есть и другие определения неврозов. Общеизвестно, что у детей и подростков неврозы возникают чаще, чем у людей других возрастных групп и могут проходить достаточно интенсивно. Остановимся на определении невроза известного специалиста по детской психопатологии А. И. Захарова: «У детей невроз - это психогенное заболевание формирующейся личности, то есть такое заболевание, которое затрагивает значимые аспекты формирования личности, систему его отношений; в первую очередь, это взаимоотношения в семье и затем уже отношения со сверстниками и другими взрослыми» [21, с. 221].

Очевидно, оба приведенные выше определения невроза равнозначны. Если первое определение в большей степени относится ко взрослым, то второе - к развивающейся личности, то есть возрасту детскому и подростковому. Так или иначе, неврозы вызывают резкое эмоциональное перенапряжение с иррадиацией в соматические процессы и непреодолимую личностную потребность в ликвидации создавшегося положения. Постоянное или часто повторяющееся эмоциональное и умственное напряжение, психический стресс и депрессии провоцируют различные отклонения в психической деятельности и физиологических функциях организма.

Чаще всего невроз не начинается вдруг, внезапно, а развивается в течение продолжительного времени, когда психическое напряжение не находит выхода, не разрешается, а накапливается исподволь, готовое вспыхнуть при малейшем поводе, будь то пустяковое недоразумение или переживаемые ранее обиды, раздражение или страхи. В детском возрасте возникновению невроза способствует и психическое потрясение, вызванное реальной или воображаемой угрозой для жизни ребенка или близких для него людей. Такие психотравмирующие факторы могут возникать, например, при одностороннем дисгармоническом воспитании единственного ребенка в семье с комплексом превосходства или с комплексом неполноценности и чувством острой неуверенности в себе. В качестве примера ниже приводится отрывок из учебного пособия П. С. Гуревича «Психология» [17, с. 3-5].

Мальчик казался подавленным и безвольным. Мама, напротив, источала энергию.  
- Доктор, это наш единственный наследник. Денег мы не пожалеем. Я готова сменить машину.

Контраст между угрюмостью подростка и воодушевлением матери рождает ощущение неестественности происходящего. Мама между тем излагает печальную историю. Ребенок катался на мотоцикле. Подарили по случаю окончания первой четверти. Обошлось без доек. Он еще неопытный. Упал, ушибся. Чего только ни пробовали. Обследовали. Был под наблюдением. Непроизвольное мочеиспускание.

Мальчик поворачивается к окну. Мама демонстрирует медицинские познания. Я делаю попытку подняться с кресла. Посетительница величественно взмахивает рукой.

- Ребенок плохо спит. Стал нервным. Ушел в себя. Психотропные окончательно понизили жизненный тонус.

В моем сознании рождается неожиданная догадка. Я подхожу к мальчику. Он смотрит в окно отрешенно. Однако глаза не пустые. Подросток явно видит перед собой какую-то неотвязную картину. Кладу ему руку на плечо. Он вздрагивает.

- Расскажи, пожалуйста, как ты упал с мотоцикла... Мама поспешно сует мне рентгеновский снимок. Мальчик явно поражен вопросом. Бормочет что-то про коробку передач. Обреченно замолкает.

- Упал, и все ...

Похоже, обстоятельства падения никого из специалистов не волновали. Но тут неожиданно улетучивается мамина респектабельность. Она приближается к нам и властно произносит:

- Доктор, история с мотоциклом не по вашей части. Это травма, ушиб... Мы из-за нервов. Я советовалась со знакомыми. Мальчик невменяем. Я ходила к Махарашаи, просила мантру. Но сын отказывается произносить молитву. Он борется со своим недугом и старается быть начеку. Не спасать... В этом изюминка...

Прошу мальчика сесть в кресло. Нарочно долго делаю записи.

- Хотите знать мое мнение? Мотоцикл тут не главное. Мальчик живет в напряженном ожидании. Это страх. Патология вызвана парализующим воздействием испуга. Но не от падения.

Мальчик выходит из состояния безразличия. Он смотрит на меня с немым вопросом.

- Скажите, не было ли в жизни ребенка серьезных потрясений? Смерть близкого человека? Неожиданное насилие? Что-нибудь в этом роде?

Дама смотрит на меня с немым превосходством. На нее накатывает пароксизм смеха.

- Серьезные потрясения? Насилие? Вы хоть представляете наш быт? Когда хорошие бабушку, мальчика нарочно отправили в деревню. У ребенка репетиторы, гувернер... Небольшое физиологическое отклонение в результате ушиба. Вот я все... Это нервы. Нужны нетрадиционные средства... О вас говорили...

Теперь мальчик смотрит на меня с иронией. Я придвигаю кресло к столу.

- Насколько я понимаю, вы относите себя к людям, которых называют «новые русские»? Расскажите подробнее о своей жизни. Как протекает ваш день? Часто ли ребенок бывает с вами?

Женщина обнимает мальчика, успокаивается.

- По утрам мы все вместе. Перед уходом на работу папа любит выпить кофе. Мы обмениваемся новостями. Собираем сына в гимназию. Наш гувернер умеет водить машину.

- Ну и о чем обычно идет речь?

- Ни о чем особенном. Отец рассказывает о делах фирмы, о денежном курсе, всяких разборках, о знакомых.

Мальчик вздрагивает. Я успеваю заметить его испуг.

- У вас хорошие друзья? Что вы знаете о партнерах фирмы?

- Что вам сказать? Обычные деловые люди.

Подросток съезживается в кресле. Я с недоумением наблюдаю за ним.

- Дружите семьями?
- Пожалуй, нет. Вот когда был жив дядя Леша... Он работал на смежной фирме.
- Умер?
- Его убили! Разве вы не читали об этом в газетах? Наемник сделал шесть выстрелов. Дядя Леша скончался прямо на месте.

Мальчик поднимает на меня глаза. Его сотрясают рыдания. Я смущен, возможно, мальчик дружил с покойным. Однако разговор поворачивается в другое русло.

- Эдик совсем не знал дядю Лешу. Когда его убили, мальчик был в деревне. Подросток смотрит на меня со знакомым отрешением. Он уже успокоился. Я спрашиваю его:

- Отчего ты думаешь о дяде Леше? Что ты знаешь о нем?

- Так, вообще... Папа часто говорит: преданных людей мало, и их убивают. Скоро убьют всех...

- Неужели?

- Это ясно. Отец всегда рассказывает, кого подкараулили, выследили и пристрелили...

- Тебя это пугает?

Эдик подавленно молчит. Он явно хочет открыться. Однако что-то мешает ему. Мама, похоже, шокирована.

Я закрываю дневник. Условливаюсь о новой встрече. После подхожу и притягиваю мальчика к себе. Неожиданно для меня мальчик произносит:

- Они и папу убьют...

Мама в шоке.

- С чего ты взял?

- Я видел сон. У меня выхватили чемодан, в котором лежал дядя Леша. Я долго бежал за ним. Хотел догнать. Чемодан раскрылся, и оттуда вывалился мертвый папа...

После ухода посетителей я долго не мог успокоиться. Да, время рождает новые ситуации. У благоденствия - свои кошмары ...

На этом примере видно, что неправильное, дисгармоничное воспитание ребенка приводит к совершенно противоположным результатам, чем те, к которым стремятся родители с гипертрофированной опекой над своим единственным ребенком. У мальчика сформировался невроз страха и невроз навязчивых состояний (обсессивно-компульсивное расстройство - по МКБ-10).

Психотравмирующие (психогенные) факторы, ставшие причиной возникновения невротических состояний личности, весьма разнообразны. В одних случаях это расстройство планов, крушение надежд, вызывающее состояние сильной неудовлетворенности. И тогда мы говорим о фрустрационной ситуации: индивид наталкивается на преграды, которые являются непреодолимыми или только кажутся ему таковыми. В других случаях это депрессия, сенсорная, эмоциональная или социальная изоляция (депривация), вызывающая состояние депрессии, раздражительности, апатии, страхи или навязчивые состояния.

В большинстве случаев неврозы обратимы и излечимы. Главное здесь - осознание человеком своей болезни и стремление ее преодолеть. Сохраняется способность у человека к социальной адаптации.

Неврозы имеют четкое начало, они проходят, когда ситуация, вызвавшая их, теряет актуальность. Проходят они и в результате лечения. Когда пациенты обращаются за помощью не к психиатру, а к врачам общемедицинской практики, то лечение чаще всего бывает неправильным, невроз может сохраняться в течение длительного времени. Тогда говорят о затяжном невротическом состоянии, о невротическом развитии личности.

Отклонения в психической деятельности человека, связанные с неврозами, принято делить на клинические и субклинические. *Клинические* - это более выраженные расстройства,

где уже требуется помощь психиатра. Психиатр работает с пациентом, то есть с пассивным объектом, к сознанию которого обращаться бесполезно. При необходимости он применяет к нему достаточно сильные медикаментозные воздействия (электрошок, различные техники гипноза и т. п.).

*Субклинические отклонения* - это психические нарушения, с которыми обычно человек справляется сам, без помощи психиатра. Однако даже при таких отклонениях следует обращаться за помощью к врачам общемедицинской практики - невропатологам, психотерапевтам или клиническим психологам. Они своевременно окажут клиенту квалифицированную помощь, при необходимости назначат курс психотерапевтического лечения. Эти специалисты работают уже не с пациентом (как в случае с психиатром), а с клиентом, то есть с активным субъектом, активным участником лечения, побуждая его активность и самостоятельность.

## 1.2.2. Психологическая защита и ее роль в устранении отрицательного воздействия психологической травмы

При субклиническом реагировании на психические травмы происходит своеобразная психологическая перестройка личности, направленная на нейтрализацию и устранение отрицательного воздействия функциональных систем организма. Этим самым вводятся в действие механизмы психологической защиты, направленные на устранение или сведение к минимуму состояния тревоги, на ограждение сферы сознания от негативных травмирующих переживаний. Далее приведем один из примеров реализации психологической защиты, как он описан Д. Д. Еникеевой [24, с. 13-14].

Крах супружеской жизни, развод. Подобное событие мало кого оставит равнодушным. Ему уже предшествовала конфликтная ситуация, которая и спровоцировала развод. Но и сама ситуация развода является психической травмой. Необходимо пройти официальную унизи-тельную процедуру с разделом имущества и квартиры, решить проблемы с детьми и многое другое. Супруг, с которым остаются дети (обычно это мать), находятся в более выигрышном положении, поскольку у него (у нее) не так сильно нарушается жизненный стереотип - есть о ком заботиться, на ком сосредоточить свое внимание и любовь, что в некоторой степени компенсирует одиночество. Но тем не менее трудно первое время приходится обоим супругам.

Человек, способный самостоятельно устранить отрицательное воздействие такой психической травмы, легче переживает этот период и в последующем приспосабливается к жизни в новых условиях.

Например, супруга может сама себя успокоить следующими доводами: я поступила абсолютно правильно, так как муж подлец, негодяй, бабник и пьяница. Ни к чему хорошему совместная жизнь с таким человеком не привела бы и все равно рано или поздно закончилась бы разрывом, а ребенок рос бы в атмосфере постоянных скандалов родителей. Пусть лучше он вообще не общается с отцом, чем видит его постоянно пьяным.

Может быть, недостатки мужа здесь сильно преувеличены, но жене от этого легче, и настроение становится лучше.

Мужчина же доказывает себе, что его жена типичная истеричка, жить с ней невыносимо, она постоянно придирается по пустякам и непонятно, чего она от него хочет. Лучше уж самому себе постирать носки и пару рубашек и быть свободным, чем трепать нервы с этой скандалисткой. И ничего непоправимого не произошло: ребенку он все равно остается отцом и будет видеть его, когда захочет, а вокруг много других прекрасных женщин, и жизнь еще не кончена, ит.д.

Вариантов психологической защиты бывает множество. Описанный пример - один из видов психологической защиты, называемый *вытеснением*, в результате которого неприемлемые для индивида мысли и переживания изгоняются из сознания и переводятся в сферу бессознательного, продолжая влиять на поведение человека. Учение о вытеснении - существенная составная часть психоанализа, его фундамент. Согласно Зигмунду Фрейду, целью вытеснения является устранение из сознания социально неприемлемых влечений. Вытеснение удаляет в бессознательное неприятные или неприемлемые воспоминания и переживания, которые теряют способность вновь проникнуть в сознание в первоначальном виде. Вытеснение и подавление влечения выражаются в невротических и психосоматических симптомах - обмолвках, описках, неловких движениях и юмористических высказываниях. Для восстановления целостности личности и обретения подлинной ее устойчивости необходимо вернуть в область сознательного «Я» чувство собственной значимости и самооценности. Это позволит снизить уровень тревожности и принимать происходящие изменения без искажения реальной картины мира.

Однако задействовать механизмы психологической защиты в конфликтных (фрустрационных) ситуациях не всегда удается. Приведем знакомый многим пример семейного невроза [56, с. 9-10].

Некоторые супруги даже без каких-либо чрезвычайных причин регулярно выясняют семейные отношения, в тысяча первый раз заявляя: «Нам надо поговорить». И упорно спорят об одном и том же, доказывая свою правоту по поводу одних и тех же вещей одними и теми же словами, а иногда даже в одно и то же время суток и в одном и том же месте. И каждый из них искренне уверен, что совершенно прав.

Если 1000 попыток не принесла положительного результата (а чаще - усугубила ситуацию), ясно, что 1001-я приведет в лучшем случае лишь к бесполезной трате нервной энергии, а в худшем - закончится очередной обидой и ссорой, в которой каждый будет считать себя правым. И даже понимая это, мы все равно предпринимаем и 1001-ю, и 2001-ю попытку, считая ее правильной. Причем участники подобного диалога говорят громче, чем это необходимо, не для того, чтобы дошло до другого, а для того, чтобы высказаться, послушать самого себя.

Ясно, что такую «беседу» нельзя назвать нормальной, но в то же время подобные явления в том или ином виде присутствуют почти у каждого психически здорового человека.

Способность к психологической защите у разных людей различна. Одни могут преодолеть психические травмы, большое личное горе, поэтому у них не возникает тяжелых психических расстройств: депрессии, безотчетного состояния страха и т. п. Таких людей называют *конкордантно-нормальными* - психологически хорошо защищенными. Другие же пасуют даже перед малейшими неприятностями, вызывающими у них изменение настроения, чувство неполноценности при незначительной психической травме или длительном стрессовом воздействии. Их механизмы психологической защиты оказываются слабыми, в результате развивается невроз. У таких людей возможности субклинического реагирования ограничены, их называют *дискордантно-нормальными* - психологически плохо защищенными [Д. Еникеева, 24, с. 14-15].

Распространение тревожных расстройств и их последствий в форме неврозов и психосоматических заболеваний, по словам М. В. Юрковой [71, с. 467], делает актуальной задачу изучения причин, вызывающих тревогу, и определяет значительное возрастание в последнее время интереса к феномену психологической защиты. Однако подходы к защитным механизмам очень разнообразны и порой противоречивы. Большинство исследователей придерживаются точки зрения, согласно которой защитные механизмы выступают в качестве адаптивных способов восприятия человеком окружающего мира и самого себя. Искаженное влияние психологической защиты на личность не отрицается, однако это влияние связано с качественными

ми характеристиками самих психологических защит: многое зависит от того, какие из этих защит - примитивные или наиболее конструктивные и эффективные - применяются в данных конкретных психотравмирующих (фрустрационных) ситуациях.

Таким образом, уровень психологического благополучия личности в значительной степени зависит от того, какие меры психологической защиты она способна развить, чтобы предотвратить возникновение или хотя бы ослабить отрицательные последствия психической травмы. Вот почему определение конкретных способов психологической защиты должно стать отправным моментом в построении любой формы психологической работы с клиентами.

Чуть раньше мы рассмотрели один из видов психологической защиты - вытеснение. Другими видами защиты, которые применяются наиболее часто (наряду с вытеснением), являются проекция, рационализация, идентификация, сублимация и др. Кратко рассмотрим сущность каждого из этих видов психологической защиты.

**ПРОЕКЦИЯ** - это механизм психологической защиты, заключающийся в осознанном или бессознательном перенесении субъектом собственных свойств или состояний на внешние объекты. Например, приписывание собственных (обычно вытесненных) побуждений и чувств другим людям; бессознательное наделение их собственными чувствами, неосознанное приписывание им своих, зачастую «постыдных» бессознательных устремлений. К проекции predisполагают такие черты характера, как недоверчивость, подозрительность, фанатизм.

Определение особенностей личности по ее проекциям используется в проективных методиках (проективных тестах). Пристрастность отражения мира, обусловленная проекцией, может иметь защитный, творческий, созидательный характер или, наоборот, характер патологического свойства.

**РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ** - это один из механизмов психологической защиты, обеспечивающий маскировку, сокрытие от сознания истинных мыслей, чувств и мотивов действий, формулировку более приемлемых объяснений собственного поведения. Рационализация обеспечивает состояние внутреннего комфорта, связанного с желанием сохранить чувство собственного достоинства, самоуважение, предотвращение переживания вины или стыда. Согласно З. Фрейду, на ранних стадиях развития личности рационализация - эффективный механизм психологической защиты. Однако у взрослого человека активное использование Процессов рационализации ведет к неадекватному контролю поведения, к несоответствию правильного познания себя и мира.

**ИДЕНТИФИКАЦИЯ** - тоже один из видов психологической защиты. Это понимание и интерпретация другого человека путем неосознанного отождествления себя с ним, бессознательное уподобление себя другой личности. В результате у индивида бессознательно проявляется подражание кому-либо, выражающееся в копировании поведения и поступков. Идентификация может проявляться не только по отношению к определенному субъекту (человеку), но и к социальной группе, даже к животным, предметам, идеям и др. Механизм идентификации обеспечивает, например, взаимную связь индивидов в социальной группе, а неосознанное следование образцам и идеалам позволяет преодолевать собственную слабость, чувство неполноценности и страха.

**СУБЛИМАЦИЯ** - согласно психоанализу З. Фрейда, это процесс и механизм преобразования энергии сексуального влечения в более социально приемлемые для индивида и общества формы энергии. Сублимация обеспечивает трансформацию инстинктивных форм психики в другие области - труд, творчество и т. д. Например, агрессивность может сублимироваться в спортивных играх, эротизм - в дружбу. Частный случай сублимации - переклечение энергии либидо на процесс творчества, на шутки, проявления остроумия и т. п., вызывающие разрядку напряжения в форме, санкционированной обществом.

Однако способностью к сублимации обладают не все люди, значительной части из них она присуща лишь в незначительной степени. Сублимация - достаточно адекватный механизм психологической защиты. Другие формы защиты не всегда способствуют разрешению

психотравмирующей ситуации, многие из этих форм загоняют фрустрационную ситуацию вглубь, где она, по выражению С. Ю. Головина, «незаметна» [59, с. 656].

Выше было сказано, что основной признак неврозов - их обратимость и излечиваемость. Другими признаками, позволяющими отграничить невротические расстройства от некоторых видов расстройств личности, являются:

- 1) парциальность, то есть частичность расстройств, не приводящая к тотальной дезадаптации личности;
- 2) отсутствие нарушений в интеллектуальной сфере;
- 3) критическое отношение невротиков к своему состоянию;
- 4) отсутствие симптоматики, характерной для расстройств личности и поведения.

Невротический срыв может быть у любого человека. У некоторых имеется предрасположенность к возникновению невротических расстройств, чаще всего это люди, страдающие расстройствами личности и поведения. У других могут быть выражены лишь отдельные характерологические особенности (черты) личности. Таких людей называют акцентуированными, неврозы у них возникают реже (речь о них - впереди). У третьих акцентуации характера не наблюдаются. У таких лиц неврозы могут возникать чрезвычайно редко, при воздействии стрессогенных факторов большой силы и длительности. И если все же неврозы возникают, то они легко справляются с ними сами.

Традиционно неврозы делятся в основном на четыре вида: невроз страхов, невроз навязчивых состояний, истерия, неврастения. Согласно новой классификации по МКБ-10 этим разновидностям неврозов соответствуют следующие названия и аббревиатуры:

- невроз страхов - тревожно-фобические расстройства (F 40);
- невроз навязчивых состояний - обсессивно-компульсивное расстройство (F 42);
- истерия - диссоциативные (конверсионные) расстройства (F 44);
- неврастения - то же название (F 48.0).

Определенный интерес вызывает и природа тревожных расстройств личности, которые в классификации МКБ-10 обозначаются аббревиатурой F 41 (другие тревожные расстройства),

Краткое содержание этих видов невротических расстройств приводится ниже по данным Д. Д. Еникеевой, А. И. Захарова, Ю. В. Попова, В.Д. Вида [24; 27; 29; 50].

### 1.2.3. Тревожно-фобические расстройства (F 40)

*Невроз страха связан с фобиями - болезненными навязчивыми переживаниями страхов конкретного содержания.* Фобии сопровождаются вегетативными дисфункциями - сердцебиением, повышенным или пониженным артериальным давлением, бледностью или покраснением лица, сухостью во рту, потливостью, расширением зрачков. Такие же симптомы можно наблюдать и при сильном испуге. При фобиях невротики обычно осознают необоснованность страхов, относятся к ним как к бесполезным и субъективным мучительным переживаниям, но избежать их и контролировать не могут. Фобии обычно возникают у людей с образным мышлением и выраженной вегетативной неустойчивостью. При достаточно квалифицированном психотерапевтическом воздействии эти фобии чаще всего проходят.

Фобии сопровождаются, как правило, ритуальными действиями с целью уменьшить влияние навязчивых страхов. Особый вид фобий - *агорафобия* (F 40.0), то есть *боязнь открытых пространств*. Это наиболее часто встречающийся вид фобий у людей, нуждающихся в помощи психиатра или психолога. Агорафобия имеет множество проявлений. Одно из них - страх остаться одному в каком-нибудь общественном месте. Оказавшись в угрожающей ситуации, агорафобы могут испытывать приступы панического страха. Считается, что паника - одна из форм поведения толпы, когда массовый страх возникает перед реальной или воображаемой угрозой. Люди испытывают состояние периодического испуга, ужаса, нарастающих в процес-

се взаимного заражения ими. Однако в случае с агорафобией мы имеем проявление паники, происходящей на индивидуальном уровне. При наступлении такого панического приступа больные опасаются, что могут умереть от остановки сердца или от удушья. Они вызывают скорую помощь, требуют проведения диагностического обследования. Панический приступ у агорафобов длится обычно 20 - 30 минут, редко - до 1-2 часов. В тяжелых случаях часто повторяющиеся панические приступы могут служить препятствием к социальной адаптации. В конечном итоге это может привести к социальной изоляции и профессиональному краху.

Другим видом тревожно-фобического расстройства является *социофобия* (F 40.1) - страх проявления стыда и замешательства в присутствии окружающих, страх публичных выступлений и т. п. Невротик-социофоб боится и избегает ситуаций, в которых должны совершаться какие-либо действия на глазах других. Он предполагает, что окружающие дадут отрицательную оценку его поведению, и действиям. Пребывание в общественных местах сопровождается у социофобов проявлениями тревожных симптомов. Им обычно свойственны заниженная самооценка, низкий уровень общительности, повышенный уровень тревожности.

Страдающие тревожно-фобическими расстройствами отягощены повышенной, чрезмерной заботой о собственном здоровье. Например, при кардиофобии больные щадят себя, стараются избегать физических нагрузок и эмоциональных волнений, напряженно прислушиваются к работе своего сердца, постоянно проверяют свой пульс, измеряют артериальное давление, обращаются к терапевту с просьбой сделать электрокардиограмму и провести тщательное обследование.

При страхе сойти с ума (манифобия) могут появиться предпосылки начальных проявлений шизофрении. Страх, возникающий в преддверии необходимости перешагнуть порог стоматологического кабинета, порождает одонтофобию. Простые фобии достаточно разнообразны. Например, клаустрофобия - страх закрытых пространств, акрофобия - страх высоты, алгофобия - страх предстоящей боли и т. д.

Чтобы избавиться от страхов, больные совершают определенные движения и действия. Например, при страхе загрязнения, больной несколько раз тщательно моет руки с мылом. При страхе получить какую-нибудь заразную болезнь он тщательно протирает, перемывает или дезинфицирует все предметы, к которым прикасались другие лица, многократно моет руки перед едой или после рукопожатия. Защитные действия, которые больной совершает, чтобы уменьшить свой страх, называется ритуалами. Таким образом, больные создают для себя целую систему защиты и с ее помощью могут справиться со страхом.

У лиц с тревожно-фобическим расстройством весьма низок порог чувствительности к возникновению тревоги. Тревожное состояние, возникающее даже по незначительному поводу, провоцирует у них наступление панических приступов. Своевременное обращение к психиатру, психологу или психотерапевту в большинстве случаев дает положительный результат лечения тревожно-фобического расстройства личности.

## 1.2.4. Тревожные расстройства (F 41)

*Тревога* - это эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий. Необходимо отличать тревогу от страха. В обычном понимании страх является ответной реакцией на конкретную угрозу (например, страх, возникающий перед сорвавшейся с цепи злой собакой). Тревога же связана с ожиданием неудач, неосознаваемостью источника опасности. Поэтому тревога иногда трактуется как беспредметный (беспричинный) страх. У невротической личности формирование тревоги вызывается внутренними противоречиями в развитии психики (например, в связи с завышенным уровнем притязаний, недостаточной нравственной обоснованностью мотивов и пр.). Это приводит невротика к убеждению о существовании угрозы со стороны

других людей. С помощью психологических защитных механизмов (вытеснения, замещения, рационализации, проекции и др.) состояние тревоги может быть ослаблено.

Если тревога является эмоциональным состоянием, возникающим в ситуациях неопределенной опасности, то тревожность - это склонность индивида к переживанию самой тревоги. Тревожность характеризуется низким порогом возникновения реакции тревоги. Тревожность значительно повышается при нервно-психических и тяжелых соматических заболеваниях, а также у здоровых людей, переживающих последствия психологической травмы.

Страх, связанный с ожиданием панических приступов (см. § 1.2.3), пациенты обычно стараются скрывать. Но возникновение панических приступов непредсказуемо и происходит спонтанно. Это обстоятельство порождает тревожное состояние пациента, которое в свою очередь может провоцировать депрессию. Характерными признаками внезапного панического приступа являются недомогание, интенсивная тревога, вегетативные расстройства. В считанные минуты панический приступ достигает максимума и продолжается несколько минут.

Паническим расстройством средней тяжести (F 41.00) принято считать состояние индивида, когда в течение одного месяца спонтанно возникают до четырех панических приступов.

*Тяжелое паническое расстройство* (F 41.01) возникает, когда такие приступы повторяются до четырех раз в неделю на протяжении одного месяца [50, с. 153].

Так называемое *генерализованное тревожное расстройство* (F41.1) характеризуется следующими признаками:

1) в течение не менее полугода преобладают внутреннее психическое напряжение, повышенная озабоченность и опасения относительно повседневных событий и проблем;

2) происходит активизация вегетативных расстройств: усиленное сердцебиение, возникают потливость, тремор, сухость во рту, одышка, головокружение, тошнота, мышечное напряжение, острые хронические боли, беспокойство, неспособность к расслаблению, нервозность, психическое напряжение, чувство кома в горле или затруднения при глотании, пугливость, затруднения при необходимости сосредоточиться, чувство «пустоты» в голове, стойкая раздражительность, трудности с засыпанием и некоторые другие [там же, с. 155].

Больным со *смешанным* (тревожным и депрессивным) *расстройством* (F 41.2) ставятся оба диагноза (тревожное расстройство и депрессивное расстройство). Тактика лечения тревожных расстройств наряду с традиционными методами, применяемыми в клинике, предполагает применение прогрессивной релаксации, психодинамической психотерапии (элементов психоанализа).

Выявление причин, вызывающих у пациента беспокойство и тревогу, - важная задача врача и психолога. Один из способов выявления таких причин - *метод словесных ассоциаций*. Экспериментатор предлагает испытуемому сразу же произносить слова, которые приходят на ум как реакция на слова-стимулы, зачитываемые поочередно экспериментатором из стандартного списка. Ответы испытуемого фиксируются. Фиксируются и его эмоциональные проявления. Обращается внимание на характер ответных реакций на слова-стимулы:

- время ответной реакции (слишком большое или слишком малое);
- нет ответной реакции;
- ответ бессмысленный;
- повторная ответная реакция на различные слова-стимулы;
- разные ответные реакции на одни и те же слова-стимулы;
- непонимание слов-стимулов;
- повторение слов-стимулов вслед за экспериментатором и др.

Анализ результатов ответных реакций на умело подобранные слова-стимулы даст основную информацию для выявления истинных причин тревожного состояния индивида. Среди причин невротической тревоги чаще всего выступают вытесненные в подсознание определенные потребности, желания, воспоминания, которые ранее подвергались серьезному осуждению со стороны близких, родителей или других социальных общностей. Среди подавляе-

мых стимулов сексуальным побуждениям отводится центральное место, особенно в той среде, где царит пуританское воспитание.

Метод словесных ассоциаций был разработан отечественным психологом А. Р. Лурия. Его работы по изучению аффективных реакций человека на стрессовые ситуации легли в основу создания аппарата под названием «детектор лжи». К сожалению, в серийное производство аппараты были впервые пущены в США. Прибор позволяет фиксировать возникновение эмоциональных состояний в динамике речевых и двигательных процессов субъекта даже в тех случаях, когда он пытается скрыть свое эмоциональное напряжение.

В психолого-педагогической практике степень тревожности личности определяется по двум показателям - личностной и ситуативной тревожности. *Под личностной тревожностью понимается индивидуальная черта личности человека, отражающая его предрасположенность к отрицательным эмоциональным реакциям на различные житейские ситуации, несущие в себе угрозу для его «Я» (самооценки, уровня притязаний, отношения к самому себе и т. п.).*

*Ситуативная тревожность - это внутреннее, устойчивое состояние тревожности как поведенческая реакция на определенные житейские ситуации (серьезные переговоры с официальными лицами, разговоры по телефону, экзаменационные испытания, обращение с незнакомыми людьми противоположного пола и возраста и т. п.).* Определить уровень тревожности можно по тест-опроснику Спилбергера - Ханина (см. вторую часть пособия, п. 2.8.1). Для школьников уровень тревожности определяется по опроснику Филлипса (там же, п. 2.8.2).

## 1.2.5. Обсессивно-компульсивное невротическое расстройство (F 42)

*Невроз навязчивых состояний, или иначе - обсессивно-компульсивное расстройство проявляется в виде навязчивых страхов, опасений, мыслей, воспоминаний, представлений и действий.* Встречается достаточно редко, обычно у людей мыслительного типа, а также у лиц с тревожно-мнительными чертами характера. Пациент, страдающий различными формами расстройств личности, в той или иной степени подвержен и этому заболеванию. По данным психиатрической литературы, заболеваемость обсессивно-компульсивным расстройством составляет 0,05% населения. Однако пациенты часто скрывают свои болезненные проявления, обращаясь к психиатру лишь через 5-10 лет после начала расстройства. Полагают, что в действительности уровень заболеваемости этим расстройством является более высоким - до 2-3%. Выявлено, что треть пациентов заболевают в возрасте 10 - 15 лет, три четверти - в возрасте до 30 лет [50, с. 158].

Слово «обсессия» означает *наваждение, одержимость, влекущие за собой навязчивые состояния (мысли, размышления, идеи, опасения, сомнения, воспоминания и т. п.).* Обсессивный субъект не приемлет наваждение, но избавиться от него не может. Свою неспособность избавиться от нежелательного пристрастия он старается заглушить применением своеобразной психологической защиты - ритуальными действиями (компульсией). *Компульсия, таким образом, является спровоцированным обсессией поведением.* К примеру, у человека возникла навязчивая идея, что все вокруг кишит заразными микробами (обсессия), у него может развиться мания тщательно мыть руки (компульсия). Кстати, мытье рук - один из наиболее распространенных видов компульсии. Иногда такое мытье рук принимает опасные формы - на коже появляются болезненные раздражения.

Другой пример - навязчивая мысль о том, что дверь дома, возможно, осталась незапертой, а газ невыключенным, заставляет обсессивно-компульсивного невротика отпрашиваться с работы и возвращаться домой, чтобы убедиться: все в порядке, дверь закрыта, газ выключен. Но вот он отошел от дома несколько метров и стал сомневаться, а закрыл ли он дверь как

следует во второй раз, может быть, забыл запереть ее на второй, более надежный замок. И вот он возвращается снова, чтобы еще раз проверить, и т. д.

Или еще пример: у невротика неожиданно возникло желание совершить недостойный поступок или даже преступление. Постоянно навязчивую мысль о предстоящем недостойном поступке он не приемлет, даже презирает, но отгородиться от этой мысли не может, и вынужден совершать компульсивные, ритуальные действия как своеобразную психологическую защиту против опостылевших ему «преступных» мыслей. Такими ритуальными действиями могут быть, например, молитвенные заклинания, счет до определенного числа (до девяти, тринадцати и т. д.), прохождение до определенного места и т. п.

Таким образом, основное содержание обсессивно-компульсивного расстройства составляют постоянно возвращающиеся навязчивые мысли, идеи, чувства и повторяющееся ритуализованное поведение. Попытки противостоять обсессии и компульсии вызывают нарастание напряжения и беспокойство. Когда компульсии реализуются, уровень психического напряжения снижается.

Ю. В. Попов и В. Д. Вид выделяют четыре основные симптоматические группы обсессивно-компульсивных расстройств [50, с. 160-161].

1. Озабоченность возможным загрязнением (физиологические выделения, грязь, распространение заразы и т. п.), сопровождающаяся избеганием соприкосновения с «опасными» предметами, приводит пациентов к многократному и тщательному мытью рук. Иногда такое ритуальное мытье рук вызывает даже заболевание кожного покрова пальцев рук. Чаще всего в этой группе пациентов преобладают женщины.

2. Навязчивые сомнения, сопровождающиеся многократными компульсивными проверками (выключен ли свет и газ, хорошо закрыта ли дверь и т. п.). Больные озабочены тем, что забыли что-то сделать или, возможно, сделали не так, как надо. Это сопровождается навязчивым счетом, повторными контрольными проверками своих действий, бесконечным педантичным перекладыванием своих бумаг и т. д. Типичным в этом отношении является накопление ненужных вещей, которые занимают значительное место в жилище обсессивно-компульсивного невротика («а вдруг когда-нибудь вещи понадобятся»).

Пациенты первой и второй группы составляют 75% от всего контингента обсессивно-компульсивных.

3. Навязчивые мысли и представления в виде зрительных образов (например, агрессивный или сексуальный акт по отношению к близким), на которые пациент крайне болезненно реагирует. Отдельные представления могут вызвать у больного отвращение или оттолкнуть своей бессмысленностью.

4. Навязчивая медлительность, в которой воедино сливаются обсессивные и компульсивные компоненты, что является большим препятствием в любой повседневной деятельности больного. Так, обсессивно-компульсивный невротик затягивает на часы свое одевание, прием пищи, бритье и т. д. В этой группе пациентов преобладают мужчины. Уровень тревожности у этих пациентов относительно низок.

У обсессивно-компульсивных невротиков периодически могут возникать болезненные осложнения, приводящие их в тревожно-депрессивное состояние. Пациенты могут погрузиться в тягостные воспоминания о прошлом или в тревожные опасения за будущее (например, за предстоящий день рождения или какую-либо юбилейную дату).

Разграничение навязчивых и фобических расстройств представляет определенные трудности. Как те, так и другие пациенты испытывают страх перед угрожающим стимулом, но отвращения свойственно скорее обсессивным, чем фобическим больным. Кроме того, тревожно-фобическим невротикам лучше удается избегать угрожающих ситуаций.

Навязчивые мысли и компульсивные действия обычно встречаются не в изолированном виде, а сочетаются с навязчивыми страхами и сомнениями. Это иногда приводит к тикам,

особенно в детском возрасте. Тики напоминают обычные движения, но в утрированном виде. Например, больные дотрагиваются до головы, будто проверяют, хорошо ли сидит шляпа, прикручивают или приглаживают усы, моргают глазами, словно в них попала соринка, и т. п. Могут наблюдаться патологические привычные действия, например, беспрестанное оплевывание, облизывание губ и т. п. Эти действия следует отличать от истинно компульсивных, когда они сопровождаются тягостным чувством болезненности. При патологических привычных действиях, которые приведены выше, чувство болезненности не возникает.

Навязчивые состояния сопровождаются и невротическими симптомами - повышенной раздражительностью, утомляемостью, чувством общей слабости, бессонницей. Настроение бывает подавленным, возникает чувство собственной неполноценности. Невроз навязчивых состояний может ограничиться однократным приступом и при своевременном лечении проходит. Без лечения обсессивно-компульсивное расстройство продолжается от нескольких недель до нескольких месяцев, а при затяжной форме - до нескольких лет.

Близким к неврозу навязчивых состояний является и невроз ожиданий, когда больной с тревогой следит за собой и ждет, повторится ли ранее пережитое неприятное чувство. Как разновидность невроза может возникнуть навязчивое ожидание неудачи. Такие люди в своей деятельности ставят цель избежать неудачи. Согласно теории мотивации достижения успеха в различных видах деятельности, разработанной американскими учеными Д. МакКлелландом и Д. Аткинсоном, люди, мотивированные на избегание неудачи, проявляют неуверенность в себе, не верят в возможность добиться успеха, боятся критики, не испытывают удовольствия от деятельности, в которой возможны временные неудачи.

## 1.2.6. Диссоциативные (конверсионные) расстройства (F 44)

*Диссоциативные (конверсионные) расстройства или в традиционной терминологии - различные виды истерии представляют собой патологические состояния психики человека, характеризующиеся повышенной внушаемостью, слабостью сознательной регуляции поведения. Для истерического невроза характерно несоответствие между малой глубиной переживаний и яркостью их внешних проявлений: громкие крики, плач, мнимые обмороки, выразительные жесты по поводу незначительных, в действительности мало волнующих невротика событий. По частоте среди невротических расстройств диссоциативные расстройства занимают второе место после неврастении. Характерные признаки диссоциативных или так называемых конверсионных расстройств приводятся по данным Ю. Б. Попова и А. А. Чуркина [50; 68].*

Диссоциативные расстройства в основном возникают в молодом возрасте, причем у женщин чаще, чем у мужчин. К появлению этих расстройств предрасполагают истерические черты характера: повышенная чувствительность, впечатлительность, внушаемость и самовнушаемость, неустойчивость эмоций (лабильность), легкая возбудимость, эгоцентризм, стремление привлечь к себе внимание окружающих. Инфантилизм также способствует возникновению истерии, когда эмоции и поведение напоминают детские поступки, не соответствующие возрасту. Диссоциативные (конверсионные) расстройства (F 44) возникают не только в рамках невроза, но и при истерическом типе психопатии (F 60.4).

Симптомы диссоциативных расстройств чаще всего напоминают проявления самых различных болезней, которых у больного в самом деле нет. Эмоции у истерика «распространяются» на область не только психических, но и соматических (телесных) функций. Иногда у больного возникают истерические алгии (боли) - в области спины, живота, сердца, головы, рук и ног, языка и т. д. Больные обращаются к врачам разных специальностей, требуют от хирургов операции или подробного обследования.

Диссоциативные расстройства принято подразделять на виды. Рассмотрим некоторые из них.

**Диссоциативная амнезия (F 44.0)** или *истерическое сумеречное помрачение сознания* - это неспособность вспомнить лично важную информацию, возникающая вследствие травматического или стрессогенного переживания. Такое расстройство памяти считается диссоциативным нарушением. Состояние диссоциативной амнезии может возникнуть внезапно и в большинстве случаев быстро проходит. В состоянии амнезии больной не реагирует на окружающую среду, не осознает, где находится, что делает, который сейчас час. Со стороны может казаться, что поведение больного нормальное и упорядоченное. Такое состояние длится иногда несколько часов. Позже больные не могут вспомнить, что с ними было, что они делали, как оказались в незнакомых местах. Подобные психические нарушения сознания встречаются реже, чем истерическое сужение сознания с частичным сохранением реакции на происходящее, когда пациенты вспоминают подробности случившегося.

Диссоциативная амнезия часто встречается во время войны, наблюдается у пациентов и во время природных или социальных катастроф. Нередко она отмечается у подростков и лиц молодого возраста, у женщин чаще, чем у мужчин. Среди госпитализированных участников боевых действий диссоциативные амнезии составляют от 5 до 20%.

Диссоциативная амнезия может возникнуть и в результате панической реакции на собственные переживания (агрессивные или сексуальные), субъективно неприемлемые с морально-этических позиций. Наиболее часто встречается так называемая локализованная амнезия, характеризующаяся потерей памяти на короткий промежуток времени. В 80% случаев амнезия длится от одних до семи суток. При амнезическом кризе пациент может выглядеть дезориентированным, спутанным, бесцельно блуждающим, может не узнавать знакомых людей. Амнезия в отдельных случаях приносит пациенту облегчение, например, при утрате памяти о смерти близких или удалении солдата в состоянии амнезии из района боевых действий [50, с. 174].

Иногда внешне пациент выглядит вполне нормально, сохраняет привычное поведение и способен удовлетворительно заниматься трудовой деятельностью.

**Диссоциативная fuga (F44.1)** - это *внезапное бегство из дома, с работы или из другого места после бытового психосоциального стресса* (оскорбление, эмоционально значимая потеря, неудача, семейный конфликт и т. п.) или иного психогенного фактора. •

Больной во время фуги не осознает расстройства памяти, внешне может выглядеть вполне нормально. Во время путешествия, которое совершает больной в состоянии диссоциативной фуги, он может называть себя новым именем, чтобы избежать возвращения из места побега, может заниматься делами, даже не свойственными его профессии, вовлекаться в сложные социальные контакты. В редких случаях наблюдаются вспышки агрессивности. Длительность фуги составляет обычно от нескольких часов до нескольких дней, в редких случаях - до нескольких месяцев. При этом больной в состоянии преодолевать большие расстояния. Во время фуги диссоциативный невротик может просто бродяжничать, тратить деньги на выпивку с незнакомыми людьми. В последующем пациенты, как правило, не могут вспомнить, что с ними произошло.

Установление диагноза фуги представляет определенные трудности, Это связано с тем, что поведение пациента внешне выглядит вполне прилично. Следует обращать внимание на частичную или полную диссоциативную амнезию, связанную с обстоятельствами побега, которая, как обычно, совмещается с диссоциативной фугой.

**Диссоциативный ступор (F44.2)** - одна из разновидностей истерического невроза, при которой после сильной психической травмы (например, смерти близкого человека, сильного испуга, стихийного бедствия, пожара, утраты всего имущества и т. п.) внезапно возникает состояние резкого огнетения, выражающееся в полной неподвижности, ослабленной реакции на раздражители. Больные совершенно неподвижны, молчат и не реагируют на окружающую

шее. На их лицах - застывшая маска страдания, пульс учащен, зрачки расширены. Такое состояние может длиться от нескольких часов до нескольких дней и даже недель.

**Синдром Ганзера (F 44.80)** - это симптом неверных ответов. Обычно развивается быстро, сразу же после психической травмы. Чаще встречается у мужчин, особенно находящихся в тюремном заключении. К синдрому Ганзера по своим проявлениям близка *псевдодеменция (мнимое слабоумие)*. При этом ответы на простейшие вопросы нарочито нелепы. Например, на вопрос, сколько будет дважды два, может последовать ответ: «Пять», хотя пациент имеет высшее образование и по профессии математик. Больной сам осознает нелепость ответов, его поведение напоминает поведение капризного ребенка, который все делает наоборот, хотя прекрасно понимает, о чем его просят. При настоящем слабоумии больные не понимают многих вопросов и могут делать совсем не то, чего от них ждут. При псевдодеменции вопросы, которые задают пациенту, ему понятны, действия, связанные с воспроизведением ответов, происходят на под-сознательном уровне. Ложное слабоумие может длиться несколько дней, но без лечения продолжается несколько месяцев и постепенно заканчивается. После прекращения этого состояния никаких интеллектуальных нарушений у больного не наблюдается. Иногда люди, далекие от медицины, говорят, что человек от горя «повредился в рассудке». Однако это не так. Мы имеем дело с проявлением истерического невроза - *псевдодеменцией*, которая при правильном лечении быстро проходит без всяких последствий [24, с. 26].

Любым истерическим нарушениям свойственна яркая эмоциональная окраска. Эмоции больных чрезмерны и рассчитаны на сочувствие окружающих. Классическим примером является истерический припадок. Припадки при диссоциативных расстройствах разнообразны. Но в отличие от припадков при эпилепсии они никогда не возникнут, если больной будет находиться в одиночестве. Ему всегда нужны зрители, публика. Во время припадка больной внезапно падает на пол и начинает биться в судорогах, пугая окружающих. Но он никогда сильно не ушибается и не ударяется головой. Он выбирает себе место, куда можно упасть, не нанеся себе серьезных повреждений. Больные выгибаются дугой, судороги их разнообразны, характеризуются театральностью, нарочитостью. Тот, кто хотя бы раз видел настоящий припадок эпилептика, сразу распознает истерический припадок. Сознание больного не нарушено, они полностью воспринимают окружающих и способны реагировать на действия людей. Например, если припадки вызовут насмешки и нежелательные для больного комментарии, он может тут же прекратить припадок и встать. Прикуса языка и непроизвольного мочеиспускания не происходит, как это наблюдается при эпилепсии (там же, с. 26-27).

При диссоциативных расстройствах могут быть и различные параличи, напоминающие картину после инсульта. Но эта картина введет в заблуждение только неспециалиста. При ложном параличе «парализуется» рука или нога, либо только часть конечности до сустава, иногда - половина тела. При этом невропатолог или психиатр не обнаруживает характерных патологических рефлексов и изменения сухожильных рефлексов, свойственных истинным параличам. Нет и атрофии мышц, снижения их силы, как это бывает при настоящем параличе»

Иногда при диссоциативных расстройствах проявляется и *гиперкинез - чрезмерная и неадекватная двигательная активность*. Обычно гиперкинез в таких случаях характеризуется импульсивностью и неугомонностью при сниженном объеме внимания (вычурные движения рук, подергивание отдельных мышц, приступы дрожи и т. п.).

При диссоциативных расстройствах могут возникнуть и состояния *абазии-астазии - истерические состояния психики, при которых больные ощущают слабость в руках и ногах*. Ноги становятся как бы ватными, больные пошатываются или совсем не могут идти, у них подкашиваются ноги.

Реже встречаются *истерические параличи языка, мышц шеи* (кривошея), тугоподвижность суставов. Могут возникнуть и такие расстройства, как истерическая глухота, слепота и немота. Иногда эти нарушения бывают слабо выражены и проявляются в виде заикания, запи-

нок в разговоре, затрудненном произношении отдельных слов, а также в виде сужения поля зрения.

При отграничении диссоциативных расстройств от истинных болезней следует обращать внимание на то, что все проявления истерического невроза нарочитыми, пациент как бы демонстрирует окружающим: «Вот до чего меня довели своим нечутким отношением! Меня парализовало!» Или: «Именно по вашей вине у меня такие невыносимые боли и неизлечимая болезнь». В отсутствии зрителей, когда больному некому продемонстрировать свои недуги, он может и «забыть» о них, если переключит свое внимание на что-либо другое. Если же за больным наблюдают, все расстройства снова становятся отчетливыми.

Особенностью диссоциативных нарушений является их прекращение под влиянием гипноза, чего нельзя сказать о настоящих органических расстройствах. Успешное лечение больных с диссоциативными расстройствами может проводить только психиатр. Случается, что врачи общемедицинской практики годами безуспешно лечат таких пациентов от мнимых болезней и уже сам больной начинает верить в свою «неизлечимую» болезнь. Если пациент после первого проявления невроза получает повышенное внимание и заботу окружающих, подобный способ реагирования закрепляется, и в будущем он уже по любому пустяку станет повторять такие же реакции. С самого начала больному не следует оказывать повышенное внимание. Ему надо спокойно объяснить, что он слишком переволновался, никакого тяжелого заболевания у него нет, а расстройство здоровья возникло из-за психотравмирующих ситуаций. Не стоит травмировать болезненное самолюбие таких больных, называя их истериками. Они совершенно не переносят слов «истерия», «истерик» и в ответ обычно бурно реагируют. Лучшие всего порекомендовать им подлечить «расшатавшиеся нервы». Лечение диссоциативных расстройств обычно занимают врачи-психотерапевты. Врачам общемедицинской практики ни в коем случае не следует лечить больных с диссоциативными расстройствами как больных с истинными соматическими заболеваниями. Как только врач убедится в истерической природе нарушений, необходимо порекомендовать пациенту обратиться к психиатру. В психиатрических больницах и клиниках существуют специальные отделения санаторного типа для больных с невротическими расстройствами\*.

## 1.2.7. Неврастения (F48.0)

Неврастения или астенический невроз - самая распространенная форма неврозов. Она характеризуется повышенной раздражительностью, быстрой утомляемостью и истощаемостью. Возникает на фоне нервного перенапряжения, при переутомлении, перегрузке на работе или в учебе. Нервное перенапряжение бывает у людей, чья профессия связана с постоянной психической нагрузкой (коммерсанты, редакторы и издатели, тележурналисты, дилеры, менеджеры и др.). У них нет возможности передохнуть: кончается одно важное дело, тут же необходимо приступить к новому, часто несколько дел ведутся одновременно и т. п. Разная степень выраженности неврастенических нарушений в таких условиях наблюдается практически у каждого человека, работа которого связана с психологической нагрузкой. Наряду с переутомлением развитию неврастении способствуют эмоциогенные и психотравмирующие факторы - тревога за успех порученного дела, опасения не справиться с заданием, страх перед последствиями неудачи и др.

Основными симптомами неврастении являются раздражительная слабость, утомляемость и повышенная истощаемость. Они проявляются в чрезмерном реагировании по случайному и малозначительному поводу, в раздражительности, несдержанности эмоций, повышенной и

\* Описание особенностей диссоциативных расстройств (истерического невроза) приводится по Д. Д. Енигеевой [24].

ранее не свойственной возбудимости. При неврастении даже бурные эмоциональные проявления обычно непродолжительны и быстро сходят на нет. Повышенная возбудимость может без всякой причины или по незначительному поводу перейти в слезы и рыдания. Неврастеники невыдержанны, по ничтожному поводу сильно расстраиваются, обижаются, плачут. Они испытывают постоянное недовольство собой, чувство безысходности, делаются нетерпеливыми, суетливыми. Наблюдаются затруднения в интеллектуальной сфере. Неврастеники становятся рассеянными, не могут сосредоточиться, сконцентрировать свое внимание, часто теряют нить разговора, не в состоянии вспомнить то, о чем только что говорили. Начав работу, через несколько минут они ловят себя на мысли, что думают совсем о другом.

Ю. В. Попов и В. Д. Вид выделяют следующие критерии, по которым можно диагностировать неврастеников [50, с. 196]:

1. Либо стойкое и мучительное чувство снижения умственной продуктивности после незначительных умственных усилий, либо стойкая, мучительная усталость и слабость после незначительной физической нагрузки.

2. Наличие не менее одного из следующих симптомов:

- острые или хронические мышечные боли;
- оцепенение, онемение;
- головная боль, вызванная мышечным напряжением;
- нарушение сна;
- неспособность расслабиться;
- раздражительность;
- длительность расстройства превышает 3 месяца;
- расстройство не соответствует критериям органического, аффективного или тревожного синдромов.

При неврастении нарушается сон. Больные долго не могут заснуть, даже тишина не способствует засыпанию. При малейшем шуме или из-за неприятных сновидений больные просыпаются среди ночи. Утром встают вялыми, уставшими, сон не восстанавливает силы. У многих неврастеников наблюдается постоянная или периодическая боль стягивающего характера, усиливающаяся при волнении. Иногда возникает шум в ушах.

В динамике неврастения выделяют три стадии. Начальная стадия характеризуется раздражительностью, повышенной возбудимостью. На второй стадии наблюдается раздражительная слабость, повышенная чувствительность к внешним раздражителям, эмоциональная несдержанность. В третьей стадии наблюдается вялость, слабость, апатия, снижение интереса к окружающему, повышенное чувство усталости, быстрая утомляемость при любой работе, снижение трудоспособности, сонливость, постоянно подавленное настроение.

Неврастения сопровождается вегетативными расстройствами - сердцебиением с перебоями, повышенным или пониженным артериальным давлением, одышкой, потливостью, холодением рук и ног, болезненными ощущениями в желудочно-кишечном тракте. При волнении или физической нагрузке эти расстройства усиливаются, а в дальнейшем быстро исчезают.

У людей со слабой нервной системой неврастения может продолжаться многие годы. У них наблюдается быстрый переход от повышенной возбудимости к слабости и истощаемости.

У людей с сильной нервной системой прогноз более благоприятный. При снижении психологической нагрузки в сочетании с санаторно-курортным лечением, отпуском и сменой обстановки все симптомы неврастения могут пройти.

В целом прогноз болезни благоприятный, в 75% случаев наступает полное выздоровление или значительное улучшение, у 17 - 19% могут быть повторные случаи неврастения. И лишь у 6 - 8% больных улучшений не наблюдается [Д. Д. Еникеева, 24]. В случае, когда болезнь вовремя не лечится, она принимает тяжелые формы. Если она длится свыше пяти лет, то подается лечению с трудом, и тогда психиатры говорят о неврастеническом развитии

личности. При легких признаках неврастении достаточно упорядочить режим отдыха, труда и сна. Но самое главное в лечении неврастении - устранение причин, вызвавших эмоциональное напряжение и переутомление. Необходимо помнить главный принцип медицины: любое заболевание легче предупредить, чем потом долго лечить. При выраженной неврастении не следует заниматься самолечением, лучше всего обратиться к специалисту, который окажет квалифицированную помощь.

Исследуя особенности детского невроза, В. А. Гурьева [18] отмечает, что развитие болезненного состояния по типу астенического невроза может наблюдаться у детей, перенесших острые шоковые психозы или затяжные реактивные состояния, с самого раннего возраста (с двух-трех лет). Чаще всего это наблюдается у лиц со слабым типом нервной системы, у детей, ослабленных тяжелыми соматическими или психогенными заболеваниями. Такие дети пассивны, робки, не уверены в себе, не пытаются преодолеть какие-либо посильные для их возраста трудности, чрезвычайно внушаемы. Роль психогенной травмы не всегда играют сильные психотравмирующие ситуации («удары судьбы»). Любой значимый для ребенка факт может стать травмирующим (помещение в детское учреждение, пропаж любимой собачки или котенка и пр.).

У детей и подростков, как и у взрослых, клиническая картина астенического невроза во многом совпадает. На первом месте оказывается повышенная истощаемость, утомляемость и раздражительная слабость. Последняя проявляется как реакция ребенка на «непосильные» требования окружающих в виде вспышек раздражения с последующими слезами и раскаянием. Перечисленные симптомы обычно сопровождаются соматическими расстройствами - потливостью, холодными кистями рук и стопами ног, сердцебиением, болями в животе. Наблюдаются расстройства желудочно-кишечного тракта. Все это позволяет ребенку избегать посильного труда. От него ничего не требуют, его опекают и жалеют.

Старшие дети и подростки с неврастением слывут слабыми, нервными, но не все знают, что они могут неожиданно напрячь свои силы и в каком-то рывке сделать то, что не по силам даже способным ученикам. Они замкнуты, но жаждут общения, нерешительны, но честолюбивы и ранимы. Они часто и много фантазируют, но никто не знает, как им хочется стать героем, душой общества [18, с. 176-177].

## 1.3. АКЦЕНТУАЦИЯ ХАРАКТЕРА

### 1.3.1. Характерологические особенности личности

Под *характером* понимается совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливая типичные для человека способы поведения. Формирование характера во многом предопределяется образом жизни человека. По мере того как формируется образ жизни человека, формируется и соответствующий его характер. Это происходит на разных уровнях развития социальных групп (семья, школа, спортивная команда, трудовой коллектив и т. п.). Многое здесь зависит от того, какие социальные группы для человека являются референтными. Характер проявляется в манерах поведения, в привычках, поступках и действиях.

Важной особенностью характера является тесная связь его с психологическими свойствами личности, которые в совокупности составляют предмет психологии индивидуальных различий. Прежде всего, следует отметить связь характера с темпераментом. Под *темпераментом* понимаются индивидуальные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, особенности поведения и степень уравновешенности реакций на жизненные воздействия. И характер, и темперамент зависят от физиологических особенностей личности, от типов высшей нервной деятельности. Если темперамент является в основном прижизненным образованием, закреплён генетически, то характер формируется на протяжении всей жизни человека.

Характер и темперамент человека определяют типичные реакции на соответствующие жизненные ситуации. Темперамент определяет лишь динамические особенности поведения индивида (уровень общей психической активности, скорость реакций, темп работы и др.), в то время как характер обуславливает осознанные поступки людей в соответствии с их морально-этическими и нравственными нормами, социальными ценностями, потребностями и интересами.

Свойства темперамента являются наследственными, поэтому чрезвычайно плохо поддаются изменению. Исходя из этого, усилия человека должны быть направлены не на изменение, а на выявление и осознание особенностей своего темперамента. Это позволит выявить те характерологические свойства, которые присущи тому или иному типу высшей нервной деятельности (ВНД).

Так для сильного, уравновешенного, подвижного типа ВНД (сангвинический темперамент) характерологическими чертами скорей всего будут следующие:

Позитивные	Негативные
—высокая подвижность	—деятелен при условии интересного дела
—высокая адаптивность (легкая)	—тяготится однообразием
—приспособляемость)	—испытывает малую склонность к самоуглублению
—общительность	—в действиях бывает резок
—доброжелательность	—отсутствие усидчивости
—жизнерадостность	—недостаточная настойчивость
—выразительность мимики и пантомимики	

Для сильного, уравновешенного, инертного типа ВНД (флегматический темперамент) характерологическими скорей всего будут такие черты:

- | Позитивные                                | Негативные                                  |
|---|---|
| - ровен в отношениях                      | - инертность                                |
| - в меру общителен                        | - малоподвижность                           |
| - не обидчив                              | - требует время для сосредоточения внимания |
| - отличается высокой работоспособностью   | - медленно принимает решения                |
| - настойчив                               |   |
| - способен к большому напряжению в работе |   |

Точно также для сильного, неуравновешенного типа ВНД (холерический темперамент) наиболее вероятными характерологическими чертами будут:

- | Позитивные                       | Негативные  |
|----------------------------------|---|
| - высокая активность             | - цикличность в работе, в переживаниях, настроениях |
| - энергичность                   | - вспыльчивость                                     |
| - быстро уясняет обстановку      | - резкость в отношениях                             |
| - инициативен                    | - неустойчивость в поведении                        |
| - общителен                      |   |
| - решителен                      |   |
| - возбужденная убедительная речь |   |

Для слабого типа ВНД (меланхолический темперамент) скорей всего характерологическими чертами будут:

- | Позитивные   | Негативные  |
|--|---|
| - высокая чувствительность                         | - легко раним и застенчив                               |
| - сердечность                                      | - мнителен и замкнут                                    |
| - тонкая восприимчивость                           | - пониженная активность                                 |
| - в привычной обстановке - исполнительный работник | - неуверенность движений                                |
|  | - низкая работоспособность (в неблагоприятных условиях) |

Конечно, деление характерологических черт личности на позитивные и негативные здесь носит несколько условный характер. Каждый из типов темперамента имеет свои достоинства. Характерологические черты, в наибольшей степени свойственные тем или иным темпераментам, при определенных условиях могут проявляться достаточно ярко, при других условиях - в незначительной степени. При этом не следует забывать, что в чистом виде типы темперамента не существуют. Между четырьмя типами располагаются до 16-ти промежуточных форм, вариаций основных типов. Соотношение различных типов темперамента у одного и того же индивида можно определить, например, с помощью теста «Формула темперамента»\*. Таким образом, отнестись конкретного человека к тому или иному типу темперамента можно лишь условно, определив, какие характерологические особенности в наибольшей степени присущи индивиду. Учитывая эти особенности, можно подбирать наиболее приемлемые виды работ для сотрудников. К примеру, холерику очень трудно, особенно в начале, осуществлять деятельность, требующую плавных движений, замедленного и спокойного темпа, поскольку его природные особенности противоположны требуемым качествам. Такую работу лучше поручить

\* Столяренко Л. Д. Основы психологии: Учеб. пособие. - Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. - С. 444-446.

чать обладателям слабой нервной системы, слабых нервных процессов с преобладанием внешнего торможения. Обладая высокой чувствительностью (чего нет у холериков), меланхолик в привычной обстановке может успешно и качественно выполнять монотонную работу, требующую плавных, размеренных движений и постоянного контроля за качественными характеристиками технологических процессов.

Психологами выявлено, что наиболее общие свойства характера располагаются по осям: сила - слабость, твердость - мягкость, цельность - противоречивость. Сила характера - это энергия, с которой человек добивается поставленных перед собой целей. При встрече с трудностями вся энергия человека с сильным характером направляется на их преодоление, в то время как при слабом характере чаще всего это становится невозможным из-за неустойчивости взглядов и нерешительности, малодушия или трусости. Твердость характера предполагает упорство в достижении целей, отстаивание взглядов и т. п., в то время как мягкость характера проявляется в приспособлении к изменяющимся условиям жизнедеятельности, в нахождении разумных компромиссов в житейских ситуациях. Такая черта, как цельность, означает проявление основных, ведущих черт в достижении цели, что в немалой степени способствует формированию целеустремленности индивида. Противоречивость характера проявляется в частой смене ведущих и второстепенных черт характера.

Решительный по своему характеру человек переходит от побуждений к действиям без сколько-нибудь выраженной борьбы мотивов. В этом отношении можно привести пример из учения Д. МакКлелланда и Д. Аткинсона о мотивации достижения успеха. У человека с решительным характером, как правило, вырабатывается реалистический уровень притязаний. Уровень притязаний тесно связан с самооценкой личности и мотивацией достижения успехов в различных видах деятельности. Люди, мотивированные на успех, ставят перед собой цели, достижение которых однозначно расценивается ими как успех. Они стремятся во что бы то ни стало добиться успеха в своей деятельности, они смелы и решительны, рассчитывают получить одобрение действий, направленных на достижение поставленных целей. Для них характерны мобилизация всех своих ресурсов и сосредоточенность внимания на достижении поставленных целей.

Совершенно иначе ведут себя люди, мотивированные на избегание неудачи. Для них явно выраженная цель деятельности заключается не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи.

Человек, изначально мотивированный на избегание неудачи, проявляет неуверенность в себе, не верит в возможность добиться успеха, боится критики, не испытывает удовольствия от деятельности, в которой возможна временная неудача.

Таким образом, индивиды, ориентированные на достижение успеха, способны правильно оценить свои способности, успехи и неудачи, адекватно оценивают себя. У них выявляется реалистический уровень притязаний. Напротив, люди, ориентированные на избегание неудачи, неадекватно оценивают себя, что, в свою очередь, ведет к нереалистическим притязаниям (завышенным или заниженным). В поведении это проявляется в отборе только трудных или слишком легких целей, в повышенной тревожности, неуверенности в своих силах, тенденции избегать соревнований, в некритичной оценке достигнутого, ошибочности прогноза и т. п.

Характерологические особенности человека, определяющие структуру личности, могут быть определены с помощью личностных тестов. К личностным тестам относятся психодиагностические методики, направленные на оценку эмоционально-волевых компонентов психической деятельности индивида (отношений, мотивации, интересов, способностей поведения и т. п.) в определенных социальных ситуациях. С помощью таких тестов определяются устойчивые индивидуальные особенности человека, определяющие его поступки и поведение.

Среди личностных тестов особое место занимают многофакторные личностные опросники, дающие разнообразную комплексную оценку степени развитости психологических свойств личности. К ним относятся многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла (в различных

модификациях), Миннесотский многофакторный (многопрофильный) опросник MMPI, личностные опросники Г. Айзенка, патохарактерологический диагностический опросник А. Е. Личко, диагностический опросник расстройств личности и другие. Некоторые из них приведены во второй части пособия.

Среди методик, выявляющих отдельные устойчивые характерологические черты личности, важное место с точки зрения определения поведенческих характеристик человека принадлежит тестам по определению депрессивных состояний, тревожности и агрессии. Они также представлены во второй части пособия.

## 1.3.2. Акцентуация характера и акцентуированная личность

Вариативность черт характера проявляется не только в их качественном многообразии, но и в количественной выраженности. Когда количественная выраженность той или иной черты характера достигает предельных величин, оказывается на границе нормы, то мы имеем так называемую *акцентуацию характера*. Под *акцентуацией характера* понимается чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психологии и поведении человека. В отдельных случаях акцентуированные черты характера могут быть приняты за свойства темперамента. Поэтому при изучении темперамента и характера следует тщательно отграничивать свойства темперамента от тех характерологических черт личности, которые явно относятся к акцентуированным.

Широко известна классификация акцентуации характера, разработанная немецким ученым К. Леонгардом. Эта классификация основана на оценке стиля общения человека с окружающим миром:

1. *Застревающий (ригидный) тип (З)*. Характеризуется умеренной общительностью, склонностью к нравоучениям, неразговорчивостью. Этот тип в конфликтах обычно выступает инициатором. Стремится добиться высоких показателей в любой деятельности, за которую берется, предъявляет повышенные требования к себе. Чувствителен к социальной справедливости. Обидчив, уязвим, подозрителен, мстителен. Иногда чрезмерно самонадеян, честолюбив, ревнив, предъявляет непомерно высокие требования к близким и подчиненным на работе.

2. *Возбудимый тип (В)*. Данному типу присуща низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций. Нередко они являются настоящими занудами, угрюмы, склонны к брани, конфликтам, в которых сами становятся активной, провоцирующей стороной. Неучтивы в коллективе, властны в семье. В эмоционально спокойном состоянии люди данного типа добросовестны, аккуратны, любят животных, маленьких детей. Однако в состоянии эмоционального возбуждения раздражительны, вспыльчивы, плохо контролируют свое поведение.

3. *Демонстративный тип (Дм)*. Иногда этот тип называют истероидным. Люди данного типа легко устанавливают контакты, стремятся к лидерству, испытывают жажду власти и похвал. Демонстрируют высокую приспособляемость к окружающим и вместе с тем - склонность к интригам при внешней мягкости общения. Такие люди раздражают окружающих своей самоуверенностью, высоким уровнем притязаний. Систематически сами провоцируют конфликты, но при этом активно защищаются. Общительны, артистичны, обходительны, проявляют неординарность в мышлении и поступках. Однако негативные их черты (эгоизм, лицемерие, хвастовство, отлынивание от работы) отталкивают многих.

4. *Педантичный тип (П)*. В конфликты вступают редко, на службе ведут себя как бюрократы, предъявляют окружающим многие формальные требования. Вместе с тем охотно уступают лидерство другим людям. Иногда изводят домашних чрезмерными требованиями аккурат-

ности. Привлекательные черты: добросовестность, аккуратность, серьезность, надежность в делах. Негативные: формализм, брюзжание.

5. *Гипертимный тип* (Г). Этот тип характеризуется чрезмерной контактностью, словоохотливостью, выраженностью жеста, мимики и пантомимики. Часто люди данного типа отклоняются в разговоре от первоначальной темы. Бывают инициаторами конфликтов, огорчаются, если по этому поводу им делают замечания. Положительные черты: энергичность, жажда деятельности, оптимизм, инициативность. Негативные: легкомыслие, прожектерство, недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

6. *Дистимный тип* (Ди). Его характеризует низкая контактность, немногословие, доминирующее пессимистическое настроение. Такие люди обычно являются домоседами, тяготеют к чужим обществам, легко вступают в конфликты с окружающими, ведут замкнутый образ жизни. Высоко ценят тех, кто с ними дружит, готовы им подчиняться. Привлекательные черты: серьезность, добросовестность, обстоятельное чутье, обостренное чувство справедливости. Негативные черты: пассивность, замедленность мышления, неповоротливость, индивидуализм.

7. *Циклоидный (циклотимический, аффективно-лабильный, неустойчивый) тип* (Ал). Этому типу свойственны частые смены настроения, манеры обращения с людьми. Общительны в периоды повышенного настроения, в периоды подавленного настроения замкнуты. Во время душевного подъема ведут себя как люди с гипертимной акцентуацией характера, а в период спада - с дистимной.

8. *Экзальтированный (аффективно-экзальтированный) тип* (Аэ). Этому типу свойственны высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Они часто спорят, но не доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной. Вместе с тем они привязаны и внимательны к близким и друзьям. Альтруистичны, сострадательны, имеют хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Негативные черты: паникерство, приверженность к сиюминутным настроениям.

9. *Тревожный тип* (Т). Для людей данного типа характерна низкая контактность, робость, неуверенность в себе, минорное настроение. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них лишь пассивную роль. Привлекательные черты: дружелюбие, самокритичность, исполнительность. Часто такие люди бывают козлом отпущения, мишенью для шуток.

10. *Эмотивный тип* (Эм). Люди с таким типом акцентуации характера предпочитают общение в узком кругу избранных, которых они понимают с полуслова. Редко вступают в конфликты, а если это происходит, играют в них пассивную роль. Обиды носят в себе. Привлекательные черты: сосредоточенность, обостренное чувство долга, исполнительность. Рады чужим успехам. Негативные черты: чрезмерная чувствительность, слезливость.

11. *Экстравертированный тип*. Отличается высокой контактностью. У таких людей масса друзей и знакомых. Они словоохотливы до болтливости, открыты для любой информации. В общении часто уступают роль лидера другим, предпочитают подчиняться, находиться в тени. Привлекательные черты: готовность внимательно выслушать другого, исполнительность. Негативные: подверженность влиянию, легкомыслие, необдуманность поступков, страсть к развлечением, к распространению сплетен и слухов.

12. *Интровертированный тип*. Люди этого типа характеризуются очень низкой контактностью, замкнутостью, оторванностью от реальности, склонностью к философствованию. Любят одиночество, редко вступают в конфликты и то только при попытках других бесцеремонно вмешиваться в их личную жизнь. Привлекательные черты: сдержанность, наличие твердых убеждений, принципиальность. Негативные черты: упрямство, ригидность мышления, упорное отстаивание своих идей.

Классификация акцентуации характера, разработанная известным отечественным психиатром А. Е. Личко, по своему содержанию близка к классификации К. Леонгарда. Было выявлено,

что чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы норм отклонения в поведении человека, граничащие с патологией, чаще всего наблюдаются в подростковом и юношеском возрасте. Достоинством данной классификации является то, что типы акцентуаций адекватно соотносятся с характерными признаками психопатий для лиц данного возраста. Сопоставление типов акцентуированной личности по К. Леонгарду и типов акцентуации характера по А. Е. Личко выглядит следующим образом (табл. 1).

*Дистимный тип* в классификации К. Леонгарда соответствует конституционально-депрессивному типу по П. Б. Ганнушкину, а застревающий тип - паранойяльному. Причем последний проявляется лишь к 30-40 годам - в период полной социальной зрелости. Оба этих типа в подростковом возрасте практически не встречаются. Вот почему в классификации А. Е. Личко, исследующего проблемы подростковой психиатрии, они не описываются. В подростковом возрасте достаточно широко распространены *неустойчивый, конформный и астено-невротический* типы, которые и вошли в классификацию А. Е. Личко. Причем в его классификации циклоидный и конформный типы встречаются только в виде акцентуаций. Здесь следует еще раз напомнить, что классификация акцентуаций характера по А. Е. Личко соответствует классификации психопатий (типы акцентуаций характера соответствуют видам психопатий). Астено-невротический и психастенический (педантичный - по классификации Леонгарда) типы характерны тем, что на их основе могут возникать соответствующие неврозы (в основном неврастения и истерия).

*Таблица 1*  
*Сопоставление типов акцентуаций характера по Леонгарду и Личко*

Тип акцентуированной личности по Леонгарду	Тип акцентуации характера по Л. Е. Личко
демонстративный	астероидный
педантичный	психастенический
застревающий	—
возбудимый	эпилептоидный
гипертимический	пшертимный
дистимический	—
аффективно-лабильный	циклоидный
аффективно-экзальтированный	лабильный
эмотивный	лабильный
тревожный (боязливый)	сенситивный
экстравертированный	гипертимно-конформный
интровертированный	шизоидный
—	неустойчивый
—	конформный
—	астено-невротический

При клинической и психологической диагностике типов акцентуаций характера наиболее точным и наиболее распространенным является клинический метод, который строится из опроса клиента (подростка), опроса родителей (и других заинтересованных лиц), осмотра подростка и наблюдения за их поведением [41, с. 111-122].

В классификации А. Е. Личко акцентуация *исгероидная* соответствует демонстративному типу акцентуации по Леонгарду. Здесь характерна выраженная тенденция к вытеснению неприятных для субъекта фактов и событий, тенденция к живости, фантазированию и притворству, с тем чтобы привлечь к себе больше внимания со стороны окружающих. Для людей этого типа характерны тщеславие и авантюристичность, а также «бегство в болезнь».

Для психастенической акцентуации характера (педантичный тип - по Леонгарду) характерны высокие уровни тревожности, мнительности, нерешительности, склонности к самоанализу. Такие люди подвержены постоянным сомнениям, тенденции к ритуальным действиям.

Эпилептоидный (возбудимый) тип акцентуации характеризуется склонностью к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, приступами ярости и гнева. Эпилептоиды конфликтны, педантичны, в гневе проявляют жестокость.

У гипертимов постоянно приподнятое настроение, повышенная психологическая активность с жадной деятельностью, но и с тенденцией «разбрасываться», не доводя дело до конца.

Для циклоидов (аффективно-лабильных) характерны чередования фаз хорошего и плохого настроения. Для лабильных (аффективно-экзальтированных и эмотивных) - резкая смена настроения в зависимости от житейских ситуаций. У сенситивных (тревожных) характерны повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности (чаще всего необъективное, не соответствующее истинным качествам личности).

Шизоиды характеризуются отгороженностью, замкнутостью, эмоциональной холодностью. Неустойчивые склонны легко подчиняться влиянию окружающих. Они постоянно ведут поиск новых впечатлений, новых компаний, легко устанавливают поверхностные контакты в общении. Конформный тип акцентуации характера отличается чрезмерной подчиненностью и зависимостью от мнения других, недостатком критичности и инициативы, склонностью к конформизму. Астено-невротический тип характеризуется быстрой утомляемостью, раздражительностью. Подростки этого типа способны к депрессии и ипохондрии. Более подробно описание акцентуаций характера по А. Е. Личко см. п. 2.4.

Характерологические черты личности при определенных условиях, развивающихся в положительном или отрицательном направлениях, могут достигнуть крайних вариантов нормы, граничащих с психопатиями. Человека, обладающего такими чертами, называют акцентуированным. Диагностические методики по определению акцентуаций характера (тесты А. Е. Личко, Леонгарда-Шмишека) описаны в пп. 2.5; 2.6.

Акцентуированные личности описываются и в художественной литературе. Так, Печорин из «Героя нашего времени» М. Ю. Лермонтова - личность неординарная, скрытная, таинственная. По всем признакам это акцентуированная личность с крайним вариантом нормы, граничащей с психопатией. Все чувства, мысли, поступки Григория Александровича Печорина сотканы из противоречий [Нахапетов Б. А., 44, с. 111].

Действительно, вот замечание автора «Героя нашего времени»: «Его походка была небрежна и ленива, но я заметил, что он не размахивает руками - верный признак некоторой скрытности характера\*». А вот признания самого героя: «Я давно уж живу не сердцем, а головою. Я взвешиваю, разбираю свои собственные страсти и поступки со строгим любопытством, но без участия. Во мне два человека: один живет в полном смысле этого слова, другой мыслит и судит его...\*\*».

Притворство - отличительный признак, характерологическая черта Печорина. В его поступках, в отношениях с другими эта черта проявляется довольно часто. К примеру, он притворяется, когда волочится за княжной Мери, чтобы отвлечь внимание окружающих от его романа с Верой и т. д.

Кроме того, открывается еще один характерный штрих облика Печорина - его агрессивность. Он получает удовольствие, подчиняя своей воле других, возбуждая к себе чувство любви, преданности и страха одновременно. Таким образом, у Печорина особый психологический склад характера, отличающийся изменчивостью настроения без видимого повода с определенной долей агрессивности. Здесь просматривается аффективно-лабильный тип акцентуации характера.

\* Лермонтов М. Ю. Сочинения в 2 т. - Т. 2. - М.: Правда, 1990. - С. 493.

\*\* Там же, с.567.

### 1.3.3. Разграничение акцентуаций характера и расстройств личности

Выше мы рассмотрели сущность понятия «акцентуация характера», особенности, присущие акцентуированной личности. Было показано, что типы акцентуаций характера в тех случаях, когда они по своим показателям граничат с патологическими расстройствами, адекватны основным типам психопатий и расстройств личности.

Согласно психологическому словарю под редакцией В. П. Зинченко и Б. Г. Мещерякова (2-е изд., перераб. и доп. - М., 1997). «Психопатия - аномалия характера человека, обычно обусловленная врожденной неполноценностью нервной системы». Из определения не совсем ясно, что означает собой «неполноценность нервной системы».

Более вразумительно определение этого понятия дается в Словаре практического психолога (сост. С. Ю. Головин. - Минск, 1997): «*Психопатия* - патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность свойств, препятствующих его адекватной адаптации в среде социальной». Подчеркивается, что психопатии проявляются в дисгармоничном складе характера, темперамента и поведения, отчего страдает сама личность и окружающие. Очевидно, что одним из главных признаков психопатии здесь становится социальная дезадаптация. Впрочем, на это указывал еще патриарх отечественной психиатрии П. Б. Ганнушкин: психопатии - это такие аномалии характера, которые мешают приспособиться к окружающей среде; эти аномалии характера определяют весь облик индивида и в течение жизни «не подвергаются сколько-нибудь резким изменениям» [15, с. 122].

Согласно П. Б. Ганнушкину [16] и О. В. Кербинову [36] основными критериями психопатий являются:

- относительная стабильность психопатологических черт характера;
- тотальность проявлений этих черт (одни и те же черты характера проявляются в поведении при любых обстоятельствах);
- социальная дезадаптация.

*Социальная дезадаптация* - один из важнейших признаков психопатий, заключающийся в неспособности активного приспособления индивида к условиям социальной среды, в результате чего у человека постоянно возникают жизненные трудности, преодоление которых либо невозможно, либо сопряжено с большим нервно-психическим напряжением и моральными издержками.

Выдающийся отечественный психиатр, основоположник подростковой психиатрии Александр Евгеньевич Личко (1926-1994 гг.) описал и проанализировал основные виды психопатических нарушений поведения подростков. «Тотальность патологических черт характера, - отмечает А. Е. Личко, - выступает у подростков особенно ярко. Подросток, наделенный психопатией, обнаруживает свой тип характера в семье и школе, со сверстниками и со старшими, в учебе и на отдыхе, в труде и в развлечениях, в условиях обыденных и привычных и в самых чрезвычайных ситуациях. Всюду и всегда гипертимный подросток кипит энергией, шизоидный отгораживается от окружения незримой завесой, а истероидный жаждет привлечь к себе внимание. Тиран дома и примерный ученик в школе, тихоня под суровой властью и разнузданный хулиган в обстановке попустительства, беглец из дому, где царит гнетущая атмосфера или семью раздрают противоречия, способный отлично ужиться в хорошем интернате - все они не должны причисляться к психопатам, даже если подростковый период проходит у них под знаком нарушенной адаптации» [41, с. 7-8].

Значит, к подростковому возрасту следует подходить с особой меркой. Относительная стабильность характера у подростков является менее достаточным ориентиром для оценки психопатий, так как слишком короток бывает еще жизненный путь подростка, подчеркивает А. Е. Личко. «Если очень общительный, живой, шумливый, неугомонный ребенок превраща-

ется в угрюмого, замкнутого, от всех отгороженного подростка, или нежный, ласковый, очень чувствительный и эмоциональный в детстве становится изощренно-жестоким, холодно-расчетливым, бездушным к близким юношей, то как бы ни были выражены патологические черты характера, *случаи эти нередко оказываются за рамками психопатии*» [Там же, с.8] (подчеркнуто нами. - А. Б.).

Говоря об относительной стабильности психопатологических черт характера, А. Е. Личко обращает внимание на три обстоятельства:

1) подростковый возраст представляет собой критический период для психопатий;

2) каждый тип психопатий имеет свой возраст формирования. Так, шизоида можно распознать с первых лет жизни - такие дети любят играть одни. Психастенические черты нередко расцветают с первых классов школы. Неустойчивый тип выдает себя при поступлении в школу или в пубертатный период. Гипертимный тип становится ярко выраженным в подростковом возрасте. Циклоидность проявляется с начала полового созревания, но чаще всего уже в молодые годы. А вот сенситивный тип складывается обычно лишь к 16-19 годам. Паранойальная же психопатия у подростков встречается редко, максимум развития этого типа психопатии падает на 30-40 лет;

3) в подростковом возрасте существуют некоторые закономерности трансформации типов характера. Так, гипертимные черты характера, наблюдавшиеся в детстве, с наступлением полового созревания могут смениться очевидной циклоидностью, невротические черты - психастеническим или сенситивным типом, эмоциональная лабильность - выраженной истероидностью, к гипертимности присоединяются черты неустойчивости и т. д.

Указанные выше особенности трансформации происходят в силу биологических и социальных причин. Социальная дезадаптация в случаях психопатий обычно проходит через весь подростковый период.

Почему некоторые подростки бросают школу, не удерживаются в профессиональных учебных заведениях, а поступая на работу, быстро ее бросают? Не только и не столько из-за отсутствия общих и специальных способностей. В первую очередь это происходит из-за особенностей характерологических черт. Нарушение адаптации в семье, в среде своих сверстников также происходит прежде всего по причинам, связанным с психопатическими расстройствами. Страдающие психопатией подростки или вообще не способны устанавливать контакты с окружающими, либо отношения с ними бывают полны конфликтов. Иногда по этой причине подростки ограничивают свое общение с такими же подростками, ведущими аналогичный, чаще всего асоциальный образ жизни.

Таким образом, тотальность, относительная стабильность и социальная дезадаптация - вот основные критерии, по которым можно диагностировать психопатии.

Но как, следуя каким исходным данным, необходимо отграничивать психопатии как патологические аномалии характера от крайних вариантов нормы? «О переходных стадиях между психопатией и нормальным состоянием» говорил еще выдающийся российский психиатр и психолог Владимир Михайлович Бехтерев (1857-1927 гг.) [7]. Здесь отправным моментом отграничения служит ясное и четкое представление об акцентуации характера. В предыдущем параграфе давалось определение акцентуации характера, принятого в современной психологической литературе. Более точным, на наш взгляд, является определение данного понятия в трактовке А. Е. Личко: «Акцентуация характера - это крайние варианты его нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, отчего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим [41, с.12]. Значит, акцентуация характера представляет собой хотя и крайние, но варианты нормы, а не зачатки патологии.

Характерологические особенности при акцентуации характера проявляются не всегда, а лишь при определенных условиях. Они не препятствуют удовлетворительной социальной адап-

тации и обычно бывают преходящими. Возникновению этих особенностей способствуют психотравмирующие или фрустрационные ситуации. В качестве психотравмирующей ситуации могут выступать, например, изоляция от сверстников, вынужденное безделье при строго размеренном режиме и распорядке дня - для гипертимных, необходимости быстрого установления контактов с окружающими - для шизоидов и т. д.

Значит, акцентуация характера ни в коем случае, если она определена у подростка (впрочем, это относится и к взрослому), не может быть диагностирована как психиатрический признак. Это лишь хотя и крайние, но варианты нормы. По данным зарубежной психологической и психиатрической литературы в развитых странах более половины популяции населения относится к акцентуированным личностям. В российской действительности акцентуированных личностей по своей популяции, пожалуй, не меньше.

По степени тяжести психопатии принято разделять на 3 вида - *тяжелую, выраженную и умеренную*. Если говорить не: о *тяжелой и выраженной формах психопатий* (это не предмет рассмотрения нашего вопроса), а лишь об *умеренной форме психопатии* - 1 степень, то у подростков, подверженных данной форме психопатий, можно отметить снижение и ограничение социальной адаптации, принимающей неустойчивый характер. Здесь легко могут возникнуть срывы. Подростки работают или учатся явно ниже своих возможностей. Круг их интересов резко ограничен. Однако иногда можно определить область, в которой продуктивная деятельность этих так называемых «*талантливых психопатов*» достигает высоких результатов. В других же областях деятельности обнаруживается их полная несостоятельность. При уверенной психопатии почти во всех ее формах (кроме истероидной и неустойчивой) сохраняется относительно правильная оценка черт своего характера, самокритика собственного поведения.

Трудности отграничения умеренных психопатий от акцентуации характера выражаются в том, что на фоне акцентуации иногда возникают такие нарушения поведения, которые производят впечатление психопатических.

А. Е. Личко выделяет *две степени акцентуации характера - явную и скрытую*. Что касается *явной степени*, то она принадлежит к крайним вариантам нормы; *скрытая акцентуация характера* - к обычным вариантам нормы.

*Явная акцентуация* отличается наличием выраженных черт определенного типа характера, которые не препятствуют удовлетворительной адаптации, а занимаемое положение акцентуированных соответствует их способностям и возможностям. Преходящая социальная дезадаптация и нарушение поведения возникают только в условиях травмирующей или фрустрирующей ситуаций.

В качестве примера явной акцентуации приводится фрагмент обследования клиента (юноши) из книги А. Е. Личко «*Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков*» [41, с. 22-23]:

«Никита Б., 18 лет. Отец оставил семью, когда сыну было 8 лет, и интереса к нему не проявлял. Мать - доцент-математик, тяжело больна полиартритом, многие годы прикована к постели, имеет инвалидность I группы. Дом ведет бабушка. С детства отличался капризами и эгоцентризмом. Требовал себе красивую одежду, презирал младшего брата за то, что тот помогал в домашнем хозяйстве. Был любимцем бабушки, которая тайком от матери давала ему деньги на сласти и развлечения. Учился хорошо, школьные годы прошли без нарушений поведения. Окончил 10 классов, попытался поступить на географический факультет университета, хвастался перед приятелями, что будет много путешествовать за рубежом. Не прошел по конкурсу, устроился лаборантом в научно-исследовательский институт в надежде поступить в университет в будущем году. Обладая привлекательной внешностью, стал на работе заводить знакомства с женщинами старше себя, пользовался их вниманием, услугами и т. п. Сам же о матери не заботился, жил за счет ее пенсии, заработанных денег ей не отдавал, тратил их на модную одежду. Неожиданно для себя получил

извещение о предстоящем призыве в армию. Полагал, что в связи с инвалидностью матери получит освобождение. Однако мать позвонила в военкомат и попросила взять его на военную службу, так как не он ее, а она его содержит. Узнав об этом в военкомате, придя домой, на глазах у матери выпил, по его словам, «тридцать таблеток димедрола». Затем стал нелепо себя вести - истерически хохотал, делал вид, что что-то ловит на стене, отвечал невпопад. Когда вызвали «скорую помощь», охотно отправился в больницу.

При поступлении сперва утверждал, что пытался покончить с собой из-за неудачной любви: якобы сослуживица, в которую он влюблен, порвала с ним. При попытке врача связаться с его работой сразу стал просить ничего туда не сообщать. Сознался, что был обижен на мать, хотел избежать призыва в армию, чтобы «не терять там попусту время». Разволновался, когда узнал, что освобождение от службы в армии по причине психического расстройства, на которое он надеялся, неблагоприятно скажется на его высоких претензиях в отношении своего будущего. Охотно согласился служить в армии».

Обследование молодого человека с помощью патохарактерологического диагностического опросника (ПДО) показали, что у пациента выявлен истероидный тип акцентуации характера. Признаков, указывающих на возможность психопатии, не обнаружено. По шкале субъективной оценки выделены гипертимные черты с неверной самооценкой. Астено-невротические и сенситивные черты не обнаружены. Был поставлен диагноз: *острая демонстративная аффективная реакция на фоне явной акцентуации истероидного типа*. Наблюдение через год: Никита Б. служит в армии».

Описанный выше пример приведен в отношении явной акцентуации характера. При скрытой акцентуации черты определенного типа характера выражены слабо или не проявляются вообще. Даже при продолжительном наблюдении бывает трудно составить четкое представление об определенном типе акцентуации. Однако черты скрытой акцентуации могут проявляться неожиданно и достаточно явно. Это происходит при тех психотравмирующих ситуациях, которые провоцируют проявление определенных характерологических черт. В качестве примера этой скрытой акцентуации приводится второй фрагмент из той же книги А. Е. Личко [41, с. 24-25]:

«Михаил Б., 16 лет. В семье конфликтные отношения между строгим отцом и бабушкой по матери, с детства балующей внука. Отца не любит, считает деспотом. Бабушку хотя и эксплуатирует, но старается «не замечать». Сильно привязан к матери, которую ревнует к отцу. Учится удовлетворительно, существенных нарушений поведения не было, но обнаруживает склонность к протестным реакциям. С 13 лет стал много курить, «назло отцу», который побил его за курение с приятелями. Отрастил длинные волосы, что раздражало отца. Когда учителя потребовали постричься - обрил голову наголо, чтобы «ходить по школе как уголовник, выпущенный из тюрьмы». Отношения с товарищами хорошие, с некоторыми учителями - конфликтные. Особенно ненавидит учительницу, которая перед всем классом назвала его второгодником (в 8-м классе он оставался на второй год из-за нескольких обострений хронической пневмонии). После окончания школы хочет стать шофером международных автобусов, возить туристов. В этом выборе также звучит протест отцу, мечтающему о высшем образовании для сына.

Около полугода назад влюбился в одноклассницу, которая сперва принимала его ухаживания, а затем отдала предпочтение другому юноше. Тот сообщил ему об этом демонстративно, в присутствии других одноклассников. Тяжело переживал не только сам разрыв, но и то, что был унижен перед сверстниками. По его словам, решил

припугнуть возлюбленную, показать, на что он способен. Вернувшись из школы и будучи дома один, рассчитал момент, когда родители должны были вернуться с работы, а эта девочка позвонить по делу. Принял 10 таблеток беллоида. Оставил девочке прощальную записку: «Мой поезд уходит, желаю счастья». Уснул и очнулся в реанимационном центре. Заявил, что «не рассчитал и принял слишком много». По его словам, «это, с одной стороны, хорошо - она подумает, что я серьезно, но, с другой стороны, зачем было привозить в психиатрическую больницу?» Будучи в больнице, помирился с возлюбленной, которая снова стала проявлять к нему внимание. Обеспокоен только, как бы его поступок не помешал ему в будущем получить водительские права.

В беседе с врачами, в общении со сверстниками и с медперсоналом ни рисовки, ни позерства, ни других истероидных черт не обнаруживает».

Обследование с помощью ПДО по шкале объективной оценки диагностирован истероидный тип. Конформность уверенная, реакция эмансипации очень сильная. Отмечена психологическая склонность к делинквентности и алкоголизации, которые носят в основном демонстративный характер. Черты меланхолические отвергаются. Самооценка неверная, достоверно выделяются гипертимные черты.

Был получен диагноз: острая аффективная реакция с суицидной попыткой на фоне скрытой акцентуации истероидного типа.

*Катамнез:* окончил 10 классов. Повторных суицидных попыток и заметных нарушений поведения не было. В откровенной беседе сознался, что совершенная суицидная попытка отражала «минутное решение расстаться с жизнью», так как ситуация тогда казалась ему непеносимой. Ошибочно посчитал, что беллоид - это сильный яд, «спугал с белой».

Обследование подростков на предмет выявления явных и скрытых акцентуаций можно проводить с помощью специального психологического метода - «Патохарактерологического диагностического опросника для подростков» (ПДО), разработанного А. Е. Личко. Скрытые акцентуации характера составляют подавляющее большинство. Такое обследование проводят подготовленные специалисты (психиатры, медицинские психологи, психотерапевты, практические психологи), хорошо знакомые с методикой ПДО. Школьные психологи чаще всего работают с другими методиками по определению акцентуаций характера (см. пп. 2.4; 2.6) и в необходимых случаях обращаются за советами и консультацией к психиатрам и другим специалистам, компетентным в области подростковой психиатрии.

# 1.4. РАССТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ

## 1.4.1. Расстройства личности как патология характера

«Расстройства личности представляют собой комплекс глубоко укоренившихся, ригидных и дезадаптивных личностных черт, обуславливающих специфическое восприятие и отношение к себе и окружающим, снижение социального приспособления и, как правило, субъективный дистресс» [50, с. 233].

Было выявлено, что расстройства личности возникают в основном в детском и подростковом возрасте, некоторые же расстройства, например, параноидальное, - после 20 - 25 лет. Однако, возникнув, расстройства личности продолжают весь период взрослой жизни человека, проявляясь как в эмоционально-волевой сфере, так и в мышлении и стиле межличностного общения. Пациенты,отягощенные расстройствами личности, не в состоянии реально воспринимать себя, окружающих, устанавливать с ними эмпатические отношения. Отрицательные реакции окружающих постоянно провоцируют социальную дезадаптацию лиц, подверженных расстройствам личности. Тревожность и подавленность - довольно распространенные спутники людей с расстройствами личности. В отличие от невротических расстройств, симптомы которых неприемлемы для пациентов, свои патологические особенности больные расстройствами личности считают нормальными. Им не свойственно полное осознание своих проблем. Исходя из этого, они выстраивают свое поведение, свои приемы психологической защиты, позволяющие в какой-то степени контролировать тревожно-депрессивные реакции на конфликты и житейские ситуации.

Общими симптомами для диагностики личностных расстройств являются:

- 1) стойкие стереотипы восприятия и поведения, которые отличаются от социально ожидаемых и общепринятых норм;
- 2) аффективные проявления, интенсивность которых чаще всего не адекватна характеру житейских коллизий;
- 3) наличие у пациентов своего собственного страдания, что оказывает негативное воздействие на социальное окружение;
- 4) отклонения в поведении пациентов длительны, стабильны и наблюдаются с детского или подросткового возраста;
- 5) исключено наличие органических повреждений, повреждение или нарушение функций мозга.

Если сравнить признаки расстройств личности по МКБ-10 с признаками психопатий, то можно заметить их большое сходство.

В отечественной психиатрии под психопатией понимается патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность свойств, препятствующих его адекватной адаптации в социальной среде. Психопатии могут быть врожденными или приобретенными в раннем возрасте.

Аномалии характера приводят к дисгармоничному формированию личности, нарушают социальную адаптацию. Важной особенностью психопатии является возникновение декомпенсации при различных неблагоприятных воздействиях (после психической травмы, психо-

травмирующей ситуации). Здесь под декомпенсацией понимается нарушение психики, проявление психического расстройства личности, возникающее при неспособности приспособительных защитных механизмов психологической защиты противостоять психогенным факторам. Например, при истерической психопатии необоснованные претензии психопата на всеобщее внимание могут не встретить желаемого отношения окружающих к его личности, возникает срыв - декомпенсация. Или при эпилептоидной психопатии декомпенсация может наступить при любой попытке покуситься на «авторитет» психопата или противодействовать его властности и деспотизму.

Психопатия определяет психический облик человека, который в течение жизни не подвергается существенным изменениям, и мешает человеку приспособливаться к окружающему миру.

Однако следует иметь в виду, что состояния, по своим проявлениям напоминающие психопатию, могут возникать и при некоторых других заболеваниях, например, в результате черепно-мозговой травмы, при инфекционных заболеваниях центральной нервной системы, алкоголизме, наркомании, токсикоманиях и др. Основным их отличием от психопатий является то обстоятельство, что психические нарушения при психопатии возникают уже с детского или подросткового возраста, в то время как при психоподобных состояниях поведение и развитие личности до возникновения основного заболевания было нормальным, психоподобные нарушения возникают спустя какой-то промежуток времени после развития основного заболевания.

Психопатиям в отличие от душевных заболеваний не свойственно прогрессирующее развитие болезни и возникновение дефекта личности. А от невроза психопатии отличаются тем, что гататогачешй черлы характера опредегаиол весь шшчешл о б ж человека и игбшраются на протяжении всей его жизни. При нерезко выраженных отклонениях характера, не достигающих уровня патологии, не приводящих к нарушению социальной адаптации, говорят об акцентуации характера как об одном из вариантов нормы. Однако при психотравмирующей ситуации декомпенсация может произойти и у акцентуированной личности.

Причины возникновения психопатий разнообразны. Немаловажное значение имеют конституциональные (наследственные) факторы: у родителей, страдающих психопатией, чаще всего рождаются дети с аналогичной патологией. Это самый неблагоприятный вариант психопатий, которые невозможно корректировать даже при правильном воспитании ребенка. Причинами психопатий у детей могут быть алкоголизм и наркомания родителей, вредные воздействия внутриутробного развития, родовые травмы и др. большое значение в развитии психопатий имеют и недостатки воспитания детей. При воспитании ребенка в семье, где он фактически заброшен, родители злоупотребляют алкоголем или где мать озабочена пьянством мужа, когда ребенок растет в атмосфере скандалов, в неполной семье или когда ребенок отдан на воспитание бабушке и дедушке, которые либо обижает его, либо потакают, - в этих случаях аномалии характера еще более усиливаются.

И наоборот, как пишет Д. Еникеева [24, с. 43]: «Если же ребенок воспитывается в благоприятной обстановке, где его обучают нормам поведения в обществе, формируют положительную нравственно-этическую позицию с детских лет, объясняя, что разрешено делать в коллективе, а что непозволительно, а когда он провинится - ему спокойно и дружески объясняют неправильность его поступков, без деспотизма, физических наказаний или иных травмирующих психику воздействий, то в целом есть возможность корректировать поведение ребенка уже с детства, и в дальнейшем он вырастает не эгоцентричным, как при многих видах психопатий, а приобретает способность считаться и с мнением других людей, а не только с собственными прихотями».

Бесконтрольность со стороны родителей и недостатки воспитания влияют уже на динамику проявлений психопатий у взрослых. Одними воспитательными мерами социальную дезадаптацию исправить невозможно - психопатию у взрослых уже надо лечить.

Основным инструментарием в работе практических психологов является использование разнообразных тестов, с помощью которых возможно определить психологические особенности

личности, характерологические черты и психические состояния индивида. Во второй части настоящего пособия приводятся диагностические методики по выявлению психических состояний и отдельных психических расстройств личности. При этом нормоцентрический подход является основополагающим в психотерапевтической и психокоррекционной работе как медицинского, так и практического психолога. Отклонения от среднестатистической нормы при таком подходе расцениваются как проявления индивидуальных особенностей психики, как варианты нормы (акцентуация характера, поведенческие расстройства). Однако при малейших сомнениях в правильности выводов практический психолог должен обращаться к психиатру, который может грамотно диагностировать те или иные психические расстройства личности.

При описании различных видов психопатий мы стремились дать общее представление о возникновении и развитии конкретных психических расстройств, об их симптомах и признаках, по которым можно отличить один вид психопатии от других.

Данное учебное пособие написано в основном для практических и школьных психологов, мы стремились избегать (там, где это было целесообразно) употребления малознакомых и малоупотребительных медицинских терминов, которыми так богата медицинская литература по психиатрии.

Ниже приводится сокращенное описание отдельных видов расстройств личности в трактовке Д. Еникеевой [24] и выборочно - по Ю. В. Попову и В. Д. Виду [50].

## 1.4.2. Параноидное расстройство личности (F 60.0)

В отечественной и классической немецкой психиатрии параноидное расстройство личности соответствует параноидальному виду психопатии. Пациенты редко обращаются за помощью, при беседе с врачом проявления расстройства личности у себя отрицают. Выявлено, что в популяции у мужчин данный вид расстройства встречается чаще, чем у женщин.

Характерными признаками заболевания являются постоянная подозрительность и недоверие к людям, склонность перекладывать ответственность с себя на других. В художественной литературе собирательным образом пациентов, отягощенных параноидным расстройством личности, является образ ханжи, сутяги, ревнивого мужа, коллекционера мелочных обид и житейских несправедливостей. Они полны предрассудков и часто приписывают другим те свои мысли и побуждения, которые отказываются признать у себя. При этом пациенты убеждены в своей собственной объективности и рациональности. У них нет душевной теплоты, проявление юмора - это не для них. Такие люди ценят силу и власть, к слабым питают явное пренебрежение. Характерной чертой пациентов с параноидальным расстройством личности является склонность к выдвиганию своих «сверхновых» идей, основной из которых, по выражению П. Б. Ганнушкина, является «мысль об особом предназначении собственной личности». В делах они могут производить впечатление энергичных и активных людей, однако окружающие, как правило, сторонятся их. Иногда такие расстройства личности являются предвестником развития шизофрении.

При установлении диагноза параноидного расстройства личности кроме общих симптомов, описанных выше, следует обращать на четыре качественных поведенческих признака:

- крайняя подозрительность и необоснованные мысли о заговорах, как правило, против них самих;
- бранчивость, сварливость, неуживчивость, неадекватное ситуациям отстаивание собственных прав;
- неоправданные подозрения в супружеской неверности или в неверности сексуального партнера;
- повышенная самооценка собственной значимости.

Бредовые построения, свойственные бредовым психозам, у пациентов с параноидным расстройством отсутствуют, отсутствуют также галлюцинации и расстройства мышления, присущие

параноидной шизофрении. От асоциальных параноидные психопаты отличаются отсутствием антисоциальных поступков. С шизоидной психопатией их сближает эмоциональная ограниченность, но отличает доминирующая у них интенсивная подозрительность и недоверчивость.

При лечении таких больных самым продуктивным подходом является внимательно выслушать пациента и его обвинения в чей-либо адрес, избегая при этом становиться на чью-то сторону. Не следует торопиться и с коррекцией защитных механизмов (отрицание действительности, проекция вины на окружающих).

### 1.4.3. Шизоидное расстройство личности (F 60.1)

Стержневыми характеристиками больных шизоидным расстройством является их повышенная интровертированность и неспособность устанавливать значимые эмоциональные межличностные отношения. Пациенты испытывают дискомфорт при социальном взаимодействии, предпочитают работу, не связанную с интенсивным общением.

Шизоидные психопаты характеризуются эмоциональной холодностью и неспособностью выражать теплые чувства и привязанность, скрытностью, патологической замкнутостью, неспособностью переживать наслаждение, сниженным интересом к сексуальному общению, оторванностью от реальности, погруженностью в свой внутренний мир, замкнутостью и необщительностью. У них отсутствует внутренняя потребность к общению. Такие необычные черты характера проявляются у шизоидных психопатов уже с 3-4 лет. Эти дети не любят шумных забав и подвижных игр, предпочитают тихие уединенные занятия. Наряду с нормальным интеллектуальным развитием у детей-шизоидов могут возникать затруднения в приобретении двигательных навыков и навыков самообслуживания. Часто они бывают неуклюжими, неловкими, малоподвижными. Им трудно научиться одеваться, они могут часами сидеть с каким-либо предметом одежды в руке.

В подростковом возрасте замкнутость, холодность, отгороженность от других бросается в глаза. Шизоидные психопаты всегда держатся в стороне от своих сверстников. Одиночество не тяготит шизоида, к обычным развлечениям своих сверстников они относятся с пренебрежением. Больше всего шизоида интересуют книги, настольные игры, конструирование, рисование, лепка из пластилина и т. п.

Шизоиды начитанны, способны к логическому мышлению, проявляют интерес к отвлеченным, абстрактным понятиям. На школьной перемене шизоид обычно не выходит в коридор, где одноклассники устраивают шумную возню, а достает принесенную с собой «взрослую» книгу и углубляется в чтение. Их начитанность и более высокое интеллектуальное развитие сочетается с отставанием в двигательной сфере. Они неловки и угловаты, ровесники чаще всего недолюбливают их и награждают прозвищами («умник», «очкарик», «профессор» и т. п.).

При ухудшении межличностных отношений с родителями или ровесниками шизоидные черты характера усиливаются, проявляется дисгармония и противоречивость психики (например, чувство собственного достоинства и повышенная самооценка сочетаются с чувством собственной неполноценности). Наблюдаются расстройства в виде легких депрессивных состояний, повышенная возбудимость и экспансивность. Эти расстройства усиливаются, если шизоид обнаруживает у себя наличие физических недостатков, часто мнимых или преувеличенных (оттопыренные уши, большой нос и т. п.). Шизоид убеждает себя, что из-за этих физических недостатков многие сверстники сторонятся его. Стремление к самостоятельности у шизоидного подростка обычно ограничивается требованием невмешательства окружающих в его личную жизнь. Вместе с тем шизоид-подросток может критиковать существующие правила поведения и порядки, заведенные в коллективе, насмехаться над ценностями и идеалами, утверждая, что подобные порядки ограничивают свободу личности. Презрительное отношение к общепринятым нормам неожиданно для окружающих может проявиться в решительных действиях

или публичном выступлении, когда на ошеломленных слушателей в резких и язвительных выражениях обрушивается поток критики социальных проявлений жизни. В таких случаях у шизоида проявляется феномен нонконформизма.

Большинство шизоидов любят читать, они выбирают интеллектуально-эстетическое хобби, например, собирают сведения в какой-либо узкой области. В рамках своих увлечений достигают определенных успехов, изумляя взрослых и сверстников эрудицией и глубоким знанием предмета. Свои увлечения шизоиды предпочитают скрывать, а не выставлять напоказ, как это делают истерики, чтобы привлечь к своей персоне внимание. Некоторые шизоиды - прекрасные шахматисты и математики-профессионалы. В спорте предпочитают не коллективные, а индивидуальные занятия (гимнастика, плавание, бег, велоспорт и другие). Предпочтение отдается и экзотическим видам спорта (у-шу, йоге, китайской гимнастике и т. п.). Овладевают ими самостоятельно - по книгам. Шизоиды предпочитают профессии, связанные с их увлечениями (искусствовед, историк, философ, математик, программист, профессиональный шахматист, специалист-наладчик, художник-новатор, музыкант-авангардист и т. п.). Несмотря на значительные достижения в профессиональной деятельности, шизоиды остаются непрacticными в житейской повседневности. Их необычность проявляется и во внешнем облике: одеваются они либо подчеркнуто изысканно, либо нарочно небрежно.

В отличие от истерических психопатов, эксцентрические поступки у шизоидов не имеют целью привлечь всеобщее внимание. Повышенного внимания окружающих они не терпят. В жизни шизоидов считают оригиналами, чудаками, эксцентричными людьми. У шизоидов нет «непосредственного чутья действительности» (П. Б. Ганнушкин), чувство интуиции им неизвестно, неведомо и сопереживание - разделить радость или горе других людей, понять их огорчения и обиды они не умеют. Именно поэтому их считают эмоционально холодными. Все проявления их психической деятельности противоречивы - они могут быть податливыми, внушаемыми и легковерными и в то же время настороженными, упрямыми и склонными все делать наоборот. Шизоиды бывают чрезмерно привязаны к одному человеку и проявляют к другим беспричинную антипатию.

Среди шизоидов есть тонкие, чувствительные натуры, а есть равнодушные и тупые. Бывают мелочные педанты, сухие, черствые, ироничные, встречаются и мрачные человеконенавистники. Ради того, чтобы облегчить установление контактов с людьми, они могут употреблять спиртное (в малых дозах). Некоторые предпочитают наркотики (чаще всего это лица творческих профессий).

#### 1.4.4. Диссоциальное расстройство личности (F 60.2)

В отечественной классификации по психиатрии диссоциальное расстройство личности ранее не выделялось. В определенной степени данное расстройство личности соответствует «ассоциальной психопатии» по П. Б. Ганнушкину и эпилептоидно-неустойчивому типу по А. Е. Личко, в американской непатологической версии DSM-IV диссоциальное расстройство соответствует нарциссическому типу личности, характеризующемуся преувеличенным ощущением собственной значимости, тенденцией к переоценке собственных достоинств. Лицам,отягощенным диссоциальным расстройством, присущи ненасытная потребность в проявлениях восторга и уважения к своей персоне со стороны других, эгоцентризм, эгоизм, напыщенность и незначительность эмоциональных проявлений.

В местах заключения пациенты с диссоциальным расстройством составляют до 75%. Однако это не говорит о том, что данное расстройство ассоциируется с преступлениями. Просто сформировавшаяся в ходе индивидуального развития неспособность придерживаться норм социального поведения порождает нарциссический тип личности.

Среди прямых родственников пациентов мужского пола данное расстройство встречается в пять раз чаще, чем в популяции. Это, по мнению Ю. В. Полова, говорит об общей биогенетической предрасположенности этого типа личности [50, с. 243].

Диссоциалы внешне выглядят вполне нормально, нередко даже могут казаться общительными и располагающими к себе. Характерологические особенности диссоциалов заключаются в их стремлении к непрерывному удовлетворению своих желаний, к наслаждениям в сочетании с избеганием напряжения в труде. Можно привести целую серию их ассоциальных поступков, начиная с детского возраста: постоянная лживость, прогулы, побеги из дома, вовлечение в криминальные группы, драки, мелкое воровство, эволюция к наркомании и алкоголизму, а также манипулирование путем суицидного шантажа и жалоб на соматические заболевания.

Характерным для диссоциалов является и то обстоятельство, что серьезные антисоциальные поступки не вызывают у них тревожно-депрессивных реакций, а объяснения ими своих поступков поражает несообразностью и инфантильностью. Такие люди не способны устанавливать стабильные отношения, серьезно любить и делать выводы из прошлого опыта. Раскаяние, упреки самих себя и чувство стыда им неведомы. При этом у них нет и нарушений мышления! Лидерские качества позволяют им широко влиять на поведение окружающих. Их лживость помогает им обводить вокруг пальца даже опытных криминалистов, которые могут не заметить за внешне благополучной маской внутреннее напряжение, раздражительность и враждебность.

Обычно данный тип антисоциального поведения приходится на ранний подростковый период. Для диагностики диссоциального расстройства личности кроме симптомов, общих для расстройств личности, описанных выше, должно быть подтверждено не менее трех признаков из нижеследующих поведенческих стереотипов:

- 1) безграничное равнодушие к чувствам других и неспособность к эмпатии;
- 2) безответственность и пренебрежение социальными нормами, правилами и обязанностями;
- 3) неспособность поддерживать устойчивые взаимоотношения;
- 4) крайне низкая степень фрустрационной толерантности и низкий порог агрессивного поведения;
- 5) отсутствие осознания своей вины;
- 6) склонность к обвинению окружающих;
- 7) постоянная раздражительность [50, с. 244].

### 1.4.5. Эмоционально неустойчивое расстройство личности (F 60.3)

Выделено два подтипа эмоционально неустойчивого расстройства личности - импульсивный подтип (F 60.30) и пограничный подтип (F 60.31).

**Импульсивный подтип (F 60.30)** чаще всего начинает проявляться в детские годы. Среди неблагоприятных факторов в эти годы наиболее существенными являются алкоголизм родителей и их насильственное поведение по отношению к детям. В отечественной психиатрии данному подтипу эмоционально неустойчивого расстройства соответствует *возбуждаемая психопат*.

Наиболее распространенными проявлениями возбуждаемой психопатии с раннего детства являются крикливость ребенка, легкая возбудимость, двигательное беспокойство, вздрагивания во сне. По малейшему поводу ребенок заходится в крике и плаче. Некоторые уже с детства проявляют реакцию злобы, могут укусить мать или другого ребенка, схватить за волосы и долго не отпустить и т. п. В дошкольном возрасте возникают кошмарные сновидения. Воз-

можны приступы пониженного настроения, угрюмость, раздражительность, капризность, недовольство.

Настроение у возбудимых часто меняется. Им свойственны впечатлительность и повышенная внушаемость. Они недоверчивы, обидчивы и ранимы. Неблагоприятная семейная обстановка и недостатки воспитания делают возбудимых психопатов совершенно неуправляемыми, они превращаются в семейных тиранов, в грозу для других детей. Их невозможно приучить к дисциплине и в школе. Они могут встать во время урока, не обращая внимания на замечания учителя, бегать по классу и придумывать развлечения. Учатся они плохо, к занятиям интереса не проявляют. Любые замечания расценивают как ущемление своих прав, к упрекам нетерпимы. Совершенно невыдержанны, по незначительному поводу могут проявить агрессию. Такая форма реагирования сохраняется у них на всю жизнь.

Начав трудовую жизнь, они проявляют психопатические реакции и в трудовом коллективе, постоянно конфликтуют с руководством, членами коллектива, часто меняют место работы, трудолюбия не проявляют, результатами своего труда не интересуются. Интеллектуальными видами деятельности - тоже, чаще всего предпочитают физический труд или становятся профессиональными спортсменами. Представляют группу с наиболее высоким риском развития алкоголизма.

Один из вариантов - *возбудимый эпилептоидный тип психопатии*. Отличается крайней раздражительностью, доходящей до степени безудержной ярости. Ответная реакция не соответствует силе раздражителя. Эти люди крайне эгоистичны и себялюбивы, не признают никаких авторитетов. Им свойственна повышенная требовательность к окружающим, обидчивость и подозрительность. Они не способны к компромиссам, всегда убеждены в своей правоте и не поддаются переубеждению. Неуживчивы, властны, конфликтны и придирчивы, требуют подчинения и покорности. У таких больных бывают проявления дисфобии - беспричинное мрачно-злобное настроение, иногда в сочетании со страхом. В это время они ищут человека, на котором можно сорвать свою злобу. У некоторых проявляется склонность к азартным играм или бродяжничеству. От неуправляемого поведения возбудимых психопатов в большей степени страдают окружающие, чем они сами.

**Пограничный подтип (F 60.31)** эмоционально неустойчивого расстройства личности является результатом задержки развития ребенка еще в фазе психологического отделения от родителей и формирования автономного поведения. Любое движение ребенка к независимости и социальному успеху здесь сопровождается депрессивным переживанием покинутости, отчуждения окружающего мира особенно в тех семьях, где родители неадекватно оценивают поведение своего ребенка и не спешат к одобрению его первых социальных успехов в поведении.

Отношение с окружающими у пограничного подтипа эмоционально неустойчивых носит неупорядоченный характер: манипулятивные вспышки гнева, раздражительность - нередкие явления во взаимоотношениях с людьми. При этом пациенты болезненно переносят одиночество, предпочитая постоянный лихорадочный поиск общения, при котором можно было бы смягчить восприятие своей внутренней пустоты.

Пограничный тип эмоционально неустойчивого расстройства личности адекватен *неустойчивой психопатии* (в традиционной отечественной классификации болезней).

Основными характерологическими чертами личности неустойчивых (безвольных) психопатов являются внушаемость, безволие, неспособность к целенаправленной деятельности, неорганизованность.

Неустойчивые психопаты с детских лет стремятся к развлечениям и сиюминутным удовольствиям. Они любят новые впечатления и новые игрушки, но быстро теряют интерес ко всему, когда утрачивается эффект новизны.

Многие из подростков-неустойчивых наделены неплохим интеллектом и живым воображением, но длительной склонности ни к чему не обнаруживают. Такие понятия, как ответ-

ственность, чувство долга, необходимость, им неведомы. С самого начала у них нет желания учиться в школе. Учатся они только под контролем родителей. Когда такого контроля нет, отлынивают от занятий. На уроках такие подростки постоянно отвлекаются, учителей слушают мало, домашних заданий, как правило, не выполняют или, если и выполняют, то формально, без углубленной проработки учебного материала. Только в условиях правильного воспитания и постоянного контроля со стороны родителей из неустойчивого психопата может сформироваться приспособленный к жизни и труду человек.

Неустойчивые психопаты не переносят одиночества, с ранних лет тянутся к уличным подростковым группам. Они беззаботны, бездумно следуют дурному примеру, поддерживают любую авантюру, если это сулит им развлечение. В подростковой группе никогда не занимают лидирующего положения, поскольку трусливы и неинициативны. Несмотря на это, они общительны, добродушны, разговорчивы, податливы и уступчивы. На большую дружбу со сверстниками не способны. На словах готовы подчиняться любому диктату, более сильному члену группы, но это не означает, что «приказ» будет выполнен. Свои обещания они нарушают без малейших колебаний. Поэтому ровесники их не уважают, часто унижают и бьют, но такое положение их ничуть не тяготит.

Даже будучи взрослыми, неустойчивые психопаты остаются слабовольными, внушаемыми и податливыми людьми, легко попадают под дурное влияние. Они не способны самостоятельно трудиться, выполнить определенную работу в срок, закончить начатое дело. Поэтому выполнение ими профессиональных обязанностей всегда должно кем-то контролироваться.

Бесхарактерность, безалаберность и лень, безволие и отсутствие цели в жизни, неспособность проявить волевое усилие в каком-либо деле, подверженность отрицательному влиянию - все это приводит к социальной дезадаптации и антисоциальному поведению. Дезадаптация у неустойчивых психопатов может проявиться очень рано и обычно связана с алкоголем, наркоманией и токсикоманией, с асоциальными и криминальными действиями. Это люди, которых всю жизнь надо ежедневно опекать, контролировать, подбадривать, постоянно корректировать их поведение. Только в этом случае неустойчивый психопат может стать полезным членом коллектива.

## 1.4.6. Истерическое расстройство личности (F 60.4)

В классификациях DSM и МКБ-10 истерическое расстройство личности получило название «актерского» (от древнегреческого *histrionic*). В DSM-W само расстройство личности названо «неестественное актерство (драматический тип)». В русской версии сохранено более привычное для отечественных психиатров обозначение истерического расстройства личности. Оно соответствует истерической психопатии (в традиционной отечественной классификации).

Первые проявления истерической психопатии могут возникнуть в возрасте двух-трех лет или в школьном возрасте. Такие дети обидчивы, капризны, подвижны, любят паясничать, могут подражать и передразнивать взрослых. Легко запоминают шутки и анекдоты, стихи и сказки. Они впечатлительны и эмоциональны, быстро делаются «кумирами» семьи, их способностями восторгаются папы и мамы, а особенно бабушки и дедушки. Стремясь привлечь к себе всеобщее внимание, они могут рассказывать о себе вымышленные истории. Преувеличение, фантазирование и ложь в их рассказах сохраняется на всю жизнь. Это свойство педологии становится характерным свойством личности.

В подростковом возрасте при неудовлетворенности своим положением, обидах, ущемлении самолюбия такие индивиды уходят в мир грез и фантазий. Многие из них вначале считаются довольно способными: они все схватывают на лету, легко запоминают, импровизи-

руют. Однако они поверхностны во всем, им не свойственны усидчивость и трудолюбие, упорная учеба и трудовая деятельность их утомляет, и они вскоре теряют к ним всякий интерес.

Люди с истерическими чертами характера предпочитают профессии, где им постоянно надо быть на виду. Многие из них становятся артистами, музыкантами, телеведущими. По утверждению Д. Еникеевой, в той или иной степени истероидность, истерическая акцентуация характера, а иногда и истерическая психопатия свойственны представителям творческих профессий, и актерам в первую очередь. Эмоциональность у истерических психопатов проявляется ярко, бурно, театрально, с заламыванием рук и эффективными позами, бурными рыданиями или объятиями. Им обязательно нужны зрители для их драматических переживаний. Они внимательно следят за тем, какое впечатление производят на окружающих.

Хотя театральность и драматические преувеличения у истерических личностей встречаются сплошь и рядом, однако, как отмечает Д. Шапиро, «они не выглядят неискренними. Иными словами, они не преувеличивают и не драматизируют свои чувства сознательно, чтобы добиться конкретной цели или произвести какой-то особый эффект. Фактически они не осознают, что играют. Если после особо впечатляющей театральной сцены намекнуть истерику, что чувства, которые он пытается изобразить, не очень-то убедительны или что он сам, возможно, не вполне верит в то, что говорит, то скорее всего он не разозлится оттого, что сцена не удалась, а искренне удивится, растеряется и смутится. Способность истериков действовать неестественно и этого не замечать поразительна и отражает природу их отношений с реальностью» [69, с. 121].

Истерики склонны к легкомысленным, опрометчивым поступкам, из-за которых часто попадают в сложные ситуации. Ошибки их ничему не учат, сложные житейские ситуации могут повторяться снова и снова. Они эгоцентричны, себялюбивы и равнодушны к окружающим. Не способны испытывать глубокую привязанность и любовь. Эгоцентризм истериков, требование всеобщего внимания, стремление занимать в обществе центральное положение, не соответствующее их реальным способностям, приводит к конфликтам с окружающими. После ссор у истерических психопатов возникает истерический невроз, они придумывают какую-нибудь жалостливую историю, чтобы вызвать сочувствие окружающих и вновь привлечь к себе внимание. Их поступки, сопровождаемые необычными позами, направлены на то, чтобы «обидчик» понял, как они страдают в результате его невнимания или грубости. Если истерическому психопату не удастся привлечь к себе внимание иным способом, он стремится сделать это, демонстрируя таинственные «симптомы» им же выдуманной болезни. Это называется «бегством от болезни».

В состоянии опьянения все истерические черты у таких лиц выступают в еще более утрированном виде. Они могут говорить часами, не умолкая ни на секунду и не давая окружающим вставить слово. Их патологическая лживость и склонность к фантазиям часто ставит их в неловкое положение. Но этим истерики нисколько не смущаются, придумывают в оправдание невероятные истории, в которых главными героями являются они сами.

## 1.4.7. Ананкастное (обсессивно-компульсивное) расстройство личности (F 60.5)

В данном расстройстве личности усматривается параллель с психастенической личностью (*психастенической психопатией*) отечественных авторов. В отношениях с людьми ананкасты ригидны, не способны к компромиссам и нетерпимы ко всему, что, с их точки зрения, угрожает упорядоченности и совершенству. Возникающие при этом тревоги они стараются контролировать с повышенной педантичностью [50, с. 255].

Основными психастеническими чертами характера являются нерешительность, склонность к сомнениям, трудности в принятии решений, недостаточная живость. Из-за постоянных сомнений в правильности своих действий часто перепроверяют сделанное. Пугливы, робки, застенчивы, конфузливы, малоподвижны. Психастеники крайне впечатлительны и тревожно-боязливы.

Дети-психастеники склонны к фантазированию и мечтам, но чаще всего в этих мечтах и фантазиях отсутствует счастливый конец, завершение может иметь мрачный или даже трагический оттенок. Из-за этого сон у них обычно бывает тревожным, со вскрикиваниями, вздрагиваниями и кошмарными сновидениями, от которых они в страхе просыпаются. Родителям долго приходится успокаивать ребенка: это только сон, баба-яга давно спит и не собирается его утащить и т. п. Перед сном таким детям нельзя рассказывать страшные сказки.

Если таких детей воспитывают деспотичные родители, подавляя их волю, добиваясь беспрекословного послушания, то их психастенические черты характера проявляются еще больше. После испуга, например, у них может возникнуть заикание и различные тики. В школьном возрасте тревожность и ранимость детей-психастеников усиливаются. Психастеники очень болезненно переносят выговоры и наказания. Большинство из них относятся к мыслительно-му типу и обладают хорошим интеллектом, предпочитают проводить время, уединяясь с интересной книжкой, а не в шумных играх со сверстниками. Они аккуратны во всем, вплоть до педантизма, чисто и опрятно одеты. Вызов к доске, необходимость отвечать урок перед всем классом для них мучителен. Они краснеют и запинаятся, хотя знают учебный материал хорошо.

В подростковом возрасте психастеники нередко страдают комплексом неполноценности, считают других сверстников значительно умнее себя, более смелыми и решительными, поскольку сами робки, застенчивы и мало общительны. Особенно трудно им общаться с лицами противоположного пола.

В отличие от двух предыдущих типов психопатии, психастеническая психопатия - это как раз тот вариант, когда в большей степени страдает сам человек, а не общество. Психастеники уязвимы и легкоранимы. Однако в общении они тактичны и деликатны. Прекрасные исполнители. Стараются любое задание выполнить хорошо и в срок, чтобы не услышать упрека о некачественно сделанной работе. Психастеники исполнительны, но не инициативны.

В семейной жизни психастеники - верные мужья. Идеальный муж для истерички - именно психастеник. Никто кроме него не в состоянии выдержать настоящую истерическую психопатию. В ее бурной утрированной эмоциональности он находит то, чем не обладает сам.

## 1.4.8. Тревожное («уклоняющееся», «избегающее») расстройство личности (F 60.6)

Тревожное расстройство личности фактически совпадает с чувствительной психопатией в отечественной классификации болезней.

До недавнего времени людей с таким типом психопатии психиатры относили к другим типам - к шизоидам и астеникам. Но чувствительные психопаты, как доказал известный психиатр, создатель отечественной подростковой психиатрии А. Е. Личко, существенно отличаются от шизоидов и, составляя особую группу, несколько ближе к астеникам. Это чрезвычайно чувствительные и впечатлительные лица, отличающиеся высокими моральными требованиями к самим себе. Они постоянно ощущают свою неполноценность. Обидчивы, ранимы, застенчивы и робки, что мешает им подружиться с теми, кто им симпатичен. Они не умеют и не стремятся быть лидерами, не выносят авантюры, поэтому на первый взгляд производят впечатление замкнутых людей.

С ранних лет такие дети пугливы и боязливы, боятся темноты, бродячих собак, в трудных для них ситуациях плачут и бегут под защиту взрослых. Избегают озорных и рискованных развлечений, плохо переносят новую обстановку, с незнакомыми людьми становятся еще более робкими и застенчивыми, избегают общения с ними. Однако их нельзя полностью отнести к замкнутым личностям: с родственниками и хорошо знакомыми людьми они общаются охотно, послушны, приветливы, обнаруживают глубокую привязанность к тем, кто их любит, в то время как шизоиды отгорожены даже от своих близких.

В школе сенситивные психопаты прилежно учатся, вызывают симпатию и сочувствие учителей, они не навязчивы, не назойливы, послушны. Дети очень ценят, если педагоги с пониманием относятся к их ранимости и застенчивости, оберегая от агрессивных одноклассников, и отвечают им благодарностью и привязанностью. Дети с таким типом психопатии не заводят много друзей. Чаще у них бывает один лучший друг, реже - два или три. Переезд на новое место жительства или смена привычного школьного класса для сенситива - целая травмирующая ситуация. Он долго привыкает к новому коллективу, скучает по прежнему учителю или по своему другу (подруге).

В подростковом возрасте у сенситивных психопатов формируется чувство долга и ответственности, высокие требования к себе и окружающим. Они с трудом переносят грубость и цинизм. Но в первую очередь требовательны к самим себе, замечают много недостатков, подчас мнимых, считают себя слабовольными, чересчур робкими и застенчивыми, не проявляют протестных реакций, собственных многим подросткам. Если их ругают, упрекают, они плачут и могут впасть в отчаяние. Иногда сенситивные психопаты способны затеять драку с обидчиками, но это скорее акт отчаяния, чем проявление агрессивности. Драчливость, хулиганские поступки им не свойственны.

Состояние влюбленности проявляется у таких подростков и юношей своеобразно. Одни из них молча страдают, не в силах признаться в любви. Желанный предмет любви может и не подозревать об этом. Или, наоборот, стремясь преодолеть свою робость, сенситив «с ходу» решительно объясняется в любви, что порой вызывает удивление и насмешки.

В любых психотравмирующих ситуациях у сенситивных подростков и юношей возможно возникновение длительных периодов пониженного настроения, когда ощущение собственной неполноценности становится очень выраженным. В такие периоды не исключены попытки суицида. В отличие от других типов психопатий в таких попытках нет стремления привлечь к себе внимание, «отомстить» своим обидчикам. И если это случается, для окружающих трагический конец становится полной неожиданностью: прежде они не замечали ничего серьезного в поведении столь юного человека. Нередко покончившие с собой оставляют записки: «Я не могу так больше жить», не объясняя, что именно привело к подобному поступку.

Сенситивная психопатия отличается очень слабой степенью адаптации. Даже для взрослых людей любые незначительные неприятности, связанные с отношениями окружающих и бросающие тень на их репутацию (насмешки, упреки и т. п.), могут вызвать длительные периоды уныния, подавленности, вплоть до депрессивных состояний.

Для диагностики тревожного (уклоняющегося) расстройства личности кроме общих симптомов при определении расстройств личности (п. 1.4.1) должны быть выявлены по крайней мере четыре из нижеприведенных поведенческих стереотипов:

- 1) стойкое чувство напряженности и озабоченности;
- 2) убежденность в своей социальной непривлекательности или малоценности по сравнению с другими;
- 3) повышенная озабоченность неприятием себя в социальных ситуациях и нарастание напряженности из-за критики в свой адрес;
- 4) нежелание вступать во взаимоотношения без гарантии понравиться;
- 5) уклонение от профессиональной или социальной деятельности, связанной с интенсивными межличностными контактами, а также из-за боязни критики в свой адрес, неодобрения или отвержения.

## 1.4.9. Зависимое расстройство личности (F 60.7)

Данное расстройство личности чаще встречается у женщин, чем у мужчин. Хронические соматические заболевания в детском возрасте являются предрасполагающим фактором развития этого расстройства в юношеском и зрелом возрасте. Стержневыми проявлениями зависимого расстройства личности являются низкая самооценка, неуверенность в себе, пессимистическое видение действительности, страх выражения сексуальных и агрессивных побуждений. Такие люди избегают ответственности, необходимость выполнения лидерских функций вызывает у них озабоченность и тревогу. При взаимодействии с окружающими они стараются избирать подчиненные роли, выполнять вспомогательные функции. Утрата значимых отношений с доминирующим лицом может повлечь за собой депрессивное состояние «зависимого».

Перспективы профессионального роста у «зависимых» весьма ограничены из-за несовершенства взаимодействия с окружающими и отсутствия инициативы в налаживании нормального взаимовыгодного сотрудничества с партнерами и коллегами по работе.

Критериями для диагностики зависимого расстройства личности кроме общих, рассмотренных в п. 1.4.1, являются:

- 1) переключивание на других решений проблем, касающихся личного жизненного уклада;
- 2) недостаточная готовность предъявлять даже разумные требования к людям, от которых пациент зависит;
- 3) дискомфорт при пребывании в одиночестве из-за чрезмерного страха принимать самостоятельные решения;
- 4) озабоченность тем обстоятельством, что близкие люди могут покинуть его и в результате он окажется предоставленным самому себе;
- 5) ограниченная способность принимать повседневные решения без советов и одобрения окружающих;
- 6) подчинение собственных потребностей нуждам других людей.

Для диагностики зависимого расстройства личности должны быть определены не менее четырех из шести этих симптомов [50, с. 260].

Тенденция к зависимости от окружающих обнаруживается и в случае истерического и пограничного типов, но в отличие от них пациенты тревожного типа менее склонны к манипулятивному поведению и способны длительное время сохранять зависимое отношение к одним к тем же лицам [Там же, с. 261].

## 1.4.10. Другие специфические расстройства личности (F 60.8)

В классификации DSM к специфическим расстройствам личности относятся нарциссическое и пассивно-агрессивное, которые в соответствии с МКБ-10 обозначены общей аббревиатурой F 60.8.

### *Нарциссическое расстройство личности*

При данном расстройстве личности ярко проявляются такие характерологические черты, как преувеличенное чувство собственной значимости, отрицание любой критики в свой адрес, повышенные притязания, непомерные желания (добиться славословия в свой адрес, чрезмерное стремление к материальным выгодам и др.), пренебрежительное отношение к нуждам окружающих. Эти черты характера провоцируют негативное отноше-

ние окружающих к лицам с нарциссическим расстройством («самоуверенным»), что в свою очередь влечет за собой социальный стресс и как результат - социальную дезадаптацию личности.

Для диагностики нарциссического расстройства должно быть определено не менее пяти из следующих признаков:

- 1) переоценка собственной значимости, достижений и таланта, ожидание признания своего превосходства над другими;
- 2) инициирование фантазий о своих безграничных успехах (властвования, ума, красоты, идеальной любви и т.д.);
- 3) убежденность в своей особенности, уникальности, на основе чего проявляется желание понравиться влиятельным людям;
- 4) тайное желание добиться преклонения перед своей персоной со стороны других;
- 5) необоснованное представление о своем праве на привилегированное положение;
- 6) склонность к эксплуатации других для достижения собственных целей;
- 7) низкий уровень эмпатии, нежелание считаться с чувствами и нуждами окружающих;
- 8) зависть к окружающим и убеждение в завистливом к себе отношении со стороны других;
- 9) заносчивое, высокомерное отношение, поведение и установки [50, с. 263].

Нарциссические черты характера в определенной степени присущи также диссоциалам (F 60.2) и большим пограничного подтипа (F 60.31) (см. пп. 1.4.4 и 1.4.5).

Однако если «пограничная» личность использует защитные механизмы для «обесценивания» других, то нарциссическим (самоуверенным) свойственна зависть к окружающим, более низкий уровень тревожности и менее хаотический стиль жизни. В отличие от диссоциалов, нарциссические пациенты менее импульсивны, реже вступают в конфликты с законом и менее склонны к алкоголизму. Пациенты же истерического типа отличаются от нарциссических большим эмоциональным потенциалом и способностью к теплым эмоциональным отношениям [там же, с. 263].

### *Пассивно-агрессивное расстройство личности*

Постоянные обструкции, сопротивление руководству, агрессия - характерные признаки пассивно-агрессивных пациентов. У них низкий уровень самоуважения, постоянно за себя они не могут, пребывают в постоянном раздражении. В людях, которым они подчинены, постоянно высказывают какие-то недостатки, чаще всего вымышленные, при этом не делают никаких попыток освободиться от своего зависимого положения. В целом у них формируется враждебно-подчиненный характер коммуникативного поведения. Постоянные жалобы и претензии пассивно-агрессивных приводят к негативному отношению к ним окружающих.

Для диагностики пассивно-агрессивных пациентов необходимо определить у них не менее 4-5 следующих критериев:

- 1) несобранность и нечеткое планирование своей работы, что зачастую приводит к нарушению сроков выполнения заданий и поручений;
- 2) необоснованный протест против справедливых требований и замечаний окружающих;
- 3) упрямство, раздражительность, конфликтность с окружающими;
- 4) постоянная критика ответственных лиц и своих непосредственных начальников;
- 5) недобросовестное отношение к вынужденным, но необходимым работам (замедление темпов, низкое качество выполнения заданий);
- 6) ссылки на забывчивость (особенно при предъявлении претензий по поводу выполнения в срок заданий и поручений).

Ю. В. Попов отмечает, что «несмотря на известное внешнее сходство, поведение при пассивно-агрессивном расстройстве менее зрелищно, драматично, эмоционально и агрессивно, чем в случаях истерического и пограничного расстройств» [50, с. 265].

## 1.4.11. Психические расстройства личности

В классической немецкой и отечественной классификации болезней большинство видов психопатий соответствует или во многом совпадает с МКБ-10, например, описанные выше параноидное и шизоидное расстройства личности и др. К сожалению, не все виды психопатий можно соотнести с расстройствами личности в соответствии с МКБ-10. Это прежде всего касается таких видов психопатий, как циклоидная, гипертимная и другие, известные специалистам по трудам патриархов отечественной психиатрии П. Б. Ганнушкина и А. Е. Личко. Эти виды психопатий достаточно хорошо изложены в учебниках по психиатрии. Автор считает целесообразным дать краткое описание циклоидного и гипертимного видов психопатий, как они трактуются в работах П. Б. Ганнушкина, Д. Д. Еникеевой, А. М. Сирица [15; 24; 58]. Описание других видов психопатий (астенической, гипотимной, лабильной, эпилептоидной) дано в трактовке Д. Д. Еникеевой [24]. Необходимость описания психопатий диктуется тем обстоятельством, что значительная часть психологов и врачей общемедицинской практики до сих пор еще пользуются классической немецкой и отечественной классификацией психических заболеваний.

### *Циклоидная психопатия*

Циклоидные психопаты - это люди с крайне неустойчивыми проявлениями эмоциональности. Их настроение меняется от грустного, печального к радостному, веселому. Чередование периодов повышенного и пониженного настроения (фазы) обычно впервые возникает в подростковом возрасте. Первый эпизод пониженного настроения у девочек совпадает с появлением первых менструаций. Подросткам становится трудно учиться, они быстро устают. То, что раньше давалось легко и без напряжения, теперь требует больших усилий. Подростки перестают общаться со сверстниками, предпочитают оставаться дома, уединяются, сторонятся-даже своих родителей. Если родители пристают к ним с расспросами, они становятся раздражительными, просят оставить их в покое и не задавать «дурацких вопросов». Иногда становятся плаксивыми без какого-либо внешнего повода. Упреки и нарекания еще более ухудшают состояние циклоидных психопатов. В этих случаях не исключены суицидные мысли. Однако фаза пониженного настроения, как правило, продолжается не более 2-3 недель и сменяется обычным состоянием - периодом подъема настроения. Подросток наверстывает упущенное, ему опять многое дается легко. Он восстанавливает дружеские отношения со сверстниками, стремится проводить время в своей подростковой группе. В фазе подъема настроения подросток-циклоид может проявить повышенную сексуальную активность, угасающую в фазе плохого настроения.

Периоды подъема настроения менее продолжительны. У подростков проявляется повышенная активность, которую родители и учителя обычно расценивают как нормальную психику жизнерадостного, веселого молодого человека. В период нормального повышенного настроения у родителей не бывает проблем с ребенком, циклоид искренен, отзывчив, добродушен и приветлив.

Если в школе в периоды подъема настроения он легко наверстывает упущенное, то в студенческие годы это удается с трудом. Нагрузки становятся больше, при попытке догнать своих товарищей может наступить переутомление, что в свою очередь нередко приводит к невротическим расстройствам.

В группе циклоидных психопатов выделяют подгруппу лабильных циклоидов. Фазы у них значительно короче - всего несколько дней. Колебания настроения более частые и менее глубокие, чем у типичных циклоидов.

У циклоидов фазность может сохраняться на всю жизнь. В обычном настроении они общительны, приветливы, независимо от своей принадлежности к полу быстро находят общий

язык с новыми людьми. В этот период они реалисты и оптимисты, способны сочувствовать и сопереживать. К своей работе относятся добросовестно. Бели сердятся, то не проявляют ни напряженности, ни злобы и быстро успокаиваются.

Периоды пониженного настроения они ожидают с неприятным чувством. Взрослые циклоиды уже хорошо знают свою способность впадать в хандру и часто жалуются на усталость от таких перепадов настроения. В субдепрессивной фазе (фазе пониженного настроения) они становятся апатичными, вялыми, все у них валится из рук. Работа, которую они недавно выполняли с увлечением, начинает их тяготить, и они утрачивают к ней всякий интерес. Их тяготит веселье, раздражают люди, они уединяются, избегают контактов, отключают телефон. Им трудно засыпать, утром они встают невыспавшимися, вялыми, ощущают упадок сил, из оптимистов превращаются в пессимистов. Если на фоне субдепрессии у циклоидов возникают большие неприятности, то может возникнуть депрессия и попытки суицида.

К психиатру циклоиды попадают только в периоды декомпенсации при наслаивании множества отрицательных факторов (совпадение субдепрессии с психической травмой, тяжелая болезнь, развитие алкоголизма, попытки суицида и др.). В легкой форме циклоидность наблюдается у многих людей, занятых интеллектуальной или творческой деятельностью. Бывают периоды, когда все получается легко, работа «кипит», даже к неприятностям можно относиться без излишней драматизации. Но отмечаются периоды, когда все валится из рук, наблюдается застой, неспособность к творческому мышлению.

Проявление циклоидности в такой легкой форме свидетельствует о наличии акцентуации характера.

### *Гипертимная психопатия*

Гипертимная психопатия характеризуется постоянным повышенным настроением и безудержным оптимизмом. С раннего детства гипертимы отличаются общительностью, подвижностью, склонностью к озорству. Они всегда в хорошем настроении, все схватывают на лету, хорошо учатся. В подростковом возрасте у них не бывает проблем с окружающими, они не вступают в конфликты, им свойственно стремление к самостоятельности. Если родители начинают чрезмерно опекать гипертима, контролировать его, навязывая иной круг общения или интересы, противоречащие его собственным стремлениям, возникает ситуация, непереносимая подростком, и, как следствие, декомпенсация.

Любое давление взрослых подростки-гипертимы расценивают как покушение на свою свободу и самостоятельность и реагируют вспышками раздражения и гнева. Гипертимы отличаются хорошими способностями, отличной памятью, сообразительностью и живым умом. В то же время они неусидчивы и недисциплинированы. Успехи в учебе бывают неровными, на занятиях, там, где требуется упорство и настойчивость, в лучшую сторону они не выделяются. Если учителя обращают внимание родителей на поведение их детей в школе (несдержанность, пропуски занятий без уважительных причин, неровное поведение и отставание в учебе и т. п.), возникают конфликты как с учителями, так и с родителями. В таких случаях подросток-гипертим может совершить побег из дома. Его опьяняет чувство свободы, отсутствие каких-либо запретов со стороны взрослых. Он вступает в беспорядочные сексуальные связи, совершает мелкое воровство, начинает выпивать. Подросткам-гипертимам вообще свойственна некоторая легкомысленность, бесшабашность, склонность к авантюрам. Из-за такого легкомыслия гипертимы часто совершают асоциальные действия.

При вступлении в трудовую жизнь или при продолжении учебы в вузе основные черты личности гипертимов остаются неизменными.

Гипертимные психопаты легко адаптируются в обществе. Они приветливы, добродушны. Подолгу обижаться, таить злобу, вынашивать коварные замыслы отмщения они не умеют.

Ведут себя естественно, не умеют хитрить, лавировать и выжидать. Они реалисты, принимают жизнь такой, какая она есть, без драматизма и излишней мечтательности.

Как в студенческой среде, так и в трудовом коллективе гипертимы на первый взгляд кажутся способными и даже одаренными людьми, но у них нет трудолюбия и железной воли. Это приводит (например, в вузе) к постоянным академическим задолженностям, чрезмерной болтливости и неуместным выходкам, а в трудовом коллективе к конфликтным ситуациям. Из-за таких конфликтов их трудовая деятельность не стабильна, они не удерживаются на работе, требующей упорства и сосредоточенности, в конце концов устраиваются на работу, где их повышенная активность может быть адекватно реализована.

Гипертимы с удовольствием занимаются общественной работой, организуют различные мероприятия, концерты, вечера, принимают участие в художественной самодеятельности. Роль конферансье или массовика-затейника для них вполне подходит.

Повышенная самооценка, самоуверенность и бесцеремонность гипертима нередко надоедают его друзьям и знакомым. Но и самим гипертимам надоедают их же друзья. Без всяких проблем гипертимы находят новых друзей и знакомых, очаровывая своим остроумием и дружелюбным отношением.

Однако в чистом виде гипертимы встречаются довольно редко. Обычно мы можем наблюдать сочетание гипертимности с другими проявлениями характера. Выделяют три подвида гипертимов: *гипертимно-устойчивый*, *гипертимно-истероидный* и *гипертимно-эпслозивный*.

Самый распространенный вариант - *гипертимно-устойчивый*. У таких людей наблюдается неистребимая тяга к развлечениям и авантюрам. Они постоянно пребывают в роли заводил, подбивают компанию на всякие шалости и розыгрыши, любят заключать различные рискованные пари, становятся организаторами разных проделок. Они склонны к легким нарушениям общественных норм поведения, морали и закона, злоупотребляют алкоголем, вступают в беспорядочные сексуальные связи.

*Гипертимы-истероиды* наряду с повышенным настроением имеют черты истерического типа психопатии. Они стремятся постоянно находиться в центре внимания, преувеличивают свои достоинства, хвастаются мнимыми подвигами и приключениями. Им свойственна лживость. Будучи уличенными во лжи, они недолго чувствуют смущение и вновь придумывают свои фантастические истории. В отличие от истинных истерических психопатов, которые сами верят в выдуманные истории и порой убеждены, что это на самом деле с ними происходило, гипертимно-истероидные психопаты не отождествляют себя с персонажами выдуманных историй. Они придумывают их лишь для развлечения публики, с целью обратить на себя внимание. В конфликтных ситуациях гипертимно-истероидные психопаты могут совершать демонстративные попытки самоубийства (суицида), которые представляют собой не истинное намерение покончить с собой, а только желание привлечь к своей особе внимание и сочувствие.

*Гипертимно-эпслозивные* психопаты наряду с повышенным настроением на внешнее противодействие реагируют вспышками раздражительности, гнева. Однако бурные вспышки у них в отличие от истинно эпслозивных психопатов быстро проходят, не оставляя обиды и злости. Основной фон настроения у них всегда повышенный, а бурные эмоции - кратковременны. Чаще всего такой подвид психопатов свойственен людям, перенесшим черепно-мозговые травмы.

У подавляющего большинства гипертимов усилено половое влечение. У них, как правило, множество сексуальных связей. Многим женщинам нравится их активность, бесшабашность и оптимизм. Однако собственное отношение гипертимов к своим партнершам обычно неустойчиво. Они непостоянны, могут иметь сексуальные связи одновременно с несколькими партнершами. Многократно вступают в браки, обзаводятся любовницами. Браки часто распадаются по вине психопатов-гипертимов. Многие из них начинают злоупотреблять алкоголем. К психиатру они попадают в периоды декомпенсации из-за многочисленных конфликтов в семье, на работе, из-за демонстративных попыток суицида и сформированного алкоголизма.

## *Астеническая психопатия*

Астеническим психопатам свойственны впечатлительность, чувствительность, робость, застенчивость, нежность. Они самолюбивы, ранимы, обидчивы. Часто испытывают чувство неполноценности, у них заниженная самооценка. Болезненно реагируют на замечания, крайне чувствительны к грубости и бестактности. Эти черты характера сочетаются у них с раздражительностью, повышенной утомляемостью и психической истощаемостью.

Астенические черты проявляются с детских лет. Различные невротические реакции возникают у таких детей с ясельного возраста (беспокойный сон, беспричинный плач, соматические расстройства - понос, рвота, недержание мочи и др.). В таких случаях детские психиатры говорят о врожденной нервности (невропатии). На этой почве в последующем развиваются неврозы и патологические черты характера астенического типа.

В школе дети-астеники быстро утомляются, к концу занятий истощаются, у них легко возникают слезы. Из-за повышенной утомляемости они обычно плохо успевают, отвлекаются, с трудом концентрируют внимание. Крайне неуверенны в себе, замыкаются и поэтому необходимы и не имеют близких друзей. Школьные нагрузки (особенно в период экзаменов) для них чрезмерны. Астеники болезненно реагируют во время ссор, семейных неурядиц, боятся темноты, собак, насекомых, высоты. В большинстве своем астенические психопаты - явные интроверты, склонные к постоянному самонаблюдению, самоанализу. Их внутренний мир - комплекс сложных переживаний, где доминируют чувства собственной неполноценности и несостоятельности.

Необычные ситуации, выходящие за пределы обычных явлений, вызывают у астенических психопатов декомпенсацию. Новая работа, переезд на новую квартиру, необходимость делать срочный ремонт и т. п. могут привести к обмороку. Подобным образом на них действует и простой крик или вид крови. Астеники постоянно чем-то огорчены, подавлены, тревожны, опасаются предстоящих трудностей. При малейшей обиде они замыкаются в себе, избегая общения с окружающими.

У астенических психопатов много общего с психастениками, но у последних преобладают тревожно-мнительные черты и меньше психическая истощаемость. У астенических психопатов могут развиваться болезненная мнительность, навязчивая идея болезни, сопровождающиеся неприятными ощущениями в различных областях тела. Таких больных называют ипохондриками.

Астеник-ипохондрик постоянно озабочен своим здоровьем, он уверен, что у него развивается какая-то неизвестная болезнь. Даже незначительные изменения в деятельности организма у него вызывают тревогу, озабоченность. Астеники-ипохондрики всегда чем-то больны - у них то сосудистые кризы, то бронхит, то мигрень, то отрыжка, то запоры и т. п. Они утомляют сослуживцев, знакомых и родственников описанием своих мнимых болезней, сердятся, когда Им не верят и не сочувствуют. Даже незначительного насморка или повышения температуры достаточно, чтобы ипохондрик почувствовал себя совершенно больным и ушел «в болезнь».

## *Гипотимная психопатия*

Представители гипотимной, или иначе - конституционно-депрессивной психопатии имеют постоянно пониженное настроение, все воспринимают в мрачных тонах, склонны к пессимизму, от будущего не ждут ничего хорошего. Гипотимы угрюмы, замкнуты, не любят шумного общества. Считают себя неудачниками, их постоянно преследуют угрызения совести. Малообщительны, немногословны, сдержанны. Это природжденные пессимисты с заниженной самооценкой. Склонны к самобичеванию и самоуничтожению по ничтожному поводу. Положительные стороны жизни они, как правило, не замечают, в происходящем видят только нега-

тивную сторону и склонны преувеличивать ее. Однако в близком кругу своих друзей (которых немного) они обходительны, приветливы и отзывчивы. В спокойной обстановке это тихие, грустные, деликатные и тактичные люди. Способны на глубокие чувства и сопереживание, хотя внешне обычно этого не проявляют. Свое подавленное настроение и пессимизм умеют маскировать внешним весельем и мнимой оживленностью. Наедине с собой они вновь становятся грустными и печальными. В работе гипотимные психопаты добросовестны, аккуратны и трудолюбивы. Их высоко ценят на работе за исполнительность. Но они не любят быть на виду, избегают проявлять инициативу.

Чрезмерно переживая мелкие или мнимые неприятности, гипотимы крайне тяжело переносят психические травмы и психотравмирующие ситуации. Любое несчастье и горе переживают гораздо болезненнее других. Например, смерть близкого человека может вызвать у гипотима депрессивное состояние. Он начинает анализировать свое отношение к покойному в прошлом, и у него откладывается убеждение, что именно его пренебрежительное отношение к умершему является причиной его смерти. И уже не о своих чувствах начинают думать родственники и близкие умершего, а о том, как это трагическое событие отразится на гипотиме, хотя близкий ему человек умер, например, от давней тяжелой болезни. В таких случаях пониженный фон настроения трансформируется у гипотима в депрессию с чувством собственной виновности и попытками суицида. Здесь требуется помощь психиатра.

Некоторые гипотимы проявляют мнительность и озабоченность своим здоровьем, и тогда у них развивается ипохондрия, малейшие соматические нарушения вызывают у них убеждение в тяжелой неизлечимой болезни. Они перечитывают медицинские справочники и «находят» подтверждение своим догадкам.

Для коррекции собственных личностных нарушений многие из гипотимов прибегают к спиртному и становятся алкоголиками.

### *Лабильная психопатия*

Этот тип психопатии характеризуется очень частой сменой настроения - несколько раз в течение дня. Если у циклоидов фазность достигает 2-3 недель, то даже по этому признаку лабильных легко отличить от первых. Второе основное отличие лабильных психопатов от циклоидных состоит в том, что у лабильных периоды настроения зависят от внешних воздействий (стресс, ссора, конфликтная ситуация и т. п.), в то время как у циклоидов и повышенное и пониженное настроение возникают спонтанно, независимо от их воли и внешних воздействий.

Известно, что внешняя бравада подростков - это лишь маска. На самом деле они озабочены тем, что о них думают окружающие, какое впечатление на сверстников и взрослых оказывает их поведение. Особенно тонко чувствуют изменение отношения окружающих эмоционально лабильные подростки. То, что взрослому кажется пустяком, не заслуживающим внимания, для лабильного подростка - важное событие, которое может надолго испортить ему настроение. Малейшее замечание, косой взгляд, смешки одноклассников ввергают лабильного подростка в уныние. Ободрение, похвала, комплимент являются поводами для радостного настроения.

Эмоционально лабильного подростка могут считать капризным, избалованным и легкомысленным. Это не совсем так. Он способен на глубокие чувства и переживания, на искреннюю привязанность к тем людям, которые принимают участие в делах лабильного или любят его. Лабильные очень привязаны к родным и близким, особенно если те их любят и понимают их повышенную чувствительность.

Лабильные психопаты не способны к критической самооценке, не могут контролировать свои эмоции. Если бурные переживания подростков по малейшим поводам могут вызвать сочувствие и сопереживание взрослых, а любящие родители стараются оберегать его от огорчений и успокаивать, то аналогичное поведение взрослого способно породить недоумение

окружающих. Поведение лабильных психопатов-взрослых расценивается как избалованность с детства, окружающих они раздражают своим постоянным нытьем и наоборот.

В качестве вариантов лабильной психопатии различают лабильно-истероидную и лабильно-сенситивную психопатию. Лабильно-истероидная психопатия чаще всего наблюдается у тех подростков, которых родители обожают и оберегают от всех неприятностей. Они крайне эгоцентричны, требуют к себе постоянного внимания и особого отношения окружающих, считают, что все вокруг должны создавать им особую атмосферу и ни в коем случае не огорчать.

При лабильно-сенситивном варианте мы имеем дело с неблагоприятным и условиями воспитания ребенка, когда родители пренебрегают ребенком, попрекают и наказывают. Отверженный ребенок и без того ранимый и эмоционально неустойчивый, не находя опоры у родителей, чувствует себя всеми покинутым и несчастным. Даже став взрослым, такой лабильно-сенситивный психопат считает свою жизнь беспросветной, часто плачет от обид при одном лишь воспоминании о прошлых горестях.

Декомпенсация при лабильной психопатии - частое явление, она может наблюдаться в любом возрасте. Утешение лабильные психопаты нередко находят в алкоголе.

### *Эпилептоидная психопатия*

Основными особенностями характера эпилептоидных психопатов являются повышенная возбудимость в сочетании с взрывчатостью, злобностью, мстительностью, агрессивностью в ответ на незначительные внешние раздражители. Проявления психопатии этого типа чаще всего обнаруживаются еще в детстве. С раннего возраста такие дети подолгу и беспричинно плачут, рыдают. Окрики только озлобляют их, они могут ударить того, кто их успокаивает. С раннего детства у таких психопатов проявляются садистские наклонности, они мучают животных, ужасая взрослых своей жестокостью. Исподтишка издеваются над более слабыми детьми, которые не могут дать им отпор. С детских лет эпилептоиды проявляют властность и деспотизм, требуя безоговорочного подчинения. В поведении ребенка-эпилептоида с взрослыми наблюдаются неповиновение в сочетании с ненавистью, гнев, склонность к разрушительным действиям и драчливость при малейшем покушении на его «самостоятельность».

В школьные годы у эпилептоидов проявляется повышенная аккуратность, мелочная скрупулезность, перемежающаяся с периодами мрачного, злобно-тоскливого или злобно-раздражительного настроения (дисфории). В период дисфории эпилептоидный психопат ищет, на ком бы сорвать накопившуюся злобу. Эта злобность не имеет отношения к окружающим, она проявляется у него спонтанно, как наиболее характерное эмоциональное состояние и эпилептоидной психопатии, и эпилепсии. Участие окружающих, их стремление предотвратить дисфорию еще больше озлобляет эпилептоидного подростка, и он набрасывается на человека, пытающегося его утешить или успокоить. Происходит бурная эмоциональная разрядка с угрозами и агрессивными действиями в адрес окружающих. Эпилептоидный психопат долго не может остыть, дисфория может продолжаться от нескольких часов до нескольких дней. Сам эпилептоидный психопат по своей воле не может предотвратить приступ дисфории и при ее проявлении набрасывается на совершенно незнакомого ему человека.

Идеальные условия для разрядки у эпилептоидов - ситуация драки. Иногда они намеренно провоцируют ее в группе сверстников. К окружающим придираются по пустякам, оскорбляя и унижая их, затевают драку, в которой ведут себя беспощадно и жестоко. При сопротивлении приходят в ярость, нанося телесные повреждения ногами и тяжелыми предметами. Не останавливаются даже перед убийством. Их агрессивность часто приводит к нарушениям закона. Многие из эпилептоидов имеют судимости в основном за одни и те же преступления. Безудержной ярости и жестокости боятся даже их сверстники в колониях для несовершеннолетних.

В подростковом возрасте психопат-эпилептоид - тиран и диктатор в семье. Иногда дисфория бывает не столь выраженной и проявляется в форме безделья, апатии, угрюмого и хмурого вида.

Конфликты с родителями могут привести к полному разрыву с ними. Тогда по отношению к ним эпилептоид становится мстительным, совершает на зло родственникам различные проступки.

Эпилептоидам свойственна страсть к накопительству. Они коллекционируют все, что можно с выгодой продать. Страсть к обогащению сохраняется на всю жизнь.

Внешность эпилептоида весьма характерна: сильная приземистая фигура, массивный торс при сравнительно коротких руках и ногах, короткая шея, тяжелая нижняя челюсть. Но такие особенности свойственны не всем. Многие из них с детства обладают физической силой, развивают ее, занимаясь спортом. В основном предпочитают силовые виды спорта (как у юношей, так и у девушек), боевые виды защиты и нападения.

Все психические процессы эпилептоидов отличаются патологической инертностью, замедленностью, тугоподвижностью, затрудненной переключаемостью (психической вязкостью). Инертность и застойность психических процессов ведут к неспособности к переключаться (ригидности эмоций). В определенной степени это связано со злопамятностью и мстительностью эпилептоидов. Мелкие стычки и ссоры, которые здоровые люди способны простить и забыть, никогда не прощаются эпилептоидами.

Эпилептоиды - реалисты. Они не заглядывают далеко в будущее, не любят мечтаний и пустых фантазий, живут реальным сегодняшним днем. Предпочитают материальные блага высоким нравственным устремлениям. Сексуальное влечение у эпилептоидов интенсивно. Любовь у них сочетается с тяжелой ревностью. Поводом для ревности служат самые незначительные проявления внимания объекта любви к окружающим. Эта ревность сопровождается бурной эмоциональной реакцией с угрозами и в адрес «соперника» (*чаще всего мнимого*), и в адрес любимой. При малейших сомнениях в верности эпилептоид может жестоко избить свою избранницу.

Многие эпилептоиды злоупотребляют спиртным, с самого начала отдают предпочтение не вину или пиву, а водке, поскольку этот напиток вызывает более сильное опьянение. В состоянии опьянения становятся совершенно неуправляемыми, затевают драки, проявляя бурные вспышки гнева и агрессивности.

Эпилептоидная психопатия - один из наиболее трудных и неблагоприятных вариантов психопатии как для самого человека (из-за частой декомпенсации и социальной дезадаптации), так и для окружающих, для которых эпилептоид - жестокий тиран и деспот, заставляющий страдать родственников и близких.

Эпилептоидная психопатия встречается и в сочетании с другими типами психопатий. Так, при эпилептоидно-истерическом варианте основные эпилептоидные черты сочетаются со склонностью к демонстративному поведению, повышенной самооценкой, эгоцентризмом. При эпилептоидно-неустойчивом варианте эпилептоидные черты сочетаются со стремлением к праздному образу жизни за чужой счет, отсутствием эмоциональных привязанностей и планов на будущее. Могут быть и другие смешанные типы психопатий, но общими признаками являются себялюбие, властность, злобность и мстительность, а также выраженная склонность к материальному благополучию.

## 1.4.12. Поведенческие и эмоциональные расстройства личности у детей и подростков

### *Гиперкинетическое расстройство личности (F90)*

Признаки *гиперкинетического расстройства личности (F90)* проявляются в детском и подростковом возрасте. С грудного возраста такие дети мало сняты, обнаруживая чрезмерную чувствительность. Со стороны признаки гиперкинеза могут казаться привычным проявлением детской активности. Но внимательное наблюдение показывает, что двигательная активность у

такого ребенка повышена даже во сне. Больные данным расстройством лишены нормальной осторожности и безрассудны в опасных ситуациях. Агрессивность и элементы диссоциального поведения обнаруживаются у 70 - 75% детей.

В подростковом возрасте двигательная активность может нормализоваться, однако внимание и импульсивность еще сохраняются. В этом возрасте выявляются трудности в обучении при заниженной самооценке и недостаточной социальной адаптации. Нередки случаи конфликта с законом, могут происходить и попытки суицида. У 25% таких больных уже во взрослом возрасте развивается диссоциальное расстройство личности (F 60.2).

Длительное наблюдение за больными может выявить признаки, свидетельствующие о наличии гиперкинетического расстройства. Такое наблюдение проводится дома (на основе опроса родителей), в школе и в медицинских учреждениях. В. Ю. Поповым и В.Л. Видом [50, с. 341 -342] для этой цели предлагаются следующие критерии:

1. **Нарушение внимания.** В течение не менее шести месяцев обнаруживается не менее шести из следующих признаков:
  - рассеянное внимание приводит к существенным ошибкам в выполнении учебных заданий;
  - начатое дело (работа) зачастую не доводится до конца;
  - то, что говорят другие (особенно воспитатели), «пропускается мимо ушей»;
  - невнимательно слушают разъяснения о том, как лучше выполнить учебное задание;
  - избегают работы, требующей настойчивости и усидчивости;
  - часто теряют свои вещи, школьные письменные принадлежности, инструменты;
  - постоянно отвлекаются под воздействием даже незначительных внешних стимулов;
  - в повседневной деятельности забывчивы;
  - не могут рационально планировать и использовать свое личное время.
2. **Гиперактивность.** На протяжении как минимум шести месяцев отмечаются не менее трех нижеприведенных признаков, не соответствующих данному этапу развития:
  - размахивают руками и ногами, постоянно вертятся на сиденьях;
  - часто покидают свое рабочее место, когда требуется проявить усидчивость;
  - бегают, карабкаются куда-нибудь в неадекватных для этого ситуациях;
  - в игровых ситуациях чрезмерно подвижны и шумливы;
  - излишняя двигательная активность там, где требуется соблюдать определенные ограничения и правила поведения.
3. **Импульсивность.** На протяжении не менее шести месяцев наблюдается хотя бы один-два нижеприведенных признака, не соответствующих данному этапу развития ребенка:
  - дети «выскакивают» с ответами, не дослушав до конца вопроса;
  - в очереди в групповой ситуации выказывают нетерпение, нервозность;
  - часто перебивают собеседника, мешают другим в игровых ситуациях;
  - многословны, не реагируют на социальные ограничения.

Стратегия лечения легкой формы гиперкинетических расстройств должна быть направлена на оптимизацию внешних условий пребывания ребенка в небольших группах учебных учреждений (дифференцированное и индивидуализированное обучение, личностно-ориентированные приемы воспитания и др.). Не менее важно создать для ребенка оптимальные условия проживания и повседневного ухода, обращая внимание на то, что вседозволенность и освобождение от ответственности грозит впоследствии просчетами в его становлении как личности.

### *Расстройства социального поведения (F91)*

По данным психиатрической литературы, антисоциальное поведение проявляется в среднем у 10% детей и подростков из популяции. Кражи совершают чаще лица мужского пола (80%), в случаях применения насилия их доля возрастает еще больше (около 90%). При этом пик арестов за кражи приходится на 16 лет, за преступления с применением насилия - на 18 лет [50, с. 346].

Однако преступность распространена значительно выше. Просматривается определенная связь между ближайшими родственниками: например, заболеваемость диссоциальным расстройством (F 60.2) и алкоголизмом у родителей, чьи дети страдают расстройством социального поведения, значительно выше, чем в популяции. Средовыми факторами, предрасполагающими к возникновению расстройств социального поведения, являются низкая материальная обеспеченность, большой размер семьи, неблагоприятная обстановка в ней (неполные семьи, супружеские ссоры, избиение, разводы и т. п.). Больные часто являются плодом незапланированной или нежелательной беременности. Дефекты воспитания (частая смена опекающих лиц, воспитание отчимом или мачехой, одинокой матерью, педагогическая запущенность и др.) усугубляются недостатками постановки школьного образования, наличием субкультуры антисоциального поведения [там же, с. 347]. Для потенциального больного расстройством социального поведения преступное поведение, по выражению Ю. В. Попова, является «входным билетом» в референтную для него группу сверстников.

Характерными чертами детей и подростков с расстройством социального поведения являются эгоцентризм в сочетании с низкой самооценкой, позволяющий играть роль «крутого парня», низкий уровень культуры и навыков общения, настороженность и враждебность, поиск примитивных удовольствий и развлечений, агрессивность и сексуальная расторможенность (подростков).

Антисоциальное поведение проявляется преимущественно вне дома в антисоциальной среде. Течение расстройства неблагоприятно, по мере взросления повышается риск конфликтов с законом, правонарушения становятся более серьезными. Наиболее тяжелым исходом расстройства является формирование в подростковом возрасте диссоциального расстройства личности (F 60.2) и снижение социальной адаптации. Положительное влияние на течение расстройства оказывают брак со стабильным партнером, поддержка родителей и в определенной степени - пребывание в исправительных учреждениях.

Для диагноза расстройства социального поведения необходимо определить наличие стойкого, повторяющегося поведенческого стереотипа, нарушающего основные права окружающих, нормы и правила социального поведения. Эти критерии разработаны известными психиатрами Ю. В. Поповым и В. Д. Видом [50, с. 350-351] и приводятся ниже:

- 1) необычные для возраста и развития ребенка проявления гнева и ярости;
- 2) частые споры со взрослыми;
- 3) активный отказ от выполнения действий, рекомендуемых взрослыми;
- 4) преднамеренное стремление рассердить окружающих;
- 5) возложение на других ответственности за свое поведение и свои ошибочные действия;
- 6) убеждение в том, что окружающие им досаждают;
- 7) проявление недовольства по незначительным поводам;
- 8) чувство ненависти, желание отомстить;
- 9) лживость, частое невыполнение обещаний;
- 10) частое провоцирование драк (за исключением драк с сиблингами);
- 11) использование холодного и огнестрельного оружия, а также потенциально опасных предметов;
- 12) часто вопреки запретам родителей находится вне дома в темное время суток (начиная с 13-летнего возраста);
- 13) физическая жестокость к окружающим (связать, нанести порез, ожог и т.п.);
- 14) жестокое обращение с животными;
- 15) умышленное разрушительное обращение с чужой собственностью (за исключением поджогов);
- 16) умышленный поджог с риском или намерением причинить серьезный вред;

- 17) кража ценностей, подлог без конфронтации с жертвой (кража в магазине, квартирная кража, подделка подписи и т. п.);
- 18) частые прогулы в школе, начиная с 13-летнего возраста;
- 19) побег из дома (по меньшей мере дважды или один раз, но дольше, чем на одну ночь), за исключением попыток избежать таким образом жестокого обращения к ним со стороны взрослых;
- 20) любое преступное действие, сопряженное с прямым нападением на окружающих (вымогательство, вырывание из рук сумочек на улице и т. п.);
- 21) принуждение к сексуальному контакту;
- 22) частое издевательство над другими (умышленное запугивание, причинение боли и т. п.);
- 23) взлом помещений, автомобилей.

По критериям 11, 13, 15, 16, 20, 21 и 23 достаточно однократного проявления, по другим критериям фиксируются повторяющиеся проявления в течение шести месяцев. При фиксации не менее трех четвертей критериев из 23 возможных можно говорить о наличии расстройства социального поведения, если состояние пациента не соответствует, во-первых, критериям диссоциального расстройства личности (F 60.2), во-вторых, - критериям общих расстройств личности (F 84) и, в-третьих, - критериям гиперкинетического расстройства личности (F 90).

### 1.4.13. Соотношение международной и традиционной классификаций пограничных расстройств

Нами рассмотрены отдельные невротические расстройства, расстройства личности и поведения в соответствии с МКБ-10. Памятуя о том, что значительная часть психологов и врачей общемедицинской практики (особенно старшего поколения) знакомы с традиционной немецкой и отечественной классификацией психических болезней, мы сочли необходимым дать описание некоторых видов психопатий, как они изложены в основных учебниках по психиатрии (§ 1.4.11), придерживающихся традиционной классификации. Краткая характеристика расстройств личности и поведения, а также невротических расстройств приводится с целью ознакомить практических психологов (отчасти и персонал общемедицинской практики) с пограничными психическими расстройствами и никоим образом не может служить руководством для специалистов по психиатрии.

Ниже приводится сравнительная таблица названий и обозначений (аббревиатур) в соответствии с МКБ-10 и традиционной классификацией.

Таблица 2

Сопоставление классификаций пограничных расстройств

МКБ-10 (аббревиатура)	Традиционная классификация
<b>НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА (F 4)</b> Тревножно-фобические расстройства (F 40): - агорафобия (F 40.0) -социофобия(P40.1) Тревожные расстройства (F41): - паническое расстройство средней тяжести (F41.00)	<b>НЕВРОЗЫ</b> Невроз страха: - боязнь открытых пространств - страх публичных выступлений, стыда и т. п.  Периодические панические состояния

МКБ-10 (аббревиатура)	Традиционная классификация
<ul style="list-style-type: none"> <li>- тяжелые панические состояния (F 41.01)</li> <li>- генерализованное тревожное расстройство (F41.1)</li> <li>- смешанное (тревожное и депрессивное) расстройство (F41.2)</li> </ul> <p>Обсессивно-компульсивное расстройство (F 42)</p> <p>Диссоциативные (конверсионные) расстройства (F 44):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- диссоциативная амнезия (F 44.0)</li> <li>- диссоциативная фуга (F 44.1)</li> <li>- диссоциативный ступор (F 44.2)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- синдром Ганзера (F 44.80)</li> </ul> <p>Неврастения (F 48.0)</p>	<p>Учащенные панические состояния</p> <p>Психическое напряжение с переходом к интенсивным вегетативным расстройствам</p> <p>Состояния тревоги и депрессии</p> <p>Невроз навязчивых состояний</p> <p>Истерия</p> <p>Истерическое сумеречное помрачение</p> <p>Внезапное бегство из дома, с работы и т. п.</p> <p>Разновидности истерического невроза (полная неподвижность, отсутствие реагирования на стимулы и т. п.</p> <p>Симптом неверных ответов</p> <p>Неврастения (астенический невроз)</p>
<p><b>РАССТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ</b></p> <p>Параноидальное РЛ (F60.0)</p> <p>Шизоидное РЛ (F60.1)</p> <p>Диссоциальное РЛ (F 60.3)</p> <p>Эмоционально-неустойчивое РЛ (F60.3):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- импульсный подтип (F 60.30)</li> <li>- пограничный подтип (F 60.31)</li> </ul> <p>Истерическое <i>PSJ</i> (F60.4)</p> <p>Ананкастное (обсессивно-компульсивное) РЛ (F 60.5)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> </ul> <p>Тревожное (уклоняющееся) РЛ (F60.6)</p> <p>Зависимое РЛ (F 60,7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-</li> <li>-</li> </ul> <p>Специфическое РЛ (F 60.8):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нарциссическое</li> <li>- пассивно-агрессивное</li> </ul>	<p><b>ПСИХОПАТИИ</b></p> <p>Паранойальная психопатия</p> <p>Шизоидная психопатия</p> <p>-</p> <p>Возбудимая психопатия</p> <p>Неустойчивая психопатия</p> <p>Истерическая психопатия</p> <p>Психастеническая психопатия</p> <p>Астеническая психопатия</p> <p>Сенситивная психопатия</p> <p>-</p> <p>Циклоидная психопатия</p> <p>Гипертимная психопатия</p> <p>-</p> <p>-</p>
<p><b>ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РАССТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ</b></p> <p>Гипекинетическое расстройство личности (F 90)</p> <p>Расстройства социального поведения (F 91)</p>	<p>Некоторые схожие характеристики гипертимной психопатии</p> <p>Девiantное и делинквентное поведение подростков как один из компонентов расстройства социального поведения</p>

## 1.5. ЭТИЧЕСКИЕ И ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ

Круг функциональных обязанностей практического психолога весьма разнообразен и во многом зависит от видов работы, которую он выполняет. Основными из этих работ являются:

1. *Психологическое просвещение* - самое первое приобщение людей (учащихся, родителей, студентов, сотрудников, клиентов) к психологическим знаниям.

2. *Психологическая профилактика* - постоянная работа, направленная на предупреждение возникновения неблагополучия психического и личностного развития человека, своевременное выявление и устранение факторов, которые могут вести к отклонениям от нормы психического развития личности.

3. *Психологическое консультирование* - область деятельности практического психолога, связанная с оказанием психологической помощи людям в форме информирования, консультации и советов. Сущность психологического консультирования заключается в специально организованном процессе общения консультанта (психолога) с клиентом, в процессе которого у клиента активизируются дополнительные силы, воля и способности, обеспечивающие поиск новых возможностей для выхода из трудных жизненных ситуаций.

4. *Психодиагностика* - установление психологического диагноза - область исследований, связанных с количественными оценками и качественным анализом психологических свойств и состояний человека или группы. Результаты психологического исследования (обследования) дают основания для выводов о дальнейшей коррекции или развитии личности, об эффективности психопрофилактической или консультационной работы, проведенной с человеком.

5. *Психокоррекция и психотерапия* - устранение отклонений в психическом и личностном развитии человека. Методы психокоррекционной и психотерапевтической работы весьма разнообразны и в основном зависят от той школы, от того подхода, которого придерживается психолог или психотерапевт (поведенческий, деятельностный, когнитивный, психоаналитический, трансперсональный, гештальт-терапия, психодрама и др.).

6. *Описание психологического портрета и разработка развивающих мероприятий* (составление прогноза развития исследуемых качеств личности клиента, работа по развитию его способностей, воспитанию характерологических черт и профессионально важных свойств личности).

Из всего многообразия проблем, связанных с этими видами работ, выделим лишь те, что непосредственно относятся к области психологической профилактики и психологического диагноза. Здесь нас прежде всего интересуют правовые и этические аспекты диагностики. Психологический диагноз предполагает описание и выявление индивидуально-психологических особенностей личности с целью оценки их актуального состояния, прогноза дальнейшего развития и разработки рекомендаций, определяемых задачами психодиагностического обследования.

Характерной особенностью статуса практического психолога является приоритет его обязанностей перед правами. Большинство из прав, которыми обладает практический психолог, тесно связаны с его обязанностями, вытекают из них и без них реализоваться не могут. Психолог в системе образования, например, обязан и имеет право:

- активно защищать интересы ребенка, если они нарушаются кем-либо из лиц, ответственных за его обучение и воспитание;
- принимать самостоятельные профессиональные решения в пределах своей компетенции;
- вмешиваться в методы обучения и воспитания детей, если они не соответствуют развитию ребенка и тем более наносят ему вред;
- добиваться от лиц, обладающих соответствующими полномочиями (администрация учебно-воспитательных и других учреждений, руководители органов народного образования, учителя, воспитатели, родители), всяческого содействия ребенку и своевременного принятия мер, позитивных решений, касающихся судьбы ребенка;
- лично участвовать в проведении медико-психологических, дефектологических и судебно-психологических экспертиз и исследований детей, а также тех лиц, которые связаны с их обучением и воспитанием (цитируется по Р. С. Немов\*)).

Защита прав самого практического психолога в нашей стране обеспечивается документами, принимаемыми на правительственном уровне, а также на уровне Министерства образования, основным из которых является Положение о психологической службе. Положения этих документов регламентируются республиканскими, краевыми, областными, городскими и районными органами власти. Социальная защита прав практических психологов обеспечивается организациями, деятельность которых затрагивает сферу образования (ассоциации практических психологов, педагогов, центры обучения и воспитания и др.).

Спорные вопросы, возникающие в процессе работы практического психолога, решаются компетентными комиссиями, в состав которых входят независимые профессиональные психологи и специалисты разного профиля. Если дело касается проблем, связанных с принятием ответственных решений относительно судьбы ребенка, то они рассматриваются с обязательным участием самих детей (если те достаточно взрослые), родителей или заменяющих их лиц, а также психологов, медицинских работников, дефектологов и педагогов. В этом случае любое принимаемое решение признается недействительным, если хотя бы один из членов комиссии с ним не согласен. Исключения составляют случаи медико-психологического или судебно-психологического характера, процедура которых определена в соответствии с законом.

Источниками выработки морально-этических норм для практического психолога изначально выступают философия, религия, культура, идеология, политика, обычаи и традиции. Именно эти культурные ценности, выработанные человечеством, являются основой для разработки морально-этических норм в соответствии с принципами диагностики: научная обоснованность, обеспечение суверенных прав личности испытуемых, объективность выводов, эффективность предлагаемых рекомендаций, конфиденциальность, тайна результатов психодиагностического исследования или обследования.

*Принцип научной обоснованности* предполагает высокий научный потенциал психолога-диагноста, его профессиональную подготовку на основе профессионально-этических стандартов в области тестирования. Соблюдение данного принципа способствует устранению ошибок диагноста и артефактов (искусственных, ложных фактов, полученных в результате неправильного применения тестовых методик). Ошибка диагноста - это разновидность артефакта, обусловленная недостаточной опытностью или предубежденностью исполнителя (пользователя) методик. Например, неопытный диагност вольно или невольно может подсказать правильный ответ на тестовое задание, окажется предвзятым в своих оценках, будет искаженно интерпретировать результаты проективных методик. Полностью устранить ошибки диагноста можно путем привлечения нескольких опытных и независимых диагностов (независимых друг от друга, от испытуемых и заказчиков психодиагностической информации). Конечно, принцип научной обоснованности диагностики совершенно исключает применение так называемых

\* Немов Р. С. Психология: Учебник. В 3 кн. Кн. 2. - М., 2000. - С. 516-5(7).

«популярных» паранаучных проективных тестов, при проведении и интерпретации которых не может быть соблюдена необходимая научная технология.

*Принцип обеспечения суверенных прав личности* испытуемых означает исключение психодиагностического исследования обманным путем. Этот принцип охраняет право индивидуума отказаться от участия в психологическом обследовании, защищает тайну его личности, поскольку в ходе психодиагностического обследования могут быть раскрыты эмоциональные и мотивационные особенности испытуемого, его установки и ценностные ориентации. И если испытуемый этого не желает, он вправе отказаться от обследования. Если же испытуемый не формулирует свой отказ в явной форме, он может применить собственную тактику выполнения методики, которая, по его мнению, позволяет скрыть истинную информацию о себе.

*Принцип объективности выводов* предусматривает беспристрастный подход к результатам тестирования со стороны пользователя. На него не должны оказывать влияние общее впечатление о личности обследуемого, симпатии и антипатии, субъективное состояние и настроение. Общение с испытуемым должно быть доброжелательно-нейтральным, проявление какой-либо помощи в процессе тестирования ограничивается лишь вопросами, связанными с правильным пониманием инструкций.

*Принцип эффективности предлагаемых рекомендаций* обеспечивает соблюдение соответствующих мер предосторожности, направленных против неправильного использования и неверной интерпретации психодиагностической информации, передаваемой испытуемому. Результаты обследования должны быть сообщены испытуемому в ободряющем контексте, не травмирующем его психику и самооценку. Соблюдение этого принципа позволяет выработать прогнозные оценки поведения испытуемого и наметить эффективные методические приемы психопрофилактической и психокоррекционной работы.

*Принцип конфиденциальности* предполагает предоставление психодиагностической информации только тем, кому она предусмотрена. Вопрос о том, какую и в какой мере (форме) информацию по результатам обследования может сообщить психолог, находится в прямой зависимости как от соблюдения этого принципа, так и от соблюдения принципа обеспечения суверенных прав личности испытуемого. Для предотвращения утечки психодиагностической информации или неправильного ее использования должен быть обеспечен строгий контроль за доступом любых лиц к данной информации, включая обучающий персонал и администрацию учебного заведения или учреждения. Психолог может сообщать психодиагностическую информацию соответствующим лицам только по специальному запросу или в случаях, предусмотренных законодательством о судебно-медицинской экспертизе.

*Принцип профессиональной тайны* обеспечивает неразглашение содержания психодиагностических методик и результатов их применения без персонального согласия на это того лица, которое было обследовано.

Профессиональные психодиагностические методики могут быть использованы по своему прямому назначению только аттестованными специалистами. Такой специалист (психолог-диагност) или другой пользователь психодиагностических методик (педагог-психолог, социолог, медицинский работник и т. д.) должен иметь диплом или сертификат о психологическом образовании и пройти - при необходимости - процедуру аттестации, включающую специальные экзамены и анализ опыта работы по использованию психодиагностических методик. На основании такой аттестации специалисту по психодиагностике выдается соответствующая лицензия на право заниматься психологической помощью, психологической практикой. Профессионально подготовленный исполнитель (пользователь) психодиагностических методик является гарантом правильного их применения, обеспечения корректной и точной психодиагностики, неразглашения диагностической информации лицам, кому она не предназначена.

Морально-этические нормы поведения практического психолога разработаны психологической практикой на основе соблюдения принципов психодиагностики. Нормы могут быть

представлены в виде правил, следовать которым должен любой пользователь психодиагностических методик. *Правила* эти сводятся к следующему:

1. Человека нельзя подвергать психологическому обследованию без его воли или обманым путем, кроме случаев судебной и медицинской практики.

2. Перед проведением психологического тестирования человека необходимо предупредить о том, что в ходе исследования он невольно может выдать такую информацию о себе, о своих мыслях и чувствах, которую сам не осознает.

3. Любой человек, если это не оговорено законом, имеет право знать результаты своего тестирования, а также о том, где и какое решение может быть вынесено на основе психологической диагностики.

4. При тестировании несовершеннолетних детей их родители или заменяющие их лица имеют право знать результаты тестирования.

5. Результаты психологического тестирования предоставляются обследуемому тем лицом, которое проводит обследование, в доступной для понимания форме.

6. Если тестирование проводится с целью определения уровней психического развития человека (например, при конкурсном отборе или при приеме на работу и т. п.), человек также имеет право знать не только цели тестирования, но и то, как и на какой основе о нем будут делать выводы по итогам тестирования.

7. Психолог-диагност должен обеспечить конфиденциальность психодиагностической информации, полученной от испытуемого на основе личного доверия.

8. Психолог хранит профессиональную тайну: не передает лицам, неуполномоченным вести психодиагностическую практику, инструктивные материалы, не раскрывает перед потенциальными испытуемыми секрет той или иной психодиагностической методики.

9. Отдельными, хорошо теоретически и психометрически обоснованными методиками могут воспользоваться не только практические психологи, но и их смежники - учителя, врачи, социологи и другие. В данном случае им следует предварительно ознакомиться с опытом применения психологом-диагностом соответствующих тестовых методик. При этом любой пользователь тестовой методики автоматически должен взять на себя ответственность за соблюдение всех требований профессиональной тайны. Психолог же уполномочен лично препятствовать некорректному и неэтичному применению психодиагностических методик.

10. Особая ответственность ложится на практического психолога при проведении психодиагностической и психокоррекционной работы в школе. При работе с детьми психолог должен быть весьма осмотрительным и осторожным в выборе психодиагностических и психокоррекционных методик, а также в своих выводах и рекомендациях. Он строит свою работу на основе уважения достоинств и неприкосновенности личности ребенка, школьника, защищает его основополагающие человеческие права, определяемые Всемирной декларацией прав человека. Подробнее о работе психолога в школе см. п. 1.7.

Если юридический кодекс опирается на нормы права, разрешающие насильственные действия в отношении лиц, которые его нарушают, то этический кодекс основывается на нормах морали. Это означает, что нарушители кодекса не подлежат суду в соответствии с законом, не могут понести наказания, допускающее применение к нему мер принуждения. В своей практической деятельности практический психолог соблюдает этический кодекс, оказывает лишь те услуги, которые он может оказывать в соответствии со своей квалификацией и образованием. Нарушение положений этического кодекса профессиональным практическим психологом рассматривается судом чести ассоциации практических психологов или более высокой профессиональной организацией.

## 1.6. ТРЕБОВАНИЯ К ПОЛЬЗОВАТЕЛЯМ ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК

Повышенный интерес к проблеме психологической диагностики связан с появлением новой профессии - практического психолога. Кроме профессиональных знаний в области психокоррекции, психотерапии, дефектологии и психологического консультирования психолог-диагност должен быть знаком с основами наук о человеке и обществе, пограничных с психологией (медициной, педагогикой, социологией, правом и др.). Однако важнейшей составной частью деятельности практического психолога-диагноста является непосредственно психологическая диагностика. С помощью психодиагностики - например, в общеобразовательной и профессиональной школе - решается целый ряд задач, стоящих перед работниками образовательно-воспитательных учреждений (от детского сада и школы до интерната того или иного типа):

- определение готовности ребенка к школьному обучению;
- выявление доминирующих причин неуспеваемости и нарушений в личностной сфере, работа с трудными детьми, определение причин отклоняющегося поведения и т. п.;
- дифференциация обучения, реализация индивидуального подхода, профориентация и т. д.

Психологическая диагностика нашла свое применение в пунктах профконсультаций, где проводится работа по профотбору и профориентации, а также в учреждениях службы занятости населения, на предприятиях и в специализированных учебных заведениях. Это позволяет выбрать наиболее подходящую профессию для того или иного индивида, достичь необходимого уровня квалификации.

Существует еще две области, где использование психологической диагностики просто необходимо. Прежде всего, это клинично-консультационная и психотерапевтическая работа, которая проводится с целью поиска причин возникновения конкретных проблем у консультируемых (навязчивые страхи и переживания, сложности в отношениях с близкими и т. п.), а также выбор способов и приемов, способствующих их разрешению.

Другой областью применения психологической диагностики является судебная практика, проведение судебно-медицинской экспертизы. Психолог-диагност проводит обследование потерпевших, подозреваемых, а также свидетелей, формулирует психологическое заключение о тех или иных качествах личности, уровне интеллектуального развития, психофизиологических особенностях и т. п.

К пользователям психодиагностических методик предъявляются определенные требования. Психодиагност (в его роли чаще всего выступает практический или медицинский психолог) должен в совершенстве знать основы дифференциальной психометрии, владеть психодиагностическими методиками, уметь квалифицированно оценивать возможность их применения на практике. В зависимости от целей психодиагностического исследования (обследования) результаты данного исследования вместе с рекомендациями по коррекции изучаемых качеств или развитию свойств личности могут быть переданы другим специалистам (педагогам, дефектологам, врачам, в том числе психотерапевтам, невропатологам, другим врачам общемедицинской практики, а в необходимых случаях - психиатрам).

Квалифицированному психодиагносту следует знать границы своей компетенции и сферу действия методик психодиагностического обследования. Он не имеет права предлагать свои услуги и использовать технические средства, которые не удовлетворяют профессиональным стандартам.

В работе психолога-диагноста с потенциальными клиентами не должно оставаться места никакой дискриминации по признаку происхождения, возраста, расовой или социальной принадлежности, пола, вероисповедания, идеологии или национальности. К каждому испытуемому у психолога-диагноста должен быть выработан индивидуальный подход, ему необходимо проявлять особую «чутье» к той культурной среде, к которой принадлежит клиент (испытуемый). В качестве примера приведем несколько ситуаций, когда следует руководствоваться профессиональным «чутьем», интуицией и профессиональной этикой\*.

- Вы работаете в закрытом образовательном учреждении для трудных подростков. Вы видите во дворе подростка, курящего марихуану;
- Во время практики по консультированию и психологии малых групп одна из ваших клиентов говорит вам об аборте и ее чувствах в данной ситуации;
- Во время бесед клиент признался вам, что он гомосексуалист и подумывает о самоубийстве;
- У вас проходит курс консультаций чернокожий студент. В качестве проблемы он упоминает расизм, царящий в колледже. А вы - белый;
- Вы работаете в центре психологического консультирования по проблемам профориентации и обнаруживаете, что один из членов персонала имеет сексуальные отношения со студенткой - вашей клиенткой;
- Вы преподаете сексуальное воспитание в старших классах и пятнадцатилетняя девочка признается вам, что она беременна и родители выгонят ее из дома, если узнают об этом. Рассмотрите эти примеры в качестве вопросов на экзамене по профессиональной этике - этот экзамен будет длиться всю вашу жизнь.

Исходя из перечисленных выше положений, можно констатировать: диагностические психологические методики должны применяться только высококвалифицированными диагностами; благодаря этому будет выполнен первый шаг по защите информации от неправильного использования этих психодиагностических методик. Конечно, необходимая квалификация меняется в зависимости от типа применяемых диагностических методик. Например, для правильного применения индивидуальных тестов интеллекта для большинства личностных тестов и опросников требуется длительное их освоение и высокая квалификация психолога-диагноста. Для определения достижений в учебной и профессиональной деятельности методом тестирования диагносту требуется лишь минимальная специализация в психологической подготовке.

Так или иначе, к пользователям психодиагностических методик предъявляются следующие общие требования.

1. Работа психолога-диагноста должна быть построена на основе принципа профессиональной независимости и автономии. Это его право. Решение психолога-диагноста по вопросам профессионального психологического характера является окончательным и не может быть отменено администрацией учреждения или вышестоящей управленческой организацией. Отменить решение психолога может лишь специальная комиссия, состоящая из высококвалифицированных специалистов-психологов и наделенная соответствующими властными полномочиями.

2. Психолог-диагност должен быть осторожен и осмотрителен в выборе психодиагностических и психокоррекционных методов, а также в выводах и рекомендациях.

3. Психолог, работающий в образовательных учреждениях, обязан информировать тех, кому он подчинен административно, а также свои профессиональные объединения о замеченных им нарушениях прав ребенка другими лицами, о случаях негуманного обращения с детьми. Подробнее о деятельности психолога-диагноста в образовательных учреждениях см. п. 1.7.

4. Психолог не имеет права передавать психодиагностические, психотерапевтические и психокоррекционные методики в пользование некомпетентных лиц.

\* Айви А.Е., Айви М.Б., Саймэк-даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники. Практическое руководство. - М., 1999. - С. 27-28.

5. Психолог обязан препятствовать использованию методов психодиагностики и оказанию психологического воздействия профессионально неподготовленными людьми, предупреждать об этом тех, кто по своему незнанию пользуется услугами таких лиц. Это требование особенно актуально в наши дни, когда на книжных развалах привокзальных площадей или у метро каждый может приобрести «популярные» тесты, сборники или альманахи тестов, обещающие за 10 минут определить, что вы за птица.

При работе с клиентами практический психолог-диагност должен строго соблюдать морально-этические нормы поведения, воспитывать и формировать у себя профессионально важные качества. К таким профессионально важным качествам практического психолога согласно Н. Н. Обозову\* относятся следующие:

1. Общительность и контактность.

Характеризуется внимательным отношением психолога к собеседнику, способностью следить за каждым его словом, жестом, мимикой. Психолог-консультант должен уметь воспринимать состояние клиента без суетливости, особенно когда консультируемый нервничает, проявляет застенчивость. Непринужденность поведения психолога успокаивает клиента, способствует установлению между ними доверительных отношений, открытости в диалогах. Это в свою очередь дает возможность точнее диагностировать затруднения, состояния клиента, свойства его личности.

2. Динамичность и гибкость поведения.

Динамичность и гибкость поведения психолога заключается в его способности легко переключаться с одной темы на другую, если того требует ход собеседования или психологического тестирования. Психолог должен уметь свободно выходить из возможных тупиковых положений при собеседовании.

3. Эмоциональная сдержанность и терпимость.

Психолог обязан быть предельно сдержанным в своих реакциях на возможные срывы клиента, готовым практически к любому его поведению. Помимо умения сдерживать себя, скрывать в известной мере свои невольные оценки и эмоциональные реакции психолог должен в случае необходимости успокоить клиента, найти весомые доводы, которые помогут снять его напряжение.

4. Высокий уровень общей культуры поведения.

Общая культура поведения достигается путем поддерживания разнообразных контактов психолога с людьми из других сфер профессиональной деятельности. Так, если общение с деятелями искусства и литературы расширяет нравственно-этический кругозор психолога, то общение его с рабочими, инженерами, организаторами производства, руководителями предприятий, организаций и фирм увеличивает запас знаний практической жизни. Повышению уровня общей культуры поведения способствуют также чтение периодической печати, художественной литературы, знакомство с лучшими образцами культурного наследия.

5. Профессиональный такт.

Основой профессионального такта психолога-практика является соблюдение профессиональной тайны, которую Н. Н. Обозов назвал «своеобразной гарантией надежности личности психолога». Психолог может затрагивать интимные стороны жизни клиента только при его добровольном желании. При этом психолог должен сам убедить клиента в соблюдении тайны психодиагностического обследования.

Важнейшей составной частью профессионального такта психолога является деликатность. Деликатность особенно важна при установлении личного доверия с клиентом противоположного пола. Характерная черта деликатности - уважение человека, признание его прав на свободу мысли, чувств, поведения. Если психолог чувствует, что «раскрытие» может повредить клиенту, он должен тактично остановить его личные излияния.

\* См. Обозов Н. Н. Психологическое консультирование: Метод, пособие. - СПб.: МАГН, 1995. - С. 22-26.

#### 6. Умение «держать» свою линию поведения.

Это качество пригодится психологу в тех случаях, когда консультируемый нервничает, переключается с одной темы на другую, что нередко заводит собеседование в тупик неразрешимых проблем. Важно своевременно возвращать беседу к главной проблеме, волнующей клиента или выявленной психологом в процессе общения.

#### 7. Умение совместно анализировать ситуацию затруднений.

В основе этого качества лежит принцип «отношений партнерства», когда психолог отождествляет себя с личностью клиента и с этой позиции способен понять его затруднения, правильно проанализировать его состояние, мотивы поведения и образ жизни. Поставив себя на место клиента, психолог вместе с ним может найти вариант выхода из сложившейся трудной ситуации. Это в свою очередь будет способствовать укреплению доверия клиента к рекомендациям психолога.

#### 8. Хорошее знание основ конфликтологии.

В сфере общения и межличностных отношений знания, умения и навыки разрешения конфликтов - важнейшее профессиональное качество практического психолога. Особенно необходимо оно при работе с интровертированным, застенчивым клиентом: ему сложнее выйти из напряженной ситуации, и он чаще всего уходит от конфликта, включаясь в эмоциональную или интеллектуальную конфронтацию.

Степень соответствия реально сформированных профессионально важных качеств требованиям профессиограмм характеризует уровень профессиональной компетенции практического психолога.

Менее строгие требования предъявляются к специалистам смежных с психологией областей - учителям, врачам, социологам и другим пользователям психодиагностических методик. Эти пользователи могут использовать отдельные, хорошо теоретически и психометрически обоснованные психодиагностические методики, предварительно проконсультировавшись с психологом-диагностом по вопросу об особенностях применения тех или иных аттестованных психодиагностических методик.

Если психолог предупреждает пользователя о том, что правильное применение методик требует специальной подготовки по владению этими методиками, то пользователь обязан выбрать другую методику либо предварительно пройти соответствующую подготовку. Если пройти такую подготовку не представляется возможным, то для проведения обследования клиента (испытуемых) привлекают психолога-диагноста (это может быть подготовленный практический или медицинский психолог) либо отказываются от проведения психодиагностики.

Пользователь-смежник психодиагностических методик следует всем этическим нормативам проведения исследования (обследования), не имеет права злоупотреблять доверием испытуемых. Наоборот, он обязан предупреждать их о том, как и где будут использоваться результаты психологической диагностики.

Любой пользователь-смежник содействует психологам в соблюдении этических и правовых нормативов, принимает меры для предупреждения некорректного использования методик.

# 1.7. ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА В ШКОЛЕ ПРИ ДИАГНОСТИКЕ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ

## 1.7.1. Психодиагностический метод обследования детей с отклоняющимся поведением

Изучая проблему становления школьного психолога, формирования его компетентности и профессиональной готовности, М. Р. Битянова констатирует: «...далеко не каждый психолог готов сегодня, работая в школе, развернуть свою работу как целостную психолого-педагогическую систему, основана ли она на идеях управления, помощи или сопровождения. Многие либо ограничивают свою деятельность определенными направлениями работы (только диагностика и выдача общих рекомендаций, только индивидуальная работа с «трудными» и т. д.), либо «тонут» в море школьных проблем, превращаясь в психологическую «скорую помощь», в специалистов «на подхвате», массовиков-затейников либо просто учителей» [8, с. 292].

Действительно, работа в школе - призвание, но прежде всего - это результат специальной качественной профессиональной подготовки. Такая подготовка должна сочетать необходимое базовое психолого-педагогическое образование с развернутой специализацией на базе вузовской подготовки и повышение квалификации в психологических центрах по месту непосредственной работы школьного психолога. Только в этом случае, отмечает М. Р. Битянова, школьный психолог будет соответствовать предъявленным ему требованиям, а не превратится в специалиста «на подхвате» или массовика-затейника.

Из всего моря проблем, решаемых школьным психологом, остановимся лишь на двух аспектах - на содержании диагностической деятельности школьного психолога и проблеме «трудных» детей. Прежде всего, это касается подросткового и юношеского возраста.

Подростковый возраст (12-14 лет) представляет собой начальный период перехода от детства к взрослости. Этот возраст в биологическом смысле является переходным (наряду с половым созреванием достигают зрелости и другие биологические системы организма). Для этого возраста характерным является максимальная диспропорция в уровне психологического развития. Важнейшее новообразование - чувство взрослости, характеризующееся новым уровнем притязаний, превосходящим будущее положение, которого подросток фактически еще не достиг. Отсюда возникают различные возрастные конфликты. Согласно Ж. Пиаже, данный возраст становится периодом рождения гипотетико-дедуктивного мышления, способности абстрагировать понятия от действительности, формулировать и перебирать альтернативные гипотезы и делать предметом анализа собственные мысли. К концу подросткового периода человек способен производить логические операции над объектами, классифицировать высказывания по логическому типу (если - то, или - или, включение частного случая в класс явлений и т. д.). Однако широкий диапазон индивидуальных различий приводит к тому, что одни люди обладают гипотетико-дедуктивным мышлением уже в 10-11 лет, другие же не способны к этому и во взрослом состоянии.

Для подростков характерно повышенное внимание к собственной персоне, к своей внешности, к самопознанию и самовоспитанию. Если младший школьник в своем поведении ори-

ентирован на социальные нормы, задаваемые взрослыми, то подросток - на сверстников, на групповые нормы референтных групп. Для подростков характерно также стремление к личному авторитету среди сверстников, к физическому самосовершенствованию. Это порождает у них активный поиск образцов для подражания, которые они находят у старших по возрасту детей и взрослых людей одного с ними пола. Одновременно в подростковом возрасте происходит переход от игровых функций к ролевым. Подростки начинают играть роли взрослых среди старших по возрасту.

Указанные выше психологические особенности подросткового периода следует учитывать при проведении психодиагностической работы в школе. По уровню своего психического развития подростки не намного уступают взрослым, поэтому при изучении их познавательных процессов уже можно применять тесты, предназначенные для взрослых, конечно, с некоторыми ограничениями. Тестовые задания желательно использовать такие, которые привлекают к себе внимание, вызывают интерес. Подчеркнутое стремление подростков к независимости позволяет предоставлять им большую самостоятельность в процессе проведения тестирования. Повышенное внимание к самопознанию создает благоприятные условия для применения многофакторных личностных опросников. С большой охотой подростки принимают участие в таком тестировании, где им предоставляются возможности реализовать свои потребности в ролевом поведении, там, где они могут блеснуть своими знаниями и умениями, показать себя в роли лидера. Тестовые задания должны привлекать к себе внимание и вызывать интерес подростка. Вряд ли подросток станет с большим усердием работать с тестом, который ему мало интересен, даже если он имеет отношение к выбору профессии. Это следует учитывать в психодиагностической работе, поскольку нежелание работать с тестом может быть ошибочно принято за низкий уровень умственного развития.

Юношеский возраст характеризуется завершением физического созревания. В социальном плане это период первичной социализации, главной задачей которой является выбор и обучение профессии (ранний и средний юношеский возраст - 15-22 года). В этот период отмечается значительная дифференциация способностей и интересов, происходит формирование и выработка жизненной позиции. Мыслительная деятельность юношей более активна, появляется тяга к обобщениям, поиску общих принципов и закономерностей, стоящих за частными фактами. Широкие умственные интересы в данный период сочетаются с разбросанностью. Иногда юноши склонны преувеличивать свои умственные способности. Н. С. Лейтес отмечает у юношей значительное развитие теоретической мысли, у них развиваются творческие способности, интеллектуальная инициатива, способность находить и ставить проблемы. В этом возрасте еще больше увеличиваются индивидуальные различия в уровне и направленности умственных интересов, в способности обучаемых.

Ранняя юность - период осознания и принятия человеком ответственности за свою судьбу и судьбу близких для него людей. При проведении психодиагностических работ лиц юношеского возраста следует привлекать к выполнению тестов, способствующих их углубленному самопознанию, самосовершенствованию. Однако результаты тестирования целесообразно сравнивать не с нормами, разработанными для взрослых, а с нормами, характерными для молодых людей того же возраста, что и сами тестируемые. К примеру, при использовании многофакторного личностного опросника Р. Кэттелла 16PF (версия А) такие нормы учтены в таблицах перевода «сырых» баллов в стены (см. п. 2.1.1).

Следует уточнить, кто такие *трудные* дети. Согласно В. Г. Степанову [60] к трудным относятся, во-первых, дети, отклоняющиеся от норм поведения. Отсюда возникло и новое понятие - *отклоняющееся поведение*. Нормы и степень отклонений чаще всего определяются с помощью тестов и экспериментальных методик.

Во-вторых, это такие дети, нарушения которых можно легко исправить и скорректировать. И в-третьих, они нуждаются в индивидуальном подходе как со стороны воспитателей, так и внутри коллектива подростков.

Слово «трудные» применительно к детям приобретает в русскоязычной среде несколько оскорбительное выражение. Это что-то вроде своеобразной негативной наклейки на ребенка. В психологии еще не выработано сколько-нибудь более подходящее благозвучное определение, поэтому в общении с родителями и школьниками данный термин применять не рекомендуется. Следует говорить о некоторой сложности психического развития ребенка, о необходимости коррекции поведения и т. п.

Следует подчеркнуть: хотя все трудные дети - педагогически запущенные, но не все педагогически запущенные - трудные. Последние относительно легко поддаются перевоспитанию. Трудный школьник - тот, у кого отмечаются недостатки в характере и поведении.

Требуется пояснения и термин *отклоняющееся поведение*. Это понятие необходимо отличать от понятий *отсталость в развитии*, *задержка развития*, *отставание в развитии*. Пословам В. Г. Степанова и В. А. Худика [60; 67], последние три термина обозначают детей с дефектами развития, коррекция их поведения требует участия дефектологов. Синонимом отклоняющегося поведения является *девиантное поведение* - цепь поступков, провинностей, мелких нарушений, отличающихся от криминальных, уголовно наказуемых, серьезных правонарушений и преступлений. Это и отклонение от принятых в обществе норм поведения (например, ранний алкоголизм, суицидные попытки и т. п.). Делинквентное же поведение связано с правонарушениями. Под ним подразумевается противоправное поведение как цепь уголовно наказуемых проступков и преступлений.

Психодиагностические процедуры при тестировании позволяют быстро и с достаточной точностью определить индивидуально-психологические особенности школьника, уровень сформированности у него познавательных процессов, помогают выявить особенно одаренных детей, а также интеллектуально отсталых, выяснить причины академической задолженности, готовность ребенка к поступлению в школу и т. п.

Хотя большинство психодиагностических методик создавались в клинических традициях, многие из них с успехом используются в школе. На наш взгляд, совсем беспочвенны рассуждения насчет того, что состояние школьников в процессе тестирования ввиду большого количества эмоционально негативных суждений в опросниках может ухудшиться. И подростки и лица старшего школьного возраста имеют уже достаточно высокий уровень интеллектуального развития, они проявляют живой интерес к тестам, которые могут дать ответ на многие вопросы в области самопознания.

Наряду с личностными тестами, которые приводятся во второй части учебного пособия, в школьной практике рекомендуется шире применять проективные тесты и в первую очередь - методику незаконченных предложений и рисуночные проективные тесты. Ниже приводятся отдельные фрагменты из дипломных работ слушателей, выполненных под нашим руководством (о методике незаконченных предложений и рисуночных проективных тестах).

## 1.7.2. Проективная методика

### «Незаконченные предложения»

Методика дает возможность выявить определенные потребности, мотивы и чувства испытуемого (страхи, опасения, осознание собственной вины и т. п.): отношение к прошлому и будущему, характер взаимоотношений с родителями, друзьями, с вышестоящим по статусу и подчиненным и др. Существует много вариантов проективной методики «Незаконченные предложения», основанных на принципе вербального завершения. Сами предложения формулируются таким образом, чтобы стимулировать ответы, относящиеся к изучаемым свойствам и лингвистическим особенностям испытуемого. Ниже представлен проективный тест «Незаконченные предложения» в разработке Д. Сакса. Тест состоит из 60 предложений, которые делят-

ся на 15 групп, характеризующих систему отношений испытуемого к различным житейским ситуациям.

### Б л а н к т е с т а

1. Думаю, что мой отец редко \_\_\_\_\_
2. Если все против меня, то \_\_\_\_\_
3. Я всегда хотел \_\_\_\_\_
4. Если бы я занимал руководящий пост \_\_\_\_\_
5. Будущее кажется мне \_\_\_\_\_
6. Мое начальство \_\_\_\_\_
7. Знаю, что глупо, но боюсь \_\_\_\_\_
8. Думаю, что настоящий друг \_\_\_\_\_
9. Когда я был ребенком \_\_\_\_\_
10. Идеалом женщины (мужчины) для меня является \_\_\_\_\_
11. Когда вижу женщину вместе с мужчиной \_\_\_\_\_
12. По сравнению с большинством других семей моя семья \_\_\_\_\_
13. Лучше всего мне работается с \_\_\_\_\_
14. Моя мать \_\_\_\_\_
15. Сделал бы все, чтобы забыть \_\_\_\_\_
16. Если бы мой отец только захотел \_\_\_\_\_
17. Думаю, что я достаточно способен, чтобы \_\_\_\_\_
18. Я мог бы быть очень счастливым, если бы \_\_\_\_\_
19. Если кто-нибудь работает под моим руководством \_\_\_\_\_
20. Надеюсь на \_\_\_\_\_
21. В школе мои учителя \_\_\_\_\_
22. Большинство моих товарищей не знает, что я боюсь \_\_\_\_\_
23. Не люблю людей, которые \_\_\_\_\_
24. До войны я \_\_\_\_\_
25. Считаю, что большинство юношей и девушек \_\_\_\_\_
26. Супружеская жизнь кажется мне \_\_\_\_\_
27. Моя семья обращается со мной, как с \_\_\_\_\_
28. Люди, с которыми я работаю \_\_\_\_\_
29. Моя мать \_\_\_\_\_
30. Моей самой большой ошибкой было \_\_\_\_\_
31. Я хотел бы, чтобы мой отец \_\_\_\_\_
32. Моя наибольшая слабость заключается в том \_\_\_\_\_
33. Моим скрытым желанием в жизни \_\_\_\_\_
34. Мои подчиненные \_\_\_\_\_
35. Наступит тот день, когда \_\_\_\_\_
36. Когда ко мне приближается мой начальник \_\_\_\_\_
37. Хотелось бы мне перестать бояться \_\_\_\_\_
38. Больше всего люблю тех людей, которые \_\_\_\_\_
39. Если бы я снова стал молодым \_\_\_\_\_
40. Считаю, что большинство женщин (мужчин) \_\_\_\_\_
41. Если бы у меня была нормальная половая жизнь \_\_\_\_\_
42. Большинство известных мне семей \_\_\_\_\_
43. Люблю работать с людьми, которые \_\_\_\_\_
44. Считаю, что большинство матерей \_\_\_\_\_

45. Когда я был молодым, то чувствовал себя виноватым, если \_\_\_\_\_
46. Думаю, что мой отец \_\_\_\_\_
47. Когда мне начинает не везти, я \_\_\_\_\_
48. Больше всего я хотел бы в жизни \_\_\_\_\_
49. Когда я даю другим поручение \_\_\_\_\_
50. Когда буду старым \_\_\_\_\_
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю \_\_\_\_\_
52. Мои опасения не раз заставляли меня \_\_\_\_\_
53. Когда меня нет, мои друзья \_\_\_\_\_
54. Моим самым живым воспоминанием детства является \_\_\_\_\_
55. Мне очень не нравится, когда женщины (мужчины) \_\_\_\_\_
56. Моя половая жизнь \_\_\_\_\_
57. Когда был ребенком, моя семья \_\_\_\_\_
58. Люди, которые работают со мной \_\_\_\_\_
59. Я люблю свою мать, но \_\_\_\_\_
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, это \_\_\_\_\_

## Ключ к группам предложений

№ п/п	Группы предложений	Номера предложений
1	Отношение к отцу	1 16 31 46
2	Отношение к себе	2 17 32 47
3	Нереализованные возможности	3 18 33 48
4	Отношение к подчиненным	4 19 34 49
5	Отношение к будущему	5 20 35 50
6	Отношение к вышестоящим лицам	6 21 36 51
7	Страхи и опасения	7 22 37 52
8	Отношение к друзьям	8 23 38 53
9	Отношение к своему прошлому	9 24 39 54
10	Отношение к лицам противоположного пола	10 25 40 55
II	Сексуальные отношения	M 26 41 56
12	Отношение к семье	12 27 42 57
13	Отношение к сотрудникам	13 28 43 58
14	Отношение к матери	14 29 44 59
15	Чувство вины	15 30 45 60

Качественное изучение законченных предложений может быть дополнено количественной оценкой каждого из них. Ниже приводятся примеры предложений и варианты ответов с оценками (-2; -1; 0):

Большинство известных мне семей:

- 1) несчастливые, недружные, распались - 2
- 2) нервные, не очень дружные - 1;
- 3) все одинаковы - 0.

Будущее кажется мне:

- 1) мрачным, плохим, страшным - 2;
- 2) туманным, неприглядным - 1
- 3) неясным, неизвестным - 0.

Перед проведением теста «Незаконченные предложения» с испытуемыми проводится беседа, обращается внимание на необходимость давать искренние, естественные ответы. Если испытуемый все-таки старается скрыть мир своих переживаний, дает формальные ответы, то опытному психологу такое поведение дает пищу для размышлений о системе личностных отношений обследуемого. В соответствии с возрастными особенностями испытуемых им может быть предложено отвечать не на все 60 предложений, а лишь на некоторые из них, выборочно, в зависимости от задач конкретного психодиагностического исследования. Примером может служить обследование подростков из некоторых общеобразовательных школ Таллина, проведенное под нашим руководством слушательницей Таллиннского отделения Школы практической психологии Т. Клепилиной.

Обследование проходили учащиеся в возрасте 12-14 лет с целью выявления степени их тревожности и самооценки. В качестве примера ниже представлены ответы на тест «Незаконченные предложения» Тани В. и Захара К. Для выявления уровней тревожности испытуемые отвечали на предложения, определяющие их отношение к учителям, будущему, родителям, чувству вины, страху и опасениям.

Анализ ответов по соответствующей серии предложений (1, 2, 5, 9, 14, 15, 18, 21, 22, 23, 27, 29, 30, 33, 37, 45, 46, 47, 50, 59, 60) позволяет выявить не только уровень тревожности, но и причины, вызывающие тревожность в наибольшей степени. Аналогично этому определяются и уровни самооценки испытуемых (анализируются ответы по предложениям 2, 3, 17, 20, 22, 23, 28, 32, 35, 45, 47, 48, 51, 53). Уровни тревожности и самооценки рассчитываются как отношение количества предложений, выражающих повышенный уровень тревожности или неадекватную самооценку, к общему количеству предложений по этим показателям.

Анализ и интерпретация теста «Незаконченные предложения», ответы на который даны Таней В. (13 лет), позволяют говорить об источнике повышенной тревожности и низкой самооценке испытуемой. Прежде всего, это взаимоотношения в семье. В этой связи характерны окончания предложений: отец редко бывает дома; хотелось бы, чтобы отец лучше ко мне относился; когда была младше, то чувствовала за собой вину, если приставала к взрослым; моя семья общается со мной, как с козлом отпущения, и т. п. Внешность, как видно из окончаний предложений, является для Тани источником тревожности (я всегда хотела быть красивой; когда буду старой, буду некрасивой, и т. п.). Окончания же предложений другой тональности (больше всего я хотела бы в жизни быть любимой; когда меня нет, мои друзья обо мне не вспоминают) говорят о низкой самооценке испытуемой.

Напротив, у испытуемого Захара К. (13 лет) самооценка довольно высока. Это один из лучших учеников класса. Отношения его с одноклассниками дружеские. Имеет авторитет, уважаем учителями и одноклассниками. Это говорит о том, что Захар К., имеющий высокую самооценку, не противопоставляет себя классу. Окончания предложений (2, 9, 16, 17, 20, 23, 30, 33, 35, 46, 47, 58) также подтверждают это. У Захара наряду с высокой самооценкой низок уровень тревожности.

## Ответы Татьяны В., 13 лет

1. Думаю, что мой отец редко *бывает дома*.
2. ЕСЛИ все против меня, то я *плачу*.
3. Я всегда хотела *быть красивой*.
5. Будущее кажется мне *трудным*.
8. Думаю, что настоящий друг - *это человек, который всегда рядом и который поможет*.
12. По сравнению с большинством других семей моя *семья не очень дружная*.
13. Лучше всего мне работается с *братом*.
14. Моя мать и я *часто не находим общий язык*.
15. Сделала бы все, чтобы забыть *то плохое, которое со мною случилось*.
16. Если бы мой отец только захотел, *стал бы больше общаться с семьей*.
17. Думаю, что я достаточно способна, чтобы *хорошо учиться и чтобы меня уважали в обществе*.
18. Я могла быть очень счастливой, если бы у меня было все хорошо, без больших *неприятностей*.
20. Надеюсь на *себя и на удачу*.
21. В школе мои учителя *вполне нормально ко мне относятся*.
22. Большинство моих товарищей не знает, что я боюсь, когда *сообщаю ложные сведения*.
23. Не люблю людей, которые *постоянно лгут, являются эгоистами*.
27. Моя семья обращается со мной, как с *козлом отпущения*.
28. Ребята, с которыми я учусь, *нормально ко мне относятся*.
29. Моя мать *очень хорошая женщина, но ее надо понять*.
30. Моей самой большой ошибкой было *обращение к другим людям*.
31. Я хотела бы, чтобы мой отец *лучше ко мне относился*.
32. Моя наибольшая слабость заключается в том, что я *всем прощаю, даже когда сильно обижена*.
33. Моим скрытым желанием в жизни является *то, чтобы меня все любили и уважали*.
35. Наступит тот день, когда *все это сбудется*.
37. Хотелось бы мне перестать бояться *своей скромности*.
38. Больше всего люблю тех людей, которые *тоже меня любят*.
42. Большинство известных мне семей - *обеспеченные люди*.
43. Люблю работать с людьми, которые *понимают дело, за которое взялись*.
44. Считаю, что большинство матерей *хорошие; может, я ошибаюсь*.
45. Когда я была младше, то чувствовала себя виноватой, если *приставала к взрослым*.
46. Думаю, что мой отец *в душе - добрый человек*.
47. Когда мне начинает не везти, то я *стараюсь не обращать на это внимания*.
48. Больше всего я хотела бы в жизни *быть любимой*.
50. Когда буду старой, я *буду некрасивой*.
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю, это *моя сестра и другие родственники*.
53. Когда меня нет, мои друзья *обо мне не вспоминают*.
58. Ребята, которые учатся со мной, - *хорошие ребята*.
59. Я люблю свою мать, но *когда она в хорошем настроении*.
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, - *это, может быть, кого-то предать*.

Папа: работает механиком, у него среднее образование, ему 44 года.

Мама: не работает, имеет высшее образование, инженер, ей 45 лет.

## Ответы Захара К., 13 лет

1. Думаю, что мой отец редко *бывает дома*.
2. ЕСЛИ все против меня, то я *не огорчаюсь*.
3. Я всегда хотел *иметь побольше денег*.
5. Будущее кажется мне *светлым*.
8. Думаю, что настоящий друг *должен быть верным*.
12. По сравнению с большинством других семей моя семья *отличается порядочностью*.
13. Лучше всего мне работается *с хорошим другом в хорошем обществе*.
14. Моя мать и я *верные друзья*.
15. Сделал бы все, чтобы забыть *плохое*.
16. Если бы мой отец только захотел, я бы *ему помог*.
17. Думаю, что я достаточно способен, чтобы *научиться чему-то новому*.
18. Я мог бы быть очень счастливым, если бы *имел больше верных друзей и больше денег*.
20. Надеюсь на то, что *все мои мечты сбудутся*.
21. В школе мои учителя *в основном неплохие*.
22. Большинство моих товарищей не знает, что я боюсь *опуститься до уровня нищего*.
23. Не люблю людей, которые *предают*.
27. Моя семья обращается со мной, как с *нормальным человеком*.
28. Ребята, с которыми я учусь, *хорошо относятся ко мне*.
29. Моя мать *относится ко мне хорошо*.
30. Моей самой большой ошибкой было... *предпочитаю на вопрос не отвечать*.
31. Я хотел бы, чтобы мой отец *больше зарабатывал*.
32. Моя наибольшая слабость заключается в том, что я *люблю много есть (кушать)*.
33. Моим скрытым желанием в жизни является *найти себя*.
35. Наступит тот день, когда я *еще проявлю себя*.
37. Хотелось бы мне перестать бояться *острых предметов*.
38. Больше всего люблю тех людей, которые *преданны*.
42. Большинство известных мне семей *благополучные*.
43. Люблю работать с людьми, которые *не отвлекаются от дела*.
44. Считаю, что большинство матерей *добрые*.
45. Когда я был младше, то чувствовал себя виноватым, если в *чем-нибудь напроказничал*.
46. Думаю, что мой отец *меня любит, относится хорошо*.
47. Когда мне начинает не везти, то я *не отчаиваюсь*.
48. Больше всего я хотел бы в жизни *счастья*.
50. Когда буду старым, *буду сидеть дома*.
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю, не *обращают на меня особого внимания*.
53. Когда меня нет, мои друзья, *некоторые из них, скучают по мне*.
58. Ребята, которые учатся со мной, *нужны мне*.
59. Я люблю свою мать, но *нахожув ней некоторые недостатки*.
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, - *это я желаю оставить при себе, ничего неговоря*.

Мать: бухгалтер с высшим образованием, 46 лет, работает по специальности.

Отец: моторист, образование среднее специальное, 45 лет, работает по специальности.

## Ответы Захара К., 13 лет

1. Думаю, что мой отец редко *бывает дома*.
2. ЕСЛИ все против меня, то я не *огорчаюсь*.
3. Я всегда хотел *иметь побольше денег*.
5. Будущее кажется мне *светлым*.
8. Думаю, что настоящий друг должен *быть верным*.
12. По сравнению с большинством других семей моя семья *отличается порядочностью*.
13. Лучше всего мне работается с *хорошим другом в хорошем обществе*.
14. Моя мать и я *верные друзья*.
15. Сделал бы все, чтобы забыть *плохое*.
16. Если бы мой отец только захотел, я бы *ему помог*.
17. Думаю, что я достаточно способен, чтобы *научиться чему-то новому*.
18. Я мог бы быть очень счастливым, если бы *имел больше верных друзей и больше денег*.
20. Надеюсь на то, что *все мои мечты сбудутся*.
21. В школе мои учителя в *основном неплохие*.
22. Большинство моих товарищей не знает, что я боюсь *опуститься до уровня нищего*.
23. Не люблю людей, которые *предают*.
27. Моя семья обращается со мной, как с *нормальным человеком*.
28. Ребята, с которыми я учусь, *хорошо относятся ко мне*.
29. Моя мать *относится ко мне хорошо*.
30. Моей самой большой ошибкой было... *предпочитаю на вопрос не отвечать*.
31. Я хотел бы, чтобы мой отец *больше зарабатывал*.
32. Моя наибольшая слабость заключается в том, что я *люблю много есть (кушать)*.
33. Моим скрытым желанием в жизни является *найти себя*.
35. Наступит тот день, когда я *еще проявлю себя*.
37. Хотелось бы мне перестать бояться *острых предметов*.
38. Больше всего люблю тех людей, которые *преданны*.
42. Большинство известных мне семей *благополучные*.
43. Люблю работать с людьми, которые *не отвлекаются от дела*.
44. Считаю, что большинство матерей *добрые*.
45. Когда я был младше, то чувствовал себя виноватым, если в *чем-нибудь напроказничал*.
46. Думаю, что мой отец *меня любит, относится хорошо*.
47. Когда мне начинает не везти, то я *не отчаиваюсь*.
48. Больше всего я хотел бы в жизни *счастья*.
50. Когда буду старым, *буду сидеть дома*.
51. Люди, превосходство которых над собой я признаю, не *обращают на меня особого внимания*.
53. Когда меня нет, мои друзья, *некоторые из них, скучают по мне*.
58. Ребята, которые учатся со мной, *нужны мне*.
59. Я люблю свою мать, но *нахожу в ней некоторые недостатки*.
60. Самое худшее, что мне случилось совершить, - *это я желаю оставить при себе, ничего не говоря*.

Мать: бухгалтер с высшим образованием, 46 лет, работает по специальности.

Отец: моторист, образование среднее специальное, 45 лет, работает по специальности.

### 1.7.3. Проективный рисуночный тест

#### «Дом — дерево — человек»

Тест «Дом - дерево - человек» также относится к проективным методикам. Предложен Дж. Буком еще в 1948 г. Обследуемому предлагается нарисовать дом, дерево и человека. Они знакомы каждому и поэтому удобны как объекты для рисования. По мнению Дж. Бука, каждый рисунок - это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение. По рисункам можно судить об аффективной сфере личности, о ее потребностях, об уровне психосексуального развития, тревожности, самооценки и многом другом.

При выполнении теста требуется изобразить дом, дерево и человека в одном рисунке. В упрощенной форме дерево символизирует жизненную энергию, стремление к жизни, дом - безопасность, успех, а человек - проявление собственного «Я». Определенное значение имеет и то, в какой последовательности выполняется рисунок. Если первым нарисовано дерево, это значит, что для человека основным является жизненная энергия. Если же первым нарисован дом, то на первое место ставится безопасность, успех дела. В том случае, если сперва рисуется человек, то на первый план выдвигаются проблемы собственного «Я» испытуемого. По характеру зарисовки отдельных деталей можно судить о степени тревожности обследуемого. Дж. Буком выделены следующие детали рисунка, говорящие о повышенной степени тревожности испытуемых: облака, ограничение пространства, штриховка, линии с сильным нажимом, мертвое дерево, большой человек, подчеркнутые линии оснований (трава, пол), толстая линия фундамента, интенсивно затушеванные волосы у человека, перерисовка объекта, вместо одного - несколько деревьев, явное несоответствие качества одного из рисунков, подчеркнутая талия у человека, отсутствие трубы на крыше, отсутствие двери и окон дома, излишне закрытые окна, дверь без ручки, руки человека в оборонительной позиции и т. д.

О наличии у испытуемого чувства неполноценности, недоверия к себе, заниженной самооценки говорят следующие детали рисунка: слабые линии, дом расположен на краю листа, слабая линия ствола дерева, слишком маленькая дверь, прикрывание рисунка рукой, малый размер рисунка, у человека не нарисованы руки или ноги, непропорционально короткие руки и узкие плечи, большая крона веток дерева, сгнившее дерево.

После завершения рисунка с испытуемым проводится беседа, уточняются отдельные детали, выясняются некоторые вопросы.

- О чем говорит воспроизведенная здесь ситуация?
- Что происходит на рисунке?
- Есть ли взаимодействие между человеком, деревом и домом?
- Если такое взаимодействие есть, положительно ли оно?
- С чем ассоциируется для вас дом, дерево, человек?
- Что они могут для вас символизировать?

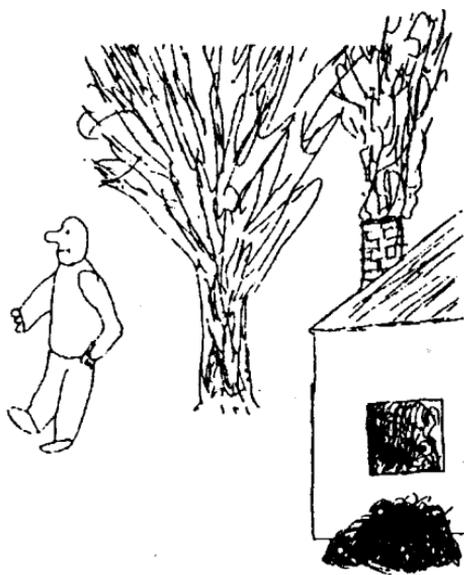
Такая беседа с испытуемым, дополняющая последующий анализ рисунка, позволяет более точно интерпретировать результаты теста «Дом - дерево - человек».

В исследовании Т. Клепилиной тест «Дом - дерево - человек» выполняли те же подростки, которые ранее отвечали на тест «Незаконченные предложения». Отдельные рисунки испытуемых по тесту ДДЧ помещены ниже (см. рис.2).

Одновременно испытуемые были проверены по цветовому тесту М. Люшера. По уровням тревожности и самооценки личности, определяемых при помощи различных методик, (Получены в основном адекватные показатели. Выборочно это представлено в помещенной Ниже табл. 3 (тревожность и самооценка Тани В. и Захара К.).



*Ира Г. (13л.)*

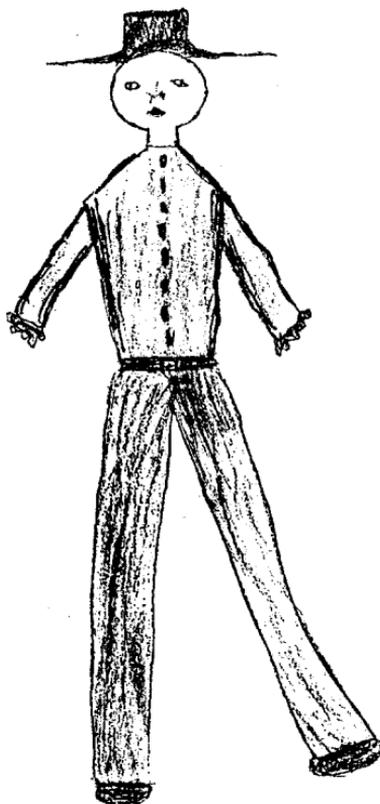


*Сергея П. (13л.)*

*Рис. 2*

Дети в любом возрасте склонны к изобразительной технике, они с огромным удовольствием рисуют и описывают нарисованное ими. Это качество, свойственное детскому возрасту, необходимо использовать в целях выявления признаков эмоциональной дезадаптации, депрессивных состояний детей (в том числе и дошкольного возраста) с целью более эффективного проведения психопрофилактической и психокоррекционной работы с ними. Ниже приводятся фрагменты из дипломной работы Ирины Максименко, выполненной под нашим руководством,

Рисуночный тест Анатолия Ц. оценивается в 18 баллов, что значительно выше нормы, соответствующей данному возрасту (начисление баллов производилось по данным симптомокомплексов по И. А. Фурманову [64]) (см. рис. 3).



*Рис. 3. Рисуночный тест «Человек» (Анатолий Ц., 6 лет)*

### Графический анализ и интерпретация рисунков Анатолия Ц. — 6 лет (фрагмент)

В рисунке «Семья» наиболее высоким изображен папа - самая большая власть в семье. Персонажи на рисунке не соприкасаются между собой - признак отсутствия тесных семейных контактов.

Папа и сам автор сильно заштрихованы - проявление тревожности у автора рисунка в отношениях с отцом. У мамы голова гораздо меньше, чем голова у папы, и несколько меньше, чем у автора. Значит, папа - самый умный в семье. Глаза у Толи большие - признак тревожности, беспокойства, а отсутствие на рисунке ушей говорит о том, что ребенок игнорирует замечания в свой адрес. Рот у самого Толи изображен черточкой - незначительное влияние на окружающих, сокрытие своих чувств.

Руки у мамы изображены слишком маленькими, в сочетании с малыми размерами головы - это признак незначительного влияния в семье. Там главенствует папа.

Графический анализ рисунков детей дошкольного возраста, посещающих детский сад (исследовались группы с круглосуточным пребыванием в детском саду), выявил отдельные ярко выраженные симптомокомплексы у детей - тревожность, неуверенность, страхи, агрессию и некоторые другие. Было выявлено, что первые признаки депрессивного состояния у дошкольников проявляются под влиянием разлуки с матерью при поступлении в детский сад, под влиянием ссор в семье или жестокого обращения,

Дети, посещающие круглосуточные группы, подвержены тревоге, общему беспокойству, которые иногда перерастают в страхи (из-за родных, за предстоящее будущее). Несмотря на такое тревожное состояние, дети охотно рисуют и в своих рисунках разными способами выражают свои страхи. У большинства таких детей отмечаются повышенная впечатлительность, замкнутость, внутренняя неустойчивость, низкая самооценка, повышенная чувствительность, особенно к различного рода конфликтным ситуациям, давлению со стороны взрослых, диктату.

Чтобы избежать развития депрессивных расстройств у дошкольников, необходимо улучшить психопрофилактическую работу по подготовке ребенка к детскому саду, особенно для групп с круглосуточным пребыванием в саду (разъяснительная работа, наблюдение, предварительное знакомство с детским учреждением, воспитателями, режимом работы и т. п.). В детских садах при работе с детьми предлагается чаще использовать элементы изотерапии, цветописы настроений, различного рода пиктограммы, рисованные апперцептивные тесты и т. п. Это значительно повысит эффективность психокоррекционной работы воспитателей в детском саду.

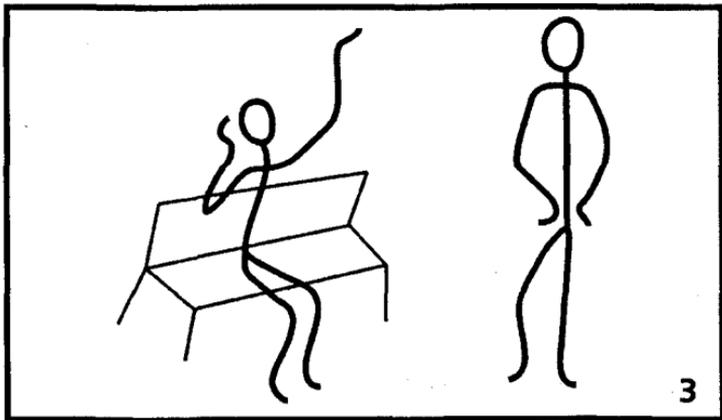
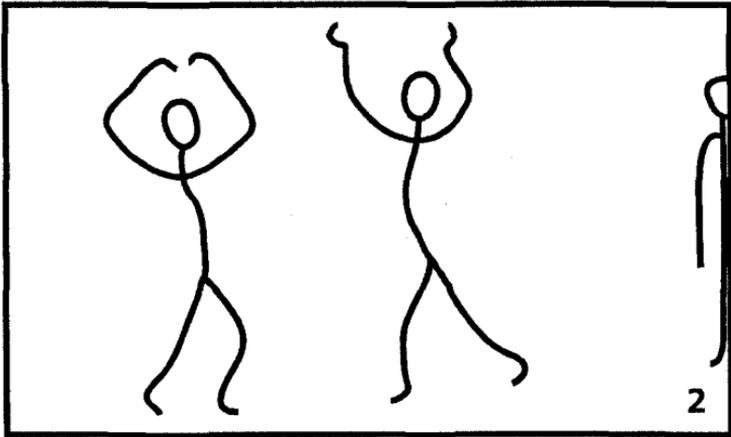
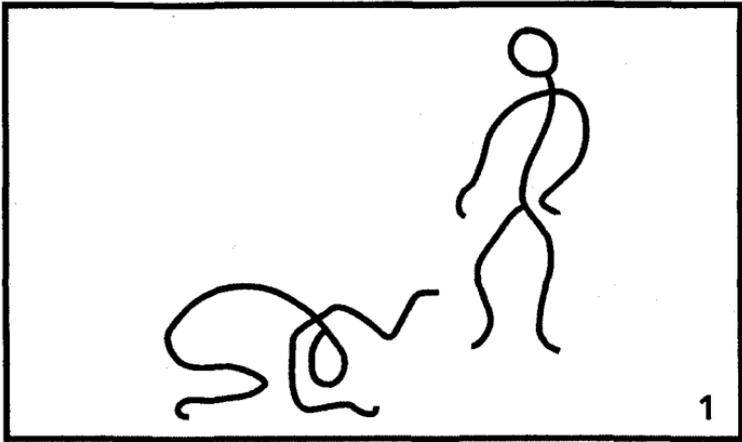
Рисованные апперцептивные тесты (РАТ) являются разновидностью тестов тематической апперцепции. Эти тесты, а также пиктограммы применяют при обследовании младших школьников и подростков, как правило, в сочетании с личностными тестами по определению индивидуально-психологических свойств испытуемых. Ниже представлен один из вариантов РАТ, разработанный Г. Мюрреем.

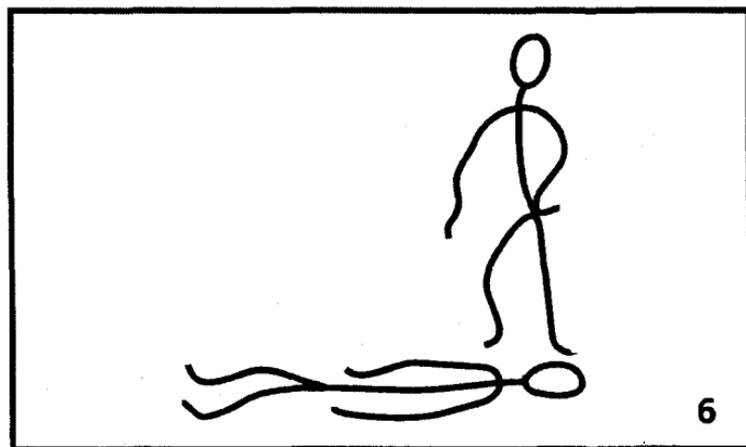
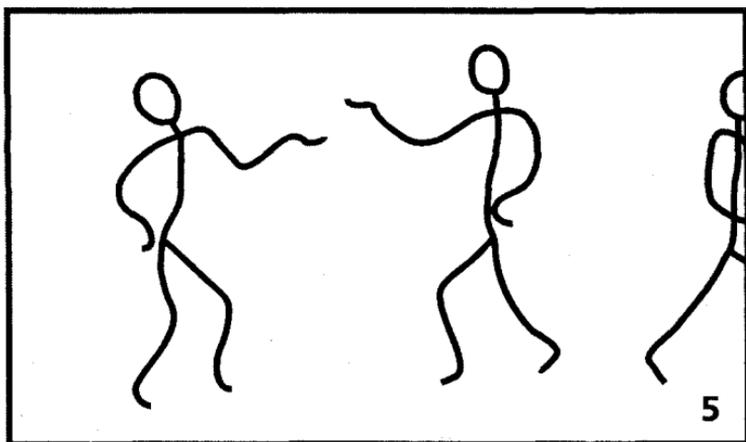
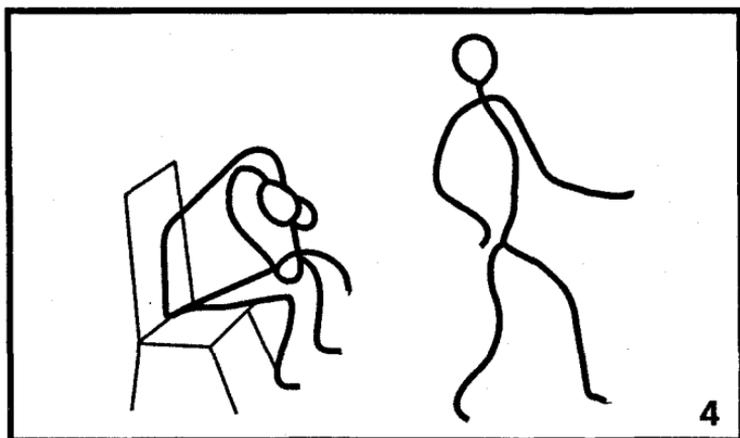
## 1.7.4. Рисованный апперцептивный тест

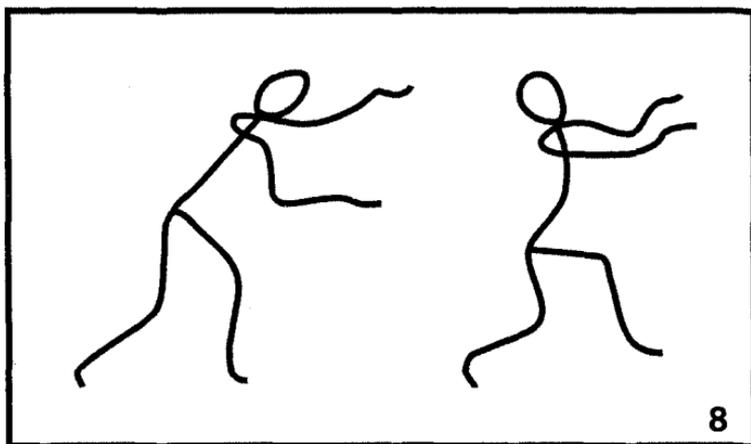
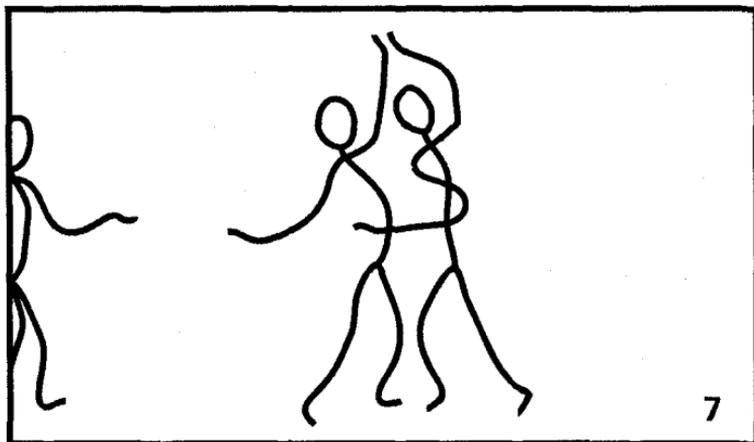
Модернизированный вариант РАТ Мюррея адаптирован в русском переводе Л. Я. Собчиком. Представляет собой *восемь сюжетных картинок*. На картинках изображены различные варианты взаимодействия и поведения диад (1, 3, 4, 6, 8-я позиции) и триад (позиции 2, 5, 7).

При просмотре испытуемым сюжетных картинок у него возникает индивидуальное видение представленных житейских ситуаций на основе ассоциативных связей, прошлого опыта, убеждений, установок, интересов, желаний и общей образованности.

Исходя из задач конкретного психодиагностического исследования, экспериментатор поочередно предъявляет испытуемым все восемь сюжетных картинок. Предлагает им дать простор своей фантазии и описать в восьми коротких рассказах свое видение жизненных ситуаций. Выполнение задания не ограничивается строгими временными рамками, однако они не должны быть слишком большими - 30-40 минут считается оптимальным вариантом. Для описания восьми коротких рассказов требуется 1-2 стандартных листа бумаги форматом А4 или 1-2 развернутых тетрадных листа.







## Инструкция по применению рисованного апперцептивного теста

Рассмотрите каждую из представленных здесь сюжетных картинок. Опишите ваше видение жизненных ситуаций. Сделайте заключение об исходе того или иного сюжета.

При составлении рассказов можно придерживаться следующей схемы их изложения.

- Что происходит на картинке в данный момент?
- Кто эти люди?
- О чем они думают и что чувствуют?
- Что привело к этой ситуации и чем она может закончиться?

Рассказы испытуемых по восьми сюжетным картинкам экспериментатор анализирует и интерпретирует. Первая из картинок может выявить отношение испытуемого к проблемам власти и унижения. Анализируя рассказ испытуемого по этой картинке, следует обратить внимание на то, кому из персонажей он приписывает более сильные чувства, уделяет большее внимание,

приводя доводы, оправдывающие позицию этого персонажа. Такой анализ поможет исследователю-экспериментатору понять, с кем из персонажей идентифицирует себя испытуемый.

Вторая, пятая и седьмая картинки связаны с конфликтными ситуациями, где сложные отношения между двумя людьми переживаются третьим лицом, которое не в силах решительным образом изменить ситуацию (в качестве этого третьего лица может выступать ребенок, подросток). Если для испытуемого ситуация, изображенная на картинке 7, является значимой, то в рассказе чаще всего сообщается о взаимной агрессии персонажей, а позиция третьего лица характеризуется как миротворческая, как попытка вмешательства в исход конфликтной ситуации.

В рассказах по другим сюжетным картинкам в основном проявляются защитные тенденции, где нет места конфликтам, но видятся танцы или гимнастические упражнения.

Анализ и интерпретация содержательной стороны рассказов испытуемых, изучение их почерка, стиля изложения, культуры письменной речи, словарного запаса являются основой для оценки особенностей личности испытуемых.

## 1.7.5. Тест-пиктограмма «Вы и ваше окружение»

**Пиктограмма** относится к разряду проективных методик. Она представляет собой совокупность графических образов для изучения опосредованного запоминания. Впервые пиктограмма была предложена советским психологом и психиатром А. Р. Лурия еще в 1930-х годах и нашла свое применение в психиатрии и медицинской психологии в качестве диагностической методики. Этот метод выявляет скрытые мотивы, опасения, страхи, тревожность и т. п. В психиатрии и медицинской практике пиктограммы применяются с целью обнаружения у испытуемых не только расстройств памяти, но и нарушений понятийного мышления. Как известно, понятийное мышление характеризуется использованием понятий и логических конструкций.

Отметим, что пиктограммы, применяемые в исследовательских целях, выполняют роль средства, облегчающего запоминание. Но подобные средства не ограничиваются лишь пиктограммами. Известно множество других кодированных сигналов (символов), облегчающих запоминание, например, мнемотехнические приемы, облегчающие запоминание учебного материала, когда отдельные мнемотехнические элементы обозначаются какими-либо легко запоминающимися символами, подвергаются определенному упорядочению, рифмуются или же визуализируются легко воспринимаемыми и запоминаемыми схемами или рисунками\*.

Другим примером использования визуальных сигналов для запоминания учебного материала являются методические приемы педагога-новатора В. Ф. Шаталова. Его опорные сигналы («Листы опорных сигналов»), в которых изобразительная наглядность представлена образцами изучаемых объектов и явлений, способствуют прочному запоминанию учебного материала, повышению познавательной активности учащихся.

Метод пиктограмм находит свое применение и в практической психологии. Так, И. В. Липсиц предлагает связанный с этим методом тест «Вы и ваше окружение»\*\*. С помощью теста, где на рисунке изображены 15 «человечков» (каждый в своей особой графическом позе), можно определить, как складываются ваши отношения с окружающими людьми, находите ли вы взаимопонимание при встрече с ними, кого вы избегаете, кто вам симпатичен. Определяя свое отношение к изображенным на пиктограмме «человечкам», испытуемый оценивает их по пяти позициям, по которым вычисляется итоговая сумма баллов. На основе этих баллов дается оценка взаимоотношений с окружающими людьми (см. тест-пиктограмму).

Со всеми ли людьми вам удастся найти взаимопонимание? Кого вы избегаете? Кто вам симпатичен? Ответы на эти вопросы даст тест-пиктограмма, он поможет определить качество ваших взаимоотношений с окружающими.

\* Беспалко В.П. Слагаемые педагогической технологии. - М., 1998. - С. 166.

\*\* Кроссворды для руководителя / Сост. И. В. Липсиц. -М., 1992.-С. 119-122.

## Инструкция

1. Посмотрите на рис. 4, на котором изображено 15 «человечков». Каждый из них представлен в особой графической форме.

2. Оцените каждую фигуру по пятибалльной шкале: а) очень симпатичный; б) симпатичный; в) безразличен; г) не очень симпатичный; д) очень несимпатичный.

3. Оценивая «человечков» в таблице, помещенной ниже, отметьте (обведите кружком) количество баллов, соответствующее вашим оценкам по каждой из представленных фигур.

4. Подсчитайте сумму баллов по вашим оценочным показателям (правая колонка табл. 4) и общую сумму баллов по тест-пиктограмме. Ниже приведена интерпретация ваших взаимоотношений с людьми в зависимости от набранной вами общей суммы баллов.

*Если вы набрали 120-130 баллов.* Вы не выносите принуждения и всякого рода обязательств и потому стараетесь не допускать, чтобы вам что-нибудь приказывали в любой из сфер. Но там, где отношения строятся на добровольности, вы готовы на все. Вы умеете идти другим навстречу, хотя не всегда вам этого хочется, поскольку главным всегда считаете собственную независимость. Если бы вы держались более уверенно и вообще больше верили в себя (для чего у вас есть все основания), без следа исчезли бы мешающие вам ложные представления о каком-то явном превосходстве над вами окружающих.

*Если вы набрали 131-143 балла.* Это доказывает, что без особых трудностей и внутреннего сопротивления вы всегда можете пойти навстречу тем людям, которые вам нужны или симпатичны. Вам присуще определенное ощущение собственного превосходства, снимающее барьеры в общении с окружающими: вы не боитесь, что не сможете справиться с их просьбами и ожиданиями. Если же кто-то на вас «насакивает» или пытается запугать, ответом с вашей стороны будет агрессивная реакция. Правда, потом вы злитесь на себя, что вас заставили вести себя так, как вы не любите.

*Если вы набрали 144-156 баллов.* Вам удастся найти со всеми общий язык, и прежде всего потому, что в каждом вы видите равноправного партнера. Это не означает, однако, что вы легко уступаете или поддаетесь влиянию других. При конфликтах с окружающими вы всегда умеете трезво оценить реальную ситуацию и ожидаете от окружающих того же.

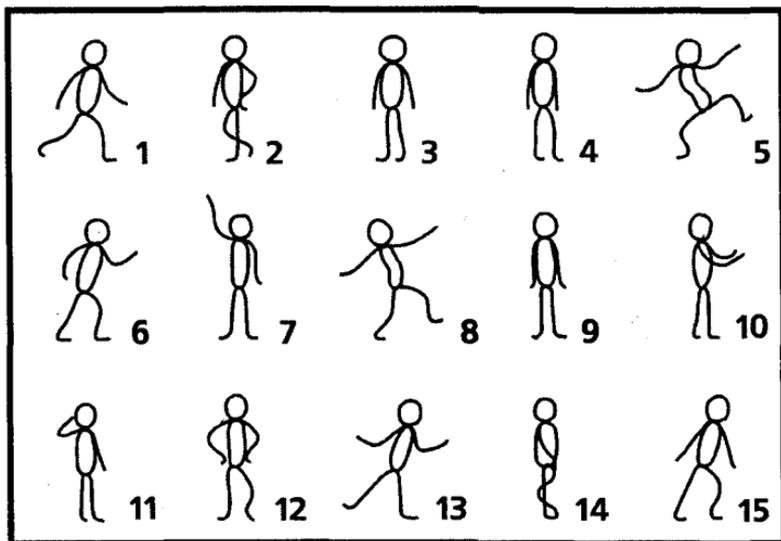


Рис. 4. Тест-пиктограмма «Ваш выбор»

## Определение оценочных баллов тест-пиктограммы

Оценка фигуры	Порядковый номер фигуры														
	1	2	3	4	5	6	7	8	3	10	11	12	13	14	15
а	4	14	10	7	2	5	12	3	8	13	11	15	1	9	6
б	5	15	11	8	3	6	13	4	9	14	12	16	2	10	7
в	6	16	12	9	4	7	14	5	10	15	13	17	3	11	8
г	7	17	13	10	5	8	15	6	11	16	14	18	4	12	9
д	8	18	14	11	6	9	16	7	12	17	15	19	5	13	10
Общая сумма баллов															

*ЕСЛИ ВЫ набрали 157-169 баллов.* Такую сумму баллов можно оценить как признак того, что в своем окружении вы всегда стараетесь добиться понимания и признания. Если вам это удастся, наградой становится способность правильно себя вести даже в трудных и неприятных для вас ситуациях. Вам нелегко установить контакт только с теми людьми, которые тщательно маскируют свое истинное отношение к вам. Тогда вы чувствуете себя неуверенно и в душе предпочли бы уйти. Ваша позиция диктуется, прежде всего, эмоциями, и потому будет лучше, если время от времени вы станете больше прислушиваться к голосу разума, а не к хору чувств.

*Если вы набрали 170-190 баллов.* Вы готовы сделать все, чтобы договориться со своим окружением, даже ценой конформизма и отказа от собственного «Я». Тот, кто хорошо с вами знаком, вполне может этим воспользоваться себе на пользу, а вы этого и не заметите. Ваша манера отношений с людьми вынуждает вас тратить на эти отношения больше сил и эмоций, чем нужно на самом деле. Если бы причины трудностей и неудач во взаимоотношениях с окружающими вы искали не только в себе, но и в окружающих, более трезво оценивая их поведение и анализируя их интересы, вам стало бы куда легче жить.

# ЛИТЕРАТУРА К ЧАСТИ I

1. Абрамова Г. С. Практическая психология: Учебник, - Екатеринбург, 1999.
2. Акимова М.К., Козлова В.Т. Психологическая коррекция умственного развития школьников: Учеб. пособие. - М., 2001.
3. Балобанова Л. М. Судебная психопатология (вопросы определения норм и отклонений). - Донецк, 1998.
4. Батаршев А. В. Тестирование: Основной инструментарий практического психолога: Учеб. пособие. - М., 2001.
5. Батаршев А. В. Психология личности и общения. - М., 2003.
6. Березин Ф. Б. Психическая и физиологическая адаптация человека. - М., 1988.
7. Бехтерев В. М. Психопатия (психонервная раздражительная слабость) и ее отношение к вопросу о вменении. - Казань, 1886.
8. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. - М., 1997.
9. Блейхер Б. М., Крук И. В., Боков С. Н. Практическая патопсихология. - Ростов-на-Дону, 1996.
10. Бурлачук Л. Ф. и др. Основы психотерапии: Учеб. пособие. - М., 1999.
11. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодиагностике. - СПб., 2000.
12. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 1997.
13. Военная психиатрия / Под ред. С. В. Литвинцева, В. К. Шамрая. - СПб., 2001.
14. Вилейский О. Г. Психиатрия: Учеб. пособие. - М., 2000.
15. Ганушкин П. Б. Клиника психопатий. Их статистика, динамика, систематика // Ганушкин П. Б. Избр. труды. - М., 1964. - С. 116-255.
16. Глушако В. С. Теоретические, социально-гигиенические и организационные аспекты пограничных нервно-психических расстройств: Автореферат дис.... докт. мед. наук. - М., 1991.
17. Гуревич П. С. Психология: Учеб. пособие. - М., 1999.
18. Гурьева В. А. Психогенные расстройства у детей и подростков. - М., 1996.
19. Демьянов Ю. Г. Диагностика психических нарушений: Практикум. - СПб., 1999.
20. Демьянов Ю. Г. Основы психопрофилактики и психотерапии. - СПб., 1999.
21. Детская патопсихология / Сост. Н. Л. Белопольская. - М., 2000.
22. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков / Под ред. С. А. Беличевой. - М., 1999.
23. Диагностика школьной дезадаптации. - М., 1993.
24. Еникеева Д. Д. Популярная основа психиатрии. - Донецк, 1997.
25. Еникеева Д. Д. Плохой характер или невроз? - М., 1997.
26. Жариков М. Н. Основы психиатрии для врачей общего профиля. - М., 2001.
27. Захаров А. И. Неврозы у детей и психотерапия. - СПб., 2000.
28. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. - М., 2000.
29. Захаров А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. - М., 2000.
30. Зейгарник Б. В. Патопсихология: Учеб. пособие. - М., 1999.
31. Зимбардо Ф. Застенчивость: Что это такое и как с ней справиться. - СПб., 1995.
32. Зимбардо Ф., Ляйпле М. Социальное влияние. - СПб., 2000.
33. Игумнов С. А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков. - М., 2000.
34. Карвасарский Б. Д. Неврозы: Руководство для врачей. - М., 1990.
35. Квинн В. Прикладная психология. - СПб., 2000.
36. Кебриков О. В. Кучению о динамике психопатий // Кебриков О. В. Избр. труды. - М., 1977. - С. 163-187.
37. Клейберг Ю. А. Социальные нормы и отклонения. - М., 1997.
38. Кречмер Э. Медицинская психология. - СПб., 1998.
39. «Кроссворды» для руководителя. - М., 1992.
40. Кулганов В. А., Юнацкевич П. И. Как не стать психом. Практическое пособие для потенциальных клиентов врача. - СПб., 1999.
41. Личко А. Е. Типы акцентуации характера и психопатий у подростков. - М., 1999.
42. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология. Практическое руководство. - М., 1999.

43. Морозов Г. В., Кабанов М. М., Лебединский М. С. О применении в клинике психологических тестов // Журн. невропатологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. - 1974. - № 8. - С. 1275-1276.
44. Нахалетов Б. А. Григорий Александрович Печорин - акцентуированная личность? - Вопр. психологии. - 1994. - № 1. - С. 111-115.
45. Немов Р. С. Психология: Учебник. - Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. - М., 2000.
46. Обозов Н. Н. Психологическое исследование и консультирование. - СПб., 1998.
47. Овчарова Р. В. Справочная книга школьного психолога. - М., 1996.
48. Осипова А. А. Общая психокоррекция: Учеб. пособие. - М., 2000.
49. Основы психодиагностики: Учеб. пособие / Под ред. А. Г. Шмелева. - М., 1996.
50. Попов Ю. В., Вид В. Д. Современная клиническая психиатрия. - СПб., 2000.
51. Психиатрия: Учеб. пособие / Под ред. В. П. Самохвалова. - Ростов-на-Дону, 2002.
52. Психологическая диагностика: Учеб. пособие/Под ред. К.М. Гуревича, ЕМ. Борисовой. - М., 1997.
53. Психология: Учебник / Под ред. А. А. Крылова. - М., 1998.
54. Психосоциальная коррекция и реабилитация несовершеннолетних с девиантным поведением / Под ред. С. А. Беличевой. - М., 1999.
55. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б. Д. Карвасарского. - СПб., 1999.
56. Романин А. Н. Основы психотерапии: Учеб. пособие. - М., 1999.
57. Руководство по клинической и подростковой психотерапии. - М., 1999.
58. Сириц А. М., Ерышев О. Ф., Грачева И. Г. Психиатрия: Учеб. пособие. - СПб., 2002.
59. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. - Минск, 1997.
60. Степанов В. Г. Психология трудных школьников: Учеб. пособие. - М., 1997.
61. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика: Учеб. пособие. - М., 2002.
62. Столяренко Л. Д. Основы психологии: Учеб. • пособие. - Ростов-на-Дону, 1997.
63. Столяренко Л. Д. Основы психологии: Практикум. - Ростов-на-Дону, 1999.
64. Фурманов И. А. Детская агрессивность: Психодиагностика и коррекция. - Минск, 1996.
65. Херсонский Б. Г. Метод пиктограмм в психодиагностике психических заболеваний. - Киев, 1998.
66. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за саморегуляцию. - СПб., 2000.
67. Худик В. А. Психология аномального развития в детском и подростково-юношеском возрасте. - Киев, 1993.
68. Чуркин А. А., Мартинов А. Л. Краткое руководство по использованию МКБ-10 в психиатрии и наркомании. - М., 2001.
69. Шапиро Д. Невротические стили. - М., 1998.
70. Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. - М., 1998.
71. Юркова Н. В. Защитные механизмы: Деадаптация или психическое безумие? //Социальная психология - XXI век: Докл. участников симпозиума. - Т. 2. - Ярославль; 1998. - С. 467-468.

## 2.1. МНОГОФАКТОРНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ОПРОСНИКИ

Среди многофакторных личностных опросников наиболее известным, нашедшим широкое применение как за рубежом, так и в России является Многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF (*Sixteen Personality Factor Questionnaire, 16PF*). Он связан с именем одного из создателей теории черт Р. Б. Кэттелла. В процессе экспериментального исследования личности он ввел метод факторного анализа, проанализировал ряд существенных черт личности, которые назвал конституционными факторами.

В настоящее время созданная Р. Кэттеллом теория черт относится к одной из основных общепсихологических теорий личности, согласно которой люди отличаются друг от друга по набору и степени выраженности у них отдельных независимых черт. Использование факторного анализа сводится к необходимому и достаточному минимуму различных показателей для оценки личности, полученных в результате тестирования, опроса и прижизненных наблюдений.

*Опросник был опубликован Р. Кэттеллом в 1949 г. и с тех пор широко используется в психодиагностической практике. Опросник универсален, практичен, дает многогранную информацию об индивидуальности человека. Известно несколько модификаций опросника. Наибольшую популярность и практическое применение как за рубежом, так и в России получили две модификации - стандартная форма опросника из 187 вопросов (версия А) и форма опросника из 105 вопросов (версия С). Опросник диагностирует черты личности, но не мотивационно-потребностную сферу (мотивы, потребности, интересы и ценности), требующую применения других методик. Это необходимо учитывать при интерпретации показателей 16-ти факторов, зависящих в большинстве своем от характеристик житейских ситуаций.*

В данном пособии приведены адаптированные в русском переводе стандартизированные формы опросника 16PF из 187 вопросов - версия А (см. п. 2.1.1), форма опросника 16PF из 105 вопросов - версия С (см. п. 2.1.2), а также сокращенный вариант опросника 13PF из 79 вопросов (п. 2.1.3). В последнее время среди многофакторных личностных опросников большую популярность и практическое применение нашел и опросник FPI, созданный сотрудниками СПб ГУ в соавторстве с учеными Гамбургского университета. Этот опросник приведен в п. 2.1.4.

### 2.1.1. Многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF — версия А (187 вопросов)

В процессе работы над созданием опросника 16PF Р. Кэттелл выявил 16 различных личностных черт. Каждая из них получила двойное (биполярное) название, характеризующее степень развитости - сильную и слабую (табл. 1).

## Полярные значения факторов опросника Р. Кэттелла

Индекс фактора	Отрицательный полюс	Положительный полюс
A	Сизотимия (обособленность, отчужденность): <ul style="list-style-type: none"> <li>- конфликтность;</li> <li>- ригидность;</li> <li>- холодность;</li> <li>- скрытность, неразговорчивость;</li> <li>- сдержанность;</li> <li>- подозрительность;</li> <li>- осторожность;</li> <li>- отороженность, эгоистичность</li> </ul>	Аффектотимия (сердечность, доброта): <ul style="list-style-type: none"> <li>- легкость общения;</li> <li>- гибкость, приспособленность;</li> <li>- добросердечность;</li> <li>- открытость;</li> <li>- эмоциональность;</li> <li>- доверчивость;</li> <li>- беспечность;</li> <li>- общительность</li> </ul>
B	Низкий интеллект (глупый): <ul style="list-style-type: none"> <li>- низкие умственные способности;</li> <li>- медленно соображает;</li> <li>- не понимает абстракции;</li> <li>- нет интеллектуальных интересов;</li> <li>- не доводит дело до конца;</li> <li>- необразованный</li> </ul>	Высокий интеллект (умный): <ul style="list-style-type: none"> <li>- высокие умственные способности;</li> <li>- быстро соображает;</li> <li>- понимает абстракции;</li> <li>- широкие интеллектуальные интересы;</li> <li>- упорный, настойчивый;</li> <li>- образованный</li> </ul>
C	Слабость «Я» (эмоциональная неустойчивость): <ul style="list-style-type: none"> <li>- имеет много невротических симптомов;</li> <li>- ипохондричный, беспокоится о состоянии здоровья;</li> <li>- переменчив, неустойчив в интересах;</li> <li>- легко расстраивается;</li> <li>- уклоняется от ответственности;</li> <li>- не доводит дело до конца;</li> <li>- не выдержан;</li> <li>- тревожный</li> </ul>	Сила «Я» (эмоциональная устойчивость): <ul style="list-style-type: none"> <li>- свободный от невротических симптомов;</li> <li>- непохожден, не проявляет заботы о состоянии здоровья;</li> <li>- интересы постоянны;</li> <li>- спокойный;</li> <li>- реалистичен в отношении жизни;</li> <li>- настойчив, упорен;</li> <li>- умеет держать себя в руках;</li> <li>- безмятежный</li> </ul>
E	Конформность (покорность, зависимость): <ul style="list-style-type: none"> <li>- подчиняющийся;</li> <li>- неуверенный в себе;</li> <li>- скромный;</li> <li>- интрапунитивный, импунитивный;</li> <li>- тактичный;</li> <li>- робкий, осторожный;</li> <li>- доброжелательный;</li> <li>- послушный</li> </ul>	Доминантность (настойчивость, напористость): <ul style="list-style-type: none"> <li>- независимый;</li> <li>- самоуверенный;</li> <li>- хвастливый;</li> <li>- экстрапунитивный;</li> <li>- грубый, бесцеремонный;</li> <li>- смелый;</li> <li>- конфликтный;</li> <li>- своенравный</li> </ul>
F	Десургенция (рассудительность, озбоченность): <ul style="list-style-type: none"> <li>- печальный;</li> <li>- избегающий общества;</li> <li>- апатичный;</li> <li>- молчаливый;</li> <li>- беспокойный;</li> <li>- медлительный, осторожный;</li> </ul>	Сургенция (беспечность): <ul style="list-style-type: none"> <li>- жизнерадостный;</li> <li>- общительный;</li> <li>- энергичный;</li> <li>- разговорчивый;</li> <li>- спокойный;</li> <li>- живой, проворный;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подозрительный;</li> <li>- ригидный</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- доверчивый;</li> <li>- гибкий</li> </ul>
G	<p><b>Слабость «Сверх-Я»</b> (недобросовестность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- непостоянный, переменчивый;</li> <li>- легкомысленный;</li> <li>- потворствующий своим желаниям;</li> <li>- небрежный;</li> <li>- аморальный;</li> <li>- безответственный;</li> <li>- небрежный в обыденной жизни;</li> <li>- расхлябанный</li> </ul>	<p><b>Сила «Сверх-Я»</b> (высокая совестливость):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- стойкий, упорный;</li> <li>- обязательный;</li> <li>- дисциплинированный;</li> <li>- собранный;</li> <li>- высокоморальный;</li> <li>- ответственный;</li> <li>- внимательный к людям;</li> <li>- требовательный к порядку</li> </ul>
H	<p><b>Трекия</b> (робость, застенчивость):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- застенчивый;</li> <li>- смущается в присутствии лиц противоположного пола;</li> <li>- сдержанный;</li> <li>- ограниченные интересы;</li> <li>- враждебный;</li> <li>- сдержанный;</li> <li>- осторожный;</li> <li>- испытывает страх к жизни</li> </ul>	<p><b>Пармия</b> (смелость в общении):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общительный;</li> <li>- оживляется в присутствии лиц противоположного пола;</li> <li>- отзывчивый;</li> <li>- эмоциональные и артистические интересы;</li> <li>- дружелюбный;</li> <li>- импульсивный;</li> <li>- беззаботный;</li> <li>- любит быть на виду</li> </ul>
I	<p><b>Харрия</b> (суровость, жесткость):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эмоционально зрелый;</li> <li>- независимый;</li> <li>- реалист;</li> <li>- рационалист, подчиняющий чувства рассудку;</li> <li>- не фантазирует, практичен;</li> <li>- действует по логике;</li> <li>- суровый циник;</li> <li>- не обращает внимания на физические недомогания</li> </ul>	<p><b>Премсия</b> (мягкосердечность, нежность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нетерпеливый, требовательный;</li> <li>- зависимый;</li> <li>- sentimentalный;</li> <li>- эмоциональный, чувствительный;</li> <li>- наслаждается фантазиями;</li> <li>- действует по интуиции;</li> <li>- мягкий к себе и окружающим;</li> <li>- ипохондрик, беспокоится о здоровье</li> </ul>
L	<p><b>Алаксия</b> (доверчивость):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слишком доверчив;</li> <li>- не ревнивый;</li> <li>- бескорыстный;</li> <li>- легко забывает трудности;</li> <li>- покладистый;</li> <li>- терпимый, прощает, понимает;</li> <li>- уступчив;</li> <li>- испытывает чувство собственной незначительности</li> </ul>	<p><b>Протенсия</b> (подозрительность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- недоверчивый;</li> <li>- ревнивый;</li> <li>- завистливый;</li> <li>- фиксирован на неудачах;</li> <li>- раздражительный;</li> <li>- тиран;</li> <li>- склонен к соперничеству;</li> <li>- повышенная самооценка, высокомерие</li> </ul>
M	<p><b>Праксерния</b> (практичность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- занят решением практических вопросов;</li> <li>- занят устройством личных дел;</li> </ul>	<p><b>Аутя</b> (мечтательность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- поглощен своими идеями;</li> <li>- интересуется абстрактными проблемами;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- избегает всего необычного;</li> <li>- руководствуется объективной реальностью, надежен в <i>практических</i> вопросах;</li> <li>- спокойный, твердый</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- увлечен фантазиями;</li> <li>- непрактичный, легко отступает от реальности;</li> <li>- неуравновешен, легко приходит в восторг</li> </ul>
N	<p><b>Безыскусственность</b> (наивность, простота):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прямой, бестактный;</li> <li>- неконкретный ум;</li> <li>- эмоционально недисциплинированный;</li> <li>- естественный, непосредственный;</li> <li>- простые вкусы;</li> <li>- неопытен в анализе мотивировок;</li> <li>- доволен достигнутым;</li> <li>- обращается с людьми вольно, непочтительно</li> </ul>	<p><b>Искусственность</b> (проницательность, расчетливость):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- изысканный, умеет себя вести;</li> <li>- точный ум;</li> <li>- эмоционально сдержанный;</li> <li>- искусственный, наигранный в поведении;</li> <li>- эстетически изощренный;</li> <li>- проницателен по отношению к окружающим;</li> <li>- честолюбивый;</li> <li>- осторожный, срезает «улы»</li> </ul>
O	<p><b>Гипертимия</b> (самоуверенность):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- веселый, жизнерадостный;</li> <li>- спокойный, самоуверенный;</li> <li>- безмятежный;</li> <li>- нечувствительный к замечаниям и упрекам;</li> <li>- бесстрашный;</li> <li>- беззаботный;</li> <li>- энергичный, активный;</li> <li>- расслабленный</li> </ul>	<p><b>Гипотимия</b> (склонность к чувству вины):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- печальный, грустный;</li> <li>- беспокойный, озабоченный;</li> <li>- ранимый, впечатлительный;</li> <li>- обязательный, чувствительный к замечаниям и порицаниям;</li> <li>- боязливый;</li> <li>- погруженный в мранные раздумья;</li> <li>- усталый, ипохондричный;</li> <li>- напряженный</li> </ul>
Q <sub>1</sub>	<b>Консерватизм</b> (ригидность)	<b>Радикализм</b> (гибкость)
Q <sub>2</sub>	<b>Социальность</b> (зависимость от группы)	<b>Самодостаточность</b> (самостоятельность)
	<b>Импульсивность</b> (низкий самоконтроль поведения)	<b>Контроль желаний</b> (высокий самоконтроль поведения)
	<b>Нефрустрированность</b> (напряженность)	<b>Фрустрированность</b> (расслабленность)

Стандартный многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF (версия А) состоит из 187 вопросов. Предназначен для обследования взрослых лиц, имеющих образование не ниже 8-9 классов. Адаптированный русскоязычный вариант опросника разработан В. И. Похилько, А. С. Соловейчиком, А. Г. Шмелевым.

## Инструкция по проведению тестирования

Вам предлагается ответить на ряд вопросов, чтобы выявить особенности вашего характера, склонности и интересы. Постарайтесь отвечать как можно точнее. Это даст возможность получить достоверную информацию о проявлениях вашего характера в различных ситуациях и предоставить вам, если необходимо, соответствующие рекомендации по коррекции вашего поведения.

На каждый вопрос вам предлагается дать ответ, выбрав одну из трех альтернатив (а, б, с), которая в наибольшей степени соответствует вашим взглядам, вашему представлению о себе.

Ваш выбор ответа (а, б или с) на каждый последующий вопрос занесите в бланк для ответов, заключая соответствующую альтернативу, например, в кружок. Форма бланка приводится в конце тест-опросника.

Отвечая на вопросы, помните:

- не тратьте времени на раздумья, дайте первый естественный ответ, который приходит вам в голову;
- старайтесь за одну минуту ответить на несколько вопросов, с тем чтобы закончить работу примерно за 40 минут;
- старайтесь избегать промежуточных ответов (альтернатива Б), то есть неопределенных ответов, кроме тех случаев, когда действительно ответить определенно невозможно;
- отвечайте на все вопросы подряд, не пропуская ни одного из них;
- возможно, некоторые вопросы вам будет сложно отнести к себе, постарайтесь в таком случае дать наиболее подходящий предположительный ответ. Не старайтесь произвести своими ответами благоприятное впечатление. Свободно выражайте свое собственное мнение.

### Текст опросника

1. Я хорошо понял инструкцию, которую только что прочитал:
  - а) да
  - б) не уверен
  - с) нет
2. Я готов отвечать на каждый вопрос так искренне, как только возможно:
  - а) да
  - б) не уверен
  - с) нет
3. Я бы предпочел временами жить в доме, который находится:
  - а) в обжитом городе
  - б) нечто среднее
  - с) одиноко в глухих лесах
4. Я чувствую в себе достаточно сил, чтобы справиться со своими трудностями:
  - а) всегда
  - б) обычно
  - с) редко
5. Я чувствую некоторое беспокойство при виде диких животных, даже если они находятся в урочных клетках:
  - а) верно
  - б) не уверен
  - с) неверно
6. Я воздерживаюсь от критики людей и их высказываний:
  - а) да
  - б) иногда
  - с) нет
7. Я не делаю саркастических (язвительных) замечаний по поводу людей, если они этого, по моему, заслуживают:
  - а) обычно
  - б) иногда
  - с) никогда
8. Мне больше нравится классическая, чем эстрадная музыка:
  - а) верно

- b) не уверен
  - c) неверно
9. Если бы я увидел дерущихся соседских детей, то я:
- a) дал бы им возможность договориться самим
  - b) не уверен
  - c) рассудил бы их
10. При общении с людьми я:
- a) с готовностью вступаю в разговор
  - b) нечто среднее
  - c) предпочитаю спокойно оставаться в стороне
11. По-моему, интереснее быть:
- a) инженером-строителем
  - b) не уверен
  - c) драматургом
12. Я скорее остановился бы на улице, чтобы посмотреть на работу художника, чем слушать, как ссорятся люди:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
13. Обычно мне удается поладить с самодовольными людьми, несмотря на то, что они хвастаются или слишком много о себе воображают:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
14. По лицу человека всегда можно заметить, что он нечестный:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
15. Было бы хорошо, если бы отпуск (каникулы) был более продолжителен и каждый был бы обязан его использовать:
- a) согласен
  - b) не уверен
  - c) не согласен
16. Я предпочел бы работу с возможно большим, но непостоянным заработком работе со скромным, но постоянным окладом:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
17. Я говорю о своих чувствах:
- a) только если это необходимо
  - b) нечто среднее
  - c) охотно, когда представится возможность
18. Время от времени у меня возникает чувство неопределенной опасности или внезапного страха по непонятным причинам:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
19. Когда меня неправильно критикуют за что-то, в чем я не виноват, я:
- a) не испытываю чувства вины

- b) нечто среднее
  - c) все же чувствую себя немного виноватым
20. За деньги можно купить почти все:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
21. Моим решением руководит больше:
- a) сердце
  - b) сердце и разум в равной степени
  - c) разум
22. Большинство людей были бы больше счастливы, если бы они были ближе друг к другу и поступали так же, как все:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
23. Иногда, когда я смотрю в зеркало, мне трудно разобраться, где у меня правая, а где левая сторона:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
24. При разговоре я предпочитаю:
- a) высказывать свои мысли так, как они приходят мне в голову
  - b) нечто среднее
  - c) сначала сформулировать свои мысли получше
25. После того как меня что-то сильно рассердит, я довольно быстро успокаиваюсь:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
26. При одинаковом рабочем времени и зарплате было бы интереснее работать:
- a) плотником или поваром
  - b) не уверен
  - c) официантом в хорошем ресторане
27. На общественные должности меня выбирали:
- a) очень редко
  - b) иногда
  - c) много раз
28. «Лопата» относится к «копать», как «нож» относится к:
- a) «острый»
  - b) «резать»
  - c) «указывать»
29. Иногда я не могу заснуть, потому что какая-нибудь мысль не выходит из головы:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
30. В своей жизни я почти всегда достигаю поставленных целей:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
31. Устаревший закон следует изменить:
- a) только после глубокого основательного обсуждения

- b) не уверен  
c) как можно скорее
32. Я чувствую себя не в своей тарелке, когда мне приходится работать над чем-нибудь, что требует быстрых действий, результаты которых могут повлиять на других людей:  
a) верно  
b) нечто среднее  
c) неверно
33. Большинство знакомых считают меня интересным рассказчиком:  
a) да  
b) не уверен  
c) нет
34. Когда я вижу неряшливых, неопрятных людей, я:  
a) принимаю их такими, какие они есть  
b) нечто среднее  
c) испытываю отвращение и возмущение
35. Я чувствую, что мне немного не по себе, если неожиданно оказываюсь в центре внимания группы людей:  
a) да  
b) нечто среднее  
c) нет
36. Я всегда рад оказаться среди людей, например, в гостях, на танцах, на какой-либо коллективной встрече:  
a) да  
b) нечто среднее  
c) нет
37. В школе я предпочитал (или предпочитаю):  
a) заниматься музыкой, пением  
b) нечто среднее  
c) выпиливать и мастерить что-либо
38. Если меня назначают руководителем чего-либо, настаиваю на том, чтобы мои указания выполнялись, иначе я отказываюсь от этой работы:  
a) да  
b) иногда  
c) нет
39. Важнее, чтобы родители:  
a) помогали детям развивать свои чувства  
b) нечто среднее  
c) обучали детей сдерживать свои чувства
40. Участвуя в групповой деятельности, я бы предпочел:  
a) постараться улучшить организацию работы  
b) нечто среднее  
c) следить за результатами и соблюдением правил
41. Время от времени у меня появляется потребность в интересной физической деятельности:  
a) да  
b) нечто среднее  
c) нет
42. Я предпочел бы скорее общаться с вежливыми людьми, чем с грубоватыми и любящими возражать:  
a) да  
b) нечто среднее  
c) нет

43. Я чувствую себя очень униженным, когда меня критикуют в присутствии группы людей:
- верно
  - нечто среднее
  - неверно
44. Если меня вызывает начальство, то я:
- пользуюсь случаем, чтобы попросить о чем-то нужном мне
  - нечто среднее
  - боюсь, что это связано с какой-нибудь оплошностью в моей работе
45. В наше время требуется:
- больше спокойных, солидных людей
  - не уверен
  - больше идеалистов, планирующих лучшее будущее
46. При чтении я сразу замечаю, когда автор произведения хочет меня в чем-то убедить:
- да
  - не уверен
  - нет
47. В юности я принимал участие в нескольких спортивных мероприятиях:
- иногда
  - довольно часто
  - множественно
48. Я поддерживаю порядок в моей комнате, все вещи всегда лежат на своих местах:
- да
  - нечто среднее
  - нет
49. Иногда у меня возникает чувство напряжения и беспокойства, когда я вспоминаю, что произошло в течение дня:
- да
  - нечто среднее
  - нет
50. Иногда я сомневаюсь, действительно ли люди, с которыми я разговариваю, интересуются тем, что я говорю:
- да
  - не уверен
  - нет
51. Если бы пришлось выбирать, то я предпочел бы быть:
- лесником
  - не уверен
  - учителем средней школы
52. На праздники и дни рождения я:
- люблю делать подарки
  - неопределенно
  - считаю, что делать подарки - довольно неприятная вещь
53. «Усталый» относится к «работе», как «гордый» к:
- «улыбка»
  - «успех»
  - «счастливый»
54. Какой из следующих предметов по существу отличается от двух других:
- свеча
  - луна
  - электрический свет

55. Друзья меня подводили:
- a) очень редко
  - b) иногда
  - c) довольно часто
56. У меня есть качества, по которым я определенно выше большинства людей:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
57. Когда я расстроен, то стараюсь скрыть свои чувства от других:
- a) верно
  - b) нечто среднее
  - c) неверно
58. Я склонен посещать зрелищные мероприятия и развлечения:
- a) чаще, чем раз в неделю (чаще, чем большинство)
  - b) примерно раз в неделю (как большинство)
  - c) реже, чем раз в неделю (реже, чем большинство)
59. Я считаю, что возможность вести себя непринужденно важнее, чем хорошие манеры и уважение к существующим правилам поведения:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
60. Обычно я молчу в присутствии старших по возрасту, опыту и положению:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
61. Мне трудно говорить или декламировать перед большой группой людей:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
62. У меня хорошее чувство ориентировки в незнакомом месте (мне легко сказать, где север-восток-юг-запад):
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
63. Если кто-нибудь рассердится на меня, то я:
- a) постараюсь его успокоить
  - b) нечто среднее
  - c) раздражаюсь
64. Встречаясь с несправедливостью, я скорее склонен забыть об этом, чем реагировать:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
65. Из моей памяти часто выпадают несущественные тривиальные вещи, например, названия улиц, магазинов:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
66. Мне бы понравилась жизнь ветеринара, лечение животных и операции на животных:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет

67. Я ем со вкусом, не всегда так аккуратно и тщательно, как другие люди:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) неверно
68. Бывают времена, когда у меня нет настроения видеть кого бы то ни было:
- a) очень редко
  - b) нечто среднее
  - c) довольно часто
69. Иногда меня предупреждают о том, что в моем голосе и манерах слишком проявляется возбуждение:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
70. В юности, если я расходился во мнении с родителями, то я:
- a) оставался при своем мнении
  - b) нечто среднее
  - c) соглашался с их авторитетом
71. Я предпочел бы заниматься самостоятельной работой, а не совместной с другими:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
72. Мне бы больше понравилась спокойная жизнь, чем слава и шумный успех:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
73. В большинстве случаев я чувствую себя зрелым человеком:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
74. Замечания в мой адрес, которые позволяют себе некоторые люди, меня больше расстраивают, чем помогают:
- a) часто
  - b) иногда
  - c) никогда
75. Я всегда способен управлять проявлением своих чувств:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
76. Начиная работу над полезным изобретением, я бы предпочел:
- a) разрабатывать его в лаборатории
  - b) нечто среднее
  - c) заниматься его практической реализацией
77. «Удивление» относится к «странный», как «страх» относится к:
- a) «смелый»
  - b) «тревожный»
  - c) «ужасный»
78. Какая из дробей отличается от двух других:
- a)  $\frac{3}{7}$
  - b)  $\frac{3}{9}$
  - c)  $\frac{3}{11}$

79. Кажется, некоторые люди игнорируют и избегают меня, хотя я не знаю почему:
- а) верно
  - б) не уверен
  - в) неверно
80. Отношения ко мне людей не соответствуют моим добрым намерениям:
- а) часто
  - б) иногда
  - в) никогда
81. Употребление нецензурных выражений вызывает у меня возмущение, даже если при этом не присутствуют лица другого пола:
- а) да
  - б) нечто среднее
  - в) нет
82. У меня определенно меньше друзей, чем у большинства людей:
- а) да
  - б) нечто среднее
  - в) нет
83. Я бы очень не хотел находиться в таком месте, где нет таких людей, с которыми можно поговорить:
- а) верно
  - б) нечто среднее
  - в) нет
84. Люди иногда считают меня небрежным, хотя и думают, что я приятный человек:
- а) да
  - б) не уверен
  - в) нет
85. Волнение перед выступлением в присутствии многих людей я испытывал:
- а) довольно часто
  - б) иногда
  - в) почти никогда
86. Когда я нахожусь в большой группе людей, то предпочитаю молчать и предоставляю слово другим:
- а) да
  - б) нечто среднее
  - в) нет
87. Я предпочитаю читать:
- а) реалистические описания военных и политических сражений
  - б) нечто среднее
  - в) роман, где много чувства и воображения
88. Когда люди пытаются мною командовать, я поступаю как раз наоборот:
- а) да
  - б) нечто среднее
  - в) нет
89. Начальник или члены моей семьи критикуют меня только в тех случаях, когда для этого действительно есть повод:
- а) верно
  - б) нечто среднее
  - в) неверно
90. На улицах или в магазинах мне не нравится, когда некоторые люди пристально разглядывают других:

- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
91. Во время длительной поездки я бы предпочел:
- a) читать что-нибудь серьезное, но интересное
  - b) неопределенно
  - c) провести время, беседуя с кем-нибудь из пассажиров
92. В ситуациях, которые могут стать опасными, я громко разговариваю, хотя это выглядит невежливо и нарушает спокойствие:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
93. Если знакомые плохо обращаются со мной и показывают свою неприязнь, то:
- a) меня это совершенно не трогает
  - b) нечто среднее
  - c) я расстраиваюсь
94. Я смущаюсь, когда меня хвалят или говорят мне комплименты:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
95. Я бы предпочел иметь работу:
- a) с постоянным окладом
  - b) нечто среднее
  - c) с большим окладом, который бы зависел от моей способности показать людям, чего я стою
96. Чтобы быть информированным, я предпочитаю получать сведения:
- a) общаясь с людьми
  - b) нечто среднее
  - c) из литературы
97. Мне нравится принимать активное участие в общественной работе:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
98. При выполнении задания я удовлетворяюсь только тогда, когда должное внимание будет уделено всем мелочам:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
99. Даже самые незначительные неудачи иногда слишком меня раздражают:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
100. Сон у меня всегда крепкий, я никогда не хожу и не разговариваю во сне:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
101. Для меня интереснее работа, при которой:
- a) нужно разговаривать с людьми
  - b) нечто среднее
  - c) нужно заниматься счетами и записями

102. «Размер» так относится к «длине», как «нечестный» к:
- «порьма»
  - «нарушение»
  - «кража»
103. «АБ» так относится к «ГВ», как «СР» относится к:
- «ПО»
  - «ОП»
  - «ТУ»
104. Когда люди ведут себя неразумно, я:
- молчу
  - не уверен
  - высказываю свое презрение
105. Если кто-нибудь громко разговаривает, когда я слушаю музыку:
- могу сосредоточиться на музыке, не отвлекаться
  - нечто среднее
  - чувствую, что это портит мне удовольствие и раздражает
106. Меня лучше характеризовать как:
- вежливого и спокойного
  - нечто среднее
  - энергичного
107. В общественных мероприятиях я принимаю участие только тогда, когда это нужно, а в иных случаях избегаю их:
- да
  - не уверен
  - нет
108. Быть осторожным и не ждать хорошего лучше, чем быть оптимистом и всегда ждать успеха;
- верно
  - не уверен
  - неверно
109. Думая о трудностях в своей работе, я:
- стараюсь планировать заранее, прежде чем встретить трудность
  - нечто среднее
  - считаю, что справлюсь с трудностями по мере того, как они возникнут
110. Мне легко вступить в контакт с людьми во время различных общественных мероприятий:
- верно
  - не уверен
  - неверно
111. Когда требуется немного дипломатии и умения убеждать, чтобы побудить людей что-либо сделать, обычно об этом просят меня:
- верно
  - не уверен
  - неверно
112. Интересно быть:
- консультантом, помогающим молодым людям выбирать профессию
  - нечто среднее
  - руководителем технического предприятия
113. Если я уверен, что человек несправедлив или ведет себя эгоистично, я указываю ему, даже если это связано с неприятностями:
- да

- b) нечто среднее  
c) нет
114. Иногда я говорю глупости ради шутки, чтобы удивить людей и посмотреть, что они на это скажут:
- a) да  
b) не уверен  
c) нет
115. Мне бы понравилось быть газетным критиком в разделе театра, концертов:
- a) да  
b) не уверен  
c) нет
116. У меня никогда не бывает потребности что-нибудь рисовать или вертеть в руках, ерзать на месте, когда приходится долго сидеть на собрании:
- a) верно  
b) не уверен  
c) неверно
117. Если кто-нибудь говорит мне нечто неправильное, я скорее подумаю:
- a) «он лжец»  
b) не уверен  
c) «по-видимому, он плохо информирован»
118. Я чувствую, что мне угрожает какое-то наказание, даже когда я ничего плохого не сделал:
- a) часто  
b) иногда  
c) никогда
119. Мнение о том, что болезнь так же часто возникает в результате как психических, так и физических факторов, сильно преувеличено:
- a) да  
b) не уверен  
c) нет
120. Торжественность и величие традиционных церемоний следует сохранить:
- a) да  
b) не уверен  
c) нет
121. Мысль о том, что люди подумают, будто я веду себя необычно или странно, меня беспокоит:
- a) очень  
b) немного  
c) совсем не беспокоит
122. Выполняя какое-либо дело, я бы предпочел работать:
- a) в составе коллектива  
b) не уверен  
c) самостоятельно
123. У меня бывают периоды, когда мне трудно избавиться от чувства жалости к себе:
- a) часто  
b) иногда  
c) никогда
124. Часто я слишком быстро начинаю сердиться на людей:
- a) да  
b) нечто среднее  
c) нет

125. Я всегда могу без труда изменить свои старые привычки и не возвращаться к прежнему.
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
126. Если бы зарплата была одинаковой, я бы предпочел быть:
- a) адвокатом
  - b) не уверен
  - c) пилотом или капитаном судна
127. «Лучшее» так относится к «наихудшему», как «медленное» к:
- a) «быстрое»
  - b) «лучшее»
  - c) «быстрейшее»
128. Каким из приведенных ниже сочетаний следует продолжить буквенный ряд: P O O O P P O O  
O O P P P ...
- a) O P P P
  - b) O P P
  - c) P O O O
129. Когда приходит время осуществить то, что я планировал и на что надеялся, я обнаруживаю, что желание делать это уже пропало:
- a) верно
  - b) нечто вреднее
  - c) неверно
130. В большинстве случаев я могу продолжать работу тщательно, не обращая внимания на шум, создаваемый другим:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
131. Иногда я говорю посторонним вещи, кажущиеся мне важными, независимо от того, спрашивают ли они об этом:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
132. Много свободного времени я провожу в разговорах с друзьями о прошлых развлечениях, от которых получал удовольствие:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
133. Мне нравится устраивать какие-нибудь смелые, рискованные выходки «смеха ради»:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
134. Вид неубранной комнаты очень раздражает меня:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
135. Я считаю себя общительным, открытым человеком:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет

136. В общении я:
- a) свободно проявляю свои чувства
  - b) нечто среднее
  - c) держу свои переживания «в себе»
137. Я люблю музыку:
- a) легкую, живую
  - b) нечто среднее
  - c) чувствительную
138. Красота поэмы восхищает меня больше, чем красота хорошо сделанного оружия:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
139. Если мое удачное замечание остается не замеченным окружающими, то я:
- a) смирюсь с этим
  - b) нечто среднее
  - c) даю людям возможность услышать его еще раз
140. Мне бы понравилось работать фотокорреспондентом:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
141. Нужно быть осторожным в общении с незнакомыми, поскольку можно, например, заразиться:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
142. При поездке за границу я предпочел бы находится под руководством экскурсовода, чем самому планировать маршрут:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
143. Меня справедливо считают упорным и трудолюбивым, но не слишком преуспевающим человеком:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
144. Если люди пользуются моим хорошим отношением в своих интересах, я не возмущаюсь и вскоре об этом забываю:
- a) верно
  - b) нечто среднее
  - c) неверно
145. Если при обсуждении какого-либо вопроса среди участников возникает ожесточенный спор, то я предпочитаю:
- a) увидеть, кто же «победил»
  - b) нечто среднее
  - c) чтобы спор разрешился мирно
146. Я предпочитаю планировать что-либо самостоятельно, без вмешательства и предложений со стороны других:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет

147. Иногда чувство зависти влияет на мои действия:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
148. Я твердо верю, что начальник может быть не всегда прав, но он всегда имеет право быть начальником:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
149. Когда я думаю обо всем, что еще предстоит сделать, у меня появляется чувство напряженности:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
150. Когда зрители что-либо кричат мне во время игры, меня это не трогает:
- a) верно
  - b) нечто среднее
  - c) неверно
151. Интереснее быть:
- a) художником
  - b) не уверен
  - c) организатором культурных развлечений
152. Которое из следующих слов не относится к двум другим:
- a) любые
  - b) некоторые
  - c) большинство
153. «Пламя» так относится к «жар», как «роза» относится к
- a) «шип»
  - b) «красивые лепестки»
  - c) «аромат»
154. У меня бывают яркие сновидения, мешающие мне спать:
- a) часто
  - b) иногда
  - c) практически никогда
155. Если по пути к успеху стоят серьезные препятствия, я все-таки предпочитаю рискнуть:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
156. Когда я нахожусь в группе людей, приступающих к какой-либо работе, то само собой получается, что я оказываюсь во главе их:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
157. Мне больше нравится в одежде спокойная корректность, чем бросающаяся в глаза индивидуальность:
- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
158. Мне больше нравится проводить вечер за спокойным любимым занятием, чем в оживленной компании:

- a) верно
  - b) не уверен
  - c) неверно
159. Я не обращаю внимания на доброжелательные советы других, даже когда эти советы могут быть полезными
- a) иногда
  - b) почти никогда
  - c) никогда
160. В своих поступках я всегда стараюсь придерживаться общепринятых правил поведения:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
161. Мне не очень нравится, когда смотрят, как я работаю:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
162. Иногда приходится применять силу, потому что не всегда возможно добиться результата с помощью утверждения:
- a) верно
  - b) нечто среднее
  - c) неверно
163. В школе я предпочитал (предпочитаю):
- a) русский язык и литературу
  - b) не уверен
  - c) математику или арифметику
164. Меня иногда огорчало, что обо мне за глаза отзывались неодобрительно без всяких к этому причин:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
165. Разговор с простыми людьми, которые всегда придерживаются общепринятых правил и традиций:
- a) часто вполне интересен и содержателен
  - b) нечто среднее
  - c) раздражает меня, потому что ограничивается мелочами
166. Некоторые вещи настолько раздражают меня, что я предпочитаю вообще не говорить на эти темы:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
167. В воспитании важнее:
- a) относиться к ребенку с достаточной любовью
  - b) нечто среднее
  - c) выработать нужные привычки и отношение к жизни
168. Люди считают меня положительным, спокойным человеком, которого не трогают превратности судьбы:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет

169. Я считаю, что общество должно руководствоваться разумом и отбросить старые привычки или ненужные традиции:
- да
  - не уверен
  - нет
170. Думаю, что в современном мире важнее разрешить:
- вопросы нравственности
  - не уверен
  - разногласия между странами мира
171. Я лучше усваиваю материал:
- читаю хорошо написанную книгу
  - нечто среднее
  - участвуя в обсуждении вопроса
172. Я предпочитаю идти своим путем, вместо того чтобы действовать в соответствии с принятыми правилами:
- верно
  - не уверен
  - неверно
173. Прежде чем выдвигать какой-либо аргумент, я предпочитаю подождать, пока не буду убежден, что прав:
- всегда
  - обычно
  - только если это целесообразно
174. Мелочи иногда невыносимо «действуют мне на нервы», хотя я и понимаю, что они не существенны:
- да
  - нечто среднее
  - нет
175. Под влиянием момента я редко говорю вещи, о которых потом очень сожалею:
- верно
  - не уверен
  - неверно
176. Если бы меня попросили участвовать в шефской деятельности, то я бы:
- согласился
  - не уверен
  - вежливо сказал, что занят
177. Которое из следующих слов не относится к двум другим:
- широкий
  - зигзагообразный
  - прямой
178. «Скоро» так относится к «никогда», как «близко» к:
- «нигде»
  - «далеко»
  - «где-то»
179. Если я невольно нарушил правила поведения, находясь в обществе, то вскоре забываю об этом:
- да
  - нечто среднее
  - нет

180. Меня считают человеком, которому обычно в голову приходят хорошие идеи, когда нужно разрешить какую-либо проблему:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
181. Я способен лучше проявить себя:
- a) в трудных ситуациях, когда нужно сохранить самообладание
  - b) не уверен
  - c) когда требуется умение ладить с людьми
182. Меня считают человеком, полным энтузиазма:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
183. Мне нравится работа, которая требует перемен, разнообразия, командировок, даже если она связана с некоторой опасностью:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
184. Я довольно требовательный человек и всегда настаиваю на том, чтобы все делалось по возможности правильно:
- a) верно
  - b) нечто среднее
  - c) неверно
185. Мне нравится работа, требующая добросовестного отношения, точных навыков и умений:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
186. Я отношусь к типу энергичных людей, которые всегда заняты:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет
187. Я уверен в том, что не пропустил ни одного вопроса и на все ответил как следует:
- a) да
  - b) не уверен
  - c) нет

### Обработка результатов тестирования

1. Подсчет суммы «сырых» баллов, перевод их в баллы (условные баллы по 10—балльной шкале)\* и построение профиля личности

При подсчете «сырых» баллов по каждому из 16 факторов личностного опросника 16PF (версия А) иногда пользуются специальными матрицами и ключами к опроснику. Но, как показала практика, работа с матрицами и ключами к опроснику достаточно неудобна. Нередко такие матрицы просто отсутствуют. При работе со слушателями и студентами Школы практической психологии Санкт-Петербурга и Таллина вместо матриц и ключей к опроснику используется специальный бланк для ответов (форма бланка приведена ниже). В нем индексами 1 и 2 обозначены баллы при соответствующих ответах-альтернативах (а, б, с) на каждый из 187 вопросов теста. Свой ответ-альтернативу по каждому вопросу испытуемый заносит в бланк,

\* Термин происходит от сочетания слов «стандартная десятка».

обводя соответствующее обозначение а, в или с, например, в кружок. Бланк прошел апробацию в Школе практической психологии Академии психологии, предпринимательства и менеджмента. Как слушатели, так и студенты отмечали, что подсчет «сырых» баллов по такому бланку довольно прост и никаких затруднений не вызывает.

На бланке по всем факторам на каждый из вопросов теста приписывается значение альтернатив а<sub>2</sub>, в<sub>1</sub>, с либо а, в, с<sub>2</sub>. Исключение составляет лишь фактор В, где соответствующей альтернативе (а, в или с) приписывается лишь один балл. Набранное количество «сырых» баллов испытуемый записывает в правой колонке бланка, суммировав индексы 1 и 2 при выбранных ответах-альтернативах (отмеченных в кружок) на соответствующие вопросы теста.

## Бланк ответов

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_  
 Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Профессия (специальность) \_\_\_\_\_

Факторы	1 а в с 2 а в с	Ваш выбор альтернативных ответов								Σ
<b>A</b>	3 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	26 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 27 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	51 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 52 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	76 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	101 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	126 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	151 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	176 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>B</b>		28 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	53 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с 54 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	77 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 78 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	102 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 103 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	127 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 128 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	152 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с 153 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с	177 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с 178 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>C</b>	4 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 5 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	29 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 30 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	55 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	79 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 80 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	104 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 105 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	129 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 130 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	154 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	179 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>E</b>	6 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 7 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	31 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 32 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	56 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 57 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	81 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	106 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	131 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	155 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 156 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	180 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 181 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>F</b>	8 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	33 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	58 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	82 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 83 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	107 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 108 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	132 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 133 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	157 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 158 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	182 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 183 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>G</b>	9 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	34 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	59 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	84 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	109 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	134 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	159 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 160 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	184 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 185 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>H</b>	10 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	35 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 36 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	60 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 61 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	85 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 86 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	110 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 111 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	135 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 136 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	161 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	186 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с		
<b>I</b>	11 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 12 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	37 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	62 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	87 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	112 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	137 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 138 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	162 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 163 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с			
<b>L</b>	13 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	38 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	63 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 64 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	88 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 89 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	113 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 114 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	139 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	164 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с			
<b>M</b>	14 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 15 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	39 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 40 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	65 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	90 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 91 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	115 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 116 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	140 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 141 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	165 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 166 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>			
<b>N</b>	16 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 17 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	41 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 42 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	66 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 67 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	92 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	117 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	142 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	167 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с			
<b>O</b>	18 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 19 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	43 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 44 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	68 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 69 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	93 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 94 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	118 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 119 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	143 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 144 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	168 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>			
<b>Q<sub>1</sub></b>	20 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 21 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	45 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 46 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	70 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	95 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	120 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	145 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	169 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 170 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>			
<b>Q<sub>2</sub></b>	22 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	47 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	71 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 72 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	96 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 97 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	121 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 122 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	146 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	171 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с			
<b>Q<sub>3</sub></b>	23 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 24 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	48 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	73 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	98 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	123 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	147 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 148 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	172 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub> 173 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с			
<b>Q<sub>4</sub></b>	25 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	49 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 50 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с	74 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 75 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	99 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 100 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	124 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 125 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	149 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 150 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>	174 а <sub>2</sub> в <sub>1</sub> с 175 а <sub>1</sub> в <sub>1</sub> с <sub>2</sub>			

187 а в с

Перевод «сырых» баллов в стены производится по приведенным ниже таблицам 2-7.

Стены (условные баллы) распределяются по биполярной шкале с крайними значениями в 1 и 10 баллов. Соответственно первой половине шкалы (от 1 до 5,5) присваивается знак «-», второй половине (от 5,5 до 10) знак «+». Из имеющихся показателей по всем 16 факторам строится так называемый профиль личности (рис. 1). При интерпретации, в первую очередь, уделяется внимание «пикам» профиля, то есть наиболее низким и наиболее высоким значениям факторов в профиле, в особенности тем показателям, которые в «отрицательном» полюсе находятся в границах от 1 до 3 стенов, а в «положительном» - от 8 до 10 стенов.

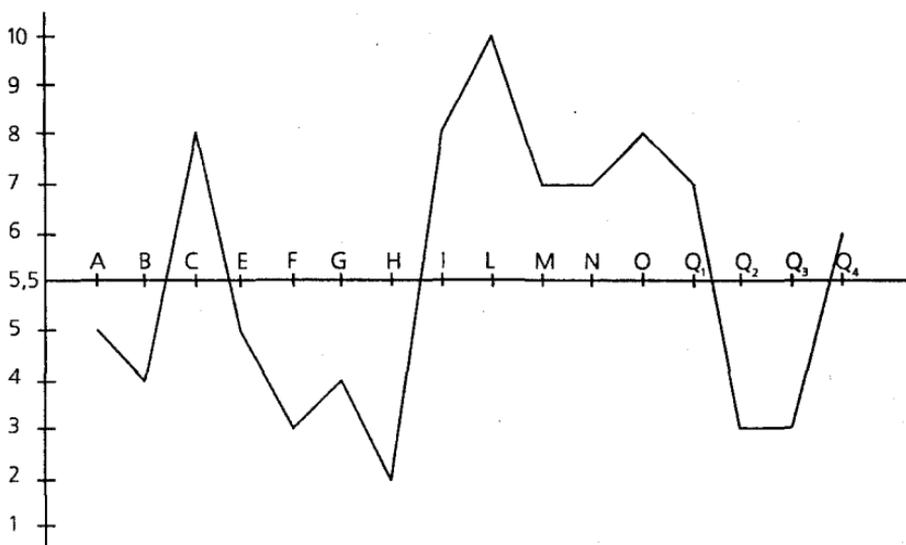


Рис. 1. Пример построения профиля личности

Анализируется также совокупность факторов в их взаимосвязях, в таких, например, блоках:

- интеллектуальные особенности: факторы В, М, Q<sub>1</sub>;
- эмоционально-волевые особенности: факторы С, G, I, O, Q<sub>1</sub>, Q<sub>4</sub>;
- коммуникативные свойства и особенности межличностного взаимодействия: факторы А, Н, F, E, Q<sub>2</sub>, N, L

Кроме первоначальных 16 факторов можно выделить четыре фактора второго порядка.

Формулы расчета четырех вторичных факторов:

1. Тревожность (F).

$$F_1 = [(38 + 2L + 30 + 4Q_4) - 2(C + H + Q_3)]: 10$$

2. Интерверсия - экстраверсия (F).

$$F_2 = [(2A + 3E + 4F + 5H) - (2Q_2 + 11)]: 10$$

3. Чувствительность (F).

$$F_3 = [(77 + 2C + 2E + 2F + 2N) - (4A + 6I + 2M)]: 10$$

4. Конформность (F<sub>4</sub>).

$$F_4 = [(4E + 3M + 4Q_1 + 4Q_2) - (3A + 2C)]: 10$$

## Женщины 16—18 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	0—6	7—8	7—8	9—10	11	12—13	14—15	16	17—18	19—20
В	0—1	2	3	4	5	6	7	8—9	10	11—12
С	0—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15—16	17—18	19—20	21	22—26
Е	0—3	4	5—6	7—8	9—10	11—12	13—15	16—17	18—19	20—26
Г	0—6	7—8	9—11	12—14	15—16	17—18	19—20	21—22	23	24—26
Г	0—5	6—7	8—9	10—11	12—13	14	15—16	17	18	19—20
Н	0—2	3—4	5—7	8—9	10—12	13—14	15—17	18—20	21—22	23—26
І	0—5	6—7	8	9—10	11	12—13	14	15	16—17	18—20
Л	0—2	3	4—5	6	7—8	9	10—11	12—13	14	15—16
М	0—6	7	8—9	10	11—12	13—14	15—16	17	18—19	20—26
Н	0—5	6	7	8	9—10	11	12—13	14	15	16—20
О	0—4	5	6—7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—19	20—26
Q <sub>1</sub>	0—3	4	5	6	7—8	9	10—11	12	13—14	15—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—4	5—6	7	8—9	10	11—12	13	14	15—16	17—20
Q <sub>4</sub>	0—3	4—5	6—8	9—11	12—13	14—16	17—19	20—21	22—23	24—26

Таблица 3

## Мужчины 16—18 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12	13—14	15—16	17—20
В	0—1	2	3	4	5	6	7	8—9	10	11—12
С	0—7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—19	20	21—22	23—26
Е	0—6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—19	20—21	22—26
Г	0—5	6—8	9—11	12—14	15—16	17—18	19—20	21—22	23	24—26
Г	0—4	5—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15—16	17	18	19—20
Н	0—2	3—4	5—7	8—10	11—13	14—16	17—18	19—20	21—22	23—26
І	0—2	3	4	5—6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—20
Л	0—3	4	5—6	7—8	9	10—11	12—13	14	15—16	17—20
М	0—4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14	15—16	17—18	19—26
Н	0—5	6—7	8	9	10	11—12	13	14—15	16	17—20
О	0—3	4	5—6	7—8	9—10	11	12—13	14—15	16—17	18—26
Q <sub>1</sub>	0—4	5	6	7—8	9	10—11	12	13	14—15	16—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—3	4—5	6	7—8	9—10	11	12—13	14	15—16	17—20
Q <sub>4</sub>	0—2	3—4	5—6	7—9	10—12	13—15	16—17	18—19	20—21	22—26

## Женщины 19—38 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Факторы										
А	0—4	5—6	7	8—9	10—12	13	14—15	16	17—18	19—20
В	0—4	5	—	6	7	8	9	10	11	12—13
С	0—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15—16	17—18	19—20	21—22	23—26
Е	0—3	4	5—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15—16	17—18	19—26
Г	0—5	6—7	8—10	11—12	13—15	16—17	18—19	20—21	22	23—26
Г	0—4	5—6	7—8	9—10	11—12	13	14—15	16—17	18	19—20
Н	0—2	3—4	5—7	8—9	10—12	13—15	16—17	18—20	21—22	23—26
І	0—5	6	7—8	9—10	11—12	13	14	15	16—17	18—20
І	0—1	2—3	4	5	6—7	8—9	10	11—12	13—14	15—20
М	0—5	6—7	8	9—10	11—12	13—14	15—16	17	18—19	20—26
М	0—5	6	7	8	9—10	11	12—13	14	15—16	17—20
О	0—3	4	5—6	7	8—9	10—12	13—14	15—16	17—18	19—26
Q <sub>1</sub>	0—3	4	5	6—7	8	9	10—11	12—13	14	15—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—4	5	6—7	8—9	10	11—12	13	14	15—16	17—20
Q <sub>4</sub>	0—3	4—5	6—7	8—10	11—12	13—15	16—18	19—20	21—22	23—26

Таблица 5

## Мужчины 19—28 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Факторы										
А	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14	15—16	17—20
В	0—4	5	—	6	7	8	9	10	11	12—13
С	0—7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—19	20—21	22	23—26
Е	0—6	7—8	9	10—11	12—13	14—16	17—18	19	20—21	22—26
Г	0—5	6—8	9—10	11—13	14—15	16—17	18—19	20—21	22—23	24—26
Г	0—4	5—6	7—9	10—11	12	13—14	15—16	17	18—19	20
Н	0—2	3—4	5—7	8—10	11—13	14—16	17—18	19—20	21—22	23—26
І	0—2	3	4—5	6	7—8	9—10	11—12	13—14	15	16—20
І	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12	13—14	15	16—20
М	0—5	6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—17	18	19—26
М	0—5	6—7	8	9	10	11—12	13	14—15	16	17—20
О	0—3	4	5—6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—26
Q <sub>1</sub>	0—4	5	6	7—8	9	10	11—12	13	14—15	16—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—3	4—5	6	7—8	9—10	11	12—13	14	15—16	17—20
Q <sub>4</sub>	0—3	4	5—7	8—9	10—12	13—14	15—17	18—19	20—21	22—26

## Женщины 29—70 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Факторы										
А	0—4	5—6	7—8	9—10	11	12—13	14—15	16	17—18	19—20
В	0—1	2	3	4	5	6	7	8—9	10	11—13
С	0—7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20	21—22	23—24	25—26
Е	0—2	3	4—5	6—7	8—9	10—11	12—14	15—16	17—18	19—26
Г	0—4	5—6	7—8	9—10	11—13	14—15	16—17	18—19	20—21	22—26
Г	0—6	7	8—9	10—11	12—13	14—15	16	17	18—19	20
Н	0—2	3—4	5—7	8—9	10—12	13—14	15—17	18—20	21—22	23—26
Г	0—5	6—7	8	9—10	11	12—13	14	15—16	17	18—20
Л	0—1	2	3—4	5	6—7	8	9—10	11	12—13	14—20
М	0—6	7	8—9	10—11	12	13—14	15—16	17	18—19	20—26
Н	0—5	6	7	8—9	10	11	12—13	14	15	16—20
О	0—3	4	5—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15—16	17—18	19—26
Q <sub>1</sub>	0—3	4	5	6—7	8	9	10—11	12—13	14	15—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7—8	9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—5	6—7	8	9—10	11	12—13	14	15—16	17	18—20
Q <sub>4</sub>	0—2	3—4	5—7	8—10	11—12	13—15	16—17	18—20	21—22	23—26

Таблица 7

## Мужчины 29—70 лет

Стены	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Факторы										
А	0—3	4	5—6	7	8—9	10—11	12—13	14	15—16	17—20
В	0—1	2	3	4	5	6	7	8—9	10	11—13
С	0—7	8—10	11—12	13—14	15—16	17	18—19	20—21	22—23	24—26
Е	0—5	6—7	8—9	10—11	12—13	14—15	16—17	18—19	20—21	22—26
Г	0—3	4—5	6—8	9—10	11—13	14—15	16—17	18—19	20	21—26
Г	0—4	5—7	8—10	11—12	13	14—15	16—17	18	19	20
Н	0—3	4—5	6—8	9—11	12—14	15—16	17—19	20—21	22—23	24—26
Г	0—2	3	4	5—6	7—8	9—10	11—12	13—14	15	16—20
Л	0—2	3	4—5	6—7	8	9—10	11—12	13	14—15	16—20
М	0—5	6—7	8	9—10	11	12—13	14—15	16—17	18—19	20—26
Н	0—6	7	8—9	10	11	12—13	14	15	16—17	18—20
О	0—2	3	4—5	6—7	8—9	10—11	12	13—15	16—17	18—26
Q <sub>1</sub>	0—4	5—6	7	8	9—10	11	12—13	14	15—16	17—20
Q <sub>2</sub>	0—3	4	5—6	7—8	9—10	11	12—13	14—15	16—17	18—20
Q <sub>3</sub>	0—4	5—6	7—8	9	10—11	12	13—14	15	16—17	18—20
Q <sub>4</sub>	0	1—2	3—5	6—7	8—10	11—12	13—15	16—17	18—19	20—26

## 2. Интерпретация факторов

### I. ФАКТОР А

#### «-» Сизотимия

Скрытный, обособленный, критичный, непреклонный, отчужденный, необщительный, замкнутый, безучастный.

Критичный; отстаивает идеи; холодный, отчужденный; точный, объективный; недоверчивый, скептический; непреклонный; холодный (жесткий); сердитый, мрачный.

#### «+» Аффектотимия

Сердечный, добрый, беспечный, общительный, открытый, естественный, непринужденный.

Добродушный, беспечный; готов к содружеству, предпочитает присоединяться; внимательный к людям; мягкосердечный, небрежный; доверчивый; легко приспосабливается, идет на поводу; сердечный, веселый.

В целом фактор ориентирован на определение степени общительности человека в группе.

### II. ФАКТОР В

#### «—» Низкий интеллект

Несобранный, тупой; конкретность, ригидность мышления; эмоциональная дезорганизация мышления.

Низкие умственные способности; не может решать абстрактных задач.

#### «+» Высокий интеллект

Собранный, сообразительный; наблюдается абстрактность мышления. Высокие общие умственные способности; пронизательный, быстро схватывающий; интеллектуально приспосабливается; существует некоторая связь с уровнем вербальной культуры и эрудицией.

### III. ФАКТОР С

#### «—» Слабость Я

Слабость, эмоциональная неустойчивость; находится под влиянием чувств; легко расстраивается, переменчив.

При расстройствах теряет равновесие духа; переменчив в отношениях и неустойчив в интересах; легко расстраивается, беспокойный; уклоняется от ответственности, имеет тенденцию уступать, отказывается от работы; не вступает в споры в проблематичных ситуациях; невротические симптомы; ипохондрия, утомляемость.

#### «+» Сила Я

Сила, эмоциональная устойчивость; выдержанность; спокойный, флегматичный, трезво смотрит на вещи, работоспособный, реалистически настроенный.

Эмоционально зрелый; имеет постоянные интересы; спокойный; реально оценивает обстановку, управляет ситуацией, избегает трудностей. Может иметь место эмоциональная ригидность, нечувствительность.

### IV. ФАКТОР Е

#### «-» Конформность

Мягкий, кроткий, послушный, услужливый, любезный; застенчивый, уступчивый, зависимый; берет вину на себя, безропотный, пассивный.

Покорный, подчиняющийся, тактичный, дипломатичный; экспрессивный, легко выводится из равновесия авторитетным руководством, властями; скромный.

#### «+» Доминантность

Доминирование, власть; неуступчивый, самоуверенный, напористый, агрессивный; упрямый, возможно, до агрессивности; конфликтный, своенравный.

Неустойчивый; независимый; грубый, враждебный; мрачный; непослушный, бунтарь; непреклонный; требует восхищения.

## V. ФАКТОР F

### «-» Десургенция, сдержанность

Озабоченный, спокойный, молчаливый, серьезный, неразговорчивый, благоразумный; рассудительный.

Молчаливый, с самоанализом; заботливый, задумчивый; необщительный; медлительный, осторожный; склонен усложнять, пессимистичен в восприятии действительности. Беспокоится о будущем, ожидает неудач, окружающим кажется скучным, вялым, чопорным.

### «+» Сургенция, экспрессивность

Беззаботный, восторженный, невнимательный, небрежный, беспечный.

Жизнерадостный, веселый, импульсивный, подвижный, энергичный; разговорчивый, откровенный, экспрессивный, живой, проворный. Отмечается значимость социальных контактов. Искренен в отношениях; эмоционален. Динамичен в общении. Часто становится лидером, энтузиастом; верит в удачу.

## VI. ФАКТОР G

### «-» Низкое супер-эго

Подверженность чувствам, несогласие с общепринятыми моральными нормами, стандартами.

Непостоянный, переменчивый, гибкий, вызывает недоверие; потворствует своим желаниям; небрежный, ленивый; независимый, игнорирует обязанности. Подвержен влиянию случая и обстоятельств. Беспринципность, неорганизованность, безответственность. Возможно антисоциальное поведение.

### «+» Высокое супер-эго

Высокая нормативность, сильный характер добросовестный, настойчивый, моралист, степенный, уравновешенный, ответственный. Упорный, стойкий, решительный; достойный доверия; эмоционально дисциплинирован, собранный; соvestливый, имеет чувство долга; соблюдает моральные стандарты и правила. Настойчивость в достижении цели; точность, деловая направленность.

## II. ФАКТОР H

### «-» Трекья

Робость, нерешительность, застенчивость, сдержанность, боязливость.

Смущается в присутствии других; эмоциональный; сдержанный; озлобленный, раздражительный; ограниченный, строго придерживается правил, быстро реагирует на опасность, отличается повышенной чувствительностью к угрозе; деликатный, внимательный к другим. Не уверен в своих силах; предпочитает находиться в тени; большому обществу предпочитает одного-двух друзей.

### «+» Пармия

Смелость, предприимчивость, социальная смелость, толстокожесть.

Авантюристический, склонный к риску, общительный; активный, явный интерес к другому полу; чувствительный, отзывчивый; добродушный; импульсивный; расторможенный, держится свободно; эмоциональный, артистические интересы; беззаботный, не понимает опасности.

## VIII. ФАКТОР I

### «-» Харрия

Низкая чувствительность, толстокожесть, суровость, не верит в иллюзии, рассудочность, реалистичность суждений, практичность, некоторая жестокость.

Несентиментальный, ожидает малого от жизни; мужественный, самоуверенный, берет на себя ответственность; суровый (до цинизма),

### «+» Премсия

Мягкосердечие, нежность, чувствительность; зависимость, свехосторожность, стремление к покровительству.

Неугомонный, суетливый, беспокойный, ожидает внимания от окружающих; навязчивый, не надежный; ищет помощи и симпатии; способный к эмпатии, сочувствию, сопережива-

черствый в отношениях; незначительные артистические наклонности, без утраты чувства вкуса; не фантазер; действует практично и логично; постоянный; не обращает внимания на физические недомогания.

нию, пониманию; добрый, мягкий, терпимый к себе и окружающим; утонченный, жеманный, напыщенный, притворный, артистичный, женственный; фантазирует в беседе и наедине с собой, склонный к романтизму, художественность восприятия мира; действует по интуиции; изменчивый, ветреный; ипохондрик, беспокоится о состоянии своего здоровья.

## IX. ФАКТОР L

### «-» **Алаксия**

Доверчивость, внутренняя расслабленность; соглашается с условиями, откровенный. Чувство собственной незначимости; жалуется на перемены; неподозрительный, свободный от зависимости; легко забывает трудности; понимает, прощает; терпимый, благожелательный по отношению к другим, уживчивый; небрежно относится к замечаниям; покладистый, легко ладит с людьми, хорошо работает в коллективе.

### «+» **Протексия**

Подозрительность, ревнивость, «защита» и внутреннее напряжение. Ревнивый, завистливый; большое самомнение; догматичность, подозрительность; фиксирует свое внимание на неудачах; тиран. Требует от окружающих нести ответственность за ошибки; раздражительный. Его интересы обращены на самого себя, осторожен в своих поступках, эгоцентричен.

## X. ФАКТОР M

### «-» **Праксерния**

Практичность, земные принципы, приземленность стремлений, мало воображения. Быстро решает практические вопросы; занят своими интересами; прозаичен, избегает всего необычного; следует общепринятым нормам; руководствуется объективной реальностью, надежен в практическом суждении; честный, добросовестный, беспокойный, но твердый. Ему свойственна некоторая ограниченность, излишняя внимательность к мелочам.

### «+» **Аулия**

Мечтательность, идеалистичность, богатое воображение, богемность, рассеянность. Поглощен своими идеями; интересуется искусством, теорией, основными верованиями; увлечен внутренними иллюзиями; высокий творческий потенциал. Капризный, легко отступает от здравого смысла. Легко приводится в восторг, неуравновешенный.

## XI. ФАКТОР N

### «-» **Прямолинейность**

Наивность, простоватость. Прямой, откровенный, естественный, непосредственный. Прямой, но бестактный в обращении. Имеет неконкретный ум. Общительный, несдержан эмоционально. Простые вкусы. Отсутствие проницательности. Неопытен в анализе мотивировок. Довольствуется имеющимся. Слепо верит в человеческую сущность.

### «+» **Дипломатичность**

Проницательность, хитрость. Опытный, искусственный, расчетливый, разумный. Изысканный, умеет вести себя в обществе. Имеет точный ум. Эмоционально выдержан. Искусственный. Эстетически изоцирен. Проницателен по отношению к окружающим. Честолюбивый, возможно, ненадежен. Осторожен, «срезает углы».

## II. ФАКТОР O

### «←» Гипертимия

Беспечность, самоуверенность, самонадеянность, спокойствие, безмятежность, благодушие, хладнокровие.

Веселый, жизнерадостный. Нераскаивающийся, безмятежный, спокойный. Нечувствителен к одобрению или порицанию окружающих. Беспечен. Энергичен. Небоязливый. Бездумный.

### «+» Гипотимия

Чувство вины: полон страха, тревоги, предчувствий; самобичевание, неуверенность в себе, обеспокоенность.

Депрессивный, подавлен, легко плачет. Легко раним, находится во власти настроений, впечатлительный. Сильное чувство долга, чувствителен к реакциям окружающих. Скрупулезный, суетливый. Ипохондрик. Симптомы страха. Одинокий, погружен в мрачные раздумья, ранимый.

## XIII. ФАКТОР Q<sub>1</sub>

### «←» Консерватизм

Почтенный, имеет установившиеся взгляды, идеи; терпим к традиционным трудностям; принимает только испытанное временем; подозрителен к новым людям. С сомнением относится к новым идеям, склонен к морализации и нравоучениям.

### «+» Радикализм

Экспериментатор, либерал, свободомыслящий, аналитик, хорошо информирован, терпимость к неудобствам. Критически настроен; характеризуется наличием интеллектуальных интересов, аналитичностью мышления. Не доверяет авторитетам, ничего не принимает на веру.

## XIV. ФАКТОР Q<sub>2</sub>

### «←» Зависимость от группы

Социабильность, несамостоятельность; последовательность, нуждается в групповой поддержке, принимает решения вместе с другими; следует за общественным мнением, ориентируется на социальное одобрение, безынициативен.

### «+» Самодостаточность

Групповая независимость, самостоятельность, находчивость, самостоятельно принимает решения; может господствовать, не нуждается в поддержке других людей, независим.

## XV. ФАКТОР Q<sub>3</sub>

### «←» Низкое самомнение

Плохо контролируем, небрежный, неточный, следует своим побуждениям, не считается с общественными правилами, не внимателен и не деликатен, не дисциплинирован; внутренняя конфликтность представлений о себе.

### «+» Высокое самомнение

Самолюбие, самоконтроль, точный, волевой, может подчинить себе, действует по осознанному плану, эффективный лидер, принимает социальные нормы, контролирует свои эмоции и поведение, доводит дело до конца, целенаправлен.

## XVI. ФАКТОР Q<sub>4</sub>

### «←» Низкая эго-напряженность

Расслабленный, спокойный, вялый, апатичный, сдержанный, не фрустрирующий; низкая мотивация, лень, излишняя удовлетворенность, невозмутимость.

### «+» Высокая эго-напряженность

Собранный, энергичный, возбужденный, раздражительный, повышенная мотивация; активен, несмотря на утомляемость, раздражительный, слабое чувство порядка.

## Вторичные факторы

### I. ФАКТОР F<sub>1</sub>

#### «-» Низкая тревожность

Жизнь в целом удовлетворяет, способен достичь желаемого, но слабая мотивация и отсюда неспособность к достижению трудных целей.

#### «+» Высокая тревожность

Не обязательно невротик, поскольку тревога может быть ситуационной; возможно, плохая приспособляемость, неудовлетворенность достигнутым. Очень высокая тревога обычно нарушает деятельность.

### II. ФАКТОР F<sub>2</sub>

#### «-» Интроверт

Робость, застенчивость, «достаточно себя», подавляем в межличностных конфликтах. Не обязательно застенчивость, может быть сдержанность, скрытность.

#### «+» Экстраверт

Хорошо устанавливает и поддерживает социальные контакты,

### III. ФАКТОР F<sub>3</sub>

#### «↔» Сенситивность

Хрупкая эмоциональность, чувствительность к тонкостям, может быть художественная мягкость, спокойствие, вежливость; трудности в принятии решений из-за избытка раздумий.

#### «+» Реактивная уравновешенность

Стабильность, жизнерадостность, решительность, предприимчивость, склонность не замечать тонкостей жизни. Ориентирован на очевидное, явное. Трудности из-за слишком поспешных действий, без достаточного взвешивания.

### IV. ФАКТОР F<sub>4</sub>

#### «-» Конформность

Подчинение, зависимость, пассивность, сдержанность. Нуждается в поддержке и ищет ее у людей. Склонность ориентироваться на групповые нормы.

#### «+»

#### Независимость

Агрессивность, смелость, хваткость, сообразительность, быстрота,

## 2.1.2. Многофакторный личностный опросник Р. Кэттелла 16PF — версия С (105 вопросов)

Выше было показано, что Р. Кэттеллом были разработаны различные модификации многофакторного личностного опросника. Известны две основные эквивалентные формы опросника (версии А и В). Впервые они были опубликованы Р. Кэттеллом и соавторами в 1970 г. Форма опросника А считается стандартной, адаптированный вариант этого опросника для русскоязычной диаспоры (16PF, версия А) рассмотрена нами в п. 2.1.1.

Р. Кэттеллом и его сотрудниками разработаны и другие, сокращенные формы опросника. Наибольшую известность получила форма опросника С (16PF, версия С). Методика применения многофакторного личностного опросника Р. Кэтиелла 16PF, версия С приводится ниже.

Опросник 16PF, так же как и опросник 16PF (187 вопросов), применяется в отношении лиц, имеющих образование не ниже 8-9 классов, состоит из 105 вопросов, на которые испытуемый дает ответы, выбирая одну из трех альтернатив. В специальном бланке для ответов испытуемый отмечает выбранные альтернативы на каждый из 105 вопросов. По окончании тестирования подсчитываются баллы по каждому из 16 личностных факторов. По данным тестирования вычерчивается профиль личности испытуемого. Данные тестирования анализируются и интерпретируются.

## Инструкция по проведению тестирования

В тесте-опроснике 105 вопросов. Для того чтобы вы смогли определить свои личностные качества, постарайтесь отвечать на них искренне и как можно точнее. На каждый вопрос вы должны дать ответ, выбрав одну из трех альтернатив (a, b, c), которая в наибольшей степени соответствует вашим взглядам, вашему представлению о себе.

Ваш выбор ответа (a, b, c) на каждый последующий вопрос занесите в бланк для ответов, заключая соответствующую альтернативу, например, в кружок. Форма бланка приводится в конце тест-опросника.

Средний темп проработки текста - 5-6 минут. На все вопросы дается 30 минут.

## Опросник

1. Я думаю, что моя память сейчас лучше, чем была раньше:
  - a) верно
  - b) трудно сказать
  - c) нет
2. Я бы вполне мог жить один, вдали от людей:
  - a) да
  - b) иногда
  - c) нет
3. Если бы я сказал, что небо находится внизу и что зимой жарко, я должен был бы назвать преступника:
  - a) бандитом
  - b) святым
  - c) тучей
4. Когда я ложусь спать, я:
  - a) засыпаю быстро
  - b) нечто среднее
  - c) засыпаю с трудом
5. Если бы я вел машину по дороге, где много других автомобилей, я предпочел бы:
  - a) пропустить вперед большинство машин
  - b) не знаю
  - c) обогнать все идущие впереди машины
6. В компании я предоставляю другим шутить и рассказывать всякие истории:
  - a) да
  - b) иногда
  - c) нет

7. Мне важно, чтобы во всем, что меня окружает, не было беспорядка:
- a) верно
  - b) трудно сказать
  - c) неверно
8. Большинство людей, с которыми я бываю в компаниях, несомненно рады видеть меня:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
9. Я бы скорее занимался:
- a) фехтованием и танцами
  - b) затрудняюсь сказать
  - c) борьбой и баскетболом
10. Меня забавляет, что то, что делают люди, совсем не похоже на то, что они потом рассказывают об этом:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
11. Читая о каком-либо происшествии, я интересуюсь всеми подробностями:
- a) всегда
  - b) иногда
  - c) редко
12. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе со всеми и не обижаюсь:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
13. Если мне кто-нибудь нагрубит, я могу быстро забыть об этом:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
14. Мне больше нравится придумывать новые способы выполнения какой-нибудь работы, чем придерживаться испытанных приемов:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
15. Когда я планирую что-нибудь, я предпочитаю делать это самостоятельно, без чьей-либо помощи:
- a) верно
  - b) иногда
  - c) нет
16. Думаю, я менее чувствительный и легко возбудимый, чем большинство людей:
- a) верно
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) неверно
17. Меня раздражают люди, которые не могут быстро принимать решения:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
18. Иногда, хотя и кратковременно, у меня возникало чувство раздражения по отношению к моим родителям:

- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
19. Я скорее раскрыв бы свои сокровенные мысли:
- a) моим хорошим друзьям
  - b) не знаю
  - c) в своем дневнике
20. Я думаю, что слово, противоположное по смыслу противоположности слова «неточный», - это:
- a) небрежный
  - b) тщательный
  - c) приблизительный
21. У меня всегда хватает энергии, когда мне это необходимо:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
22. Меня больше раздражают люди, которые:
- a) своими грубыми шутками вгоняют людей в краску
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) создают неудобства для меня, опаздывая на условленную встречу
23. Мне очень нравится приглашать гостей и развлекать их:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) не верно
24. Я думаю, что:
- a) не все надо делать одинаково тщательно
  - b) затрудняюсь сказать
  - c) любую работу следует выполнять тщательно, если вы за нее взялись
25. Мне всегда приходится преодолевать смущение:
- a) да
  - b) возможно
  - c) нет
26. Мои друзья чаще:
- a) советуются со мной
  - b) делают то и другое поровну
  - c) дают мне советы
27. Если приятель обманывает меня в мелочах, я скорее предпочитаю сделать вид, что не заметил этого, чем разоблачить его:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
28. Мне нравится друг:
- a) интересы которого имеют деловой и практический характер
  - b) не знаю
  - c) который отличается глубоко продуманными взглядами на жизнь
29. Я не могу равнодушно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:
- a) верно
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) неверно

30. Меня волнуют мои прошлые поступки и ошибки:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
31. Если бы я одинаково хорошо умел и то и другое, то я бы предпочел:
- a) играть в шахматы
  - b) трудно сказать
  - c) играть в городки
32. Мне нравятся общительные, компанейские люди:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
33. Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неприятных неожиданностей, чем с другими людьми:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
34. Я могу забыть о своих заботах и обязанностях, когда мне это необходимо:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
35. Мне бывает трудно признать, что я не прав:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
36. На предприятии мне было бы интереснее:
- a) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве
  - b) трудно сказать
  - c) беседовать с людьми, занимаясь общественной работой
37. Какое слово не связано с другими словами:
- a) кошка
  - b) близко
  - c) солнце
38. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:
- a) раздражает меня
  - b) нечто среднее
  - c) не беспокоит совершенно
39. Если бы у меня было много денег, то я:
- a) позаботился бы о том, чтобы не вызывать к себе зависти
  - b) не знаю
  - c) жил бы, не стесняя себя ни в чем
40. Худшее наказание для меня:
- a) тяжелая работа
  - b) не знаю
  - c) быть запертым в одиночестве
41. Люди должны больше, чем они делают это сейчас, требовать соблюдения законов морали:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет

42. Мне говорили, что ребенком я был:
- a) спокойным и любил оставаться один
  - b) не знаю
  - c) живым и подвижным
43. Мне понравилась бы практическая повседневная работа с различными установками и машинами:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
44. Я думаю, что большинство свидетелей говорят правду, даже если это нелегко для них:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
45. Иногда я не решаюсь проводить в жизнь свои идеи, потому что они кажутся мне неосуществимыми:
- a) верно
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) неверно
46. Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делают большинство людей:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
47. Я никогда не чувствую себя таким несчастным, что хочется плакать:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
48. В музыке я наслаждаюсь:
- a) маршами в исполнении военных оркестров
  - b) не знаю
  - c) скрипичным соло
49. Я бы скорее предпочел провести два летних месяца:
- a) в деревне с одним или двумя друзьями
  - b) затрудняюсь сказать
  - c) возглавляя группу в туристическом лагере
50. Усилия, затраченные на составление планов:
- a) никогда нелишни
  - b) трудно сказать
  - c) не стоят этого
51. Необдуманные поступки и высказывания моих приятелей в мой адрес не обижают и не огорчают меня:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
52. Когда мне все удается, я нахожу эти дела легкими:
- a) всегда
  - b) иногда
  - c) редко
53. Я предпочел бы скорее работать:
- a) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и все время быть среди них

- b) затрудняюсь ответить  
c) архитектором, который в тихой комнате разрабатывает свой проект
54. Дом так относится к комнате, как дерево:
- a) к лесу
  - b) к растению
  - c) к листу
55. То, что я делаю, у меня не получается:
- a) редко
  - b) иногда
  - c) часто
56. В большинстве дел я:
- a) предпочитаю рискнуть
  - b) не знаю
  - c) предпочитаю действовать наверняка
57. Вероятно, некоторые люди считают, что я слишком много говорю:
- a) скорее это так
  - b) не знаю
  - c) думаю, что нет
58. Мне больше нравится человек:
- a) большого ума, будь он даже ненадежен и непостоянен
  - b) трудно сказать
  - c) со средними способностями, но зато умеющий противостоять всяким соблазнам
59. Я принимаю решения:
- a) быстрее, чем многие люди
  - b) не знаю
  - c) медленнее, чем большинство людей
60. На меня большое впечатление производят:
- a) мастерство и изящество
  - b) трудно сказать
  - c) сила и мощь
61. Я считаю, что я человек, склонный к сотрудничеству:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
62. Мне больше нравится разговаривать с людьми изысканными, утонченными, чем с открытыми и прямолинейными:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
63. Я предпочитаю:
- a) решать вопросы, касающиеся лично меня, сам
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) советоваться с моими друзьями
64. Если человек не отвечает сразу же после того, как я что-нибудь сказал ему, я чувствую, что, должно быть, сказал какую-нибудь глупость:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
65. В школьные годы я больше всего получил знаний:
- a) на уроках

- b) трудно сказать  
c) читая книги
66. Я избегаю общественной работы и связанной с этим ответственности:  
a) верно  
b) иногда  
c) неверно
67. Когда вопрос, который надо решать, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:  
a) заняться другим вопросом  
b) затрудняюсь ответить  
c) еще раз попытаться решить этот вопрос
68. У меня возникают сильные эмоции: тревога, гнев, приступы смеха и т. п. - казалось бы, без определенной причины:  
a) да  
b) иногда  
c) нет
69. Иногда я соображаю хуже, чем обычно:  
a) верно  
b) не знаю  
c) неверно
70. Мне приятно сделать человеку одолжение, согласившись назначить встречу на время, удобное для него, даже если это немного неудобно для меня:  
a) да  
b) иногда  
c) нет
71. Я думаю, что правильное число, которое должно продолжить ряд - 1, 2, 3, 6, 5, будет:  
a) 10  
b) 5  
c) 7
72. Иногда у меня бывают непродолжительные приступы тошноты и головокружения без определенной причины:  
a) да  
b) не знаю  
c) нет
73. Я предпочитаю скорее отказаться от своего заказа, чем доставить официанту лишнее беспокойство:  
a) да  
b) иногда  
c) нет
74. Я живу сегодняшним днем в большей степени, чем другие люди:  
a) верно  
b) трудно сказать  
c) неверно
75. На вечеринке мне нравится:  
a) принимать участие в интересной беседе  
b) затрудняюсь ответить  
c) смотреть, как отдыхают люди, и просто отдыхать самому
76. Я высказываю свое мнение независимо от того, сколько людей могут услышать его:  
a) да  
b) иногда

- с) нет
77. Если бы я мог перенестись в прошлое, я бы больше всего хотел встретиться:
- а) с Колумбом
  - б) не знаю
  - с) с Пушкиным
78. Я вынужден удерживать себя от того, чтобы не улаживать чужие дела:
- а) да
  - б) иногда
  - с) нет
79. Если люди плохо обо мне думают, я не стараюсь переубедить их, а продолжаю поступать так, как считаю нужным:
- а) да
  - б) трудно сказать
  - с) нет
80. Работая в магазине, я предпочел бы:
- а) оформлять витрины
  - б) не знаю
  - с) быть кассиром
81. Если я вижу, что мой старый друг холоден со мной и избегает меня, я обычно:
- а) сразу же думаю: «У него плохое настроение»
  - б) не знаю
  - с) беспокоюсь о том, какой неверный поступок я совершил
82. Все несчастья происходят из-за людей, которые стараются во все внести изменения, хотя уже существуют удовлетворительные способы решения этих вопросов:
- а) да
  - б) иногда
  - с) нет
83. Я получаю большое удовольствие, рассказывая местные новости:
- а) да
  - б) иногда
  - с) нет
84. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:
- а) верно
  - б) иногда
  - с) неверно
85. Мне кажется, что я менее раздражительный, чем большинство людей:
- а) верно
  - б) не знаю
  - с) неверно
86. Мне легче не считаться с другими людьми, чем им со мной:
- а) верно
  - б) иногда
  - с) неверно
87. Бывает, что все утро я не хочу ни с кем разговаривать:
- а) часто
  - б) иногда
  - с) никогда
88. Если стрелки часов встречаются ровно через каждые 65 минут, отмеренных по точным часам, то эти часы:
- а) отстают

- b) идут правильно
  - c) спешат
89. Мне бывает скучно:
- a) часто
  - b) иногда
  - c) редко
90. Люди говорят, что мне нравится делать все своим оригинальным способом:
- a) верно
  - b) иногда
  - c) неверно
91. Я считаю, что нужно избегать излишних волнений, потому что они утомляют:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
92. Дома в свободное время я:
- a) болтаю и отдыхаю
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) занимаюсь интересующими меня делами
93. Я робко и осторожно отношусь к установлению дружеских отношений с новыми людьми:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
94. Я считаю: то, что люди произносят в стихах, можно точно так же выразить прозой:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
95. Я подозреваю, что люди, с которыми я нахожусь в дружеских отношениях, могут оказаться отнюдь не друзьями за моей спиной:
- a) да, в большинстве случаев
  - b) иногда
  - c) нет
96. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
97. Я думаю, что было бы интересно быть:
- a) натуралистом и работать с растениями
  - b) не знаю
  - c) страховым агентом
98. Я испытываю беспричинный страх и отвращение по отношению к некоторым вещам, к определенным животным, местам и т. п.:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
99. Я люблю размышлять о том, как можно было бы улучшить мир:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет

100. Я предпочитаю игры:
- a) где надо играть в команде или иметь партнера
  - b) не знаю
  - c) где каждый играет за себя
101. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
102. Если я остаюсь дома один, то через некоторое время ощущаю тревогу и страх:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
103. Я могу своим дружеским отношением ввести людей в заблуждение, так как на самом деле они мне не нравятся:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
104. Какое слово менее связано с двумя другими:
- a) думать
  - b) видеть
  - c) слышать
105. Если мать Марии является сестрой отца Александра, то кем является Александр по отношению к отцу Марии?
- a) двоюродным братом
  - b) племянником
  - c) дядей

## Обработка результатов тестирования

**1. Подсчет суммы «сырых» баллов по факторам.** Для подсчета «сырых» баллов по каждому из 16 факторов личностного опросника 16PF можно воспользоваться специальными матрицами с отверстиями, которые накладываются на бланки для ответов. Однако работать с матрицами неудобно, чаще всего такие матрицы просто отсутствуют. Нами найдено простое решение. Вместо неудобных в использовании матриц представлен модернизированный бланк для ответов (см. ниже), что значительно облегчает обработку результатов тестирования, подсчет «сырых» баллов (в дальнейшем просто - баллов).

В таком бланке индексами 1 и 2 обозначены баллы при соответствующих ответах-альтернативах (а, б, с) на каждый из 105 вопросов теста. Бланк прошел апробацию в Таллиннском отделении Школы практической психологии и непосредственно в Школе практической психологии Санкт-Петербурга. Студенты отмечали, что подсчет «сырых» баллов в таких бланках не вызывает затруднений, в то время как работа с матрицами недостаточно удобна или зачастую эти матрицы просто отсутствуют.

В бланке для ответов личностные факторы обозначены в колонке слева. Каждому из факторов соответствует определенная строка.

Подсчитывают баллы по каждому из факторов суммированием подстрочных индексов 1 и 2 (то есть баллов) при тех ответах-альтернативах (а, б, с), которые были отмечены (обведены) испытуемыми.

Результат суммирования по каждому из факторов проставляется в правой колонке (по каждому фактору - своя строка).

Максимальное количество баллов по показателю MD (шкале искренности) - 14. Максимальное количество баллов по фактору В (интеллект) - 8. Для данного фактора на одну из альтернатив (а, b, с) по каждому из вопросов (3, 20, 37, 54, 71, 88, 104, 105) присвоен только один балл (индекс 1). Для всех остальных факторов максимальное количество баллов не превышает значения 12.

**2. Проверка результатов тестирования на искренность.** Обработка результатов тестирования начинается с проверки ответов испытуемого на *искренность* (по показателю MD). При значении показателя  $MD > 9$  считается, что испытуемый отвечал на вопросы не искренне либо не желал сотрудничать с экспериментатором, и ответы давал наугад, не обдумывая их. В этом случае результаты тестирования считаются недостоверными и дальнейшая обработка их и интерпретация не производится.

При значении показателя MD 5-8 достоверность результата тестирования подвергается сомнению. О возможности дальнейшей обработки данных исследования принимает решение экспериментатор, исходя из целей и задач психодиагностического обследования (исследования).

Значение показателя MD 1-4 балла характеризует правдивость обследуемого. Осуществляются последующие этапы тестовой методики: перевод в стены (условные баллы 10-балльной шкалы), построение личностного профиля испытуемого, анализ и интерпретация данных психодиагностического обследования (исследования).

**3. Перевод «сырых» баллов в стены и построение личностного профиля.** Условные баллы в стенах (термин происходит от сочетания слов «стандартная десятка») распределяются по десяти точкам со значением выборочного среднего 5,5 стена. Стены 5 и 6 составляют основную часть выборки (предполагается, что распределение нормальное).

Полученные в результате тестирования «сырые» баллы по каждому из факторов переводятся в стены (условные баллы 10-балльной шкалы). В таблице 8 представлен такой перевод «сырых» баллов в стены.

Стены в свою очередь делятся на уровни: 1-4 стена - низкий уровень; 5-6 стенов - средний уровень; 7-10 стенов - высокий уровень. Стены являются исходными данными для построения профиля личности (рис. 2).

# Бланк ответов

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_ Дата заполнения \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Профессия (специальность) \_\_\_\_\_

Σ

<b>MD</b>	1 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	18 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	35 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	52 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	69 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	86 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	103 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>
<b>A</b>	2 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	19 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	36 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	53 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	70 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	87 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>B</b>	3 a b <sub>1</sub> c	20 a b c <sub>1</sub>	37 a b <sub>1</sub> c	54 a b c <sub>1</sub>	71 a <sub>1</sub> b c	88 a b c <sub>1</sub>	104 a <sub>1</sub> b c 105 a b <sub>1</sub> c
<b>C</b>	4 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	21 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	38 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	55 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	72 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	89 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>E</b>	5 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	22 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	39 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	56 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	73 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	90 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	
<b>F</b>	6 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	23 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	40 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	57 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	74 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	91 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>G</b>	7 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	24 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	41 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	58 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	75 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	92 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>H</b>	8 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	25 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	42 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	59 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	76 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	93 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>I</b>	9 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	26 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	43 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	60 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	77 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	94 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>L</b>	10 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	27 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	44 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	61 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	78 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	95 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	
<b>M</b>	11 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	28 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	45 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	62 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	79 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	96 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>N</b>	12 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	29 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	46 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	63 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	80 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	97 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>O</b>	13 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	30 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	47 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	64 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	81 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	98 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	
<b>Q<sub>1</sub></b>	14 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	31 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	48 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	65 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	82 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	99 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	
<b>Q<sub>2</sub></b>	15 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	32 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	49 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	66 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	83 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	100 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>Q<sub>3</sub></b>	16 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	33 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	50 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	67 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	84 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	101 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	
<b>Q<sub>4</sub></b>	17 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	34 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	51 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	68 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	85 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	102 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	

*Перевод «сырых» баллов в стены*

	<b>MD</b>	0—2	3	4	5	6	7	8	9	10—11	12—14
	<b>A</b>	0—4	5	6	7	8	—	9	10	11	12
	<b>B</b>	0—2	—	3	—	4	—	5	6	7	8
	<b>C</b>	0—3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>E</b>	0—1	2	3	4	5	6	7	8	9	10—12
	<b>F</b>	0—2	—	3	4	5	6	7	8	9	10—12
	<b>G</b>	0—3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>H</b>	0—3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>I</b>	0—3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>L</b>	0—1	2	—	3	4	—	5	6	7	8—12
	<b>M</b>	0—3	—	4	5	6	7	8	9	10	11—12
	<b>N</b>	0—1	2	3	4	5	6	7	8	9	10—12
	<b>O</b>	0—1	2	3	4	5	6	7	8	9	10—12
	<b>Q<sub>1</sub></b>	0—4	5	6	—	7	8	9	10	11	12
	<b>Q<sub>2</sub></b>	0—2	3	—	4	5	6	7	8	9	10—12
	<b>Q<sub>3</sub></b>	0—2	3	4	5	6	7	8	9	10	11—12
	<b>Q<sub>4</sub></b>	0—1	2	3	4	5	6—7	8	9	10	11—12
с т е н ы	Количество баллов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Уровень	низкий				средний			высокий		

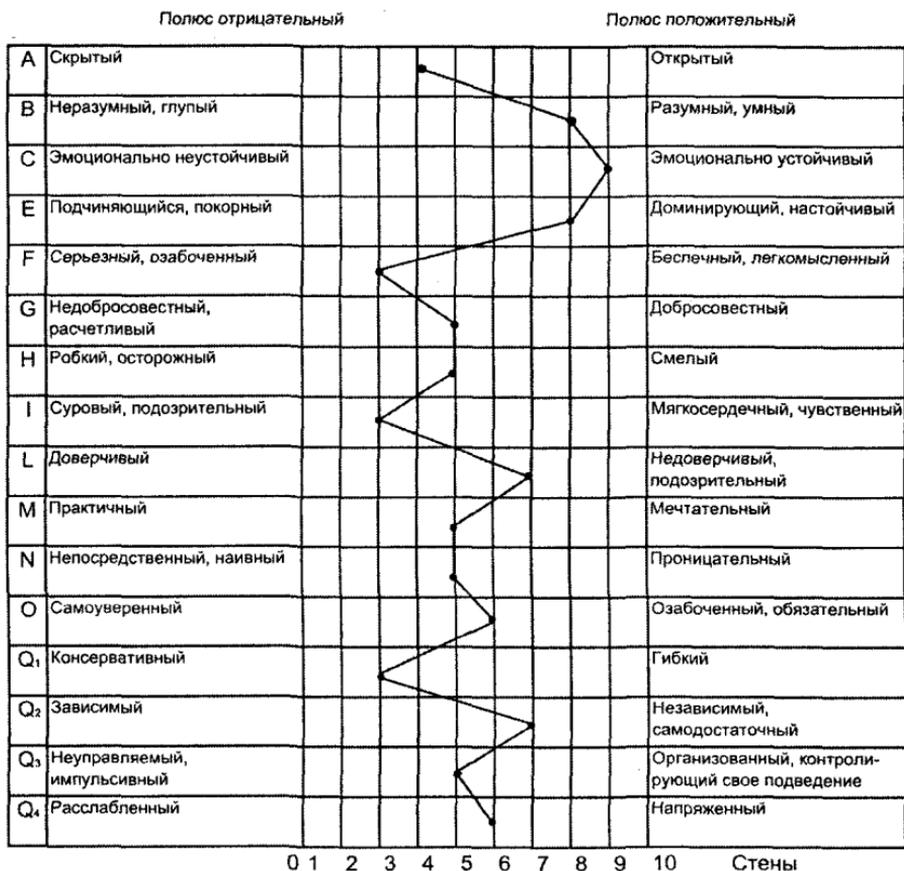


Рис. 2. Личностный профиль испытуемого П. Иванова.

**Примечание к рисунку.** Краткие обозначения факторов по индексам:

	Отрицательный полюс	Положительный полюс
A	Озабоченность, замкнутость	Доброжелательность, сердечность
B	Низкий интеллект (неразумный)	Высокий интеллект (умный)
C	Эмоциональная неуравновешенность (эмоциональная неустойчивость)	Эмоциональная уравновешенность (эмоциональная устойчивость)
E	Конформность (зависимость, покорность)	Доминантность (настойчивый)
F	Озабоченность (серьезный, озабоченный)	Беслечность (легкомысленный)
G	Недобросовестность	Высокая совестливость
H	Робость (осторожность, сдержанность)	Смелость, уверенность
I	Суровость, жесткость	Мягкосердечность (чувственный)
L	Доверчивость (доверчивый, уступчивый)	Подозрительность (недоверчивый)
M	Практичность (практичный, твердый)	Мечтательность (непрактичный)
N	Наивность (непосредственный, наивный)	Проницательность (проницательный)

О	Самоуверенность (самоуверенный, безмятежный)	Склонность к чувству вины (озабоченный, обязательный)
Q <sub>1</sub>	Консерватизм	Радикализм (гибкий)
Q <sub>2</sub>	Социальность (зависимый от группы)	Самодостаточность (независимый)
Q <sub>3</sub>	Импульсивность (неуправляемый, низкий самоконтроль)	Контроль желаний (организованный, контролирующий свое поведение)
Q <sub>4</sub>	Нефрустрированность (расслабленный)	Фрустрированность (напряженный)

**4. Анализ и интерпретация данных тестирования.** Анализируют и интерпретируют характерологические черты личности, исходя из баллов, полученных по соответствующим факторам, и профиля личности испытуемых. В различных литературных источниках описываются особенности характерологического профиля личности в зависимости от уровней показателей стенов.

В обобщенном виде интерпретация первичных факторов теста 16PF сводится к следующему.

**Фактор А.** Для *высоких значений фактора* (8-10 стенов) характерны богатство и яркость эмоциональных проявлений, естественность, отзывчивость, непринужденность поведения, готовность к сотрудничеству, чуткое, внимательное отношение к людям, доброта и мягкосердечие. Предпочитает работать с людьми, легко включается в активные группы, щедр в личных отношениях. Не боится критики, хорошо запоминает лица, события, фамилии, имена и отчества.

*Низкие значения фактора* (менее 4-х) свидетельствуют об отсутствии живых, трепещущих эмоций. Эти люди холодны, жестки, формальны в контактах. Они не интересуются жизнью окружающих, чуждаются людей. Они стараются работать одни, избегают коллективных мероприятий, не идут на компромиссы. В делах точны, обязательны, но недостаточно гибки.

Следует иметь в виду, что нет хороших и плохих показателей, что аффектоимия - это хорошо, а сизотимия - плохо. Каждый тип для своей деятельности имеет как преимущества, так и недостатки. Аффектоимы предпочтительны на административных постах, требующих постоянного общения с людьми. Сизотимы - там, где требуется точность, аккуратность, тщательность исполнения.

**Фактор В** (интеллект). *Высокие оценки* имеют лица с хорошим уровнем интеллектуального развития, быстро схватывающие новое, легко поддающиеся обучению. Человек, имеющий *низкие оценки* по фактору, склонен к медленному обучению, с трудом усваивает новые понятия, все понимает буквально и конкретно.

**Фактор С** (эмоциональная неустойчивость - эмоциональная устойчивость). *Высокие оценки* свойственны эмоционально зрелым лицам, смело смотрящим в лицо фактам, спокойным, уверенным в себе, постоянным в своих планах и привязанностях. На вещи смотрят реалистично, хорошо осознают требования действительности. Не скрывают от себя собственных недостатков, не расстраиваются из-за пустяков.

*Низкие оценки* бывают у лиц, не способных контролировать эмоции и импульсивные влечения. Плохой эмоциональный контроль, отсутствие чувства ответственности. Капризность. Внутренне они чувствуют себя усталыми, не способными справиться с жизненными трудностями.

**Фактор Е** (подчиненность - доминантность). *Высокие оценки* по фактору свидетельствуют о властности, стремлении к самостоятельности, независимости, игнорировании социальных условностей и авторитетов. Действуют смело и энергично. Отстаивают свои права на самостоятельность, требуют от окружающих проявления самостоятельности.

Человек, имеющий *низкую оценку* по фактору, послушен, конформен, не умеет отстаивать свою точку зрения, покорно следует за более сильным. Уступает дорогу другим. Не верит в себя и свои способности, поэтому часто оказывается зависимым, берет на себя вину. Успешность же обучения высокая во всех возрастных группах.

**Фактор F** (сдержанность - экспрессивность). *Высокие оценки* по фактору характерны для лиц бодрых, активных, беспечных, легко воспринимающих жизнь. Они легко относятся к жизни, верят в удачу и свою счастливую звезду. О будущем мало заботятся. Стремятся жить в центре больших городов. Любят путешествия и перемены в жизни.

*Низкие оценки* свидетельствуют о сдержанности, озабоченности, склонности все усложнять, ко всему подходить слишком серьезно и осторожно. Такие люди живут в постоянном беспокойстве о своем будущем, озабочены своими поступками, постоянно ожидают возникновения каких-то несчастий. Тщательно планируют свои поступки, принимают меры от возможных неудач.

**Фактор G** (подверженность чувствам - высокая нормативность поведения). Для *высоких значений* фактора характерны такие черты, как чувство ответственности, стойкость моральных принципов. Люди, имеющие такие высокие значения фактора, точны и аккуратны в делах, во всем любят порядок, правил не нарушают, выполняют их буквально даже тогда, когда правила кажутся пустой формальностью. Хороший самоконтроль, стремление к утверждению общечеловеческих ценностей.

Человек, имеющий *низкую оценку* по фактору, склонен к непостоянству, легко бросает начатое дело. Ленивый, недобросовестный, эгоистичный. Презрительно относится к моральным ценностям, способен на обман и нечестность. Низкие оценки по фактору бывают у асоциальных психопатов, правонарушителей и лиц с низкими моральными качествами.

**Фактор H** (робость - смелость). *Высокие оценки* свидетельствуют о невосприимчивости к угрозе, смелости, решительности, тяге к риску и острым ощущениям. Трудностей в общении не испытывают. Охотно и много говорят. Не теряются при столкновении с неожиданными обстоятельствами. Быстро забывают о неудачах. Лиц с высокими показателями фактора часто выбирают лидерами в группах, где деятельность связана с соперничеством и риском.

Личности с *низкой оценкой* по фактору имеют сверхчувствительную нервную систему, что заставляет их остро реагировать на любую угрозу. Эти индивиды считают себя крайне робкими, неуверенными в своих силах, терзаются необоснованным чувством собственной неполноценности. Медлительны, сдержанны в выражении своих чувств. Больших компаний избегают.

**Фактор I** (жесткость - чувствительность). *Высокая оценка* по фактору является показателем мягкости, утонченности, образного, художественного восприятия мира. Эти лица не любят «грубых людей» и «грубую работу». Обожают путешествия, новые впечатления, обладают богатым воображением, эстетическим вкусом. Художественные произведения больше влияют на их жизнь, чем реальные события. Высокие оценки по фактору имеют художники, артисты, музыканты.

*Низкие оценки* характерны для лиц мужественных, суровых, практичных, реалистичных, Больше верят, рассудку, чем чувству.

**Фактор L** (доверчивость - подозрительность). Лица с *высокими оценками* по фактору с самого начала ко всем людям подходят с предубеждением, настороженно. Ждут от всех подвоха. Никому не доверяют. Считают своих друзей способными на нечестность, с ними не откровенны. В коллективе держатся обособленно, завидуют успехам других людей. Считают, что их недооценивают. В отношениях с людьми настойчивы, раздражительны, не терпят конкуренции.

Человек с *низкой оценкой* по фактору считает всех людей добрыми и хорошими. Откровенно рассказывает о себе даже малознакомым людям, легко доверяет им свои сокровенные мечты и материальные ценности. В коллективе уживчив, весел, не завистлив, проявляет искреннюю заботу о своих товарищах, не стремится выделиться, обратить на себя внимание.

По роду занятий высокий уровень фактора характерен для администраторов, летчиков, юристов. Низкий уровень - для спортсменов, канцелярских работников, работников сферы обслуживания.

**Фактор М** (практичность - развитое воображение). *Высокие оценки* характерны для лиц с богатым воображением, фантазеров, погруженных в себя, витающих в облаках. Экцентричны, своеобразны. Самобытное мировоззрение, неповторимая манера поведения. Среди таких лиц немало одаренных людей. Средние оценки по фактору имеют художники, музыканты, писатели.

*Низкие оценки* свойственны лицам зрелым, уравновешенным, здравомыслящим, трезво оценивающим обстоятельства и людей. Однако в неожиданных нестандартных ситуациях им часто не хватает воображения и находчивости.

**Фактор N** (прямолинейность - дипломатичность). Лица с *высокими оценками* по фактору характеризуются искусственностью, расчетливостью, принципиальностью. Не поддаются эмоциональным порывам. Держатся корректно, вежливо, отстранено. Ко всему подходят разумно. Хитро и умело строят свое поведение. Скептически относятся к лозунгам и призывам. Склонны к интригам. В общении мягки, вежливы, следят за речью и манерами.

*Низкие оценки* свидетельствуют о грубости, бестактности, прямолинейности. Обычно это открытые, наивные люди. Общительные, компанейские. Плохо принимают мотивы поведения окружающих. Все принимают на веру, легко загораются общими увлечениями. Сентиментальны, чувствительны. Не умеют хитрить и ловчить, ведут себя естественно, просто и грубовато.

**Фактор O** (уверенность в себе - тревожность). Лица с *высокими оценками* по фактору неизменно чем-нибудь озабочены, всегда подавлены, тяготятся дурными предчувствиями. Склонны к самоупрекам, недооценивают свои возможности. Принижают свою компетентность, знания и способности. В обществе чувствуют себя неуютно и неуверенно. Держатся излишне скромно, замкнуто и обособленно.

*Низкие оценки* характерны для лиц веселых, жизнерадостных, довольных жизнью, уверенных в своих успехах и своих возможностях. Живо откликаются на все происходящие события. Находят интерес в повседневной жизни.

**Фактор Q<sub>1</sub>** (консерватизм - радикализм). Лица с *высокими оценками* по этому фактору имеют разнообразные интеллектуальные интересы, стремятся быть хорошо информированными по поводу научных и политических проблем, но никакую информацию они не принимают на веру. Ко всему относятся скептически, не доверяют авторитетам. Легко меняют свою точку зрения, спокойно воспринимают новые идеи. Отличаются критичностью мышления, терпимостью к неясностям.

*Низкие оценки* характерны для консервативных, ригидных людей, не любящих перемен. Это люди устоявшихся мнений. Все новое они встречают в штыки, потому что оно кажется им абсурдным и бессмысленным. Склонны к нравочениям, морализации и наставлениям. Весь вред, по их мнению, происходит от людей, которые нарушают традиции и принципы.

**Фактор Q<sub>2</sub>** (конформизм - нонконформизм). Лица с *высокими оценками* по данному фактору самостоятельны, независимы, предпочитают все делать самостоятельно. Сами принимают решения, добиваются их исполнения, сами несут ответственность. Они готовы пожертвовать любыми удобствами, только бы сохранить свою независимость.

*Низкие оценки* свидетельствуют о несамостоятельности, зависимости, привязанности к группе. Эти люди ориентируются на групповое мнение, нуждаются в опоре, поддержке окружающих, в совете и одобрении. Инициатива и смелость в выборе собственной линии поведения отсутствуют.

**Фактор Q<sub>3</sub>** (низкий самоконтроль - высокий самоконтроль). *Высокие оценки* свидетельствуют об организованности, умении хорошо контролировать свои эмоции и поведение. Такой человек действует планомерно и упорядоченно, не разбрасывается. Начатое дело доводит до конца. Хорошо осознает социальные требования и старается их выполнять. Заботится о своей репутации. Надежные руководители имеют высокие оценки по этому фактору.

*Низкие оценки* по фактору указывают на слабую волю и плохой самоконтроль (особенно над желаниями). Деятельность таких лиц не упорядочена, хаотична. Они часто теряются. Бе-

залаберны, не умеют организовать свое время и порядок выполнения работы. Нередко они оставляют дело незаконченным, без достаточного обдумывания берутся за другое.

**Фактор Q<sub>3</sub>** является важным для прогноза успешности деятельности. Коррелирует с успехами в технике, математике, организаторской деятельности, где требуются уравновешенность, объективность и решительность.

**Фактор Q<sub>4</sub>**. *Высокие оценки* свидетельствуют о напряженности, возбуждении, неудовлетворении стремлений. Человек с такими показателями беспокоен, возбужден, неусидчив. Чувствует себя разбитым, усталым, но не может оставаться без дела, даже в обстановке, благоприятной для отдыха. Для этого состояния характерны эмоциональная неустойчивость, пониженное настроение, раздражительность и нетерпеливость.

*Низкие оценки* говорят о слабости, отсутствии побуждений и желаний. Лица такой оценкой безразличны к своим удачам и неудачам. Невозмутимы, спокойны. К переменам и достижениям не стремятся.

Личностный опросник 16PF - версия C (105 вопросов) применим ко взрослым, имеющим образование не ниже 8-9 классов. Рекомендуется применять в случаях, когда время несколько ограничено. В тех случаях, когда имеется дефицит времени, прибегают к экспресс-диагностике личностных свойств обследуемого, обращаясь к сокращенному варианту опросника **13PF**.

## 2.1.3. Сокращенный вариант личностного опросника Р. Кэттелла 13PF

### Инструкция по проведению тестирования

Сокращенный вариант личностного опросника Р. Кэттелла 13PF состоит из 79 вопросов. Тестирование проводится с целью определения особенностей вашего характера. Вам предлагается ответить на все 79 вопросов, не пропуская ни одного из них. Ваш ответ заключается в выборе одной из трех альтернатив (а, b, с). Свой выбор фиксируйте в бланке для ответов, который приведен в конце опросника. В бланке соответствующую альтернативу к тому или иному вопросу обведите, например, в кружок. При выборе ответов долго не задумывайтесь. Желательно, чтобы неопределенных ответов (альтернатив «ф») у вас было как можно меньше. Это позволит точнее определить особенности вашего характера.

### Тест сокращенного варианта опросника 13PF

1. Если бы я сказал, что небо находится внизу, а зимой жарко, я должен был бы назвать преступника:
  - а) бандитом
  - б) святым
  - с) тучей
2. Когда я ложусь спать, я:
  - а) засыпаю быстро
  - б) нечто среднее
  - с) засыпаю с трудом
3. Если бы я вел машину по дороге, где много других машин, я предпочел бы:
  - а) пропустить вперед большинство машин
  - б) не знаю
  - с) обогнать все идущие впереди машины

4. Мне важно, чтобы во всем, что меня окружает, не было беспорядка:
  - a) верно
  - b) трудно сказать
  - c) неверно
5. Большинство людей, с которыми я бываю в компаниях, несомненно, рады меня видеть:
  - a) верно
  - b) иногда
  - c) неверно
6. Я скорее бы занимался:
  - a) фехтованием и танцами
  - b) затрудняюсь сказать
  - c) борьбой и баскетболом
7. Меня забавляет одно обстоятельство: то, что делают люди, совсем непохоже на то, что они потом рассказывают об этом:
  - a) да
  - b) иногда
  - c) нет
8. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь со всеми и не обижаюсь:
  - a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
9. Если мне кто-нибудь нагрубит, я могу быстро забыть об этом:
  - a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
10. Мне больше нравятся новые способы выполнения какой-либо работы, чем придерживаться испытанных приемов:
  - a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
11. Когда я планирую что-нибудь, я предпочитаю делать это самостоятельно, без чьей-либо помощи:
  - a) верно
  - b) иногда
  - c) нет
12. Я думаю, что я менее чувствительный и менее возбудимый, чем большинство людей:
  - a) верно
  - b) затрудняюсь
  - c) неверно сказать
13. Меня раздражают люди, которые не могут быстро принимать решения:
  - a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
14. Я думаю, что слово, противоположное по смыслу слову «неточный», - это:
  - a) небрежный
  - b) тщательный
  - c) приблизительный
15. У меня всегда хватает энергии, когда это мне необходимо:
  - a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет

16. Меня больше всего раздражают люди, которые:
- a) своими грубыми шутками вгоняют людей в краску
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) создают для меня неудобства, опаздывая на условленную встречу
17. Я думаю, что:
- a) не все надо делать одинаково тщательно
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) любую работу надо выполнять тщательно, если вы за нее взялись
18. Мне всегда приходится преодолевать смущение:
- a) да
  - b) возможно
  - c) нет
19. Мои друзья чаще:
- a) советуются со мной
  - b) делают то и другое поровну
  - c) дают мне советы
20. Если приятель обманывает по мелочам, я скорее предпочитаю сделать вид, что не заметил этого, чем разоблачить его:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
21. Я не могу равнодушно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:
- a) верно
  - b) затрудняюсь
  - c) неверно ответить
22. Меня волнуют мои прошлые поступки и ошибки:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
23. Если бы я одинаково умел и то и другое, то я бы предпочел:
- a) играть в шахматы
  - b) трудно сказать
  - c) играть в городки
24. Мне нравятся общительные компанейские люди:
- a) да
  - b) не знаю
  - c) нет
25. Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неприятных неожиданностей, чем с другими людьми:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
26. Я могу забыть о своих заботах и обязанностях, когда мне необходимо:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
27. Какое слово не связано с другими словами:
- a) кошка
  - b) близко
  - c) солнце

28. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:
- а) раздражает меня
  - б) нечто среднее
  - в) не беспокоит меня совершенно
29. Если бы у меня было много денег, то я:
- а) позаботился бы о том, чтобы не вызывать к себе зависти
  - б) не знаю
  - в) жил бы, не стесняя себя ни в чем
30. Люди должны больше, чем они делают сейчас, требовать соблюдения законов морали:
- а) да
  - б) иногда
  - в) нет
31. Мне говорили, что ребенком я был:
- а) спокойным и мог оставаться один
  - б) не знаю
  - в) живым и подвижным
32. Мне понравилась бы повседневная практическая работа с различными установками и машинами:
- а) да
  - б) не знаю
  - в) нет
33. Я думаю, что большинство свидетелей говорит правду, даже если это нелегко для них:
- а) да
  - б) трудно сказать
  - в) нет
34. Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей:
- а) верно
  - б) не знаю
  - в) неверно
35. Я никогда не чувствую себя таким несчастным, что хочется плакать:
- а) верно
  - б) не знаю
  - в) неверно
36. В музыке я наслаждаюсь:
- а) маршами в исполнении военных оркестров
  - б) не знаю
  - в) скрипичными соло
37. Я бы скорее предпочел провести летний месяц:
- а) в деревне с одним или двумя друзьями
  - б) затрудняюсь сказать
  - в) возглавляя группу в туристическом лагере
38. Усилия, затраченные на составление планов:
- а) никогда не лишние
  - б) трудно сказать
  - в) не стоят этого
39. Необдуманные поступки и высказывания моих приятелей в мой адрес не обижают и не огорчают меня:
- а) верно
  - б) не знаю
  - в) неверно

40. Дом так относится к комнате, как дерево к:
- a) лесу
  - b) растению
  - c) листу
41. То, что я делаю, у меня не получается:
- a) редко
  - b) иногда
  - c) часто
42. В большинстве дел я:
- a) предпочитаю рискнуть
  - b) не знаю
  - c) предпочитаю действовать наверняка
43. Мне больше нравится человек:
- a) большого ума, будь он даже ненадежен и непостоянен
  - b) трудно сказать
  - c) со средними способностями, но зато умеющий противостоять всяким соблазнам
44. Я принимаю решения:
- a) быстрее, чем большинство людей
  - b) не знаю
  - c) медленнее, чем другие люди
45. На меня большое впечатление производят:
- a) мастерство и изящество
  - b) трудно сказать
  - c) сила и мощь
46. Я считаю, что я человек, склонный к сотрудничеству:
- a) да
  - b) нечто среднее
  - c) нет
47. Я предпочитаю:
- a) решать вопросы, касающиеся лично меня, сам
  - b) затрудняюсь сказать
  - c) советоваться с друзьями
48. Если человек не отвечает сразу же после того, как я что-нибудь сказал ему, то я чувствую, что, должно быть, сказал какую-нибудь глупость:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
49. В школьные годы я больше всего получил знаний:
- a) на уроках
  - b) трудно сказать
  - c) читая книги
50. Я избегаю общественной работы и связанной с этим ответственности:
- a) верно
  - b) иногда
  - c) неверно
51. Когда вопрос, который надо решать, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:
- a) заняться другим вопросом
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) еще раз попытаться решить этот вопрос

52. У меня возникают сильные эмоции: тревога, гнев, приступы смеха и т. п., казалось бы, без всякой причины:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
53. Я думаю, что правильное число, которое должно продолжить ряд - 1, 2, 3, 6, 5, будет:
- a) 10
  - b) 5
  - c) 7
54. Иногда у меня бывают непродолжительные приступы тошноты и головокружения без определенной причины:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
55. Я предпочитаю скорее отказаться от своего заказа, чем доставить официанту лишнее беспокойство:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
56. На вечеринке мне нравится:
- a) принимать участие в интересной работе
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) смотреть, как отдыхают люди, и просто отдыхать самому
57. Я высказываю свое мнение независимо от того, сколько людей могут его услышать:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
58. Если бы мог перенестись в прошлое, я бы больше хотел встретиться:
- a) с Колумбом
  - b) не знаю
  - c) с Пушкиным
59. Я вынужден удерживать себя от того, чтобы не улаживать чужие дела:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
60. Если люди думают обо мне плохо, я не стараюсь переубедить их, а продолжаю поступать так, как считаю нужным:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
61. Если я вижу, что старый друг холоден со мной и избегает меня, я обычно:
- a) сразу же думаю, что у него плохое настроение
  - b) не знаю
  - c) беспокоюсь о том, какой неверный поступок я совершил
62. Все несчастья происходят из-за людей:
- a) которые стараются во все внести изменения, хотя уже существуют удовлетворительные способы решения этих вопросов
  - b) не знаю
  - c) которые отвергают новые, многообещающие предложения
63. Я получаю большое удовольствие, рассказывая местные новости:

- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
64. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:
- a) верно
  - b) иногда
  - c) нет
65. Мне кажется, что я менее раздражительный, чем большинство людей:
- a) верно
  - b) не знаю
  - c) неверно
66. Если стрелки часов встречаются ровно через каждые 65 минут, отмеренные по точным часам, то эти часы:
- a) отстают
  - b) идут правильно
  - c) спешат
67. Мне бывает скучно:
- a) часто
  - b) иногда
  - c) редко
68. Люди говорят, что мне нравится делать все своими оригинальными способами:
- a) верно
  - b) иногда
  - c) нет
69. Дома в свободное время я:
- a) болтаю и отдыхаю
  - b) затрудняюсь ответить
  - c) занимаюсь интересующими меня делами
70. Я робко и осторожно отношусь к завязыванию дружеских отношений с новыми людьми:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
71. Я считаю: то, что люди произносят в стихах, можно точно так же выразить прозой:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
72. Я подозреваю, что люди, с которыми я нахожусь в дружеских отношениях, могут оказаться отнюдь не друзьями за моей спиной:
- a) да, в большинстве случаев
  - b) иногда
  - c) нет, редко
73. Я думаю, что интересно было бы быть:
- a) натуралистом, работать с растениями
  - b) не знаю
  - c) страховым агентом
74. Я подвержен беспричинному страху и отвращению по отношению к некоторым вещам, некоторым животным:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет

75. Я люблю размышлять о том, как можно улучшить мир:
- a) да
  - b) трудно сказать
  - c) нет
76. Я предпочитаю игры:
- a) где надо играть в команде или иметь партнера
  - b) не знаю
  - c) где каждый играет сам за себя
77. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
78. Если я остаюсь дома один, то через некоторое время ощущаю тревогу и страх:
- a) да
  - b) иногда
  - c) нет
79. Если мать Марии является сестрой отца Александра, то кем является Александр по отношению к отцу Марии?
- a) двоюродным братом
  - b) племянником
  - c) дядей

# Бланк ответов

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

Профессия (специальность) \_\_\_\_\_

Факторы	Ваш выбор альтернативных ответов													Σ
	1 a <sub>1</sub> c	14 a b c <sub>1</sub>	27 a b <sub>1</sub> c	40 a b c <sub>1</sub>	53 a <sub>1</sub> b c	66 a b c <sub>1</sub>	79 a b <sub>1</sub> c							
<b>B</b>														
<b>C</b>	2 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	15 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	28 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	41 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	54 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	67 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>E</b>	3 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	16 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	29 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	42 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	55 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	68 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								
<b>G</b>	4 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	17 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	30 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	43 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	56 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	69 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>H</b>	5 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	18 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	31 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	44 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	57 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	70 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>I</b>	6 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	19 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	32 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	45 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	58 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	71 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>L</b>	7 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	20 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	33 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	46 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	59 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	72 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								
<b>N</b>	8 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	21 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	34 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	47 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	60 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	73 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								
<b>O</b>	9 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	22 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	35 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	48 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	61 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	74 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								
<b>Q<sub>1</sub></b>	10 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	23 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	36 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	49 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	62 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	75 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								
<b>Q<sub>2</sub></b>	11 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	24 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	37 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	50 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	63 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	76 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>Q<sub>3</sub></b>	12 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	25 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	38 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	51 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	64 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	77 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>								
<b>Q<sub>4</sub></b>	13 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	26 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	39 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	52 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c	65 a b <sub>1</sub> c <sub>2</sub>	78 a <sub>2</sub> b <sub>1</sub> c								

## Анализ результатов тестирования

1. Производится подсчет суммы баллов, набранных по каждому из факторов (В, С, Е, Н, G, I, L, N, O, Q<sub>1</sub>, Q<sub>2</sub>, Q<sub>3</sub>, Q<sub>4</sub>). Подсчет делается путем построчного суммирования значений «1» и «2» при соответствующих альтернативах (а, b, с), отмеченных испытуемым как ответы на вопросы теста. Сумма набранных баллов по каждому из факторов проставляется в таблице слева.

2. Полученные баллы сравниваются со средним значением по каждому из факторов (см. табл. 9) и делаются соответствующие выводы по количественной выраженности характерологических свойств личности испытуемого.

Таблица 9

### Средние значения по факторам

Факторы	Среднее значение	На 1-1,5 балла ниже среднего значения	На 1-1,5 балла выше среднего значения
В	4,0	Интеллект: конкретный	Абстрактное мышление
С	7,5	Эмоциональная неустойчивость	Эмоциональная стабильность
Е	5,5	Подчиненность, застенчивость	Доминантность, самоуверенность, авторитарность
G	7,8	Приспособляемость, беспринципность, подверженность влиянию случая, асоциальным действиям	Принципиальность, придерживается правил поведения, морали
Н	7,7	Робость, осторожность, сдержанность	Смелость, склонность к риску, легко переносит жизненные невзгоды
I	7,8	Жесткость, самоуверенность, практичность	Мягкость, зависимость, чувствительность, мечтательность, непрактичность
L	4,3	Доверчивость, уживчивость, легко ладит с людьми	Подозрительность, эгоистичность, осторожность
N	5,5	Прямолинейность, естественность, простота, сентиментальность	Хитрость, расчетливость, искушенность, проницательность
O	6,6	Спокойствие, уверенность в себе, жизнерадостность. Нервы не расшатаны	Тревожность, депрессивность, тяготеет к дурным предчувствиям
Q <sub>1</sub>	8,1	Консерватизм, придерживается установившихся понятий, принимает их на веру	Радикализм, тяга к новому, экспериментирующий, критически настроенный, аналитически мыслящий
Q <sub>2</sub>	5,7	Конформизм, зависимость от группы, компанийский, следует общественному мнению	Независимость, предпочитает собственные решения, не считается с общественным мнением
Q <sub>3</sub>	6,3	Недисциплинированность, плохой самоконтроль, подчинен собственным страстям	Высокий контроль своих эмоций и поведения, точность в выполнении социальных требований
Q <sub>4</sub>	6,0	Расслабленность, вялость, спокойствие, лень, низкое рабочее напряжение	Высокая активность, напряженность, деятельный, взвинченный, высокое рабочее напряжение

## 2.1.4. Многофакторный личностный опросник FPI

Опросник разработан сотрудниками Санкт-Петербургского государственного университета в соавторстве с учеными Гамбургского университета. Здесь представлена модифицированная форма опросника «В» в разработке А. А. Крылова и Т. И. Ронгинской [8, с. 314-323].

Опросник предназначен для диагностики состояний и свойств личности, которые имеют первостепенное значение для процесса социальной адаптации и регуляции поведения.

Цель занятия. Формирование навыков работы с многофакторным личностным опросником, которые необходимы практическому психологу при решении задач психодиагностики, психологического консультирования, экспертизы и т. п.

Обснащение. Опросник с инструкцией и бланк ответного листа в количестве, соответствующем числу одновременно исследуемых лиц.

Опросник содержит 12 шкал. Общее количество вопросов в опроснике - 114. Первый вопрос ни в одну из шкал не входит, поскольку имеет проверочный характер. Шкалы опросника I—X являются основными, или базовыми, а XI—XII - производными, интегрирующими. Производные шкалы составлены из вопросов основных шкал и обозначаются иногда не цифрами, а буквами E, N и M соответственно.

Шкала I (невротичность) характеризует уровень невротизации личности. Высокие оценки соответствуют выраженному невротическому синдрому астенического типа со значительными психосоматическими нарушениями.

Шкала II (спонтанная агрессивность) позволяет выявить и оценить психопатизацию интрогенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о повышенном уровне психопатизации, создающем предпосылки для импульсивного поведения.

Шкала III (депрессивность) дает возможность диагностировать признаки, характерные для психопатологического депрессивного синдрома. Высокие оценки по шкале соответствуют наличию этих признаков в эмоциональном состоянии, в поведении, в отношениях к себе и к социальной среде.

Шкала IV (раздражительность) позволяет судить об эмоциональной устойчивости. Высокие оценки свидетельствуют о неустойчивом эмоциональном состоянии со склонностью к аффективному реагированию.

Шкала V (общительность) характеризует как потенциальные возможности, так и реальные проявления социальной активности. Высокие оценки позволяют говорить о наличии выраженной потребности в общении и постоянной готовности к удовлетворению этой потребности.

Шкала VI (уравновешенность) отражает устойчивость к стрессу. Высокие оценки свидетельствуют о хорошей защищенности к воздействию стресс-факторов обычных жизненных ситуаций, базирующейся на уверенности в себе, оптимистичности и активности.

Шкала VII (реактивная агрессивность) имеет целью выявить наличие признаков психопатизации экстратенсивного типа. Высокие оценки свидетельствуют о высоком уровне психопатизации, характеризующемся агрессивным отношением к социальному окружению и выраженным стремлением к доминированию.

Шкала VIII (застенчивость) отражает предрасположенность к стрессовому реагированию на обычные жизненные ситуации, протекающему по пассивно-оборонительному типу. Высокие оценки по шкале отражают наличие тревожности, скованности, неуверенности, следствием чего являются трудности в социальных контактах.

Шкала IX (открытость) позволяет характеризовать отношение к социальному окружению и уровень самокритичности. Высокие оценки свидетельствуют о стремлении к доверительно-откровенному взаимодействию с окружающими людьми при высоком уровне самокритичности. Оценка по данной шкале могут в той или иной мере способствовать анализу искренности ответов обследуемого при работе с данным опросником, что соответствует шкалам лжи других опросников.

Шкала X (экстраверсия - интроверсия). Высокие оценки по шкале соответствуют выраженной экстравертированности личности, низкие - выраженной интровертированности.

Шкала XI (эмоциональная лабильность). Высокие оценки указывают на неустойчивость эмоционального состояния, проявляющуюся в частых колебаниях настроения, повышенной возбудимости, раздражительности, недостаточной саморегуляции. Низкие оценки могут характеризовать не только высокую стабильность эмоционального состояния как такового, но и хорошее умение владеть собой.

Шкала XII (маскулинизм - феминизм). Высокие оценки свидетельствуют о протекании психической деятельности преимущественно по мужскому типу, низкие - по женскому.

**Порядок работы.** Исследование может проводиться индивидуально либо с группой испытуемых. В последнем случае необходимо, чтобы каждый из них имел не только персональный бланк ответного листа, но и отдельный опросник с инструкцией. Размещаться испытуемые должны так, чтобы не создавать помех друг другу в процессе работы. Психолог-исследователь кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. Важно при этом достичь положительного, заинтересованного отношения исследуемых к выполнению задания. Их внимание обращается на недопустимость взаимных консультаций по ответам в процессе работы и каких-либо обсуждений между собой. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию, отвечает на вопросы, если они возникли после ее изучения, и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

## Тест-опросник FPI

### Инструкция испытуемому

На последующих страницах имеется ряд утверждений, каждое из которых подразумевает относящийся к вам вопрос о том, соответствует или не соответствует данное утверждение каким-то особенностям вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядам на жизнь и т. п. Если вы считаете, что такое соответствие имеет место, то дайте ответ «Да», в противном случае - ответ «Нет». Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

Успешность исследования во многом зависит от того, насколько внимательно выполняется задание. Ни в коем случае не следует стремиться своими ответами произвести на кого-то лучшее впечатление, так как ни один ответ не оценивается как хороший или плохой. Вы не должны долго размышлять над каждым вопросом, старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки кажется вам ближе к истине. Вас не должно смущать, если некоторые из вопросов покажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению.

Успешной вам работы!

1. Я внимательно прочел инструкцию и готов откровенно ответить на все вопросы анкеты.
2. По вечерам я предпочитаю развлекаться в веселой компании (гости, дискотека, кафе и т. п.)
3. Моему желанию познакомиться с кем-либо всегда мешает то, что мне трудно найти подходящую тему для разговора.
4. У меня часто болит голова.
5. Иногда я ощущаю стук в висках и пульсацию в области шеи.
6. Я быстро теряю самообладание, но и так же быстро беру себя в руки.
7. Бывает, что я смеюсь над неприличным анекдотом.
8. Я избегаю о чем-либо расспрашивать и предпочитаю узнавать то, что мне нужно, другим путем.

9. Я предпочитаю не входить в комнату, если не уверен, что мое появление пройдет незамеченным.
10. Могу так вспылить, что готов разбить все, что попадет под руку.
11. Чувствую себя неловко, если окружающие почему-то начинают обращать на меня внимание.
12. Я иногда чувствую, что сердце начинает работать с переборами или начинает биться так, что, кажется, оно готово выскочить из груди.
13. Не думаю, что можно было бы простить обиду.
14. Не считаю, что на зло надо отвечать злом, и всегда следую этому.
15. Если я сидел, а потом резко встал, у меня темнеет в глазах и кружится голова.
16. Я почти ежедневно думаю о том, насколько лучше была бы моя жизнь, если бы меня не преследовали неудачи.
17. В своих поступках я никогда не исхожу из того, что людям можно полностью доверять.
18. Могу прибегнуть к физической силе, если требуется отстоять свои интересы.
19. Легко могу развеселить самую скучную компанию.
20. Я легко смущаюсь.
21. Меня ничуть не обижают замечания относительно моей работы или меня лично.
22. Нередко чувствую, как у меня немеют или холодеют руки и ноги.
23. Бываю неловким в общении с другими людьми.
24. Иногда без видимой причины чувствую себя подавленным, несчастным.
25. Иногда нет никакого желания чем-либо заняться.
26. Порой я чувствую, что мне не хватает воздуха, будто бы я выполнял очень тяжелую работу.
27. Мне кажется, что в своей жизни я очень многое делал неправильно.
28. Мне кажется, что другие нередко смеются надо мной.
29. Люблю такие задания, когда можно действовать без долгих размышлений.
30. Я считаю, что у меня предостаточно оснований быть не очень довольным своей судьбой.
31. Часто у меня нет аппетита.
32. В детстве я радовался, если родители или учителя наказывали других детей.
33. Обычно я решителен и действую быстро.
34. Я не всегда говорю правду.
35. С интересом наблюдаю, когда кто-то пытается выпутаться из неприятной истории.
36. Считаю, что все средства хороши, если надо настоять на своем.
37. То, что прошло, меня мало волнует.
38. Не могу представить ничего такого, что стоило бы доказывать кулаками.
39. Я не избегаю встреч с людьми, которые, как мне кажется, ищут ссоры со мной.
40. Иногда кажется, что я вообще ни на что не годен.
41. Мне кажется, что я постоянно нахожусь в каком-то напряжении и мне трудно расслабиться.
42. Нередко у меня возникают боли под ложечкой и различные неприятные ощущения в животе.
43. Если обидят моего друга, я стараюсь отомстить обидчику.
44. Бывало, я опаздывал к назначенному времени.
45. Однажды я почему-то позволил себе мучить животное.
46. При встрече со старым знакомым я от радости готов броситься ему на шею.
47. Когда я чего-то боюсь, у меня пересыхает во рту, дрожат руки и ноги.
48. Частенько у меня бывает такое настроение, что с удовольствием бы ничего не видел и не слышал.
49. Когда ложусь спать, то обычно засыпаю уже через несколько минут.
50. Мне доставляет удовольствие, как говорится, ткнуть носом других в их ошибки.
51. Иногда я могу похвастаться.
52. Активно участвую в организации общественных мероприятий.
53. Нередко бывает, что приходится смотреть в другую сторону, чтобы избежать нежелательной встречи.

54. В свое оправдание я иногда кое-что выдумываю.
55. Я почти всегда подвижен и активен.
56. Нередко сомневаюсь, действительно ли интересно моим собеседникам то, о чем я говорю.
57. Иногда я вдруг чувствую, что весь покрываюсь потом.
58. Если сильно разозлюсь на кого-то, то могу его и ударить.
59. Меня мало волнует, что кто-то плохо ко мне относится.
60. Обычно мне трудно возражать моим знакомым.
61. Я волнуюсь и переживаю даже при мысли о возможной неудаче.
62. Я люблю не всех своих знакомых.
63. У меня бывают мысли, которых следовало бы стыдиться.
64. Не знаю, почему, но иногда у меня появляется желание испортить то, чем все восхищаются.
65. Я предпочитаю заставить любого человека сделать то, что мне нужно, чем просить его об этом.
66. Я нередко беспокожно двигаю рукой или ногой.
67. Предпочитаю провести свободный вечер, занимаясь любимым делом, а не развлекаясь в веселой компании.
68. В компании я веду себя не так, как дома.
69. Иногда, не подумав, скажу такое, о чем лучше бы помолчать.
70. Боюсь стать центром внимания даже в знакомой компании.
71. Хороших знакомых у меня очень немного.
72. Иногда бывают такие периоды, когда яркий свет, яркие краски, сильный шум вызывают у меня болезненно неприятные ощущения, хотя я вижу, что на других людей это так не действует.
73. В компании у меня нередко возникает желание кого-нибудь обидеть или разозлить.
74. Иногда я думаю, что лучше бы не родиться на свет, как только представляю себе, сколько всяких неприятностей, возможно, придется испытать в жизни.
75. Если кто-то меня серьезно обидит, то получит свое сполна.
76. Я не стесняюсь в выражениях, если меня выведут из себя.
77. Мне нравится так задать вопрос или так ответить, чтобы собеседник растерялся.
78. Бывало, откладывал то, что требовалось сделать немедленно.
79. Не люблю рассказывать анекдоты или забавные истории.
80. Повседневные трудности и заботы часто выводят меня из равновесия.
81. Не знаю, куда деться при встрече с человеком, который был в компании, где я вел себя неловко.
82. К сожалению, я отношусь к людям, которые бурно реагируют даже на жизненные мелочи.
83. Я робею при выступлении перед большой аудиторией.
84. У меня довольно часто меняется настроение.
85. Я устаю быстрее, чем большинство окружающих меня людей.
86. Если я чем-то сильно взволнован или раздражен, то чувствую это как бы всем телом.
87. Мне докучают неприятные мысли, которые назойливо лезут в голову.
88. К сожалению, меня не понимают ни в семье, ни в кругу моих знакомых.
89. Если сегодня я посплю меньше обычного, то завтра буду чувствовать себя неотдохнувшим.
90. Стараюсь вести себя так, чтобы окружающие опасались вызвать мое неудовольствие.
91. Я уверен в своем будущем.
92. Иногда я оказывался причиной плохого настроения кого-нибудь из окружающих.
93. Я не прочь посмеяться над другими.
94. Я отношусь к людям, которые не полезут в карман за словом.
95. Я принадлежу к людям, которые ко всему относятся достаточно легко.
96. Подрастком я проявлял интерес к запретным темам.
97. Иногда я зачем-то причинял боль любимым людям.
98. У меня нередко возникают конфликты с окружающими из-за их упрямства.
99. Часто я испытываю угрызения совести в связи со своими поступками.

100. Я нередко бываю рассеянным.
101. Не помню, чтобы меня особенно опечалили неудачи человека, которого я не могу терпеть.
102. Часто я слишком быстро начинаю досадовать на других.
103. Иногда неожиданно для себя я начинаю уверенно говорить о таких вещах, в которых на самом деле мало что смыслу.
104. Часто у меня такое настроение, что я готов взорваться по любому поводу.
105. Нередко чувствую себя вялым и усталым.
106. Я люблю беседовать с людьми и всегда готов поговорить и со знакомыми и с незнакомыми.
107. К сожалению, я зачастую слишком поспешно оцениваю других людей.
108. Утром я обычно встаю в хорошем настроении и нередко начинаю насвистывать или напевать.
109. Не чувствую себя уверенно в решении важных вопросов даже после длительных размышлений.
110. Получается так, что в споре я почему-то стараюсь говорить громче своего оппонента.
111. Разочарования не вызывают у меня сколь-либо сильных и длительных переживаний.
112. Бывает, что я вдруг начинаю кусать губы или грызть ногти.
113. Наиболее счастливым я чувствую себя тогда, когда бываю один.
114. Иногда меня одолевает такая скука, что хочется, чтобы все перессорились друг с другом.

Прошу вас проверить, на все ли вопросы даны ответы. Благодарю вас. Всего доброго!

### Ответный лист

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

	Да	Нет													
1			20			39			58			77			96
2			21			40			59			78			97
3			22			41			60			79			98
4			23			42			61			80			99
5			24			43			62			81			100
6			25			44			63			82			101
7			26			45			64			83			102
8			27			46			65			84			103
9			28			47			66			85			104
10			29			48			67			86			105
11			30			44			68			87			106
12			31			50			69			88			107
13			32			51			70			89			108
14			33			52			71			90			109
15			34			53			72			91			110
16			35			54			73			92			111
17			36			55			74			93			112
18			37			56			75			94			113
19			38			57			76			95			114

## Обработка результатов тестирования

1. Подсчитывается количество «сырых» баллов, набранных по каждой из 12 шкал. За ответы, совпадающие с ответами ключа к опроснику, приписывается один балл. Полученные значения «сырых» баллов, то есть первичных оценок, по каждой из шкал записываются в столбец «Первичные оценки» протокола занятий.

2. Первичные оценки («сырые» баллы) переводятся в стандартные оценки 9-балльной шкалы с помощью таблицы 10. Стандартные оценки записываются (обозначаются) в соответствующие столбцы протокола занятий нанесением условных обозначений (например, «+»).

3. Профиль личности вычерчивается посредством соединения отметок «+» в столбцах протокола занятий.

### Протокол занятия

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

#### *Профиль личности*

Номер шкалы	Первичная оценка	Стандартная оценка, баллы								
		9	8	7	6	5	4	3	2	1
I										
II										
III										
IV										
V										
VI										
VII										
VIII										
IX										
X										
XI										
XII										

### Анализ и интерпретация данных тестирования

Анализ результата тестирования начинается с просмотра всех необходимых записей, сделанных испытуемым (при самотестировании) или экспериментатором. Уточняется, какой ответ дан на первый вопрос. Если ответ дан отрицательный, то есть свидетельствующий о

том, что испытуемый не желает сотрудничать с экспериментатором, то на этом всякий анализ данных тестирования прекращается, никаких выводов не делается.

## Ключ

Номер шкалы	Название шкалы и количество вопросов	Ответы по номерам вопросов	
		Да	нет
I	Невротичность 17	4, 5, 12, 15, 22, 26, 31, 41, 42, 57, 66, 72, 85, 86, 89, 105	49
II	Спонтанная агрессивность 14	32, 35, 45, 50, 64, 73, 77, 93, 97, 98, 103, 112, 114	99
III	Депрессивность 14	16, 24, 27, 28, 30, 40, 48, 56, 61, 74, 84, 87, 88, 100	—
IV	Раздражительность 11	6, 10, 58, 69, 76, 80, 82, 102, 104, 107, 110	—
V	Общительность 15	2, 19, 46, 52, 55, 94, 106	3, 8, 23, 53, 67, 71, 79, 113
VI	Уравновешенность 10	14, 21, 29, 37, 38, 59, 91, 95, 108, 111	—
VII	Реактивная агрессивность 10	13, 17, 18, 36, 39, 43, 65, 75, 90, 98	—
VIII	Застенчивость 10	9, 11, 20, 47, 60, 70, 81, 83, 109	33
IX	Открытость 13	7, 25, 34, 44, 51, 54, 62, 63, 68, 78, 92, 96, 101	—
X	Экстраверсия — интроверсия 12	2, 29, 46, 51, 55, 76, 93, 95, 106, 110	20, 87
XI	Эмоциональная лабильность 14	24, 25, 40, 48, 80, 83, 84, 85, 87, 88, 102, 112, 113	59
XII	Маскулиннизм — феминизм 15	18, 29, 33, 50, 52, 58, 59, 65, 91, 104	16, 20, 31, 47, 84

Внимательно изучается графическое изображение профиля личности испытуемого. Выделяются все высокие и все низкие оценки. К низким относятся оценки 1-3 балла, к средним - 4-6 баллов, к высоким - 7-9 баллов. Следует обратить особое внимание на оценку по шкале IX, имеющую значение для общей характеристики достоверности ответов. Эта оценка не должна быть слишком высокой. Если она превышает значение 8 баллов, это свидетельствует о недостаточной искренности испытуемого, и данные профиля личности подвергаются сомнению.

## Перевод первичных оценок в стандартные

Первичная оценка	Стандартная оценка по шкалам											
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	2	1
2	4	3	4	4	1	2	4	5	1	1	3	1
3	4	4	4	5	1	3	5	6	2	2	4	1
4	5	5	5	6	2	4	6	6	3	3	4	1
5	5	5	6	7	2	5	7	7	3	4	5	2
6	6	7	6	7	3	6	8	7	4	4	6	3
7	7	8	7	8	4	8	9	9	5	6	7	5
8	7	8	7	8	4	8	9	9	5	6	7	5
9	8	8	8	9	5	9	9	9	6	7	8	6
10	8	9	8	9	5	9	9	9	8	8	8	8
11	8	9	8	9	6	-	-	-	8	9	8	8
12	8	9	9	-	7	-	-	-	9	9	9	9
13	9	9	9	-	8	-	-	-	9	-	9	9
14	9	9	9	-	9	-	-	-	-	-	9	9
15	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9
16	9											
17	9											

Интерпретация полученных результатов, психологическое заключение и рекомендации должны быть даны на основе понимания сути вопросов по каждой шкале, глубины связей исследуемых факторов между собой и с другими психологическими особенностями и их роли в поведении и деятельности человека.

## 2.2. МНОГОМЕРНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ОПРОСНИКИ

### 2.2.1. Миннесотский многоаспектный личностный опросник ММРІ

Миннесотский многоаспектный личностный опросник (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) ММРІ предложен американскими психологами С. Хатуэем и Дж. Маккинли в 1940-50 гг. Первоначально ММРІ-опросник содержал 550 утверждений. Новые версии ММРІ содержат 566 утверждений, которые могут быть использованы не только индивидуально, но и при групповом психодиагностическом обследовании. Адаптация ММРІ в русском переводе проведена в Ленинградском психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева Ф. Б. Березиным, М. П. Миршниковым в 1967 г., а затем московскими психологами (Л. Н. Собчик и др.) в 1971 [14] и в 2000 г. [15].

ММРІ-тест рекомендуется использовать для исследования лиц в возрасте от 16 до 55 лет, интеллектуальный коэффициент которых (IQ) не должен быть ниже 80 баллов.

Все утверждения опросника разделены на 10 клинических шкал: 1) ипохондрии (Hs); 2) депрессии (D); 3) истерии (Hy); 4) психопатии (Pd); 5) мужественности - женственности (Mf); 6) паранойи (Pa); 7) психастении (Pt); 8) шизофрении (Sc); 9) гипомании (Ma); 10) социальной инверсии (Si).

Как видно из перечисления шкал, наряду с исследованием, имеющим четкую выраженность клинической направленности, определяются также и некоторые состояния личности и нервно-психические симптомы (одержимость, заблуждения, галлюцинации и т. п.). Ниже дано краткое описание вышеприведенных психоневрологических терминов.

1. *Ипохондрия* - психоз, главным симптомом которого является «уверенность» пациента в том, что у него неизлечимое физическое заболевание.

2. *Депрессия* - аффективное состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной сферы, когнитивных представлений и общей пассивностью поведения. Симптомы - тяжелые, мучительные переживания (подавленность, тоска, отчаяние).

3. *Истерия* - патологическое состояние психики человека, характеризующееся повышенной внушаемостью, слабостью сознательной регуляции поведения. Для истерии характерно несоответствие между малой глубиной переживаний и яркостью их внешних выражений (громкие крики, плач, мнимые обмороки, выразительные жесты по поводу незначительных, в действительности маловолнующих истерика событий).

4. *Психопатия* - патология характера, обычно обусловленная врожденной неполноценностью нервной системы.

Проявления:

- постоянная смена настроений (циклоиды);
- уход от социальных контактов, замкнутость, скрытность, легкая ранимость, отсутствие эмпатии (шизоиды);
- крайняя раздражительность с приступами тоски, страха, гнева, нетерпимости, упрямства, обидчивость, склонность к скандалам (эпилептоиды);

- повышенная впечатлительность, психологическая возбудимость с быстрой истощаемостью, раздражительность, нерешительность (астеники);
- тревожность, неуверенность в себе, склонность к постоянным раздумьям, патологическим сомнениям (психастеники);
- склонность к формированию «сверхценных» идей, упрямство, эгоистичность, отсутствие сомнений, повышенная степень уверенности в себе, завышенная самооценка (паранойяльные психопаты);
- стремление во что бы то ни стало обратить на себя внимание окружающих, изменить оценку реальных событий в близкую для них сторону, манерность и театральность в общении (истерические психопаты);
- слабых характерность, отсутствие глубоких интересов, податливость влиянию окружающих (неустойчивые психопаты);
- умственная ограниченность. Такие индивиды умеют держать себя в обществе, однако в суждениях банальны. Могут хорошо учиться, но применять свои знания и проявлять инициативу затрудняются (органические психопаты).

Следует оговориться, что четкой границы между вариантами психопатии и вариантами нормальных характеров не существует. Указанным выше типам психопатов в норме соответствуют индивиды с подобным характерологическим складом, но без психопатической выраженности. Здесь под характерологическим складом индивида следует понимать акцентуацию характера, т. е. чрезмерное усиление отдельных черт характера, проявляющееся в избирательной уязвимости личности по отношению к определенному рода психогенным воздействиям (тяжелые переживания, большие нервно-психические нагрузки и т. п.) при достаточно высокой устойчивости к другим.

5. *Мужественность - женственность (маскулинность - феминность)*. В мужественности-женственности отражаются психологические аспекты поведения людей по мужскому или женскому типу. Согласно психоаналитической теории личности, маскулинности приписываются такие качества, как активность, агрессивность, соперничество, соответственно феминности - пассивность, восприимчивость и другое.

6. *Паранойя* - разновидность бредового синдрома. Характеризуется бредом величия, преследования, ревности, не сопровождающимся интеллектуальным снижением. Часто сочетается с обстоятельным ригидным мышлением.

7. *Психастения* - особая форма психопатии. Это нервно-психическое состояние человека, характеризующееся снижением порога чувствительности, крайней неустойчивостью настроения, нарушением сна, общей нервно-психической слабостью, повышенной утомляемостью.

8. *Шизофрения* - психическое заболевание, связанное с разрывом между интеллектуальными и эмоциональными функциями. Высказываемые шизофрениками мысли и сопровождающие их эмоции несовместимы. Индивид характеризуется «шизофреническим» мышлением с нарушением синтаксиса, уходом от реальности в мир собственных переживаний, проявлениями симптомов бреда, галлюцинаций и спутанности мыслей.

9. *Гипомания* - нервно-психическое состояние человека, характеризующееся ускорением психических функций, при котором усиливается как физическая, так и психическая активность индивида, сопровождающаяся незначительной эйфорией.

10. *Социальная инверсия*. Выявляется при определении степени экстравертированности - интровертированности индивида. Социально интровертированный человек характеризуется отгороженностью от социальных контактов, малой заинтересованностью в людях. В противоположность этому люди, имеющие высокие показатели экстравертированности, общительны, находят большое удовлетворение в контактах с людьми.

Ниже приводятся примеры утверждений из тест-опросника ММРІ.

### **Шкала ипохондрии:**

Несколько раз в неделю у меня бывает изжога.

В различных областях своего тела я часто чувствую жжение, покалывание, «ползание мурашек» или онемение.

Несколько раз в неделю меня беспокоят неприятные ощущения в верхней части живота (под ложечкой).

У меня часто бывает такое чувство, будто моя голова стянута обручем.

Мой желудок сильно беспокоит меня.

### **Шкала депрессии:**

У меня беспокойный, порывистый сон.

Любая работа дается мне ценой больших усилий.

### **Шкала истерии:**

Я никогда не падал (падала) в обморок.

Часто я ощущаю «комок» в горле.

### **Шкала социальной инверсии:**

Я человек общительный.

Если надо мной подшучивают, я отношусь к этому легко.

Я люблю ходить туда, где шумно и весело.

Я люблю ухаживать за женщинами (кокетничать с мужчинами).

Мне бы хотелось быть членом нескольких кружков или обществ.

## **Методика проведения обследования**

На каждое из утверждений обследуемые (лица в возрасте от 16 лет и старше с коэффициентом интеллекта не ниже 80) дают ответ: «верно», «неверно», «не могу сказать». Ответ, совпадающий с ключом, оценивается в 1 балл. Возможны различные варианты предъявления утверждений - с помощью карточек или бланка для ответов. При предъявлении теста в виде карточек обследуемый раскладывает эти карточки с наборами утверждений в соответствии с ответом: в один ящик утверждения с ответами «верно», в другой ящик - с ответами «неверно». Полученные данные экспериментатор заносит в стандартный регистрационный бланк. В бланк также заносятся сведения об обследуемом и время, затраченное на раскладку карточек.

Завершается обследование построением профиля личности, который вычерчивается на специальных бланках, где балльные оценки переводятся в стандартные. В качестве примера на рисунке 3 показаны фрагменты личностного профиля (фрагмент слева - при психогенной депрессии; фрагмент справа - при истерическом синдроме).

Кроме клинических шкал тест-опросник ММРП имеет так называемые контрольные шкалы («?», L, F, K), позволяющие повысить достоверность информации, полученной с помощью теста. На рис. 3 они показаны слева от основных клинических шкал.

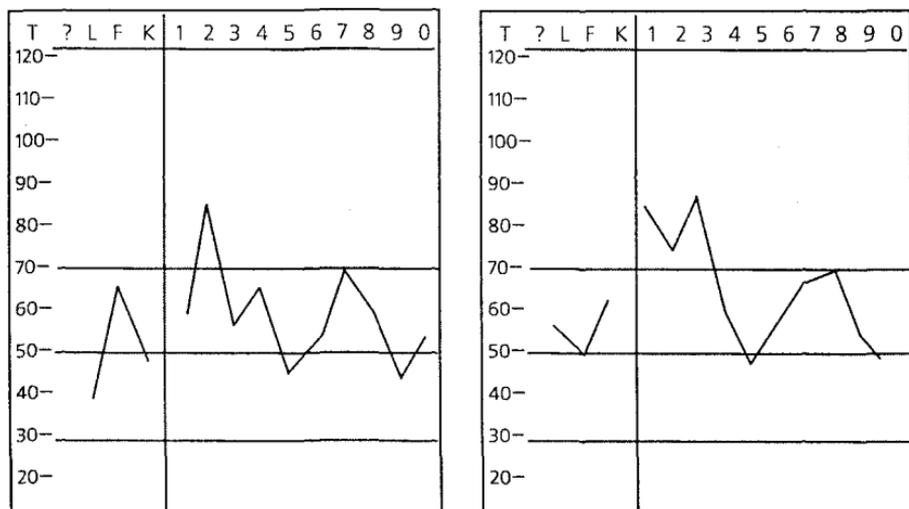
**Шкала «?»** не имеет относящихся к ней утверждений. По данной шкале регистрируется количество утверждений, которые обследуемый оставил без ответа. Превышение определенного критического числа утверждений, оставшиеся без ответа, является основанием для суждения о недостаточной мотивированности испытуемого либо о непонимании им формулировок утверждений.

**Шкала L** (шкала лжи) направлена на оценку тенденции испытуемого давать социально одобряемые ответы. Испытуемый, желающий показать себя в максимально выгодном свете, стремится давать ответы, соответствующие моральным нормам или образцам социально одоб-

прямого поведения. В случае превышения критического значения оценок по шкале L считается, что у испытуемого сформировалась установка на социально одобряемые ответы.

**Шкала F (шкала валидности)** предназначена для выявления тенденции к намеренному или неосознанному ухудшению результатов обследования. Намеренное ухудшение результатов обследования из-за симуляции испытуемого, не желающего сотрудничать с экспериментатором, ведет к превышению критической оценки. Такая же картина получается при невнимательной, поверхностной работе испытуемого, когда ответы даются необдуманно, наугад.

**Шкала К (шкала коррекции)** направлена на выявление противоположной тенденции, которая характерна для шкалы F, т. е. выявляется намеренное или неосознанное улучшение результатов исследования. Индивид, желающий показаться максимально здоровым и благополучным в моральном или жизненном плане, в ответах отрицает у себя ряд симптомов, привычек, реакций на окружающие обстоятельства. Превышение показателя по шкале К указывает на попытку индивида казаться «хорошим». Низкий же показатель указывает на честность или самокритичность испытуемого либо на попытку выставить себя в плохом свете.



*Рис. 3. Личностный профиль обследуемого*

При интерпретации полученных результатов следует исходить из того, что любой показатель, превышающий значение 70Т и более, свидетельствует о выявлении патологических отклонений. Однако следует избегать буквальной оценки шкал ММПИ-теста. Высокий показатель, например, по шкалам шизофрении еще не является доказательством ее наличия. Высокие показатели по шкалам указывают лишь на симптомы определенного психического расстройства. Кроме того, следует иметь в виду, что высокие показатели по шкалам ММПИ-теста, выявляющие те или иные симптомы, должны быть подтверждены показателями шкал других параллельно применяемых психодиагностических методик.

В 1989 г. Дж. Бучером с соавторами разработан новый вариант опросника ММПИ-2 в обычной и компьютерной версии. Новая редакция опросника ММПИ-2 (вариант мужской, взрослый) излагается ниже в адаптированном русском переводе в трактовке Л. Н. Собчик.

#### **Инструкция по проведению тестирования.**

Ниже представлено 566 утверждений. На каждое утверждение следует ответить «Да» или «Нет». В отдельных случаях вы можете выбрать ответ «Не могу сказать» (то есть ни «Да», ни

«Нет»). Однако таких ответов должно быть как можно меньше. Свой ответ запишите в регистрационном листе (он помещен в конце опросника). В том случае, если вы выбрали ответ «Не могу сказать», то никакой отметки на соответствующие вопросы в регистрационном листе ставить не следует. Среднее время на выполнение теста - около 60 минут. Желаем успеха!

## Опросник (вариант мужской взрослый)\*

1. Я люблю читать научно-техническую литературу.
2. У меня хороший аппетит.
3. По утрам я обычно встаю свежим и отдохнувшим.
4. Думаю, что мне понравилась бы работа библиотекаря.
5. Малейший шум меня будит.
6. Я люблю читать в газетах заметки о преступлениях.
7. Мои руки и ноги обычно достаточно теплые.
8. Моя повседневная жизнь полна событий, интересующих меня.
9. Моя работоспособность не хуже, чем была раньше.
10. Я часто ощущаю «комоч» в горле.
11. Я верю, что сны всегда сбываются.
12. Я люблю читать о преступлениях и таинственных приключениях.
13. Работа дается мне ценой значительного напряжения.
14. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
15. Временами мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
16. Я считаю, что жизнь ко мне беспощадна.
17. Мой отец хороший человек.
18. У меня очень редко бывают запоры.
19. Поступая на новую работу, я предпочитаю знать, с кем должен наладить хорошие отношения.
20. Моя половая жизнь удовлетворительна.
21. Временами мне бы очень хотелось покинуть дом.
22. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, которые я не могу контролировать.
23. Меня беспокоят приступы тошноты и рвоты.
24. Мне кажется, что нет такого человека, который понимал бы меня.
25. Я бы хотел быть певцом.
26. Если я попадаю в неприятное положение, то мне лучше всего держать язык за зубами.
27. Временами я нахожусь во власти какой-то злой силы.
28. Если со мной поступают несправедливо, я чувствую, что должен отплатить за это просто из принципа.
29. Несколько раз в неделю меня беспокоит изжога.
30. Иногда мне хочется выругаться.
31. Кошмарные сны снятся мне почти каждую ночь.
32. Я замечаю, что мне трудно стало сосредоточиться на определенной задаче или работе.
33. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
34. Большую часть времени у меня бывает кашель.
35. Если бы люди не интриговали против меня, я бы добился гораздо большего.
36. Я редко беспокоюсь о своем здоровье.

\* Вариант женский взрослый фактически такой же, как и мужской, изменяется лишь мужской род на женский. Некоторые утверждения представлены в трактовке, удобной для женского варианта. Вариант подростковый для мальчиков и девочек 13-15 лет - см. [15, с. 176-192].

37. У меня никогда не было неприятностей из-за моего поведения, связанного с половой жизнью.
38. В юности было время, когда я совершал мелкие кражи.
39. Временами мне хочется ломать вещи, бить посуду.
40. Я бы предпочел большую часть времени сидеть ничего не делая и мечтать.
41. У меня бывали такие периоды, тянувшиеся дни, недели или даже месяцы, когда я не мог ни за что взяться, так как не мог включиться в работу.
42. Моей семье не нравится работа, которую я выбрал (или собираюсь выбрать).
43. У меня прерывистый и беспокойный сон.
44. Большую часть времени у меня болит голова.
45. Я не всегда говорю правду.
46. Мой рассудок работает сейчас лучше, чем когда-либо.
47. Раз в неделю или чаще меня без видимой причины неожиданно «обдаёт жаром».
48. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
49. Было бы лучше, если бы почти все законы отменили.
50. Временами я чувствую, что умираю.
51. Мое физическое здоровье не хуже, чем у большинства моих знакомых.
52. Я предпочитаю проходить мимо своих школьных друзей или людей, которых давно не видел, если они со мной не заговаривают первыми.
53. Я верю, что прикосновением руки и молитвой можно вылечить болезнь.
54. Большинство знающих меня людей относятся ко мне хорошо.
55. Меня редко беспокоят боли в сердце или груди.
56. Когда я был мальчишкой, меня выгоняли из школы за прогулы.
57. Я человек общительный.
58. Все, что предстоит человечеству, давно ре предначертано.
59. Мне часто приходилось выполнять указания лиц, знавших меньше меня.
60. Я не каждый день читаю передовицы в газетах.
61. Я вел неправильный образ жизни.
62. Я часто чувствую жжение, покалывание или онемение в различных частях своего тела.
63. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
64. Временами я так настаиваю на своем, что окружающие теряют терпение.
65. Я люблю (любил) своего отца.
66. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
67. Другие мне кажутся счастливее меня.
68. У меня почти никогда не бывает болей сзади в области шеи.
69. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
70. Мне нравилось играть в «садовника» или «коленко» (то есть в такие игры, где мальчики и девочки выбирали друг друга, исходя из личных симпатий).
71. Думаю, что многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
72. Несколько раз в неделю или чаще меня беспокоят неприятные ощущения в верхней части живота (под ложечкой).
73. Я значительная личность.
74. Иногда я думаю: «Лучше бы я родился женщиной».
75. Иногда я бываю сердитым.
76. Большую часть времени у меня подавленное настроение.
77. Я люблю читать о любви.
78. Я люблю поэзию.
79. Меня не так легко задеть (я не обидчив).
80. Иногда я дразню животных.
81. Думаю, мне понравилась бы работа лесничего.

82. Меня легко переубедить.
83. Любой, кто может и хочет усердно трудиться, имеет хорошую возможность добиться успеха.
84. Чувствую, что я теряю надежду добиться чего-либо в жизни.
85. Иногда меня так привлекают чужие вещи (перчатки, туфли и т. д.), что мне хочется урвать их, хотя они мне не нужны.
86. Мне, безусловно, не хватает уверенности в себе.
87. Мне понравилось бы заниматься разведением цветов.
88. Я считаю, что жизнь стоит того, чтобы жить.
89. Нужно множество доказательств, чтобы убедить людей в какой-либо истине.
90. Иногда я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
91. Я не против того, чтобы меня выбирали мишенью для насмешек.
92. Мне понравилось бы работать няней, ухаживать за больными.
93. Я считаю, что большинство людей способны солгать, если это в их интересах.
94. Я часто совершаю поступки, о которых потом сожалею (больше и чаще, чем другие).
95. Я регулярно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
96. Я очень редко ссорюсь с членами моей семьи.
97. Временами я испытываю непреодолимую потребность причинить кому-нибудь вред или сделать что-нибудь неприличное.
98. Я верю, что в конце концов справедливость восторжествует.
99. Я люблю ходить в гости или в другие места, где бывает много шумных забав.
100. Я встречал проблемы с таким множеством решений, что мне трудно было остановиться на одном из них.
101. Я считаю, что женщина в половом отношении должна иметь такую же свободу, как и мужчина.
102. Самая трудная борьба для меня - это борьба с самим собой.
103. У меня очень редко бывают мышечные судороги или подергивания (или не бывает совсем).
104. У меня нет оснований беспокоиться о том, что со мной будет.
105. Иногда, когда я плохо себя чувствую, я бываю раздражительным.
106. Большую часть времени у меня такое чувство, как будто я сделал что-то плохое или злое.
107. Большую часть времени я чувствую себя счастливым.
108. Я почти все время испытываю чувство наполненности в голове или в носу.
109. Некоторые люди так любят командовать, что мне хочется все сделать наоборот, даже если я знаю, что они правы.
110. Я знаю, что есть люди, настроенные против меня.
111. Я никогда не шел на опасное дело ради сильных впечатлений.
112. Я часто нахожу необходимым отстаивать то, что считаю правильным.
113. Я понимаю, как важны законы.
114. Я часто чувствую, что голова как бы стянута обручем.
115. Я верю в справедливость.
116. Я получаю больше удовольствия от игры или скачек, если держу пари.
117. Большинство людей честны только потому, что боятся наказания.
118. В школе меня иногда вызывали к директору за прогулы.
119. Моя речь такая же, как всегда (не быстрее, не медленнее, без хрипоты и затруднений в произношении).
120. Мои манеры за столом у себя дома не так хороши, как в гостях.
121. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
122. По-видимому, я так же способен и сообразителен, как и большинство окружающих меня людей.
123. Номер данного пункта следует обвести кружочком.

124. Я считаю, что большинство людей ради выгоды скорее поступят нечестно, чем упустят случай.
125. Меня очень беспокоит мой желудок.
126. Мне нравится драматургия.
127. Я знаю, кто виноват в большинстве моих неприятностей (не имея в виду себя).
128. При виде крови я не пугаюсь и мне не становится дурно.
129. Часто я не могу понять, почему я был таким упрямым и ворчливым.
130. У меня никогда не было кровавой рвоты или кашля с кровью.
131. Меня не тревожит возможность заразиться какой-нибудь болезнью.
132. Я люблю собирать цветы или выращивать комнатные растения.
133. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
134. Временами мои мысли текут быстрее, чем я успеваю их высказывать.
135. Я перехожу улицу в неполюженном месте, когда уверен, что меня не заметит милиционер.
136. Если мне делают что-то приятное, меня обычно интересует, что за этим кроется.
137. Я считаю, что в моем доме жизнь идет не хуже, чем у большинства моих знакомых.
138. Критика и замечания очень задевают меня.
139. Иногда я чувствую, что должен нанести повреждение или самому себе, или кому-нибудь другому.
140. Я люблю готовить еду.
141. Мое поведение в значительной мере определяется правилами и привычками окружающих меня людей.
142. Временами я уверен в собственной бесполезности.
143. В детстве я был в такой компании, где все во всем стояли друг за друга.
144. Мне нравится солдатская служба.
145. Временами меня так и подмывает вступить с кем-нибудь в драку.
146. У меня страсть к перемене мест, и я не могу быть счастливым без путешествий и странствий.
147. Я часто многое теряю из-за того, что не могу достаточно быстро принять решение.
148. Я теряю терпение с людьми, которые обращаются ко мне за советом или, как-нибудь иначе отвлекают меня во время серьезной работы.
149. Я вел дневник.
150. В игре мне приятнее выигрывать, чем проигрывать.
151. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
152. Большой частью я засыпаю без тревожных мыслей.
153. Последние несколько лет мое самочувствие большую часть времени было хорошим.
154. У меня никогда не было припадков или судорог.
155. У меня довольно постоянный вес.
156. У меня бывают такие состояния, когда я не осознаю, что делаю.
157. Я считаю, что меня часто незаслуженно наказывали.
158. Я легко могу заплакать.
159. Я стал хуже понимать содержание прочитанного.
160. Я сейчас чувствую себя лучше, чем когда-либо в жизни.
161. Теменная часть головы у меня иногда бывает очень чувствительной.
162. Я бываю возмущен и раздражен, когда приходится признать, что меня умело провели.
163. Я бы не сказал, что я быстро устаю.
164. Мне нравится читать литературу по своей специальности.
165. Мне нравится иметь значительных людей среди моих знакомых, так как это повышает мой престиж.
166. Мне страшно смотреть вниз с высоты.

167. Меня бы не стало волновать, если бы кто-нибудь из членов моей семьи оказался в положении нарушившего закон.
168. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
169. Я не боюсь иметь дело с деньгами.
170. Меня не беспокоит, что обо мне говорят другие.
171. Мне бывает неудобно дурачиться на вечеринке, даже если все остальные это делают.
172. Мне часто приходится скрывать свою застенчивость ценой больших усилий.
173. Я любил школу.
174. Я никогда не падал в обморок.
175. У меня не бывает головокружений (или бывают, но очень редко).
176. Я бы не сказал, что очень боюсь змей.
177. Моя мать хорошая женщина.
178. С памятью у меня все благополучно.
179. Я обеспокоен некоторыми пунктами, связанными с половой жизнью.
180. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.
181. Когда мне скучно, я стараюсь устроить что-нибудь веселое.
182. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
183. Я против того, чтобы подавать милостыню.
184. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
185. Мой слух не хуже, чем у большинства людей.
186. Я замечаю, что мои руки дрожат, когда я пытаюсь что-нибудь сделать.
187. Мои руки не стали неловкими.
188. Я могу долго читать без заметного утомления глаз.
189. Большую часть времени я чувствую слабость.
190. У меня очень редко болит голова.
191. Иногда, когда я смущаюсь, я обливаюсь потом, и мне это очень неприятно.
192. У меня не было трудностей в сохранении равновесия при ходьбе.
193. У меня не бывает приступов лихорадки или астмы.
194. У меня бывали приступы, во время которых я не управлял своими движениями и речью, но понимал, что происходит вокруг.
195. Не все, кого я знаю, мне нравятся.
196. Я люблю посещать места, где никогда не бывал раньше.
197. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
198. Я предаюсь мечтам нечасто.
199. Детей следует учить правильному представлению об основных вопросах половой жизни.
200. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
201. Я бы хотел быть не таким застенчивым.
202. Я считаю "себя обреченным человеком.
203. Если бы я был журналистом, мне понравилось бы писать о театре.
204. Мне понравилось бы быть журналистом.
205. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
206. Я строго придерживаюсь принципов нравственности и морали, гораздо больше окружающих меня людей.
207. Я люблю разные игры и развлечения.
208. Мне нравится флиртовать (вести игривый разговор с нравящейся мне женщиной или девушкой).
209. Я уверен, что моим проступкам нет прощения.
210. Вся пища кажется мне одинаковой на вкус.
211. Мне хочется спать днем, а ночью я страдаю от бессонницы.
212. Мои родные обращаются со мной как с ребенком, а не как со взрослым.

213. При ходьбе я очень осторожно перешагиваю через трещины в тротуаре.
214. У меня никогда не было каких-либо высыпаний на коже, которые бы меня тревожили.
215. Я чрезмерно увлекался алкогольными напитками.
216. В моем доме отношения менее теплые и дружеские, чем в других семьях.
217. Я часто замечаю за собой, что тревожусь о чем-то.
218. Меня не особенно трогает вид страдающего животного.
219. Думаю, мне понравилась бы работа, связанная с материальным снабжением больших организаций.
220. Я люблю (любил) свою мать.
221. Меня интересует наука.
222. Мне не трудно просить об услуге моих друзей, даже если я не могу ответить им тем же.
223. Я очень люблю охоту.
224. Мои родители часто не одобряли моих знакомств.
225. Иногда я могу немного посплетничать.
226. У некоторых членов моей семьи есть привычки, которые меня очень раздражают и надоедают мне.
227. Мне говорили, что я хожу во сне.
228. Временами я чувствую, что мне необыкновенно легко принимать решения.
229. Я охотно записался бы в несколько разных кружков и обществ.
230. Я почти никогда не замечал у себя приступов сердцебиения или одышки.
231. Я люблю поговорить на темы, связанные с вопросами пола.
232. Я наметил себе жизненную программу, основанную на чувстве долга и ответственности, и стараюсь ее выполнять.
233. Иногда я не уступаю людям не потому, что дело действительно важное, а просто из принципа.
234. Я легко выхожу из себя, но быстро успокаиваюсь.
235. Я был вполне независим и свободен от принятых в нашей семье правил и традиций.
236. Я слишком часто предаюсь размышлениям.
237. Почти все мои родственники относятся ко мне хорошо.
238. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, когда я не могу долго усидеть на одном месте.
239. Я испытал разочарование в любви.
240. Моя внешность никогда не вызывает у меня беспокойства.
241. Я часто вижу сны, о которых лучше умолчать.
242. Я не считаю себя более нервным, чем большинство окружающих.
243. У меня редко что-нибудь болит.
244. Мои поступки обычно бывают неправильно поняты окружающими.
245. Мои родители и другие члены семьи часто ко мне придираются.
246. Моя шея часто покрывается красными пятнами.
247. У меня есть основание испытывать чувство зависти к некоторым членам моей семьи.
248. Иногда без всякой причины или даже когда дела идут неважно, я чувствую себя взволнованно-счастливым, «на вершине блаженства».
249. Я уверен, что того, кто совершает злые поступки, в будущем ожидает кара.
250. Я не осуждаю того, кто стремится урвать от жизни все, что только можно.
251. Я испытывал такие состояния, когда мои действия были прерваны и я не понимал, что происходит вокруг.
252. Никому нет дела до того, что с тобой случится.
253. Я могу дружелюбно относиться к людям, поступки которых не одобряю.
254. Мне нравится бывать в компании, где любят подшучивать друг над другом.
255. Иногда я даю хорошую оценку людям, о которых знаю очень мало.

256. Наиболее интересная страница в газете - отдел юмора.
257. Обычно я надеюсь на успех, если берусь за какое-нибудь дело.
258. Я верю в торжество справедливости.
259. Мне очень трудно начать какую бы то ни было работу.
260. В школе я плохо усваивал материал.
261. Будь я художником, мне бы понравилось рисовать цветы.
262. Моя внешность меня не особенно огорчает.
263. У меня повышенная потливость, даже при прохладной погоде.
264. Я абсолютно уверен в себе.
265. Безопаснее никому не доверять.
266. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
267. Когда я нахожусь среди людей, мне трудно подобрать тему для разговора.
268. Испорченное настроение мне всегда легко исправить чем-нибудь интересным.
269. Иногда я пугаю людей забавы ради, так как мне легко заставить других бояться меня.
270. Выйдя из дома, я не волнуюсь о том, закрыта ли дверь, выключен ли газ и т. д.
271. Я не осуждаю человека за обман тех, кто легко позволяет себя обманывать.
272. Временами я бываю полон энергии.
273. У меня бывает онемение в некоторых участках кожи.
274. Мое зрение такое же острое, как и раньше.
275. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
276. Я люблю детей.
277. Иногда меня так забавляет ловкость мошенника, что мне хочется, чтобы ему повезло.
278. Я часто замечал, что незнакомые люди смотрят на меня критически.
279. Я ежедневно выпиваю необычайно большое количество воды.
280. Большинство людей заводят знакомства потому, что друзья могут оказаться полезными.
281. Я редко замечаю у себя шум или звон в ушах.
282. Временами я испытываю ненависть к членам своей семьи, которых обычно люблю.
283. Если бы я был журналистом, то предпочел бы писать о спорте.
284. Я убежден, что являюсь предметом обсуждения.
285. Бывает, что я смеюсь по поводу вольной (неприличной) шутки.
286. Счастливее всего я чувствую себя в одиночестве.
287. У меня меньше оснований опасаться чего-либо по сравнению с другими.
288. У меня бывают приступы тошноты или рвоты.
289. Меня возмущает, что преступника по каким-либо причинам могут освободить, и он остается безнаказанным благодаря ловким аргументам адвоката.
290. Работа дается мне ценой значительного напряжения (я работаю с большим напряжением).
291. В моей жизни бывали случаи, когда я чувствовал, что кто-то заставляет меня действовать, гипнотизируя меня.
292. Я предпочитаю не заговаривать с людьми, пока они сами не обратятся ко мне.
293. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
294. Я никогда не нарушал закона.
295. Мне нравилось читать сказки Андерсена «Гадкий утенок», «Стойкий оловянный солдатик» и другие.
296. У меня бывают периоды беспричинной веселости.
297. Я бы хотел избавиться от мыслей, связанных с половым вопросом, так как они меня беспокоят.
298. Когда несколько человек попадают в неприятную историю, им лучше условиться, что говорить, а потом всем придерживаться одной линии.
299. Думаю, что я чувствую все более остро, чем большинство людей.
300. В моей жизни не было такого периода, когда я любил играть в куклы.

301. Жизнь для меня большую часть времени связана с напряжением.
302. У меня никогда не было неприятностей из-за моего поведения, связанного с вопросами пола.
303. Меня настолько волнуют некоторые темы, что я стараюсь не касаться их в разговоре.
304. В школьные годы мне было очень трудно говорить перед всем классом.
305. Большую часть времени я чувствую себя одиноким, даже находясь среди людей.
306. Я получаю от окружающих столько сочувствия, сколько заслуживаю.
307. Я отказываюсь играть в некоторые игры из-за того, что неважно играю.
308. Временами мне очень хотелось покинуть дом.
309. Мне кажется, что я схожусь с людьми так же легко, как и другие.
310. Моя половая жизнь удовлетворительна.
311. В юности было время, когда я совершал мелкие кражи.
312. Мне неприятно быть среди людей.
313. Человек, оставляющий свои вещи без присмотра и вводящий этим в искушение, виноват в той же степени, что и вор.
314. Временами мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
315. Я считаю, что жизнь ко мне беспощадна.
316. Думаю, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.
317. Я более раним, чем большинство людей.
318. Моя повседневная жизнь полна событий, интересующих меня.
319. Большинству людей не нравится поступаться своими интересами ради других.
320. Мне часто снятся сны на темы, связанные с половой жизнью.
321. Меня легко ввести в смущение.
322. Меня беспокоят мои денежные и служебные дела.
323. У меня бывали совершенно необычные, очень странные, своеобразные переживания.
324. Я никогда ни в кого не был влюблен.
325. Я напуган тем, что совершил кое-кто из членов моей семьи.
326. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, которые я не могу контролировать.
327. Мне часто приходилось подчиняться родителям, даже тогда, когда они, на мой взгляд, были неправы.
328. Я замечаю, что мне трудно сосредоточиться на определенной задаче или работе.
329. Мне редко снятся сны.
330. У меня никогда не было параличей или необычной слабости в мышцах рук, ног или других частей тела.
331. Если бы люди не имели ничего против меня, я бы добился гораздо большего.
332. Иногда у меня меняется или пропадает голос, даже если я не простужен.
333. Мне кажется, что нет такого человека, который понимал бы меня.
334. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
335. Мне трудно сосредоточить мысли на чем-то одном.
336. Я легко теряю терпение с людьми.
337. Я почти все время испытываю чувство тревоги за кого-то или за что-то.
338. У меня, безусловно, больше причин для волнений, чем у других.
339. Большую часть времени я желаю себе смерти.
340. Иногда я бываю настолько возбужден, что мне трудно уснуть.
341. Иногда я так хорошо слышу, что это мне мешает.
342. Я сразу забываю то, что мне говорят.
343. Я обычно должен остановиться и подумать, прежде чем сделать что-то, даже если речь идет о мелочах.
344. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы не встретиться с тем, кого я увидел.
345. Окружающее часто кажется мне нереальным.
346. У меня есть привычка считать ненужные предметы - окна, лампочки, вывески и т. д.

347. У меня нет врагов, которые бы всерьез хотели мне навредить.
348. Меня настораживают люди, которые относятся ко мне более дружелюбно, чем я ожидал.
349. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
350. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
351. Я становлюсь тревожным и расстроенным, когда приходится хотя бы ненадолго уезжать из дома.
352. Я боюсь некоторых предметов и людей, хотя знаю, что они мне не опасны.
353. Я не боюсь войти в комнату, где уже собрались и разговаривают люди.
354. Я боюсь пользоваться ножом или другими острыми предметами.
355. Иногда мне бывает приятно причинить зло тем, кого я люблю.
356. Мне труднее сосредоточиться, чем другим.
357. Я не раз бросал какое-нибудь дело, так как считал, что не справлюсь с ним.
358. Мне приходят в голову плохие, часто даже ужасные слова, и я не могу от них избавиться.
359. Иногда какая-нибудь маловажная мысль крутится в голове и надоедает мне несколько дней подряд.
360. Почти каждый день случается что-нибудь пугающее меня.
361. Я склонен принимать все близко к сердцу.
362. Я более обидчив, чем большинство людей.
363. Иногда мне было приятно, если мне причинял страдания человек, которого я люблю.
364. Люди говорят обо мне оскорбительные и пошлые вещи.
365. Мне беспокойно, когда я нахожусь в закрытом помещении.
366. Даже находясь среди людей, я большую часть времени чувствую себя одиноким.
367. Я не боюсь огня.
368. Иногда я стараюсь держаться дальше от людей, чтобы не сделать или не сказать что-либо, о чем потом буду жалеть.
369. Вопросы религии меня не занимают.
370. Ненавижу, когда я должен спешить в работе.
371. Не могу сказать, что я чрезмерно застенчив.
372. Я скорее склонен увлекаться многим, чем на долгое время остановиться на чем-то одном.
373. Я уверен, что существует одно, единственно правильное понимание смысла жизни.
374. Временами мне кажется, что мой рассудок работает медленнее, чем обычно.
375. Когда я чувствую себя счастливым и полным сил, кто-нибудь своим плохим настроением может все испортить.
376. Милиционеры обычно честные люди.
377. На вечеринке я чаще сижу один или беседую с одним из гостей, чем со всей группой.
378. Мне нравится, когда женщина курит.
379. У меня редко бывают приступы плохого настроения.
380. Когда кто-нибудь высказывает глупость или проявляет невежество в отношении известных мне вещей, я стараюсь его поправить.
381. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
382. Мне хотелось бы избавиться от раздумий по поводу своих высказываний, которые, как мне кажется, могли кого-нибудь обидеть или огорчить.
383. Люди часто разочаровывают меня.
384. Я чувствую, что не смог бы рассказать кому-либо все о себе.
385. Молния - одно из тех явлений, которые вызывают у меня страх.
386. Я люблю держать людей в неведении относительно того, что собираюсь делать.
387. Всякие чудеса я считаю только трюками, которые одни люди разыгрывают перед другими.
388. Мне страшно быть одному в темноте.
389. Мои планы нередко кажутся полными трудностей, из-за чего я отказываюсь от них.

390. Меня часто неправильно понимают, когда я пытаюсь предостеречь кого-нибудь от ошибки, и это мне очень обидно.
391. Я люблю ходить на такие вечера, где можно потанцевать.
392. Буря вселяет в меня ужас.
393. Лошадей, которые плохо везут, нужно бить.
394. Я часто пользуюсь советами людей.
395. Будущее слишком неопределенно, чтобы строить серьезные планы.
396. Часто, даже если идут дела хорошо, я чувствую, что мне все безразлично.
397. У меня бывает такое чувство, что трудностей слишком много и нет смысла пытаться их преодолеть.
398. Мне часто думается: «Хорошо бы снова стать ребенком».
399. Меня трудно рассердить.
400. Если бы позволили условия, я мог бы принести человечеству большую пользу.
401. Я не испытываю страха перед водой.
402. Чтобы прийти к решению вопроса, я часто откладываю его рассмотрение на завтра.
403. Это великолепно - жить в наше время, когда происходит столько всяких интересных событий.
404. Люди часто не понимают моих намерений, когда я пытаюсь поправить их или помочь им.
405. У меня нет затруднений при глотании.
406. Мне часто приходилось встречать людей, которые считались специалистами, а на деле знали не больше моего.
407. Обычно я спокоен, и меня нелегко вывести из равновесия.
408. Я склонен скрывать свои чувства из тех соображений, что люди невольно могут обидеть меня.
409. Временами я изматываю себя тем, что берусь за слишком многое.
410. Мне, безусловно, доставило бы удовольствие провести мошенника его же способом.
411. Я чувствую себя неудачником, когда слышу об успехах знакомых мне людей.
412. Я не боюсь обращаться к врачу, когда заболел или поранюсь.
413. Я заслуживаю сурового наказания за свои проступки.
414. Я склонен так остро переживать разочарование, что долго не могу выкинуть это из головы.
415. При удачном стечении обстоятельств я мог бы стать хорошим крупным руководителем.
416. Мне не по себе, если кто-нибудь наблюдает, когда я работаю, даже если я знаю, что справлюсь со своим делом хорошо.
417. Часто меня настолько раздражает субъект, пытающийся пролезть впереди меня без очереди, что я не премину ему это высказать.
418. Временами мне кажется, что я ни на что не годен.
419. Я часто прогуливал в школе.
420. Мне случилось испытывать чрезвычайно необычные мистические переживания.
421. В моей семье есть очень нервные люди.
422. Я испытываю неловкость за некоторых членов моей семьи из-за рода их деятельности.
423. Я люблю (или любил раньше) рыбную ловлю.
424. Большую часть времени я испытываю чувство голода.
425. Я часто вижу сны.
426. Временами я вынужден быть резким и грубым с раздражающими меня людьми.
427. Меня смущают неприличные анекдоты.
428. Мне нравится читать основополагающие статьи в газетах и журналах.
429. Я люблю слушать лекции на серьезные темы.
430. Меня влечет к лицам противоположного пола.
431. Меня мало волнует возможность каких-нибудь неприятностей.
432. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.

433. Я привык иметь воображаемого собеседника.
434. Я бы хотел быть автогонщиком.
435. Я предпочел бы работать с женщинами.
436. Люди обычно требуют большего уважения к своим правам, чем сами уважают чужие.
437. Вполне можно обойти закон, если вы этим его по существу не преступаете.
438. Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я внутренне радуюсь, когда они получают по заслугам.
439. Я нервничаю, если приходится ждать.
440. Я стараюсь запоминать интересные истории, чтобы потом рассказывать их другим.
441. Мне нравятся высокие женщины.
442. У меня бывали периоды, когда я терял сон из-за волнений.
443. Я готов отказаться от задуманного, если окружающие считают, что я начал это делать не так.
444. Я не пытаюсь поправлять людей, которые высказывают ошибочные суждения.
445. В юности (или в детстве) я любил яркие, волнующие переживания.
446. Я бы предпочел играть в карты, домино или другие игры на небольшую ставку.
447. Я готов на все, чтобы победить в споре.
448. Мне неприятно, если посторонние лица на улице, в магазине или в автобусе наблюдают за мной.
449. Мне нравятся общественные мероприятия, где я могу побыть среди людей.
450. Мне нравится волнение возбужденной толпы.
451. Мои заботы исчезают, когда я попадаю в компанию веселых друзей.
452. Я люблю подшучивать над людьми.
453. В детстве я не стремился быть членом уличной компании.
454. Я бы мог жить счастливо один в избушке среди лесов и гор.
455. Большой частью я не бываю в курсе сплетен и разговоров окружающих меня людей.
456. Не следует наказывать людей, нарушающих те законы, которые они считают неразумными.
457. Я считаю, что люди никогда не должны прикасаться к спиртному.
458. Мужчина, который больше всего занимался со мной в детстве (отец, отчим или другой человек), был со мной строг.
459. У меня есть по крайней мере одна дурная привычка, которая настолько сильна, что нет возможности с ней бороться.
460. Я пью алкогольные напитки умеренно (или совсем не пью).
461. Мне ТРВАНО отложить начатую работу даже ненадолго.
462. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
463. Я любил играть в «классы» или скакать через веревку.
464. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
465. Мне не раз случалось менять свое отношение к своей профессии.
466. Я никогда не принимаю лекарств или снотворных таблеток без назначений врача.
467. Я часто запоминаю ненужные номера (например, номера машин).
468. Я часто жалею, что был таким упрямым и ворчливым.
469. Я часто встречал людей, завидовавших моим идеям только потому, что они пришли в голову не им первым.
470. Темы, связанные с половым вопросом, вызывают у меня отвращение.
471. Мои отметки в школе систематически были плохими.
472. Я испытываю непреодолимое влечение к огню.
473. По мере возможности я стараюсь избегать большого скопления людей.
474. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
475. Оказавшись «припертым к стене», я говорю лишь ту часть правды, которая мне не повредит.
476. Я призван совершить великую миссию.

477. Если бы я попал в беду вместе со своими друзьями, виновными в той же степени, что и я, скорее предпочел бы взять всю вину на себя, чем выдать их.
478. Я никогда особенно не волновался из-за неприятностей, которые случались с членами моей семьи.
479. Я охотно знаколюсь с новыми людьми.
480. Я боюсь темноты.
481. Бывали случаи, когда я притворялся больным, чтобы избежать чего-либо.
482. В трамваях, автобусах и другом транспорте я часто разговариваю с незнакомыми людьми.
483. Я верю в чудеса.
484. У меня есть недостатки, которые настолько значительны, что лучше принять их как есть и попытаться контролировать, чем стараться искоренить.
485. Мужчина, находясь в обществе женщины, обычно думает о вещах, связанных с ее полом.
486. Я никогда не замечал крови в своей моче.
487. Я быстро бросаю дело, если оно идет плохо.
488. Я хотел бы, чтобы моя судьба была благосклонной ко мне.
489. Я сочувствую людям, которые склонны застревать на своих бедах и огорчениях.
490. Я люблю читать книги, помогающие правильно жить и понимать смысл жизни.
491. Меня раздражают люди, которые считают, что их понимание смысла жизни единственно верное.
492. Меня страшит мысль о возможности землетрясения.
493. Я скорее предпочту работу, требующую пристального внимания, чем такую, при которой можно быть небрежным.
494. Я боюсь находиться в маленьком закрытом помещении.
495. Обычно я действую в открытую, если считаю важным поправить кого-нибудь.
496. У меня никогда не двоится в глазах.
497. Я люблю приключенческие рассказы.
498. Лучше всегда говорить правду.
499. Я должен признать, что временами волнуюсь без причины из-за того, что в действительности не имеет значения.
500. Я готов на все ради хорошей идеи.
501. В работе я предпочитаю сам находить решение, а не следовать указаниям других.
502. Я люблю, чтобы окружающие знали мое мнение.
503. Я не склонен давать категорические оценки поступкам окружающих.
504. Я не считаю нужным скрывать свое презрение или отрицательное мнение о ком-либо.
505. Бывают периоды, когда я чувствую себя настолько полным сил, что, казалось бы, мог обходиться без сна по нескольку суток.
506. Я человек нервный и легковозбудимый.
507. Я часто работал под руководством таких людей, которые ставили себе в заслугу все достижения и сваливали все упущения и недостатки на подчиненных.
508. Думаю, что я различаю запахи так же хорошо, как и другие люди.
509. Иногда мне бывает трудно отстаивать свои права из-за моей сдержанности.
510. Всякая грязь пугает меня или вызывает отвращение.
511. У меня есть мир мечтаний, о котором я никому не говорю.
512. Я не люблю мыться в ванной.
513. Мне больше нравится работать с руководителем, дающим строгие четкие указания, чем с руководителем, предоставляющим большую свободу.
514. Мне нравятся мужеподобные женщины.
515. В моем доме всегда было все самое необходимое (достаточное количество еды, одежды и других вещей).

516. У некоторых членов моей семьи вспыльчивый характер.
517. Я ничего не могу сделать как следует.
518. Я нередко испытываю чувство вины из-за того, что высказываю свое сочувствие людям в большей степени, чем на самом деле испытываю.
519. С моими половыми органами не все в порядке.
520. Как правило, я твердо отстаиваю свое мнение.
521. Я не смущаюсь в присутствии людей высказать свое мнение или вступить в спор по хорошо известному мне вопросу.
522. Я не боюсь пауков.
523. Я краснею очень редко.
524. Я не боюсь заразиться какой-нибудь болезнью через дверные ручки.
525. Некоторые животные приводят меня в содрогание.
526. Будущее кажется мне безнадежным.
527. Члены моей семьи и мои близкие родственники ладят друг с другом.
528. Я краснею не чаще других.
529. Мне нравится носить дорогую одежду.
530. Я часто боюсь покраснеть.
531. Люди легко могут изменить мое мнение, которое перед этим казалось мне окончательным.
532. Я могу терпеть боль так же долго, как и другие люди.
533. У меня редко бывает отрывка (или не бывает совсем).
534. Бывало, что я старался сделать что-либо трудное тогда, когда все остальные уже отказались от дальнейших попыток.
535. У меня почти все время пересыхает во рту.
536. Я сержусь, когда меня заставляют торопиться.
537. Я хотел бы поохотиться на львов или тигров.
538. Думаю, мне понравилась бы работа портного по пошиву женского платья.
539. Я не боюсь мышей.
540. У меня никогда не было парализовано лицо.
541. Моя кожа необычайно чувствительна к прикосновению.
542. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
543. Несколько раз в неделю у меня бывает чувство, что должно случиться что-то страшное.
544. Большую часть времени я чувствую усталость.
545. Иногда мне снится один и тот же сон.
546. Я люблю читать историческую литературу.
547. Я люблю бывать на вечерах и встречах.
548. Я никогда не стану смотреть представления сексуального характера, если этого можно избежать.
549. Я стараюсь избегать конфликтных и затруднительных положений.
550. Мне нравится чинить дверные замки.
551. Номер данного пункта следует обвести кружочком.
552. Я люблю читать о науке.
553. Мне страшно быть одному на открытом со всех сторон месте.
554. Если бы я был журналистом, то предпочел бы писать о театре.
555. Иногда мне кажется, что я «на краю гибели».
556. Я очень внимателен в отношении стиля своей одежды.
557. Мне понравилось бы работать секретарем.
558. Большинство людей можно обвинить в плохом сексуальном поведении.
559. Я часто испытываю страх среди ночи.
560. Меня очень раздражает то, что я забываю, куда кладу вещи.
561. Мне очень нравится верховая езда.

562. Человек, к которому я в детстве был больше всего привязан и кого я больше всех обожал, была женщина (мать, сестра, тетушка или кто-либо еще).
563. Приключенческие повести нравятся мне больше, чем романтические.
564. Я готов отказаться от своих намерений, если окружающие считают, что этого делать не стоит.
565. Я испытываю желание прыгнуть вниз, когда нахожусь на высоте.
566. В кино я люблю смотреть любовные эпизоды.

Для сокращенного обследования (профиль СМИЛ без дополнительных шкал) после того, как получены ответы на первые 366 утверждений, следует отвечать только на перечисленные ниже пункты опросника: 371 374 377 383 391 397 398 400 406 411 415 427 436 440 446 449 451 455 461 462 469 473 478 481 482 487 502 505 521 547 549 564.

## Обработка и анализ данных тестирования

Обработка данных тестирования производится в следующей последовательности:

1. Производится подсчет «сырых» баллов по каждой из шкал опросника в соответствии с ключами к базисным шкалам (ключи приводятся ниже). За ответ, совпадающий с ключом, присваивается 1 балл.
2. «Сырые» баллы по 1, 4, 7, 8 и 9 шкалам переводятся в нормальные. Правила перевода «сырых» баллов в нормальные приводятся на стр 185.
3. Строится профиль личности испытуемого (образец профиля личности к тесту СМИЛ приводится в конце параграфа).

## Анализ данных тестирования по базовым шкалам

У лиц, относящихся к конкордантной норме, показатели по всем шкалам обычно находятся в пределах 45Т-55Т. Такой профиль называется *линейным*. Если показатели некоторых шкал принимают значения ниже 45Т, а показатели большинства шкал - выше 50Т, то профиль с такими показателями называется *утопленным*. Такой профиль является результатом установочного отношения испытуемого к процедуре тестирования и сопровождается высокими показателями шкал достоверности L и K при низкой шкале F. В этом случае у испытуемого явно выражена тенденция избежать открытости, максимально приблизить ответы к норме.

*Пикообразным* профиль называется, когда наряду с большинством шкал, находящихся на одинаковом уровне, одна или несколько располагаются значительно выше (на 15Т-20Т). Если пики профиля превышают значение 80Т, то такой профиль называется *высокорасположенным*.

*Анализ надежности полученных результатов* определяется путем изучения данных по шкалам «?», L, F и K.

*Шкала «?»* регистрирует количество ответов, на которые испытуемый не смог дать определенный ответ («Не могу сказать»). Если показатель шкалы «?» выше 70Т (70 «сырых» баллов), то данные тестирования признаются недостоверными. Если данный показатель находится в пределах 41-60, это свидетельствует о выраженной настороженности обследуемого. При 61-69 баллах данные тестирования подвергаются сомнению.

*Шкала L* (шкала лжи) включает те утверждения, которые выявляют тенденцию испытуемого представить себя в возможно более выгодном свете, продемонстрировать очень строгое соблюдение социальных норм. *Высокие показатели* по шкале L (70Т и выше) указывают на умышленное стремление приукрасить себя, показать в лучшем свете, отрицая наличие в своем поведении слабостей, присущих любому человеку (способности хоть иногда сердиться, лениться, пренебрегать правдивостью и т. п.). При этом профиль оказывается заниженным или утопленным. Высокие показатели шкалы L сказываются на занижении 4, 6, 8 шкал.

У лиц высокого уровня образования и культуры искажение профиля за счет повышения шкалы L встречается редко. Умеренное повышение шкалы L (до 60Т) отмечается в пожилом возрасте в норме как отражение возрастных изменений в сторону усиления нормативного поведения.

*Низкий показатель L* свидетельствует об отсутствии тенденции приукрасить свой характер. Профиль считается недостоверным, если по шкале L показатель будет равен 70Т или выше. В этом случае требуется повторное тестирование испытуемого после беседы с экспериментатором-диагностом.

**Шкала F (шкала достоверности).** *Высокие показатели* по данной шкале могут поставить под сомнение достоверность обследования ( $F > 70Т$ ). Причины здесь разные: чрезмерная взволнованность в момент обследования, повлиявшая на правильность понимания утверждений; небрежность при регистрации ответов; стремление наговорить на себя лишнее; ошеломить психолога своеобразием своей личности, подчеркнуть дефекты своего характера и т. п.

У лиц, пребывающих в состоянии дискомфорта, F может находиться на уровне 65Т-75Т, что может отражать эмоциональную неустойчивость. Высокие значения F сопровождаются повышением профиля по 4, 6, 8 и 9 шкалам. Встречается у лиц, склонных к аффективным реакциям, с низкой конформностью. Показатели более 70Т отражают высокий уровень эмоциональной напряженности. Однако в отличие от других шкал нормативный разброс здесь выше и может достигать значения 80Т.

**Шкала К (шкала коррекции).** При достаточно хорошем контроле над эмоциями шкала К может быть умеренно повышенной (55Т-60Т). Это происходит при естественной защитной реакции человека на попытки вхождения в его сокровенные переживания.

При значительном повышении показателя по этой шкале (выше 65Т) у индивида выявляется отсутствие откровенности, стремление скрыть дефекты своего характера и наличие каких-либо проблем и конфликтов. Профиль с высоким показателем К (66Т и выше) нередко сопровождается повышением показателей по третьей шкале и углубленными по 4, 7 и 8 шкалам. Это говорит о том, что испытуемый откровенно рассказать о себе не захотел и демонстрирует свое стремление произвести приятное впечатление.

*Низкие показатели по шкале К* наблюдаются при высоких показателях F и отражают открытость и самокритичность испытуемого. Пониженные показатели по этой шкале характерны для лиц с невысоким интеллектом, но могут быть связаны и с состоянием самоконтроля при избыточной эмоциональной напряженности.

Оценить достоверность профиля можно также путем вычисления *фактора F - К* (разницы между «сырыми» баллами этих шкал). У гармоничных людей данная величина колеблется в пределах от +6 до -6. Если эта разность будет находиться в пределах от +7 до +11, то у испытуемого при обследовании отмечается установка к подчеркиванию имеющихся проблем и драматизации своих трудностей. При разности F - К от -7 до -11 выявляется негативное отношение к процессу тестирования, закрытость, отсутствие откровенности. Разность F - К, в «сырых» баллах превышающая по абсолютной величине 11 в ту или иную сторону, ставит под сомнение надежность полученных данных тестирования.

Таким образом, шкала К регистрирует намеренно скрытые или бессознательно вытесненные психологические проблемы испытуемого. Для того чтобы скорректировать данные 1, 4, 7, 8 и 9 шкал, на которые показатель шкалы К оказывает определенное влияние, «сырые» баллы по этим шкалам переводятся в нормальные по следующим правилам:

- к «сырым» баллам первой шкалы прибавляется 0,5К;
- к «сырым» баллам четвертой шкалы прибавляется 0,4К;
- к «сырым» баллам седьмой шкалы прибавляется 1,0К;
- к «сырым» баллам восьмой шкалы прибавляется 1,0К;
- к «сырым» баллам девятой шкалы прибавляется 0,1К (см. профильные листы к тесту СМИЛ).

# Профильный лист к тесту СМЛЛ (мужской вариант)

120 —		— 120	К	0,5	0,4	0,2
115 —	- 45 - - - - -	- 115	30	15	12	6
110 —	35 - - 50 - 45 -		29	15	12	6
105 —	- - - - 50 - - - 40 -	- 110	28	14	11	6
100 —	- 40 - - - - 50 - - - 50 -	- 105	27	14	11	5
95 —	- - 45 - 40 - 25 - - - -	- 100	26	13	10	5
90 —	30 - - - - 45 - - - - 35 - 70 -	- 95	25	13	10	5
85 —	- 35 - 40 - - - - 45 - 45 - - 65 -	- 90	24	12	10	5
80 —	20 - - - - 35 - 40 - - - - 60 -	- 85	23	12	9	5
75 —	- 30 - 25 - 35 - - - - 20 - 40 - 40 - 30 - 55 -	- 80	22	11	9	4
70 —	15 - - - - - 35 - - - - - 30 -	- 75	21	11	8	4
65 —	- - 30 - 30 - - - - 35 - 35 - - 45 -	- 70	20	10	8	4
60 —	10 - - - - 25 - - - - 15 - - - 25 - 40 -	- 65	19	10	8	4
55 —	- 10 - - - - 25 - 25 - - 30 - 30 - - 35 -	- 60	18	9	7	4
50 —	5 - - - - 20 - - - - 10 - 25 - 25 - - 30 -	- 55	17	9	7	3
45 —	- - 10 - - - - 15 - - - - 20 -	- 50	16	8	6	3
40 —	0 - - - - - 10 - 15 - - - - 20 - 20 - 15 - 20 -	- 45	15	8	6	3
35 —	- - - - 10 - - 15 - - - - 5 - - - - 15 -	- 40	14	7	6	3
30 —	0 - 5 - - - - - 5 - 10 - - - - 15 - 15 - - 10 -	- 35	13	7	5	3
25 —	- - - - 10 - 10 - - 0 - - - - 10 -	- 30	12	6	5	2
20 —	0 - - - - - - - - - 10 - - - - 5 -	- 25	11	6	4	2
15 —	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 20	10	5	4	2
10 —	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 15	9	5	4	2
5 —	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 10	8	4	3	2
0 —	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 5	7	4	3	1
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	6	3	2	1
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	5	3	2	1
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	4	2	2	1
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	3	2	2	1
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	2	1	1	0
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	1	1	1	0
	- - - - - - - - - - - - - - - - - -	- 0	0	0	0	0

Т ? L F K 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 Т

Сырые баллы ————— К К К К  
 плюс 0,5К 0,4К 1К 1К 0,2К  
 Сумма сырых баллов + К —————

# Профильный лист к тесту СМ ИЛ (женский вариант)

120 —		— 120	К	0,5	0,4	0,2
115 —	- - - - -	- - - - -	30	15	12	6
110 —	- - - - -	- - - - -	29	15	12	6
105 —	- - - - -	- - - - -	28	14	11	6
100 —	- - - - -	- - - - -	27	14	11	5
95 —	- - - - -	- - - - -	26	13	10	5
90 —	- - - - -	- - - - -	25	13	10	5
85 —	- - - - -	- - - - -	24	12	10	5
80 — 130 —	- - - - -	- - - - -	23	12	9	5
75 — 120 —	- - - - -	- - - - -	22	11	9	4
70 — 110 —	- - - - -	- - - - -	21	11	8	4
65 — 100 —	- - - - -	- - - - -	20	10	8	4
60 — 90 —	- - - - -	- - - - -	19	10	8	4
55 — 80 —	- - - - -	- - - - -	18	9	7	4
50 — 70 —	- - - - -	- - - - -	17	9	7	3
45 —	- - - - -	- - - - -	16	8	6	3
40 —	- - - - -	- - - - -	15	8	6	3
35 —	- - - - -	- - - - -	14	7	6	3
30 —	- - - - -	- - - - -	13	7	5	3
25 —	- - - - -	- - - - -	12	6	5	2
20 —	- - - - -	- - - - -	11	6	4	2
15 —	- - - - -	- - - - -	10	5	4	2
10 —	- - - - -	- - - - -	9	5	4	2
5 —	- - - - -	- - - - -	8	4	3	2
0 —	- - - - -	- - - - -	7	4	3	1
	- - - - -	- - - - -	6	3	2	1
	- - - - -	- - - - -	5	3	2	1
	- - - - -	- - - - -	4	2	2	1
	- - - - -	- - - - -	3	2	2	1
	- - - - -	- - - - -	2	1	1	0
	- - - - -	- - - - -	1	1	1	0
	- - - - -	- - - - -	0	0	0	0

T ? L F K 1 2 3 4 5 6 7 8 9 0 T

Сырые баллы

К К К К

плюс

0,5К

0,4К

1К

1К

0,2К

Сумма сырых  
баллов + К

— — — — —

# Регистрационный лист

(Ответ «верно» отметьте в соответствующей клеточке крестиком над номером, ответ «неверно» – под номером)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150
151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210
21	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270
271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300
301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330
331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360
361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390
391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420
421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450
451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466	467	468	469	470	471	472	473	474	475	476	477	478	479	480
481	482	483	484	485	486	487	488	489	490	491	492	493	494	495	496	497	498	499	500	501	502	503	504	505	506	507	508	509	510
511	512	513	514	515	516	517	518	519	520	521	522	523	524	525	526	527	528	529	530	531	532	533	534	535	536	537	538	539	540
541	542	543	544	545	546	547	548	549	550	551	552	553	554	555	556	557	558	559	560	561	562	563	564	565	566				

Ключи к С М И Л  
Базисные шкалы

**Шкала L**

*Верно* 0

*Неверно* 15:15 30 45 60 75 90 105 120 135 150 165 195 225 255 285

**Шкала F**

*Верно* 45:14 23 27 31 33 34 35 40 42 48 49 50 53 56 66 85 121 123 139 146 151 156 168 184  
197 200 202 205 206 209 210 211 215 218 227 245 246 247 252 256 269 275 286 291 293

*Неверно* 20:17 20 54 65 75 83 112 113 115 164 169 177 185 196 199 220 257 258 272 276

**Шкала K**

*Верно* 1:96

*Неверно* 29:30 39 7 1 89 124 129 134 138 142 148 160 170 171 180 183 217 234 267 272 296  
316 322 374 383 397 398 406 461 502

**Шкала 1**

*Верно* 11:23 29 43 62 72 108 114 125 161 189 273

*Неверно* 22:2 379 18 51 55 63 68 103 130 153 155 163 175 188 190 192 230 243 274 281

**Шкала 2**

*Верно* 20:5 13 23 32 41 43 52 67 86 104 130 138 142 158 159 182 189 193 236 259

*Неверно* 40: 2 8 9 18 30 36 39 45 45 51 57 58 64 80 88 89 95 98 107 122 131 152 153 154 155  
160 178 191 207 208 238 241 242 248 263 270 271 272 285 296

**Шкала 3**

*Верно* 12:10 23 32 43 44 47 76 114 179 186 189 238

*Неверно* 47: 2 3 6 7 8 9 12 26 30 51 55 71 89 93 103 107 109 124 128 129 136 137 141 147 153  
160 162 163 170 172 174 175 180 188 190 192 201 213 230 234 243 265 267 274 279 289  
292

**Шкала 4**

*Верно* 24:16 21 24 32 33 35 38 42 61 67 84 94 102 106 110 118 127 215 216 224 239 244 245  
284

*Неверно* 26:8 20 37 82 91 96 107 137 141 155 170 171 173 180 201 231 235 237 248 267 287  
294 296 134 183 289

**Шкала 5 для мужчин**

*Верно* 28: 4 25 69 70 74 77 78 87 92 126 132 134 140 149 179 187 203 204 217 226 231 239 261  
278 282 295 297 299

*Неверно* 32:1 19 28 79 80 81 89 99 112 115 116 117 120 133 144 176 198 214 219 221 223  
229 249 254 262 264 280 283 300 26 213 260

**Шкала 5 для женщин**

*Верно* 25:4 25 70 74 77 78 87 92 126 132 133 134 140 149 187 203 204 217 226 239 261 278  
282 295 299

*Неверно* 35:1 19 26 28 69 79 80 81 89 99 112 115 116 117 120 144 176 179 198 213 214 219  
221 223 229 231 249 254 262 264 280 283 297 300 260

### Шкала 6

**Верно 25:**15 16 22 24 27 35 110 121 123 127 151 157 158 202 275 284 291 293 299 305 317  
338 341364 365

**Неверно 15:**93 107 109 111 117 124 268 281 294 313 316 319 327 347 348

### Шкала 7

**Верно 38:**10 15 22 32 41 67 76 86 94 102 106 142 159 182 189 217 238 266 301 304 305 317  
321 336 337 340 342 343 344 346 349 351 352 356 357 359 360 361

**Неверно 9:**3 8 36 122 152 164 178 329 353

### Шкала 8

**Верно 59:**15 16 21 22 24 32 33 35 38 40 41 47 52 76 97 104 121 156 157 159 168 179 182 194  
202 210 212 238 241 251 259 266 273 282 291 297 301 303 305 307 312 320 324 325 332  
334 335 339 341 345 349 350 352 354 355 356 360 363 364

**Неверно 19:**8 17 20 37 65 103 119 177 178 187 192 196 220 276 281 306 309 322 330

### Шкала 9

**Верно 35:**11 13 21 22 59 64 73 97 100 109 127 134 143 156 157 167 181 194 212 222 226 228  
232 233 238 240 250 251 263 266 268 271 277 279 298

**Неверно 11:**101 105 111 119 120 148 166 171 180 267 289

### Шкала 0

**Верно 34:**32 67 82 111 117 124 138 147 171 172 180 201 236 267 278 292 304 316 321 332  
336 342 357 377 383 398 411 427 436 455 473 487 549 564

**Неверно 36:**25 33 57 91 99 119 126 143 193 208 229 231 254 262 281 296 309 353 359 371 391  
400 415 440 446 449 450 451 462 469 479 481 482 505 521 547

В процессе обработки данных тестирования необходимо помнить о той ответственности, которая лежит на пользователе психодиагностической методики, особенно такой, какой является методика СМЛЛ. Данные тестирования должны служить интересам обследуемого человека и не приносить ему вреда. В противном случае доверие пациента (клиента) к психологическому диагнозу будет подорвано, а сама психология в глазах обследуемых дискредитирована (см. §§ 1.5 и 1.6 первой части книги).

«Психодиагностика - тонкое и обоюдоострое оружие, - пишет Л. Н. Собчик, - она многое может - потому и необходима, но потому же и опасна. Только тот, кто ответственно относится к непрерывному повышению своего профессионального мастерства, строг и требователен к себе и другим при выборе не только инструмента тестирования, но и средств реализации его эффекта, способен по-настоящему помочь людям и удостоиться чести носить имя «инженера человеческих душ» [Л. Н. Собчик, 15, с. 89].

Следует помнить, что профили обследуемых (особенно для лиц с достаточно высоким интеллектом) могут дать до 10 % недостоверной информации. Это следует учитывать, если результаты тестирования имеют особую значимость для дальнейшей судьбы пациента (клиента).

## Интерпретация базисных шкал ММРІ\*

Интерпретацию шкал ММРІ рекомендуется проводить не по порядку их следования, а по степени их значимости, то есть исходя из «высоты» показателей этих шкал. Шкалы принято делить на четыре группы.

1. Первая группа шкал выявляет *стенические свойства личности* (шкалы 4, 6, 9).
2. Вторая группа шкал определяет *гипостенические черты личности* (2, 7, и нулевая шкалы).

\* Интерпретация базисных шкал ММРІ приводится в сокращенном виде по данным Л. Н. Собчика. См. [Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМЛЛ. - СПб., 2000. - с. 32-81].

3. Третья группа шкал - шкалы "смешенного типа реагирования" (1 и 3 шкалы).
4. Четвертая группа шкал стоит особняком (5 и 8 шкалы). Повышенная у мужчин и пониженная у женщин шкала 5 смягчает стенические характеристики, а шкала 8 - усиливает индивидуальность как у мужчин, так и у женщин.

## Первая шкала (шкала невротического сверхконтроля)

Будучи ведущим пиком (60Т-69Т) в профиле, эта шкала выявляет мотивационную направленность личности на соответствие нормативным критериям (ориентация на правила, инструкции, указания, инертность в принятии решений, сверхответственность в сочетании с тенденцией к избеганию серьезной ответственности из-за страха не справиться).

В межличностных отношениях для индивидов с такими показателями шкалы характерны высокая требовательность к себе и другим в плане соответствия моральным критериям социума. Характерными чертами таких индивидов являются скупость эмоциональных проявлений, осторожность, осмотрительность. Повышенные данные по первой шкале свидетельствуют о склонности индивида к профессиональной деятельности, где требуются такие качества, как исполнительность, умение подчиняться установленным порядкам, следовать инструкциям и директивам, умение сдерживать присущие человеку слабости, противостоять соблазнам. Это тип конторского служащего, добросовестного чиновника. Такие индивиды могут работать в службе безопасности, в охране труда, кадровой службе в армии и на флоте. Повышенные показатели по первой шкале встречаются также у служителей культа, миссионеров и у части педагогов.

Индивиды с профилем, в котором первая шкала *превышает 65Т и преобладает над другими*, относятся к *сенсорно-тревожному (мнительному) типу акцентуации характера*.

В структуре невротических расстройств высокие показатели по первой шкале (свыше 70Т) выявляют ипохондрическую симптоматику. Индивиды с такими показателями постоянно ищут помощи, чудесных целителей, переходя от одного врача к другому.

«В целом у индивидов этого типа, - отмечает Л. Н. Собчик, - во всех их жизненных перипетиях просматривается судьбоносная нить, проявляющаяся неудовлетворенностью от несовершенства людей и тех законов нравственности, которыми они руководствуются ... Наиболее успешная социальная роль их - рьяный исполнитель законов, хранитель традиций, блюститель нравственности, оберегающий других от рискованных поступков. При этом окружающие нередко называют такого человека занудой или ханжой» [15, с. 37-38].

## Вторая шкала (шкала пессимистичности)

Вторая шкала относится к группе гипотимного круга, характерного для слабого типа высшей нервной деятельности. Ведущей мотивационной направленностью индивида с показателями второй шкалы, не выходящими за пределы нормы, является избегание неудач. Для данного типа свойственны следующие особенности: пессимистическая оценка своих перспектив, склонность к раздумьям, инертность в принятии решений, аналитический склад ума, скептицизм и самокритичность, неуверенность в своих возможностях. Стиль межличностного общения проявляется чертами зависимости, которые наиболее заметны в контактах с авторитетной личностью или с объектом привязанности.

Потребность в понимании, любви, доброжелательном отношении к себе (аффилиативная потребность) - одна из ведущих и никогда не насыщаемых потребностей.

Больше всего такие люди тяготеют к кабинетному стилю работы с гуманитарным или общетеоретическим направлением, где особенно важно серьезное, вдумчивое отношение к выполняемой работе.

Показатели 65Т-75Т по второй шкале выявляют акцентуацию характера по гипотимному (гипостеническому) типу.

*Высоте показатели по второй шкале (свыше 75Т) могут быть связаны с ситуацией резко-го разочарования после пережитой неудачи или в связи с заболеванием, нарушающим ход жизни и перспективные планы человека. Такое состояние характеризуется депрессивной реакцией, склонностью к острому переживанию неудач, к повышенному чувству вины, с самокритичным отношением к себе, к своим недостаткам, с неуверенностью в своих силах.*

Лица с преобладанием показателей по второй шкале отличаются наибольшей ранимостью по отношению к жизненным невзгодам, стремлением уйти от конфронтации с жесткими законами реальной жизни. Для этого типа личности характерен фатализм, то есть тенденция полагаться на авось, на то, куда «кривая вывезет». Это страстотерпцы, они упиваются своей ролью, безропотно несут крест. При наличии соответствующих условий люди этого типа могут успешно реализовывать свои способности, проявляя подчеркнутую ответственность. Даже в криминальной среде они способны выполнять только «честную» или ведомую роль (например, роль казначея). Если такие люди имеют высокий интеллект, то они тяготеют к серьезным общениям. Социальная роль таких людей - формирование гениальных идей и либеральных тенденций в тиши кабинетов. По своей воле во власть они не вхожи, но ореол святости им льстит» [там же, с. 41].

### Третья шкала (шкала эмоциональной лабильности)

Повышение профиля по данной шкале выявляет неустойчивость эмоций и конфликтное сочетание разнонаправленных тенденций: высокий уровень притязаний сочетается с потребностью в причастности к интересам группы, эгоистичность - с альтруистическими декларациями, агрессивность - со стремлением нравиться окружающим [там же, с. 42].

*Лица с ведущими показателями по третьей шкале отличаются демонстративностью, яркостью эмоциональных проявлений, неустойчивостью самооценки. Тип восприятия у таких людей и тип мышления - наглядно-образный, они мыслят образами, имеющими эмоциональную окраску.*

Оставаясь базовой характеристикой, эмоциональная лабильность проявляется у них как ведущая тенденция, придающая мышлению наглядно-образный стиль.

Артистичность поз, мимики и жестов привлекают внимание окружающих, что служит стигмулирующим фактором, возбуждающим и льстящим их тщеславию. Людям такого-типа необходима самодемонстрация, повышенная эмотивность, склонность к перевоплощению. Потребность к сопричастности к общему настроению окружающих создает благоприятную почву для самоопределения в сфере артистической деятельности, в сфере педагогики и общественной деятельности. Люди с высокими показателями по третьей шкале способны и подчиняться и командовать, легко переходя от одной социальной роли к другой. Они могут найти себе место в сфере обслуживания, в художественной самодеятельности, на административной работе, в офицерской кадровой службе.

*Профиль с ведущими показателями третьей шкалы (70Т) выявляет акцентуацию характера поистероидному типу. При показателях по этой шкале выше 75Т у индивида наблюдается повышенная нервозность, слезливость, излишняя драматизация происходящих событий, склонность к сужению сознания вплоть до обмороков. На социальной арене эти люди чаще всего - идущие за лидером, спутники и глашатаи «героя». В политике - красноречивые популисты, вследствие тщеславия и субъективной неустойчивости, легко меняющие линию своего поведения [15, с. 45].*

*Низкие показатели по третьей шкале (ниже 50Т) свидетельствуют о большей эмоциональной устойчивости.*

### Четвертая шкала (шкала импульсивности)

Нормативный разброс показателей по четвертой шкале свидетельствует об активной личностной позиции индивида, высокой поисковой активности. В структуре мотивационной на-

правленности у индивида наблюдается преобладание мотивации достижений, уверенность и быстрота в принятии решений. Спонтанная активность может иногда приводить к сиюминутным побуждениям вопреки здравому смыслу и интересам окружающего социума.

У представителей с преобладанием показателей четвертой шкалы интуитивный, эвристический стиль мышления. Чаще всего у них проявляются такие характерологические черты, как нетерпеливость, склонность к риску, неустойчивые, часто завышенные притязания. Выказывания и действия их зачастую опережают планомерную и последовательную продуманность поступков. Этим людям присуща доминантность, что, конечно, не означает наличие лидерских качеств и способностей. У них отсутствует конформность. Они плохо переносят однообразие, монотонность, стереотипный вид деятельности навевает на них скуку.

Высокие показатели по четвертой шкале (выше 70Т) выявляют гипертимный (возбудимый) тип акцентуации характера.

*Высокий пик* по данной шкале (выше 75Т) выявляет *психопатические черты возбудимого типа*, выраженную импульсивность, конфликтность.

*Низкие показатели шкалы свидетельствуют* о снижении мотивации достижений, об отсутствии спонтанности, непосредственности поведения, хорошем самоконтроле, честолюбии, об отсутствии стремления к независимости, о приверженности общепринятым нормам поведения и конформизме.

*В клинике психических заболеваний высокие показатели по четвертой шкале (выше 90Т) свидетельствуют* о маниакальном синдроме или психопатоподобной картине заболевания. Повышенные же показатели (выше 75Т) могут также служить признаком нарастающей социальной дезадаптации при начинающейся шизофрении.

Нельзя удержаться от соблазна привести довольно четкую, аргументированную характеристику этого типа личности в трактовке Людмилы Николаевны Собчик: «Страстная устремленность к самореализации у эмоционально незрелых и интеллектуально неразвитых людей этого типа настолько диссоциирует с реальными возможностями, что иной раз не оставляет этим личностям иного пути к самоутверждению, кроме антисоциального, начиная с «борьбы» с собственными родителями и школой и кончая серьезными противоправными поступками. При достаточно высоком интеллекте такие люди способны добиться большего, чем любые другие типологические варианты. Это те независимо мыслящие личности, которые способны дерзать, покушаясь на устоявшиеся догмы и старые традиции - в сфере ли знания, в социальных ли устоях.... Эта тенденция неотвратимо влечет человека, как неуправляемая лошадь - наездника, то ли к вершинам триумфа, то ли в бездну падения» [15, с. 52].

## Пятая шкала (шкала мужественности — женственности)

Повышенные показатели по пятой шкале означают отклонение от типичного для данного Пвля ролевого поведения и усложнение сексуальной межличностной адаптации.

Так, для мужчин повышенные показатели выявляют пассивность личностной позиции, гуманистическую направленность интересов, сентиментальность, утонченность вкуса, потребность в дружелюбных гармоничных отношениях, чувствительность, ранимость.

Относительно низкие показатели пятой шкалы (50Т и ниже) выявляют у мужчин типичный мужской стиль поведения - жесткость характера, отсутствие сентиментальности, склонность к полигамии.

*У женщин высокие показатели пятой шкалы отражают* такие черты, как мужественность, независимость, стремление к эмансипации, к самостоятельности в принятии решений. При повышенной пятой и низкой третьей шкалах обнаруживается отсутствие у женщин кокетливости, присущей женщинам, мягкости в общении, дипломатичности в межличностных контактах, отмечаются характерные для мужчин особенности социального поведения. *Низкие же показатели пятой шкалы (ниже 50Т) в женском профиле отражают* ортодоксальную женствен-

ность, женский стиль поведения, стремление быть опекаемой, найти опору в мужчине, сентиментальность, любовь к детям, приверженность семейным традициям и т. п.

«Ведущая в профиле пятая шкала оказывает влияние на судьбу человека в основном в связи с затрудненной сексуальной адаптацией, что приводит к сублимации примитивно-чувственной потребности в социализированную активность, если речь не идет о патологии. Если же сексуальное влечение выходит из-под контроля, осознается человеком как неизбежность и неотвратимость, то оно реализуется в неадекватном направлении, а судьба человека подвергается серьезным потрясениям, так как такой способ самореализации осуждается обществом или встречает непонимание. В общественно-культурной жизни наиболее активные личности типа «5» - это организаторы социального движения за сексуальные меньшинства, хиппи, суфражистки, создатели домов мод, особых шоу и театральных представлений, в которых женские роли исполняют мужчины» [Л. Н. Собчик, 15, с. 57].

## Шестая шкала (шкала ригидности)

Шкала ригидности, будучи единственным пиком в профиле, не выходящем за рамки нормального разброса, выявляет устойчивость интереса, упорство в отстаивании собственных мнений, активность позиции, усиливающиеся при противоборстве внешних сил, практичность, стремление опираться на собственный опыт, синтетический склад ума, тяготение к точным наукам.

Характерными чертами лиц с высокими показателями по шестой шкале являются аккуратность, верность своим принципам, прямолинейность и упорство в отстаивании собственных принципов, взглядов и мнений, но и недостаточно гибкая переключаемость при внезапных нестандартных ситуациях. Это реалистичный, рациональный тип личности, отличающийся естественностью\* и негибкостью установок.

В межличностных контактах у лиц с повышенной шестой шкалой проявляются выраженное чувство соперничества, соревновательность, стремление к отстаиванию престижной роли в референтной группе. При хорошем интеллекте и высоком профессионализме лица типа «6» часто становятся лидерами. Люди с высокими показателями шестой шкалы встречаются среди спортсменов, математиков, экономистов, инженерно-технических работников, хозяйственников и в других видах деятельности, где ценятся точность, расчет, системный подход.

Л. Н. Собчик приводит интересные данные по категории людей, у которых достаточно высокие, но не выходящие за пределы нормы показатели по шестой шкале: высокий пик по шестой шкале встречается у спортсменов, у которых выносливость к стрессу и выраженное чувство соперничества часто приводит к успеху. Такой же пик по шестой шкале встречается и у художников, отражающих в своих полотнах индивидуальный стиль живописи. Иногда в их среде можно встретить лиц, у которых 6 и 8 шкалы выше 90Т, а вторая шкала оказывается утопленной (ниже 50Т). Эти люди неподвластны какой-либо коррекции стиля своей жизни, они своевольны, непредсказуемы и упорны в творческом самоутверждении, периодически вступают в конфликт с близким окружением и официальными кругами, чаще всего обречены на нелегкую судьбу. Примеры тому - жизнеописания Родена, Сезанна, Ван-Гога, Микеланджело, Буонарроти.

Профиль с пиком по шестой шкале (70Т и выше) характерен для акцентуированных личностей (эпилептоидный тип акцентуации по А. Е. Личко, «застревающий» - по К. Леонгарду).

Лица с ведущим пиком шестой шкалы, у которых показатели как по этой шкале, так и по другим находятся в пределах нормы, обычно дают низко расположенный общий профиль личности. Это скорее всего связано с повышенным чувством их настороженности и недоверчивости. Особенно должны настораживать профили с утопленной шестой шкалой. Показатели по 6 шкале ниже 50Т неправдоподобны.

\* Стеничность - характеристика высокой работоспособности индивида, устойчивости к различным помехам, способности к длительной непрерывной деятельности.

В криминальной среде высокие показатели по шестой шкале характерны для лиц, способных на корыстные преступления, а в сочетании с высокой восьмой шкалой отражают их враждебно-агрессивные тенденции.

Коррекция поведения лиц с высокой шестой шкалой является весьма трудной задачей. Стратегия взаимодействия с личностью такого типа, отмечает Л. Н. Собчик, должна быть направлена на то, чтобы мнение корригирующего лица (психолога, педагога, руководителя, врача) не являло, но опосредованно стало убеждением его самого. При этом у него должна остаться иллюзия, что эта убежденность была всегда и что она, эта убежденность, исходит от самого индивида, а психолог лишь выявил и подтвердил ее правильность. Форма советов должна быть достаточно конкретной и исходить с учетом опыта индивида: «Как Вы уже говорили...», «Как следует из Вашего опыта...», «Вы и сами так думаете...» и т. п. Наиболее действенной при этом является рациональная психотерапия (применение защитного механизма рационализации). Наиболее убедительными оказываются аргументы, доказывающие, что гневные реакции и действия, диктуемые враждебным настроением, сами по себе являются вредными для индивида.

Предоставим слово Л. Н. Собчик:

«Судьба личностей с определяющей ролью шестой шкалы в профиле всегда сложна. Это люди, которые как бы «вызывают огонь на себя». Пристрастно и неравнодушно относясь к явлениям окружающей жизни, они упорно отстаивают свое мнение как единственное верное. Одержимые той или иной идеей, они способны преодолеть множество препятствий для ее реализации. ...Лишенные гибкости и маневренности, личности типа «6» легко наживают себе врагов, но если врагов нет, то они способны их выдумать и бороться с ними, несуществующими, так как никому не верят и легко загораются враждебностью. Ревнивые в любви, они также ревнивы к чужому успеху, что служит базой для формирования устойчивого духа соперничества. Не прощая обид, лица этого типа могут реализовать свою месть длительное время спустя и весьма жестоким образом.

Их агрессивная реакция всегда избыточна по отношению к причине конфликта. Допустим, вы оскорбили человека, обозвав его дураком. Индивид типа «2» скажет: «Грустно, но это, пожалуй, верно»; тип «3» ответит вас в уголок и прошепчет: «Потише, пожалуйста: совсем ни к чему, чтобы об этом узнали другие»; тип «4» отразит удар мгновенной реакцией: «Сам дурак!»; тип «5» огорченно пролетечет: «Ну, зачем же так грубо, можно было ласково сказать - дурачок»; тип «6» разъярится и пойдет на вас с кулаками: «Ах, я дурак?! Так я тебя убью!» [15, с. 63].

## Седьмая шкала (шкала тревожности)

Повышенный профиль по седьмой шкале характерен для индивидов с высокой чувствительностью, повышенной к опасности. Такие люди не уверены в себе, у них проявляется мотивация избегания неудач, сенситивность, зависимость от мнения большинства. Характерными чертами является развитое чувство ответственности, совестливости, обязательности, повышенная тревожность в отношении даже мелких житейских проблем, тревога за судьбу близких. Им свойственны чувство эмпатии, сострадания и сопереживания, зависимость от объекта привязанности и от любой сильной личности.

В качестве защитного механизма можно отметить ритуальные (навязчивые) действия, у некоторых - истовую религиозность, приверженность к интересам клана, семьи, референтной группы. Выбор профессии в основном ограничивается ориентацией на сферу гуманитарных интересов: литература, медицина, биология, история, и другие области, где удовлетворяется потребность в избегании стрессов. Монотония такими лицами переносится легко.

При показателях седьмой шкалы выше 70Т повышенная тревожность определяется уже не как черта, а как состояние, которое, как правило, связано с длительной предшествующей невротизацией. Значительное повышение седьмой шкалы выявляет психастенический харак-

тер (тревожно-мнительный). Лица данного круга отличаются неуверенностью в себе, нерешительностью, тенденцией к тщательной перепроверке своих поступков и проделанной работы. Весьма обязательные и ответственные, эти люди в то же время отличаются зависимой позицией, ориентацией на мнение группы, высоко развитым чувством долга и приверженностью к общепринятым нормам, склонностью к конформизму, тенденцией реагировать повышенным чувством вины и самобичеванием за малейшие неудачи и ошибки. Любой ценой стремясь избежать конфликтов, психастеники действуют на пределе своих возможностей, чтобы заслужить одобрение окружающих, а главное - что еще труднее - собственного одобрения. У таких людей наблюдается большой разрыв между реальным и идеальным «Я», то есть отмечается устремленность к недостижимому идеалу. В связи с этим они постоянно находятся в состоянии напряженности и неудовлетворенности, стремятся навязчивыми и избыточными действиями найти для себя некоторое успокоение [Там же, с. 66].

## Восьмая шкала (шкала индивидуальности)

Люди, у которых имеются повышенные показатели по восьмой шкале, занимают обособленно-созерцательную позицию, у них наблюдается аналитический склад мышления, склонность к раздумьям, превалирующие над чувствами. При хорошей интеллектуальности люди данного типа отличаются творческой ориентацией, оригинальностью высказываний и суждений, своеобразием интересов и увлечений.

Индивидуальность у них настолько выражена, что прогнозировать их высказывания и поступки, сравнивая с определенными стереотипами, - бесполезное дело. Больше всего такие люди ориентированы на свой субъективизм и интуицию. Они скорее рациональны, чем эмоциональны, хотя в определенной степени и оторваны от реальности окружающего мира. Лица, тяготеющие к поискам новизны, проявляющие интерес в сфере психологии, психиатрии, теософии\*, научных изысканий, отличаются наличием в профиле повышенной восьмой шкалы с соответствующими повышениями 7, 2 или 5 шкал. У лиц, выбирающих разного рода романтические профессии (моряки, геологи, археологи, путешественники и т. п.), повышенная восьмая шкала сочетается с высокой четвертой или девятой шкалой. Субъективизм, индивидуальность лиц с высокой восьмой шкалой нередко служат одним из факторов их социальной дезадаптации.

Высокая восьмая шкала характерна для акцентуации по экспансивно-шизоидному типу, отличающемуся подчеркнутым нонконформизмом и противопоставлением окружению своих субъективных установок, взглядов и суждений.

*Показатели восьмой шкалы, расположенные выше 80Т*, выявляют психопатические варианты шизоидного типа реагирования. Однако следует иметь в виду, что по одному только профилю СМИЛ судить о диагнозе трудно, так как профиль отражает в основном особенности эмоционального состояния и личностные свойства человека, а значительная часть профилей больных шизофренией не имеют отчетливые пики по восьмой шкале.

Профиль с ведущими 8 и 7 шкалами характерен для лиц, у которых могут наблюдаться внутренняя напряженность, тревожность, нервозность, отгороженность, чувство душевного дискомфорта, неуверенности. У таких лиц наблюдается снижение общей продуктивности в работе, комплекс вины и неполноценности.

*Низкие же показатели восьмой шкалы (ниже 50Т)* отмечаются у лиц с небогатой фантазией, шаблонно мыслящих, трезвых и практических.

Судьбаличностей типа «8» непредсказуема. Индивидуальность их своеобразна. Они трудно адаптируются в жизни, отличаются своеобразием мотивации и сферы интересов. Иногда пред-

\* Теософия - религиозно-мистическое учение о единении человеческой души с божеством и о возможности непосредственного общения с потусторонним миром.

ставители «8» оцениваются как стрессоустойчивые. Однако это не так. Если задетыми оказываются их истинные ценности, то выявляется чрезвычайно низкая стрессоустойчивость. Личности типа «8», лишённые возможности вписаться в предлагаемую им социальную нишу, могут оказаться непонятыми, изгоями, чужаками, которых избегают, осуждают и сторонятся. Те же из них, кто обладает незаурядными способностями, вызывают уважение и восхищение, хотя для обыденного человека они остаются загадкой. К семейной жизни люди типа «8» совершенно не приспособлены.

В связи с тем, что люди типа «8» обладают высокой интуицией и способностью мыслить трансцендентно (то есть глобальными категориями), среди них часто встречаются предсказатели судеб, экстрасенсы, врачеватели, астрологи, психологи, психиатры, философы, теологи, руководители религиозных сект и неформальных групп [Л. Н. Собчик, 15, с. 75].

## Девятая шкала (шкала оптимистичности)

Ведущий пик по девятой шкале отражает активность позиции, высокий уровень жизнелюбия, уверенность в себе, склонность к шуткам и проказам, высокую мотивацию достижений. Однако эта мотивация ориентирована в большей степени на моторную и речевую сверхактивность, нежели на конкретные цели деятельности. В характерологических чертах преобладают беспечность, радостное восприятие окружающего мира, уверенность в будущем.

Повышение девятой шкалы определяет акцентуацию по гипертимному или экзальтированному типу, выявляет завышенную оценку, легкость в принятии решений, беспечность поведения, снисходительное отношение к своим промахам и недостаткам, эмоциональные всплески с быстрой отходчивостью, непостоянство в привязанностях, влюбчивость. То есть это те черты характера, которые свойственны юношескому возрасту, но воспринимаемые как инфантилизм для взрослого человека.

Коррекция поведения для лиц типа «9» возможна через авторитетного лидера или мнение референтного лица или группы с учетом таких личностных черт, как повышенное тщеславие и неустойчивость интересов. Работа психотерапевта должна быть связана с повышением уровня самоконтроля и самосознания и по направлению спонтанной активности в социально полезное русло.

*Низкие показатели по девятой шкале* выявляют снижение уровня оптимизма, жизнелюбия и активности.

Взрослый человек, принадлежащий к типу «9», - неисправимый оптимист, опьяненный радостью бытия: ему и море по колено. Если ему что-то не удастся, то ложь и хвастовство компенсируют нанесенный самооценке ущерб, оставляя ее неизменно высокой благодаря мощному защитному механизму отрицания проблем. «Легко шагая по жизни, личности этого типа чрезвычайно милы на расстоянии, но неисправимо безответственны и необязательны в семейной жизни и в работе. Они могут проявлять достаточную (и даже завидную) настойчивость и исполнительность только в таких видах деятельности, которые приносят им радость и полностью совпадают с их потребностью в самореализации» [15, с. 79.]

## Нулевая шкала (шкала социальной инверсии)

*Повышение нулевой шкалы* выявляет пассивность личностной позиции и большую обращенность в мир внутренних переживаний (интровертированность), сужение уровня включенности в социальную среду, замкнутость. Возникают трудности в налаживании отношений при вхождении в новую социальную микросреду.

*Нулевая шкала показателями 65Т-70Т* отражает инертность в принятии решений, скрытность, избирательность в контактах, стремление к избеганию конфликтов ценой значительного сужения сферы межличностных контактов, что свойственно акцентуации по типу интровертиро-

ванной личности. В ситуации стресса у таких людей могут наблюдаться заторможенность, уход от контактов, бегство от проблем в одиночестве. Иногда они производят впечатление общительных, но это дается им ценой значительного напряжения, о котором знают лишь они сами.

Если нулевая шкала - единственный пик в профиле, то у женщин это свидетельствует о скромности, приверженности семейным интересам, социальной уступчивости, а у мужчин выявляет типичный вариант интроверсии (ригидность установок, субъективизм, раздражительность, замкнутость).

Низкие показатели нулевой шкалы, напротив, демонстрируют не только общительность и отсутствие застенчивости, но и непринужденность в выставлении напоказ своих психологических особенностей.

Коррекция поведения лиц с высокими показателями нулевой шкалы затруднена из-за замкнутости, неоткровенности и возможна лишь в ситуации завоевания доверия пациента, (клиента) [15, с. 81].

Более подробно об анализе, интерпретации и целостной оценке профиля личности СМИЛ см. замечательную работу Л. Н. Собчик - Практическое руководство СМИЛ\*.

В качестве примера кратко описания профиля личности приводится профиль испытуемого В. И. Шерстова (профиль № 5 из книги Л. Н. Собчик\*\*).

## Кодирование профиля

Наряду с графическим изображением профиля он может быть представлен в виде кода. Рассмотрим наиболее употребительный способ кодирования профиля по Хатуэму:

- шкалы, находящиеся в зоне 45Т-55Т, не записываются, вместо них проставляется прочерк « - »;
- шкалы, расположенные выше 70Т или на отметке 70Т, отделяются апострофом «'»;
- за ними приводятся шкалы, находящиеся в зоне 56Т-69Т;
- затем ставится знак «/», после чего записываются шкалы, расположенные ниже 45Т;
- показатели шкал достоверности приводятся в «сырых» баллах последовательно, вначале шкала, имеющая наибольшим показателем в баллах, затем по мере убывания показателя. При этом перед рядом шкал (L, F, K) ставится знак «X», если хотя бы по одной из них профиль недостоверен.

*Пример:*

Получен код профиля «28 047-/9ЕК1». Расшифровка кода:

шкалы 2 и 8 находятся на отметке 70Т или выше;

шкалы 0, 4 и 7 находятся в пределах 55Т-69Т;

шкала 9 располагается ниже отметки 45Т;

шкалы 1, 3, 5, 6 находятся в пределах 45Т-55Т.

Примечание:

Каждая из групп шкал кода записывается следующим образом: в начале производится запись шкалы, имеющей наибольший показатель. Затем следуют шкалы по мере убывания фактических показателей, например: 45; 047; 403 и т. д.

Более подробная интерпретация базисных шкал и профиля личности в целом приводится Л. Н. Собчик в ее книге «Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ» [15].

\* Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМИЛ. - СПб: Речь, 2000. - С. 32-92.

\*\* Там же. - С. 104-105.

Ниже в качестве примера представлено описание профиля личности испытуемого В. И. Шерстова по книге Л. Н. Собчик [15, с. 104-105].

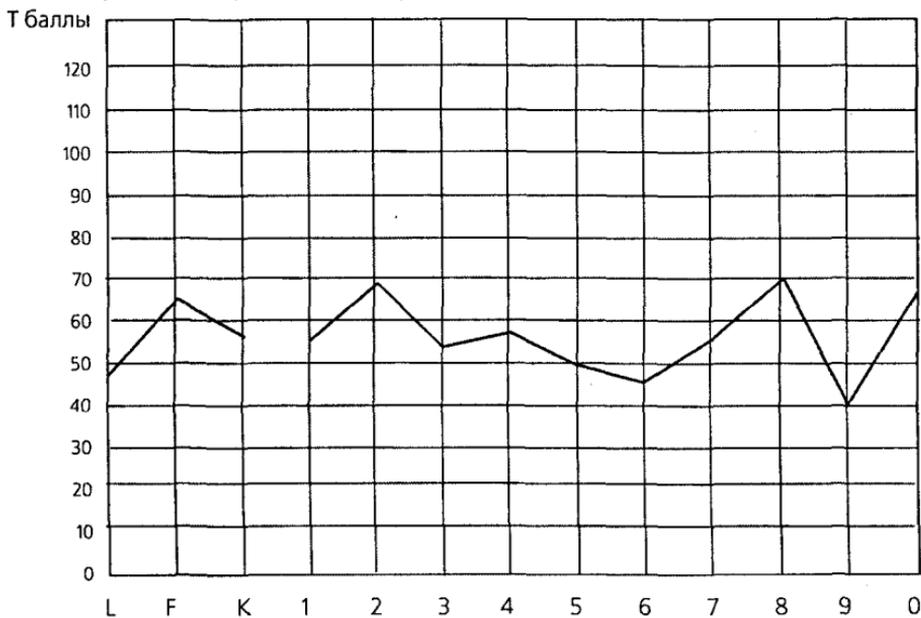
В конце данного параграфа приведены образцы профильного листа (мужской и женский варианты).

## Профиль личности испытуемого В. И. Шерстова

Шерстов В. И. ПОЛ - мужской, возраст - 35 лет, образование - высшее.

Код профиля - «28047-/9».

Результаты тестирования достоверны.



Шкалы	L	F	K	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
Т-баллы	47	65	57	55	69	55	58	50	46	56	68	40	67

Акцентуированный профиль. Астенический тип реагирования. Пассивный индивидуализм. В ситуации неуспеха - позиция страдательная. Ограничена социальная активность.

**Мотивационная направленность:** избегание ситуаций, грозящих неуспехом. Уход от конфронтации.

Настроение сниженное. Стремление ценою определенных усилий скрывать свои эмоции. Склонность к размышлениям и поиски смысла жизни мешают непосредственности чувств. Интровертный, сенситивно-индивидуалистический тип реагирования.

**Стиль общения:** сдержанность, выраженная избирательность в контактах, индивидуализм.

**Реакция на стресс:** в момент возникновения стрессовой ситуации могут усиливаться тормозимые тенденции и стремление к ограничению социальной активности. Уход от социальной активности в мир внутренних переживаний и фантазий.

Временами может проявляться импульсивность. Отмечается снижение уровня оптимизма и активности, замкнутость.

**Защитные механизмы:** в сложной ситуации отторжение сиюминутных потребностей, ограничительное поведение, сужающее диапазон активности, уход в мир субъективно значимых интересов.

**Тип восприятия:** аналитический, вербальный. Склонность к широким обобщениям, рассуждательству.

Потребность в ограничении контактов и избегании конфликтов. Потребность в познании нового, «неведомого», «таинственного», в сохранении собственной индивидуальности.

**Коррекционный подход:** воздействие возможно лишь через преодоление закрытости, с учетом своеобразия внутреннего мира, индивидуальных особенностей. НЛП, гештальт-терапия.

**Черты характера:** впечатлительность, неудовлетворенность, своеобразие высказываний и поступков. Стремление соблюдать дистанцию между собой и окружающими. Повышенная склонность к самоанализу, субъективизм. В благоприятных условиях может проявиться стремление к самореализации в своеобразном направлении. Пессимизм в оценке своих перспектив.

**Условия оптимальной эффективности:** спокойная обстановка, привычный узкий круг контактов, возможность уединения, покоя. Возможность избегания стрессовых ситуаций.

При длительном эмоциональном напряжении и серьезных неудачах может развиться депрессивная реакция, появиться трудности в межличностных отношениях, повышенное чувство усталости, апатия.

**Рекомендации по выбору профессии:** работа, связанная с абстрактно-гуманитарной направленностью. Деятельность, не сопряженная с широким кругом общения. При успешном стечении обстоятельств это может быть работа, связанная с творческой активностью. Рекомендуется следующий список профессий: программист, ученый, исследователь, хранитель архивов, литературный критик, филолог, лингвист.

## 2.2.2. Личностный опросник «Мини-мульти»

В 1960-х гг. в Психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева Ф. Б. Березиным и М.П. Мирошниковым был предложен адаптированный вариант ММРІ, так называемый «**Мини-мульти**», опросник которого содержит всего 71 вопрос. «Мини-мульти» состоит из 11 шкал, из которых 3 - оценочные, измеряющие искренность, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекции, вносимую чрезмерной осторожностью испытуемого. Остальные восемь шкал являются базовыми и оценивают свойства личности по показателям ипохондрии (Hs), депрессии (D), истерии (Hy), психопатии (Pd), паранойяльности (Pa), психостении (Pt), шизоидности (Sc), гипомании (Ma). В методике «Мини-мульти» свойства личности по показателям «мужественности - женственности» (Mt) и социальной инверсии (Si) не определяются. В отличие от тест-опросника ММРІ, на выполнение которого отводится 40 минут, методика «Мини-мульти» не ограничивается временными рамками, однако они не должны быть слишком большими.

### Инструкция

Внимательно прочтите утверждения в опроснике, которые касаются вашего здоровья и вашего характера. Решите, верно или неверно каждое из представленных утверждений. Не тратьте на обдумывание слишком много времени. Наиболее естественно то решение, которое первым приходит вам в голову. Свой ответ занесите в бланк теста (форма бланка приводится ниже). Если вы согласны с утверждением, запишите «+», если не согласны - «-»

## Опросник

1. У вас хороший аппетит.
2. По утрам вы обычно чувствуете, что выспались и отдохнули.
3. В вашей повседневной жизни много интересного.
4. Вы работаете с большим напряжением.
5. Временами вам приходят в голову такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
6. У вас очень редко бывает запор.
7. Иногда вам очень хотелось навсегда уйти из дому.
8. Временами у вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
9. Временами вас беспокоит тошнота и позывы на рвоту.
10. У вас такое впечатление, что вас никто не понимает.
11. Иногда вам хочется выругаться.
12. Каждую неделю вам снятся кошмары.
13. Вам труднее сосредоточиться, чем большинству людей.
14. С вами происходили (или происходят) странные вещи.
15. Вы достигли бы в жизни гораздо большего, если бы люди не были настроены против вас.
16. В детстве одно время вы совершали кражи.
17. Бывало, что по нескольку дней, недель или целых месяцев вы ничем не могли заняться, потому что трудно было себя заставить включиться в работу.
18. У вас прерывистый и беспокойный сон.
19. Когда вы находитесь среди людей, вам слышатся странные вещи,
20. Большинство знающих вас людей не считают вас неприятным человеком.
21. Вам часто приходилось подчиняться кому-нибудь, кто знал меньше вашего.
22. Большинство людей довольны своей жизнью больше, чем вы.
23. Очень многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
24. Иногда вы сердитесь.
25. Вам определенно не хватает уверенности в себе.
26. У вас часто бывает чувство, как будто вы сделали что-то неправильное или нехорошее.
27. У вас часто бывают подергивания в мышцах.
28. Обычно вы удовлетворены своей судьбой.
29. Некоторые так любят командовать, что вам хочется все сделать наперекор, хотя вы знаете, что они правы.
30. Вы считаете, что против вас что-то замышляют.
31. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
32. Вас часто беспокоит желудок.
33. Часто вы не можете понять, почему накануне были в плохом настроении и раздражены.
34. Временами ваши мысли текли так быстро, что вы не успевали их высказывать.
35. Вы считаете, что ваша семейная жизнь не хуже, чем у большинства ваших знакомых.
36. Временами вы уверены в собственной бесполезности.
37. В последние годы ваше самочувствие было в основном хорошим.
38. У вас были периоды, во время которых вы что-то делали и потом не могли вспомнить, что именно.
39. Вы считаете, что вас часто незаслуженно наказывали.
40. Вы никогда не чувствовали себя лучше, чем теперь.
41. Вам безразлично, что думают о вас другие.
42. С памятью у вас все благополучно.
43. Вам трудно поддерживать разговор с человеком, с которым вы только что познакомились.
44. Большую часть времени вы чувствуете общую слабость.
45. У вас редко болит голова.

46. Иногда вам трудно сохранить равновесие при ходьбе.
47. Не все ваши знакомые вам нравятся.
48. Есть люди, которые пытаются украсть ваши идеи и мысли.
49. Вы считаете, что совершили поступки, которые нельзя простить.
50. Вы считаете, что слишком застенчивы.
51. Вы почти всегда о чем-нибудь тревожитесь.
52. Ваши родители часто не одобряли ваших знакомств.
53. Иногда вы любите немного посплетничать.
54. Временами вы чувствуете, что вам необыкновенно легко принимать решения.
55. У вас бывает сильное сердцебиение, и вы часто задыхаетесь.
56. Вы вспыльчивы, но отходчивы.
57. У вас бывают периоды такого беспокойства, что трудно усидеть на месте.
58. Ваши родители и другие члены семьи часто придираются к вам.
59. Ваша судьба никого особенно не интересует.
60. Вы не осуждаете человека, который не прочь воспользоваться в своих интересах ошибкой другого.
61. Иногда вы полны энергии.
62. За последнее время у вас ухудшилось зрение.
63. У вас часто звенит или шумит в ушах.
64. В вашей жизни были случаи (может быть, только один), когда вы чувствовали, что на вас воздействуют гипнозом.
65. У вас бывают периоды, когда вы необычно веселы без особой причины.
66. Даже находясь в обществе, вы обычно чувствуете себя одиноко.
67. Вы считаете, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.
68. Вы чувствуете острее, чем большинство других людей.
69. Временами ваша голова работает как бы медленнее, чем обычно.
70. Вы часто разочаровываетесь в людях.
71. Вы злоупотребляли спиртными напитками.

# Бланк теста

Ф. И. О. \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_

Образование \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

(Рядом с номером при ответе «верно» зачеркните квадратик «В», при ответе «неверно» - квадратик «Н»)

В		Н
<input type="checkbox"/>	1	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	2	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	3	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	5	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	21	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	22	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	23	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	24	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	25	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	41	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	42	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	43	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	44	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	45	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	61	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	62	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	63	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	64	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	65	<input type="checkbox"/>

L \_\_\_\_\_

F \_\_\_\_\_

K \_\_\_\_\_

В		Н
<input type="checkbox"/>	6	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	7	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	8	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	9	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	10	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	26	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	27	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	28	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	29	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	30	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	46	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	47	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	48	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	49	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	50	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	66	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	67	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	68	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	69	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

4 \_\_\_\_\_

В		Н
<input type="checkbox"/>	11	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	12	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	13	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	14	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	15	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	31	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	32	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	33	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	34	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	35	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	51	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	52	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	53	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	54	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	55	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	71	<input type="checkbox"/>

6 \_\_\_\_\_

7 \_\_\_\_\_

8 \_\_\_\_\_

9 \_\_\_\_\_

В		Н
<input type="checkbox"/>	16	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	17	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	18	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	19	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	20	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	36	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	37	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	38	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	39	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	40	<input type="checkbox"/>

В		Н
<input type="checkbox"/>	56	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	57	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	58	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	59	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	60	<input type="checkbox"/>

## Анализ и интерпретация данных тестирования

Производится подсчет «сырых» баллов по всем 11 показателям (оценочным и базовым) в соответствии с ключом к опроснику (табл.11). Набранное количество баллов по каждому из этих показателей записывается в бланке теста в правой его части.

Шкала	Ответ	Номер вопроса
<i>L</i>	Несверно (Н)	5, 11, 24, 47, 53
<i>F</i>	Н	22, 24, 61
	Верно (В)	9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 58, 59, 64, 71
<i>K</i>	Н	11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70
1 ( <i>H<sub>1</sub></i> )	Н	1, 2, 6, 37, 45
	В	9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63
2 ( <i>D</i> )	Н	1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 65, 61
	В	9, 11, 13, 18, 22, 25, 36, 44
3 ( <i>H<sub>3</sub></i> )	Н	1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 56
	В	9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62
4 ( <i>P<sub>4</sub></i> )	Н	3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65
	В	7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58, 71
6 ( <i>P<sub>6</sub></i> )	Н	28, 29, 31, 67
	В	5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68
7 ( <i>P<sub>7</sub></i> )	Н	2, 3, 42
	В	5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68
8 ( <i>S<sub>8</sub></i> )	Н	3, 42
	В	5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66
9 ( <i>M<sub>9</sub></i> )	Н	43
	В	4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60

## Интерпретация показателей по шкалам

1. *Шкала лжи (L)* - оценивает искренность испытуемого.
2. *Шкала достоверности (F)* - выявляет недостоверные ответы. Чем больше значение по этой шкале, тем менее достоверны результаты.
3. *Шкала коррекции (K)* - сглаживает искажения, вносимые чрезмерной осторожностью и контролем испытуемого во время тестирования. Высокие показатели по этой шкале говорят о неосознанном контроле поведения. Шкала К используется для коррекции базисных шкал, которые зависят от ее величины.

### Базисные шкалы

1. *Ипохондрии (Hs)* - «близость» испытуемого к астеноневротическому типу. Испытуемые с высокими оценками медлительны, пассивны, все принимают на веру, покорны власти,

медленно приспосабливаются, плохо переносят смену обстановки, легко теряют равновесие в социальных конфликтах.

2. *Депрессии (D)*. Высокие оценки имеют чувствительные, сензитивные лица, склонные к тревоге, робкие, застенчивые. В делах они старательны, добросовестны, высокоморальны и обязательны, но не способны принять решение самостоятельно, у них нет уверенности в себе, при малейших неудачах они впадают в отчаяние.

3. *Истерии (Hy)*. Эта шкала выявляет лиц, склонных к неврологическим защитным реакциям конверсионного типа. Они используют симптомы соматического заболевания как средство избегания ответственности. Все проблемы разрешаются уходом в болезнь. Главной особенностью таких людей является стремление казаться значительнее, чем они есть на самом деле, обратить на себя внимание во что бы то ни стало, жажда восхищения. Чувства таких людей поверхностны, и интересы неглубоки.

4. *Психопатии (Pd)*. Высокие оценки по этой шкале свидетельствуют о социальной дезадаптации. Такие люди агрессивны, конфликтны, пренебрегают социальными нормами и ценностями. Настроение у них неустойчивое, они обидчивы, возбудимы и чувствительны. Возможен временный подъем по этой шкале, вызванный какой-либо причиной.

6. *Паранойяльности (Pa)*. Основная черта людей с высокими показателями по этой шкале - склонность к формированию сверхценных идей. Это люди односторонние, агрессивные и злопамятные. Кто не согласен с ними, кто думает иначе, тот или глупый человек, или враг. Свои взгляды они активно насаждают, поэтому имеют частые конфликты с окружающими. Собственные малейшие неудачи они всегда переоценивают.

7. *Психастении (Pt)*. Диагностирует лиц с тревожно-мнительным типом характера, которым свойственны тревожность, боязливость, нерешительность, постоянные сомнения.

8. *Шизоидности (Sc)*. Лицам с высокими показателями по этой шкале свойствен шизоидный тип поведения. Они способны тонко чувствовать и воспринимать абстрактные образы, но повседневные радости и горести не вызывают у них эмоционального отклика. Таким образом, общей чертой шизоидного типа является сочетание повышенной чувствительности с эмоциональной холодностью и отчужденностью в межличностных отношениях.

9. *Гипомании (Ma)*. Для лиц с высокими оценками по этой шкале характерно приподнятое настроение независимо от обстоятельств. Они активны, деятельны, энергичны и жизнерадостны. Любят работу с частыми переменами, охотно контактируют с людьми, однако интересы их поверхностны и неустойчивы, им не хватает выдержки и настойчивости.

По данным тестирования вычерчивается личностный профиль испытуемого (см. рис. 4). Высокими оценками для каждой из описанных выше шкал являются оценки в «сырых» баллах, превышающие их номинальные значения, соответствующие показателю 70 по шкале Т. Низкими оценками считаются оценки, которые по своему значению не превышают отметки 40 по шкале Т.

Из рис. 4 видно, что низкими оценками являются оценки, не превышающие значений 3 по показателю ипохондрии (базовая шкала 1), 4 - по показателю психопатии (базовая шкала 2), 7 - по показателю истерии (базовая шкала 3) и т. д. Значения этих показателей соответствуют отметке 40 по шкале Т. Точно так же высокими оценками являются оценки, превышающие значения 11 по показателю ипохондрии (шкала 1), 11 - по показателю психопатии (шкала 2), 16 - по показателю истерии (шкала 3) и т. д. Значения этих показателей соответствуют отметке 70 по шкале Т.

При построении профиля личности испытуемого предварительно необходимо «сырые» баллы по базовым шкалам 1, 4, 7, 8, 9 перевести в условные баллы, то есть откорректировать их в соответствии со значением оценочной шкалы К. Перевод «сырых» баллов в условные производится по формулам:

$$УБ_1 = A_1 + 0,5K; \quad УБ_4 = A_4 + 0,4K; \quad УБ_7 = A_7 + K; \quad УБ_8 = A_8 + K; \quad УБ_9 = A_9 + 0,2K,$$

где  $УБ_i$  - условные баллы по базовой шкале  $i$ ;  $A_i$  - «сырые» баллы базовой шкалы  $i$ ;  $K$  - значение оценочной шкалы  $K$  и т. д.

На рис. 3 изображен личностный профиль испытуемого В., который в процессе тестирования по методике «Мини-мульти» имел следующие данные по оценочным и базовым шкалам:

L	F	K	1	2	3	4	6	7	8	9
1	6	10	6	10	15	12	7	6	4	6

Исходя из этого, был произведен расчет условных баллов по шкалам 1, 4, 7, 8, 9:

$$УБ_1 = 6 + 0,5 \times 10 = 11;$$

$$УБ_4 = 12 + 0,4 \times 10 = 16;$$

$$УБ_7 = 6 + 10 = 16;$$

$$УБ_8 = 4 + 10 = 14;$$

$$УБ_9 = 6 + 0,2 \times 10 = 8.$$

Сравнительно низкий показатель по шкале L (1) и средний показатель по шкале F (6) говорит о том, что испытуемый отвечал на вопросы вполне искренне. Достоверность результатов тестирования сомнений не вызывает.

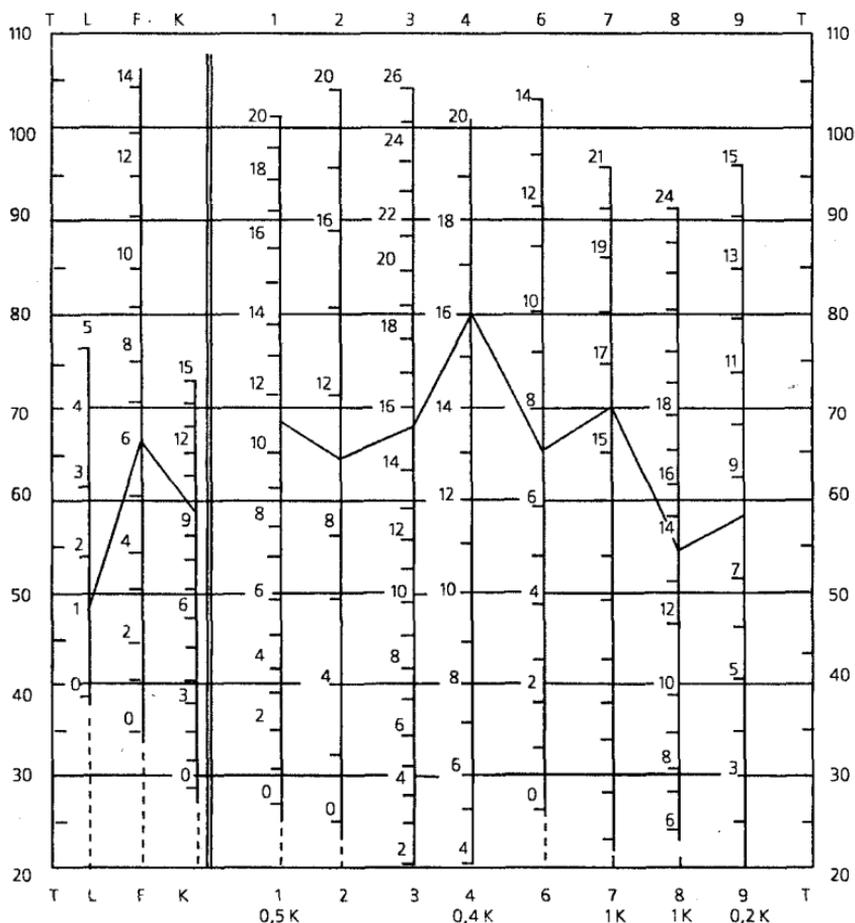


Рис. 4. Личностный профиль испытуемого В. по тест-опроснику «Мини-мульти»

По большинству шкал получены средние данные. Несколько завышенная оценка по шкале психопатии может свидетельствовать о социальной дезадаптации испытуемого, о некотором пренебрежении им социальными нормами и ценностями. Характерные черты: обидчивость, чрезмерная вспыльчивость, высокая чувствительность. Отличается неустойчивым настроением. В отдельных случаях это может явиться причиной агрессивного поведения, создания конфликтных ситуаций.

## 2.3. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ

В англоязычной литературе непатологические психические расстройства личности, в том числе психопатии, чаще всего обозначаются как *расстройства личности*. Этот термин используется и в Международной классификации болезней МКБ-10 (десятого пересмотра). В США и в других странах англоязычной ориентации широкое распространение нашла психодиагностическая методика по определению непатологических версий болезненных расстройств личности, известная как методика DSM-IV [Дж. М. Олдхэм, Луи Б. Моррис, 13]. Методика опубликована Американской психиатрической ассоциацией в 1994 г. С помощью этой методики можно составить автопортрет личности (профиль из 14 наиболее встречающихся типов личности). Методика нашла применение и в России [10, с. 312-384; 17, с. 282-324].

Дж. М. Олдхэм и Луи Б. Моррис исходили из предположения, что определенным типам личности соответствует вполне определенное расстройство:

<b>Тип личности</b>	<b>Расстройство</b>
Добросовестный	Навязчиво-принудительный
Самоуверенный	Нарциссизм
Драматический	Неестественное актерство
Бдительный	Параноидальный
Деятельный	Активность на грани срыва
Преданный	Зависимый
Отшельник	Шизоид
Праздный	Пассивно-агрессивный
Чувствительный	Уклонение
Идеосинкратический	Шизопатия
Авантюрный	Антисоциальный
Альтруистический	Самоуничужение
Агрессивный	Садист
Серьезный	Депрессивный

Автопортрет личности - это своеобразная оценка неповторимого сочетания всех известных нам 14 типов личности. Его можно изобразить на бумаге в виде ломаной кривой. Преобладание одного типа над другим говорит о том, что личность обладает большинством психологических черт (положительных и не очень) и не может свидетельствовать о каком-то психическом заболевании. Все 14 типов личности нормальны и универсальны. И хотя любая личность имеет свои сильные и слабые стороны, нет ничего «ненормального» в доминировании одного или другого типа. «Персональный автопортрет, - утверждают Дж. М. Олдхэм и Луи Б. Моррис, - это иллюстрация богатства и многообразия отличий среди всех нас» [13, с. 46]. Если описание какого-нибудь расстройства наводит вас на мысль, что вы или кто-то из близких подвержен серьезному недугу, посоветуйтесь с врачом или медицинским психологом.

Тест-опросник М-IV позволяет проводить самотестирование, оценивая свой индивидуальный автопортрет, однако можно проводить и взаимное тестирование, когда близкие вам люди (родственники или друзья) оценивают ваш портрет, а вы - портрет близких вам людей.

Это позволит достичь большей точности установления диагноза. Ведь ваши поступки гораздо лучше могут оценить люди, хорошо вас знающие.

В таблице 12 отмечены доминирующие сферы жизнедеятельности для каждого из 14 типов личности. Краткая характеристика этих сфер, как она описана Дж. М. Олдхэмом и Луи Б. Моррисом [13, с. 40-45], приводятся ниже.

**РАБОТА.** Для личности Добросовестного типа работа - основной жизненный фактор. Эти люди всегда чем-либо заняты даже в свободное время. От того, насколько хорошо они выполняют свою работу, зависит их душевное спокойствие, ощущение комфорта. Работа является преобладающей сферой деятельности также для Агрессивного и Серьезного типов. Для Добросовестных, Агрессивных и Серьезных отдых и работа чаще всего являются синонимами. А вот Праздные люди думают и действуют совсем иначе. Они делают ровно столько, сколько необходимо до того, чтобы потом расслабиться и хорошо провести время.

Таблица 12

*Доминирующие сферы жизнедеятельности*

Тип личности	Сферы жизнедеятельности					
	Работа	"Само..."	Эмоции	Взаимо-отношения	Само-контроль	Реальный мир
Добросовестный	■					
Самоуверенный		■				
Драматический			■	■		
Бдительный				■		
Деятельный			■	■	■	
Преданный				■		
Отшельник		■	■			
Праздный		■				
Чувственный			■	■		
Идеосинкратический						■
Авантюрный		■			■	
Альтруистический				■		
Агрессивный	■			■		
Серьезный	■		■			

«САМО...». Эта область - ваша самооценка самого себя, как вы относитесь к себе, где видите свое место в мире, самооценка ваших предположений о том, что о вас думают другие. Самоуверенные люди преисполнены чувством собственной значимости и уверены в своих правах. «Само...» - ключ к пониманию их силы, уверенности в своем предназначении и способности преуспеть в своих начинаниях.

Идеосинкратические самоуглубляются в свой богатый внутренний мир. Несмотря на мнения окружающих, они будут «маршировать под бой своего барабана» [13, с. 37].

«Само...» является преобладающей сферой жизни и для Праздных, и для Отшельников, и для Авантюрных.

**ЭМОЦИИ.** Сфера эмоций и чувств - это обычные ваши настроения и эмоциональные состояния (печаль, гнев, радость, сексуальные влечения, раздражение, страх, беспокойство, впечатлительность, восприимчивость к похвале и критике и т. д.). В общей модели личности область эмоций для различных людей имеет разный вес.

Так, люди Драматического типа идут на поводу у своих ощущений, они оценивают события не логически, а эмоционально. Обычно они соблазнительны и сексуальны. Если они выберут работу, где ценится впечатлительность, душевность, интуиция, то их эмоциональность сослужит им хоро-

шую службу. А вот для Добросовестного типа людей чувства имеют меньшее значение, они во всем предпочитают логику. Их чувства сильны, но находятся под собственным же суровым контролем. Люди же Чувственного типа очень нежны. Они легко впадают в беспокойство и поддаются угрызениям совести, поэтому строят свою карьеру в окружении знакомых людей, достигая во взаимоотношениях с ними значительных успехов, становятся экспертами своего дела.

**ВЗАИМООТНОШЕНИЯ.** Эта область доминирует более чем в половине стилей личности. Каждый из нас - неповторимая индивидуальность, но при этом все мы являемся членами семьи, производственных коллективов, класса в школе, деловых кругов или просто толпы. Характер взаимодействия имеет огромное значение и зависит от многих факторов и обстоятельств. Отшельники, например, держат других на расстоянии, они способны контактировать с окружающими лишь будучи уверенными, что в нужный момент могут отступить назад. А вот люди Драматического типа часто теряют жизненный тонус, когда оказываются в одиночестве, им необходимо окружение, постоянные встречи, внимание, аплодисменты.

Люди Бдительного типа очень осторожны. Они должны узнать о вас все, прежде чем подпустить к себе. Для Праздных людей взаимоотношения - это смысл их жизни. Они чувствуют себя неуверенными, если не имеют связи с другими людьми.

**САМОКОНТРОЛЬ.** Самодисциплина, планирование, способность к обдуманному действию и предвосхищать события - важные качества, которыми обладают люди Деятельного типа. Таким людям самоконтроль чаще, чем другим, приносит ощутимые результаты в производственных областях.

Авантюристы любят действовать под влиянием момента, им требуется постоянное возбуждение, заинтересованность, импровизация. Определенная степень самоконтроля здесь необходима, хотя бы для достижения своих авантурных планов.

**РЕАЛЬНЫЙ МИР.** Для людей Идеосинкратического типа эта сфера жизнедеятельности является ключевой. Являются ли реальные объекты (люди, вещи, здания и т. п.) такими, какими они нам кажутся? Это их ключевой вопрос, над которым они бьются всю жизнь. Для таких людей традиционные представления о мире не имеют особого значения. Разум для Идеосинкратических открыт для призраков, экстрасенсов, НЛО и для «исследования» прошлых жизней.

Ниже представлен тест-опросник «Персональный автопортрет».

## Тест «Персональный автопортрет»

### Инструкция

Тест-опросник состоит из 107 утверждений, записанных от первого лица. Ответьте на эти утверждения:

«Да» (Д), если вы согласны с утверждением;

«Нет» (Н), если вы с утверждением не согласны;

«Может быть» (М), если вы выбираете средний вариант между «Да» и «Нет». Даже если вы считаете, что утверждение не касается вас или вашей личной жизни, ответьте так, как если бы данное утверждение касается вас. Свои ответы отметьте в тест-опроснике, обводя, например, соответствующую букву (Д, Н или М) в кружок. Следует иметь в виду, что ответы на некоторые утверждения (53, 55, 57) следует отмечать в двух колонках, так как они существенны для нескольких типов личности.

### Тест

1. Я провожу за работой больше времени, чем мои коллеги, поскольку люблю, чтобы все было сделано правильно и хорошо. Д М Н

2. Я очень организованная личность. Я люблю следовать расписанию и составлять списки дел, которые следовало бы выполнить. Иногда у меня оказывается столько списков, что я не знаю, что с ними делать. Д М Н
3. Иногда меня называют трудогилом. Действительно, я работаю очень напряженно, даже когда есть деньги и все счета оплачены. Думаю, если бы я захотел, то смог бы расслабиться и немного отдохнуть. Д М Н
4. Я люблю свои ежедневные дела и обязанности. Я становлюсь упрямым, если кто-то пытается заставить меня изменить им. Д М Н
5. Я ненавижу рутину, я не очень обязательный человек, поэтому откладываю все дела на потом или вообще не занимаюсь ими. Д М Н
6. Когда бы я ни добивался успеха, всякий раз обнаруживаю, что не получаю от этого удовольствия, к тому же в другой сфере жизни все начинает разлаживаться. Д М Н
7. У меня множество способностей, но они не дают мне преимуществ. Если я делаю что-то хорошо, то могу помочь другим, но не могу заставить свои способности работать на себя. Д М Н
8. Я прекрасно лажу с собой. Я знаю, какую работу хочу выполнять, каких друзей иметь и вообще, что для меня важно. Д М Н
9. Я чувствую себя, как пустая раковина. Я ощущаю полную бессмысленность существования. Д М Н
10. Я обожаю мечтать. Представляю себя богатым, могущественным и знаменитым. Под шумные аплодисменты получающим Нобелевскую премию, обожествляемым за талант и красоту толпой фанов. Д М Н
11. Хотя я и не уверен, что это хорошо, но меня привлекает насилие, оружие и боевые искусства. Я люблю фильмы, в которых много действия. Д М Н
12. Считают, что я говорю довольно странно, говорю вещи, которые слишком глубоки для людей, или не объясняю, что я имею в виду. Д М Н
13. Меня называют надменным, ну что ж. Д М Н
14. Я люблю, когда мной восхищаются, а когда игнорируют, пытаюсь выуживать комплименты, словно рыбу. Д М Н
15. Внешность очень важна для меня, я трачу много времени, удостоверяясь в том, что выгляжу привлекательно. Д М Н
16. Иногда люди считают меня эксцентричным, потому что я одеваюсь по-своему и кажусь им немного не от мира сего. Действительно, я живу в собственном маленьком мире. Д М Н
17. Хотя я думаю, что понимаю людей, они всегда говорят, что у меня нет ни малейшего понятия о том, что они чувствуют. Д М Н
18. Если приходится стоять в очереди или сидеть в переполненном ресторане, я обычно пытаюсь пролезть вперед и быть обслуженным немедленно. По крайней мере я считаю, что так должно быть. Д М Н
19. Я никогда не ощущаю вины за то, что сделал. Д М Н
20. Все люди, с которыми я сотрудничаю, и все организации, к которым я принадлежу, являются влиятельными и важными. Д М Н
21. Возможно, некоторые меня считают зажатым и косным, но я свято верю, что для аморального или неэтичного поведения извинений не существует. Д М Н
22. Прежде чем принять решение, я предпочитаю выслушать добрый совет, даже если это касается будничных проблем. Д М Н
23. Я просто не могу выбрасывать старые вещи, даже если они бесполезны и бессмысленны для меня. Д М Н
24. Может быть, я и преувеличиваю значение своей персоны, но, честно говоря, думаю, что достоин всяческих похвал. Д М Н

25. Я суровый судья самому себе. Д М Н
26. Я бы не назвал себя легкомысленным, для меня все имеет значение и вес. Большую часть времени я абсолютно серьезен. Д М Н
27. Иногда мне кажется, что вина - это мое второе имя. Я даже не всегда уверен, что знаю повод, из-за которого чувствую себя виноватым. Д М Н
28. Я не очень-то верю в себя, иногда я чувствую себя просто никчемным. Д М Н
29. Я не боюсь рассказывать другим о своих проблемах, но чувствую себя очень неудобно, если мне помогают решать их. Д М Н
30. Люди могут думать, что я слишком много говорю о своих неудачах, но они не понимают, насколько все действительно плохо для меня. Д М Н
31. Иногда я замечаю, что смеюсь над неудачами других, хотя не очень горжусь такой реакцией. Возможно, мне просто хочется сказать: «Вот я бы на вашем месте...» Д М Н
32. Мне трудно находиться среди тех, кто богаче меня, так как я часто завидую их счастливой звезде. Д М Н
33. Иногда мне трудно расслабиться, отдохнуть. Когда появляется возможность доставить себе удовольствие, по разным причинам мне трудно воспользоваться ею. Д М Н
34. Когда дело касается взаимоотношений с окружающими, мне кажется, что я свой самый злейший враг. Я вечно связываюсь с теми, кто унижает и разочаровывает меня. Не могу поверить, что я настолько не разбираюсь в людях. Должно быть, я просто наивен. Д М Н
35. Со мною трудно долго находиться рядом, потому что мои требования к людям чрезмерны. И все-таки я расстраиваюсь, когда люди сходят с ума от моего поведения. Д М Н
36. Если кто-то заботится обо мне или слишком нежно ко мне относится, мне это не интересно. И даже скучно, если в моих отношениях с окружающими отсутствует вызов. ДМН
37. Кажется, я иногда слишком много делаю для других. ДМН
38. Обычно я оставляю серьезные решения другим важным людям. ДМН
39. Я не слишком самостоятелен, я больше последователь, чем лидер, но могу быть преданным игроком в команде. ДМН
40. Мне нравится соглашаться с другими людьми. Если я не согласен, то обычно оставляю свое мнение при себе. ДМН
41. Я лезу из кожи вон, делая все для других, чтобы понравиться им. Иногда в пылу я могу даже доставить неприятности. ДМН
42. Мне гораздо лучше, когда я нахожусь в среде общения, потому что в одиночестве я чувствую себя совершенно беспомощным. Д М Н
43. Когда общение прекращается, я начинаю паниковать и немедленно начинаю искать другое. Д М Н
44. Вероятно, я слишком волнуюсь, что не могу позаботиться о себе, если потеряю важного в своей жизни человека. Д М Н
45. Порой я просто теряю рассудок, когда представляю, что люди могут покинуть меня. Я принимаюсь звонить и требовать, чтобы меня разуверили в этих подозрениях, что, должно быть, здорово им докучает. Д М Н
46. Я люблю быть в центре внимания, это восхитительно. Я гораздо лучше чувствую себя в центре событий, чем на обочине. Д М Н
47. Мне нравится флиртовать, и я хочу, чтобы люди считали меня привлекательной. Д М Н
48. Меня считают очень занимательным. Я умею живо и красочно рассказывать о том, что произошло, хотя и не всегда придерживаюсь фактов. Д М Н
49. Я довольно легко поддаюсь внушению. Мне приходится быть всегда настороже, чтобы не попасть под влияние других. Д М Н
50. Слишком часто я придаю больше значения взаимоотношениям, чем они того стоят. Это причиняет мне душевную боль. Д М Н

51. Как правило, мои взаимоотношения очень интенсивны, чувства, которые я испытываю к человеку, часто полярны. Иногда я преклоняюсь перед ним, а иногда просто не переношу его присутствия. Д М Н
52. Для меня зависть - это жизненный фактор. Я завидую - мне завидуют. Д М Н
53. Я не очень доверяю людям, хотя мне бы хотелось. Просто не могу не волноваться из-за того, что они начнут использовать меня, если я не буду проявлять осторожность. Д М Н
54. Иногда мне кажется, что мои друзья или коллеги не так уж и преданны, как мне бы того хотелось. Д М Н
55. У меня нет близких друзей, кроме разве что некоторых членов семьи. Д М Н
56. Я ревнив. Я всегда волнуюсь, верен ли мне мой партнер. Д М Н
57. Я довольно скрытная личность. Я держу всегда все в себе, так как никогда не знаешь, кто может использовать эту информацию в своих целях. Д М Н
58. Вообще-то я одиночка. Мне не очень-то нравится, если вокруг люди, даже моя семья. Д М Н
59. Если есть выбор, я предпочитаю все делать сам. Д М Н
60. Я не испытываю сильного желания заняться с кем-нибудь сексом. Д М Н
61. Для меня трудно быть самим собой в близких отношениях. Я боюсь показаться смешным и поэтому отступаю. Д М Н
62. Я стесняюсь в кругу новых людей. Д М Н
63. Я часто нахожу общество невыносимым, даже если это общество людей, которых я хорошо знаю. Не могу преодолеть чувство, что другие смотрят на меня, оценивают, и не всегда лестно. Д М Н
64. Обычно я не связываюсь с людьми, пока не удостоверюсь, что нравлюсь им. Д М Н
65. Мне более удобно заниматься работой, которая не вовлекает много людей. Я беспокоюсь, что коллеги станут критиковать меня. Д М Н
66. В обществе я чувствую себя уверенно. Я разговариваю спокойно, без боязни сказать какую-нибудь глупость или обнаружить пробел в знаниях. Д М Н
67. Люди не понимают или не одобряют меня. Д М Н
68. Я могу быть довольно критичным по отношению к своему боссу или вышестоящему начальству. Может быть, я не представляю, каково это - находиться в их шкуре, но мне кажется, я мог бы и работать лучше. Д М Н
69. Когда меня просят сделать то, чего я не хочу, я становлюсь несносным, могу спорить, дуться или ворчать. Д М Н
70. Если ко мне придираются, становлюсь невыносимым, упрямым, но позже чувствую вину и пытаюсь ее загладить. Д М Н
71. Лучше бы я не относился к другим так критично, я всегда нахожу в них недостатки. Д М Н
72. Некоторые люди говорят, что я чересчур самостоятелен, но лучше я сделаю работу сам, чем позволю другим сделать ее неправильно. Я рискну показаться слишком «деловым», если это сможет заставить людей выполнить работу так, как нужно. Д М Н
73. Думаю, что строгая дисциплина очень важна. Хотя я не приверженец физических наказаний, но верю в правильность пословицы: «Пожалеешь розгу - испортишь ребенка». Д М Н
74. Члены моей семьи часто жалуются, что я ущемляю их свободу и независимость. Полагаю, я действительно довольно строг. Д М Н
75. Люди говорят, что я унижаю их перед другими. Они не должны быть такими чувствительными: слова не могут обидеть. А если они действительно считают меня слишком критичным, пусть отвечают тем же. Д М Н
76. Думаю, что могу быть страшным; некоторые говорят, что выполняют мои указания потому, что боятся меня. Д М Н .
77. Я предпочитаю доминировать в отношениях с окружающими. В результате я могу показаться жестоким или плохим, не осознавая этого. Д М Н
78. Я верю, что в некоторых отдельных ситуациях приходится перешагивать через других, чтобы добраться до нужного места. Д М Н

79. Я вижу, что некоторые люди делают мне мелкие пакости, достают или даже оскорбляют меня лишь для того, чтобы вывести из себя. Д М Н
80. Если кто-то поступил по отношению ко мне плохо, я долго держу на него зло. Д М Н
81. Я не обязательно говорю только правду. Д М Н
82. Иногда я люблю присочинить или исказить факты, только чтобы посмотреть на реакцию людей - это всего лишь шутки, нет причин злиться. Д М Н
83. Иногда мне говорят, что я ищу предлог для ссоры. Правда, я готов спорить или драться с любым, кто не на моей стороне. Д М Н
84. Я остро чувствую критику, даже если она завуалирована, и никому не спускаю ее с рук. Д М Н
85. У меня ужасный характер, но ничего не могу поделать. Д М Н
86. Люди говорят, что иногда не понимают, воспринимать мои чувства серьезно или нет. Д М Н
87. Я выражаю свои чувства пылко и театрально. Д М Н
88. У меня особое проявление эмоций. Например, что-то печальное может показаться смешным, и я смеюсь. Д М Н
89. Мое настроение - чувствительный прибор. Мелочи могут выбить меня из колеи. За несколько часов я могу испытать широкий спектр эмоций, от счастья до печали и раздражения. Но плохое настроение никогда не затягивается. Д М Н
90. Я много размышляю и беспокоюсь. Д М Н
91. Я не хотел бы так сильно переживать по поводу того, что думает обо мне общество. Д М Н
92. Ненавижу риск и нетрадиционные решения, так как боюсь оказаться в дураках. Д М Н
93. На свете не так уж много вещей, которые я люблю делать. Д М Н
94. Меня можно назвать человеком с каменным лицом, потому что я вообще не очень эмоционален. Д М Н
95. Я не показываю своей реакции ни на критику, ни на комплименты. Д М Н
96. Я думаю, что настроен на иную волну, чем остальные. Иногда я замечаю странные вещи, и они мне кажутся реальными, хотя я не могу доказать этого. Например, выход из собственного тела или присутствие рядом человека, который давно уже умер. Д М Н
97. Меня привлекает магия и НЛО. Я обладаю подобием «шестого чувства», иногда знаю, что должно произойти задолго до того, как это случится. Д М Н
98. Я вижу стакан наполовину пустым, а не наполовину полным. ДМН.
99. Я не могу легко тратить деньги, хотя некоторые обвиняют меня в скупости. Я предпочитаю оставлять что-нибудь на черный день. Д М Н
100. Мне нравится действовать импульсивно и по вдохновению. Например, я могу выпиться, если есть настроение, или позволить себе хорошо поесть. Возможно, иногда я вожу машину слишком быстро или делаю бессмысленные покупки. Так жить гораздо интереснее, хотя порой можно и обжечься. Д М Н
101. Я могу быть очень театральным в печали. Я иногда угрожаю убить себя, но вряд ли сделаю это на самом деле. Д М Н
102. Меня интересует андеграундный стиль жизни, когда можно беспрепятственно ломать устоявшиеся правила. Д М Н
103. Я просто не способен долго работать или волноваться, оплачены ли мои счета, поэтому многие люди считают меня безответственным. Д М Н
104. Я не принадлежу к типу людей, которые осторожничают. Я могу рискнуть и ехать на повышенной скорости или немного выпивши, но я всегда знаю, что делаю. Д М Н
105. Я люблю все делать спонтанно, не планируя заранее. Д М Н
106. В детстве я был трудным ребенком и вечно попадал в неприятности. Я прогуливал уроки, убегал из дома, дрался, врал, воровал и спекулировал. Д М Н
107. Под влиянием стресса я становлюсь подозрительным без причины или нарочно все порчу, а после притворяюсь, что ничего не случилось. Д М Н

## Обработка результатов тестирования и построение профиля (портрета) личности

1. Ваши альтернативные ответы на вопросы теста (Д, М или Н) обозначьте в бланке для ответов. Заметьте, ваши ответы на 53, 55 и 57 утверждения следует отмечать дважды. Колонки в бланке для ответов, обозначенные буквами от А до N, соответствуют типам личности:

А - Бдительный, В - Отшельник (одинокий), С - идеосинкратический, D - Авантюрист, Е - Деятельный, F - Драматический, G - самоуверенный, Н - Чувственный, I - Преданный, J - Добросовестный, K - Праздный, L - Агрессивный, M - Альтруистический, N - Серьезный.

### Бланк для ответов

№	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	к	L	м	N
	abc													
1										ДН				
2										ДМН				
3										ДМН				
4										ДМН				
5											ДМН			
6													ДМН	
7													ДМН	
8					ДМН									
9					ДМН									
10							ДМН							
11												ДМН		
12			ДМН											
13							ДМН							
14							ДМН							
15						ДМН								
16			ДМН											
17							ДМН							
18							ДМН							
19				ДМН										
20							ДМН							
21										ДМН				
22									ДМН					
23										ДМН				

№	A	B	C	D	E	F	G	н	l	J	K	L	M	N
	abc													
24							дмн							
25														дмн
26														дмн
27														дмн
28														дмн
29													дмн	
30											дмн			
31												дмн		
32											дмн			
33													дмн	
34													дмн	
35													дмн	
36													дмн	
37													дмн	
38										дмн				
39										дмн				
40										дмн				
41										дмн				
42										дмн				
43										дмн				
44										дмн				
45					дмн									
46						дмн								
47						дмн								
48						дмн								
49						дмн								
50						дмн								
51					дмн									
52							дмн							
53	дмн		дмн											
54	дмн													

№	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
	abc													
55		дмн	дмн											
56		дмн												
57	дмн		дмн											
58		дмн												
59		дмн												
60		дмн												
61								дмн						
62								дмн						
63			дмн											
64								дмн						
65								дмн						
66								дмн						
67											дмн			
68											дмн			
69											дмн			
70											дмн			
71														дмн
72										дмн				
73												дмн		
74												дмн		
75												дмн		
76												дмн		
77												дмн		
78							дмн							
79	дмн													
80	дмн													
81				дмн										
82												дмн		
83				дмн										
84	дмн													
85					дмн									

№	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
	abc													
66						дмн								
87						дмн								
88			дмн											
89					дмн									
90														дмн
91								дмн						
92								дмн						
93		дмн												
94		дмн												
95		дмн												
96			дмн											
97			дмн											
98														дмн
99										дмн				
100					дмн									
101					дмн									
102				дмн										
103				дмн										
104				дмн										
105				дмн										
106				дмн										
107					дмн									

2. Вычисляется конечный результат (количество баллов) по каждой колонке (от А до N), для чего:

а) производится подсчет «сырых» баллов по индексам «а» и «б» в колонке А (то есть подсчет ответов «Д» и «М»). Индекс «С» в расчет не принимается;

б) количество набранных «сырых» баллов по индексу «а» умножается на 2;

в) к результату умножения «а» на 2 прибавляется количество баллов по индексу «б». Это и есть конечный результат по колонке А. к примеру, количество «сырых» баллов по индексу «а» равно 3, по индексу «б» - 2. Конечный результат по колонке А будет:  $3 \times 2 + 2 = 8$ ;

г) вычисляются конечные результаты по остальным колонкам (от В до N). Результаты по всем колонкам записываются в таблицу:

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
a	x2 =													
b	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Результат														

3. На основе расчета конечных результатов по всем колонкам вычерчивается профиль (портрет) личности. С этой целью на графике автопортрета личности (рис. 5) на каждой из 14 колонок обводится число, соответствующее условным баллам (конечному результату - по соответствующим колонкам от А до N). Обведенные числа соединяются между собой отрезками последовательно от А до N, и вы получите свой автопортрет личности. Вы убедитесь, что не существует абсолютно «чистого» типа личности. На автопортрете все типы вносят свою лепту в структуру индивидуума, проявляя себя в определенных жизненных ситуациях.

Самоуверенная индивидуальность испытуемого Б. (рис. 5) в сочетании со значительной долей Добросовестного типа (12) в определенных условиях может оказать ему большую услугу. Наличие хороших организаторских способностей, развитое чувство самоуважения и самосознания, характерное для Самоуверенного типа личности, а также соблюдение нравственных, моральных и этических принципов, свойственное Добросовестному типу личности, являются гарантией успешной деятельности индивида. Особенно актуально это в тех случаях, когда высокие показатели по данным типам личности подкрепляются достаточным уровнем Агрессивного типа (в нашем примере этот показатель равен 9).

## Интерпретация результатов тестирования

Самые высокие показатели в вашем автопортрете, доминирующие над всеми остальными, это наиболее сильные грани вашей индивидуальности. Они определяют ваш тип. Невысокие показатели в определенных типах также могут многое открыть в вашей индивидуальности. Если, например, преобладающий Идеосинкратический тип (отстраненный, высокодуховный, но при этом имеющий проблемы с работой) сочетается с низким показателем или полным отсутствием Добросовестного, то это означает, что человек вряд ли считает работу или отношения с людьми приемлемым для себя занятием, для него не важны общение и профессиональные интересы.

В другом случае, если человек является Деятельным типом, любит спонтанные действия, но при этом у него недостаточно высокий уровень Бдительного типа (бдительные люди всегда пытаются предугадать мотивы и поступки, которыми руководствуются другие), могут найтись такие, которые будут пользоваться неистощимой энергией Деятельного, для того чтобы продвинуться по служебной лестнице за его счет и т. п.

Изучите диаграмму автопортрета вашей личности, постарайтесь найти стороны вашей личности, о которых раньше вы и не предполагали. Определите типы, которые доминируют в вашей личности, развиваются самостоятельно и известны как вам, так и окружающим. Некоторые имеющие невысокие показатели типы могут заключать в себе скрытые силы. Если, например, вы высокопраздный тип, то, вероятно, уже знаете свой основной недостаток, состоящий в откладывании дел на потом, избегании ответственности и оттягивании сроков по выполнению работ. Выявив у себя небольшой показатель Самоуверенного типа, вы могли бы оградить себя от роста амбиций или хотя бы подготовить себя к возможному крушению ваших надежд, а также выбрать направление в жизни, где можно было бы удачнее применить эту силу.

Между людьми определенных типов могут возникать проблемы в общении друг с другом, конфликты, разрывы отношений. Контраст между людьми Драматическими и Добросовестными - источник очевидных проблем. Аккуратный, логически мыслящий, опирающийся на факты Добросовестный тип при столкновении с красочным Драматическим, эмоциональным, творческим, но дезорганизованным может получить серьезную психическую травму и даже не

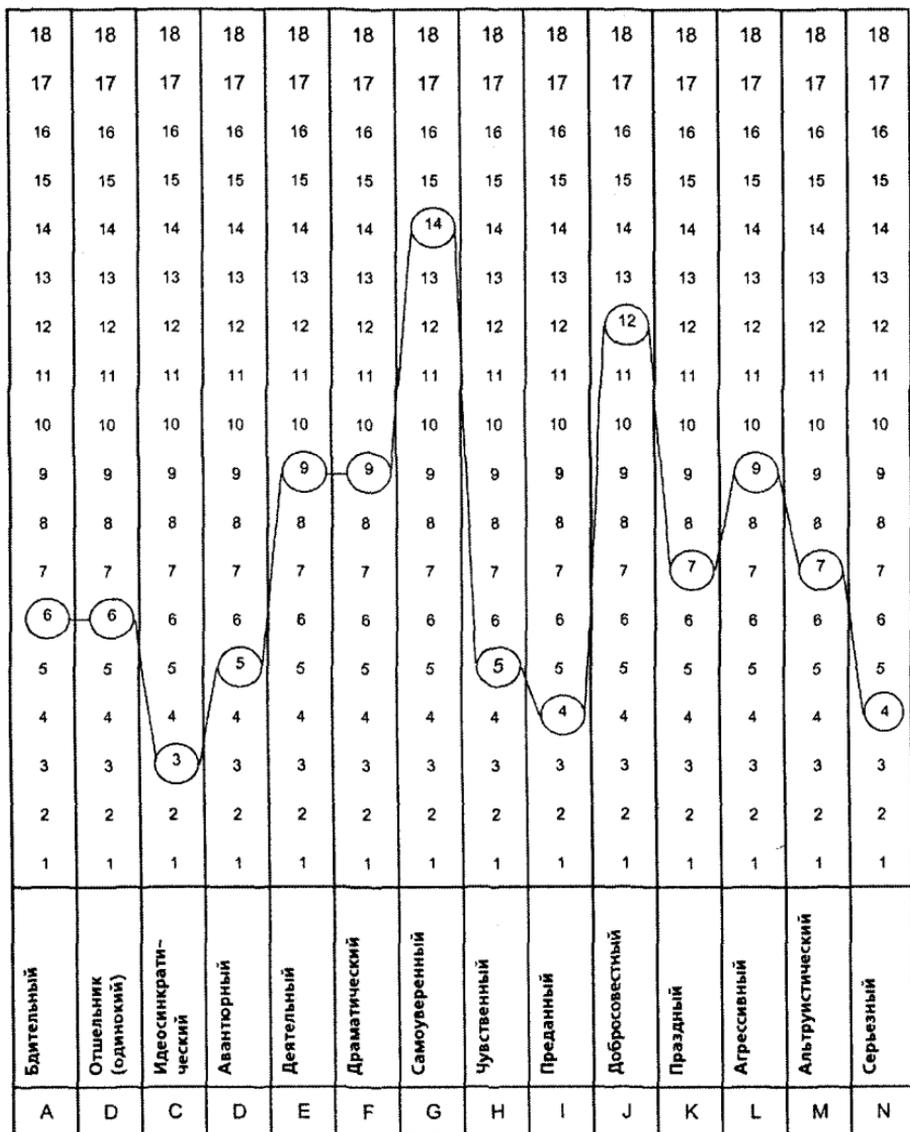


Рис. 5. Автопортрет личности испытуемого Б.

услышать извинений, так как Драматический тип может и не заметить, что причинил другому боль. В то же время Драматическому типу претит все, что касается экономии, чековой книжки, подведения дебета и кредита, платежей и налогообложения. Под влиянием этих факторов Драматический становится сильно раздражительным, постоянно находясь в дурном расположении духа. При совместной работе с другими тоже возникают проблемы, поскольку Добросовестный любит, чтобы все было сделано с особой тщательностью. Он слишком склонен вдаваться в детали. Он лучше работает, если дело носит творческий характер, доверяет боль-

ше своей интуиции, чем логике. Ниже дается краткая характеристика типов личности по Олдхэму и Моррису.

## Добросовестный тип («сухарь»)

Мужчины и женщины Добросовестного типа личности - это люди высоких моральных принципов, они очень обязательны, не позволяют себе отдохнуть до тех пор, пока работа не выполнена. Они преданы своим семьям, своему делу, своим начальникам. Упорный труд для них - норма. Ни один юрист, ученый или бизнесмен не преуспеет в своем деле без наличия в их характере определенной доли этого типа индивидуальности, впрочем, как и домохозяйка, торговец или секретарь. Этот тип личности - наиболее желательный компонент для множества различных профилей индивидуальности. Широкий диапазон добросовестного поведения считается нормальным, и бывает трудно подвести черту между Добросовестным типом личности, у которого средние или оптимальные показатели по критерию J, и тем Добросовестным, у которого наблюдается крайнее проявление навязчиво-принудительного расстройства. Что можно сказать о людях, которые даже в каникулы не перестают работать? Может быть, это трудоголики, которые не умеют расслабляться и идут прямой дорогой к сердечному приступу? Или люди, которые любят работать, бросают вызов завладевшей их идее и посвящают себя великим свершениям?

*Характеристика Добросовестного типа:* любит работу, придерживается моральных и этических норм. Добросовестных трудно отклонить от намеченных ими целей. Это хорошие организаторы и старательные исполнители.

*Диагностика навязчиво-принудительного расстройства.* Люди, страдающие этим расстройством, до такой степени добросовестны, что не могут адаптироваться к требованиям реальной жизни. Это проявляется в следующем:

1. Озабоченность деталями, правилами, расписаниями, порядком и выполнением распоряжений до такой степени, что теряется цель всей деятельности.
2. Стремление к совершенству мешает довести дело до конца.
3. Излишне посвящает себя работе в ущерб досугу и дружескому общению.
4. Сверхдобросовестный, скрупулезный, не гибкий в вопросах морали, этики и т. п.
5. Неспособность отбрасывать бесполезные вещи, даже если с ними не связаны никакие сентиментальные воспоминания.
6. Отказ от передачи своей работы другим людям, пока они не убедятся, что те будут выполнять эту работу в точности и таким же образом.
7. Скупой и экономный в средствах. Не тратит лишние деньги ни на себя, ни на близких людей. Деньги накапливает на случай будущей предполагаемой катастрофы.

## Самоуверенный тип

Самоуверенные личности в наибольшей степени выделяются среди других. Они - лидеры, центры внимания в обществе и семье. В них развито чувство самоуважения и самосознания. Имеют способность привлекать других к выполнению поставленных задач. Чаще всего это экстраверты, активные политики. Такие люди прекрасно знают, как работать с массами, как и куда их вести. Главенствуют над другими типами личности. В сочетании с Добросовестным типом Самоуверенный противодействует приверженности к деталям. Любая индивидуальность при обладании достаточной долей Самоуверенного типа имеет гарантии на успех.

*Характеристика Самоуверенного типа.* Уверен в своих способностях. Считает, что уникален и гениален. У Самоуверенного есть «особое предназначение в мире». Люди этого типа ожидают от других только хорошего отношения к себе. Способные конкуренты, любят представлять себя героями, звездами, лучшими в своей профессии, удачливыми в своей сфере

деятельности. Глубоко разбираются в своих чувствах, мыслях, внутреннем состоянии. Принимают комплименты, похвалу и восторженные отклики изящно и с самозабвением.

*Диагностика расстройств личности (нарциссизма).* Нарциссизмом называется расстройство личности, характеризующееся патологической эгоцентричностью, эгоизмом и напыщенностью. При всем этом люди данного типа личности могут достигать в жизни больших высот.

Нарциссическое расстройство личности проявляется:

- в преувеличенном самомнении о своих достижениях и способностях;
- в ожидании всеобщего восхищения и превознесения достигнутых успехов;
- в подверженности фантазиям относительно своих достижений, великолепия, красоты или идеальной любви;
- в ожидании всеобщего к нему поклонения и восторгов;
- в возможном использовании других для достижения своих целей;
- в зависти, высокомерии, надменном обращении с людьми.

## Преданный тип

У Преданного типа забота о других является целью его жизни. Их основная потребность - быть ведомыми, им нужен лидер. Их счастье - в выполнении директив, в достижении чужих целей. Преданный человек говорит вам: «Я счастлив, если Вы счастливы», и это действительно так. Этот тип одинаково распространен среди мужчин и женщин.

*Характеристика людей Преданного типа.* Уважают институт брака, но также и неофициальные любовные обязательства. Предпочитают компанию с одним человеком группе. Контактны, почтительны к властям, легко полагаются на других, хорошо усваивают задачи, поставленные руководством. В принятии решений предпочитают искать мнения у других и следовать их советам. Осторожны, тактичны, вежливы и безропотны. Чувствительны к другим, являются организаторами для создания комфортных условий для важных особ.

*Диагностика расстройств личности («зависимый»).* Высокие показатели по данному типу свидетельствуют о неспособности индивида проявлять самостоятельность. Такие люди беспомощны. Силу и самоуважение проявляют, если становятся «привязанными» к другому. Они все время опасаются, что потеряют человека, к которому привязаны. Не выносят мысли о том, что могут остаться в одиночестве.

Зависимое расстройство личности проявляется:

- в затруднении принимать решения (не принимает решения без консультаций и советов других);
- в возложении ответственности за принятие решений на других;
- в недостатке самоуважения, неуверенности в своих способностях;
- в чувстве неловкости и беспомощности из-за опасений, что придется заботиться о себе самом.

## Драматический тип

Людям с преобладанием данного типа личности дан от природы чудесный дар, которым они окрашивают жизнь окружающих. Когда к этому дару прилагаются еще и способности, человек может превратить любой душевный порыв в высокое искусство. Весь мир - театр для людей этого типа, жизнь никогда не скучна и не уныла для них. Драматические люди заполняют весь мир волнением.

*Характеристика Драматического типа.* Драматические люди живут в эмоциональном мире. Они быстро реагируют на все происходящее, мгновенно меняют настроение. Обладают богатым воображением, рассказывают интересные истории, любят романы и мелодрамы. Часто становятся центром внимания для окружающих. Когда все глаза направлены только на них, они «рас-

цветают». Много внимания уделяют внешности, наслаждаются одеждой и стилем. Они соблазнительны, очаровательны, темпераментны, сексуальны. Легко оказывают доверие другим, быстро устанавливают взаимоотношения с людьми. Легко поддерживают новые идеи и предложения. Живут в преувеличенном эмоциональном мире. Делают все, чтобы добиться внимания. Без внимания со стороны они будут считать себя просто ни на что не способными ничтожествами.

*Диагностика расстройства «неестественное актерство».* При общении с другими людьми Драматические отличаются сильной сексуальной активностью. У них чрезвычайно быстрая смена эмоций. Им присуще «насильственное» привлечение к себе внимания. Экспрессивный, напыщенный стиль речи. Демонстрация своей драматичности, театральности. Такие типы могут легко «возвышаться» над другими. Увлеченные собственными эмоциональными драмами, они часто не замечают окружающего мира, не видят реальности, все преувеличивают. Для них незначительная неудача становится драмой, а маленькое удовольствие - большой радостью. На происходящие события Драматические реагируют подобно детям, они не могут устоять или хотя бы задержать на мгновение непрерывный наплыв своих чувств.

Признаки неестественного актерства:

- оказываясь центром внимания, иногда причиняет определенные неудобства для окружающих;
- при общении с другими отличается сильной сексуальной активностью или провокационным поведением;
- отличается чрезвычайно быстрой сменой эмоций;
- демонстрирует свою драматичность и театральность;
- в общении делает все, чтобы привлечь к себе внимание окружающих.

## Бдительный тип

Люди, в характере которых преобладает Бдительный тип индивидуальности, обладают исключительным пониманием окружающей среды. Хорошо распознают ошибочную или ложную информацию, скрытые побуждения, попытки ввести их в заблуждение. Это одаренные наблюдатели, постоянная готовность вовремя уклониться от принятия роковых решений делает их опасными конкурентами в деловых отношениях.

Бдительные обычно берут на себя роль социальных критиков, стражей порядка или активных участников общественных движений. Они способны разоблачать любые злоупотребления властью.

*Характеристика Бдительного типа.* Важнейшей характерной особенностью людей этого типа является независимость. Они легко принимают решения, сами заботятся о себе. Осторожны в деловых отношениях. Прежде чем наладить общение с конкретными людьми, предпочитают заранее узнать о них как можно больше, к критике восприимчивы, относятся к ней позитивно.

*Диагностика параноидального расстройства личности.* Характерными особенностями Бдительного типа являются подозрительность, недоверие, убежденность в своей правоте. Люди, страдающие параноидальным расстройством личности, всегда начеку, ожидают неприятностей от окружающих. Постоянно испытывают недовольство. Оскорблений не прощают. Болезненно оберегают свою репутацию. Всегда готовы дать резкий отпор, совершить ответное нападение. Безосновательно подозрительны по поводу верности своего друга или сексуального партнера.

Признаки параноидального расстройства:

- подозрительность без достаточных на то оснований, ожидание от других нанесения вреда или обмана;
- сомнение в лояльности своих друзей или партнеров по отношению к себе;
- в замечаниях и действиях людей видит скрытую для себя угрозу;
- постоянно испытывает недовольство, не прощает оскорблений, ущемлений или пренебрежительного к себе отношения;

- быстро реагирует на выпады против себя, всегда готов дать резкий отпор;
- опасается полагаться на других из-за безосновательного подозрения в неверности **своих** партнеров.

## Чувствительный тип

Чувствительные люди ведут себя свободно в своем маленьком мире, среди людей, которых они хорошо знают. Для этого типа индивидуальности характерны приподнятое настроение, воодушевление. Чувствительные любят комфорт, с другими обычно находятся в дружеских отношениях. Могут достичь признания своих заслуг, стать знаменитыми.

*Характеристика Чувствительного типа личности.* Чувствительны к мнению других о самих себе. Перед другими свои мысли и чувства стараются скрывать. В деловых отношениях осторожны, поспешных выводов не делают, в отношениях с коллегами и незнакомыми ведут себя корректно, тактично. Привычное течение жизни, устоявшаяся практика - это стиль их жизни.

*Диагностика уклончивого расстройства личности.* Люди, страдающие уклончивым расстройством личности, очень замкнуты. Они не против общения с другими людьми, но не могут справиться с чувством, что их поведение вызовет негативную оценку. Уклончивы, неконтактны. Способности к какой-либо деятельности развиты слабо. Из-за опасений получить в свой адрес критические замечания, неодобрение или отвержение профессиональное общение такие люди сводят к минимуму. Избегают нововведений. Социальная адаптация лиц Чувствительного типа понижена.

Признаки уклончивого расстройства личности:

- из-за опасения неодобрения и критических замечаний в свой адрес инициативы в своей профессиональной деятельности проявляют недостаточно, уклоняются от принятия решений;
- в общении с людьми вступают лишь тогда, когда убедятся в том, что их ценят и любят;
- в социальных ситуациях рассматривают себя неадекватно, недооценивая свои способности и возможности;
- инновации - не их удел, чаще всего отказываются от рискованных мероприятий и нововведений.

## Праздный тип

Личная свобода - кредо Праздных людей. Они находят свое призвание в творческих порывах либо в чтении специально подобранных книг. Какие развлечения они выбирают, для них не столь важно, главное - гарантированное право выбора и свобода действий.

*Характеристика Праздного типа личности.* Ценят комфорт, свободное время, маленькие радости жизни. Люди Праздного типа веселы, беспечны, оптимистичны. Имеют собственный подход к жизни, верят в свою удачу, полагают, что в жизни следует брать для себя самое лучшее. Если на Праздных людей оказывать давление, они способны проявить серьезное сопротивление, конфликтовать и ссориться.

*Диагностика пассивно-агрессивного расстройства личности.* Лица, страдающие пассивно-агрессивным расстройством личности, предрасположены к проявлению различных уловок и ухищрений. Иногда они становятся мрачными, противоречивыми. В такое время они необоснованно критикуют и презирают всякую власть. Завистливы и обидчивы. Нередки периоды перепадов в настроении - от враждебного неповиновения до полного раскаяния.

Признаки пассивно-агрессивного расстройства личности:

- постоянные жалобы на фортуна, обошедшую Праздного человека;
- неприкрытая зависть и необоснованные обиды на более удачливых;
- пассивное сопротивление в мероприятиях по выполнению планов социального развития;

- жалобы на недооценку своей персоны со стороны коллег и начальников; перепады настроения от обид и разочарований до полного раскаяния.

## Авантюрный тип

Люди авантюрного типа любят риск, принимают участие в самых опасных предприятиях. Любят путешествовать. Умеют приобретать друзей и приятелей, оказывать влияние на людей. Обычно это люди физически крепкие, мужественные, жесткие. Авантюристы живут в воображаемом мире, не испытывают вины за прошлое и беспокойства за будущее.

*Характеристика Авантюрного типа личности.* Уже в детстве года люди этого типа личности смелы, энергичны, озорники и большие проказники. Беспокойства за будущее не испытывают, живут одним днем, «здесь и сейчас». Заботу о близких и родственниках проявляют мало. Не смотрят в прошлое и не думают о будущем, подчиняются только импульсу, потому не чувствуют вины за то, что было, и не ведают страха перед тем, что будет. Опасность для Авантюрных в ситуации «здесь и сейчас» - это та опасность, которая стоит перед их глазами в данный момент, а не та, которая могла бы случиться. Они полагаются лишь на свою ловкость, изобретательность, физическую силу и силу воли. Риск усиливает их активность, обостряет мышление и способность к концентрации внимания и интеллекта.

*Диагностика антисоциального расстройства личности.* Люди антисоциальным расстройством личности известны как психопаты и социопаты. Они отвергают правила и социальные нормы. Ради собственной выгоды способны идти на обман, дезинформацию, используя различного рода псевдонимы. Агрессивны. В поведении непоследовательны, пренебрегают финансовыми обязанностями. Недостаточно ответственны. Безразличны к окружающим.

При высоких показателях антисоциального расстройства личности (показателях Авантюрного типа личности в автопортрете) не исключено проявление шизофренических расстройств.

Признаки антисоциального расстройства личности:

- нежелание соблюдать социальные нормы и правила поведения;
- агрессивное поведение и действия криминального характера;
- дезинформация, обман и двуличие в действиях и поступках людей Авантюрного типа;
- безответственность и безразличие к общественной работе. Признаки проявляются в возрасте 15-18 лет.

## Идеосинкратический тип

Люди Идеосинкратического типа - мечтатели, большие оригиналы. Они эксцентричны, настроены на самих себя и поддерживаются собственными мыслями и убеждениями. Для них не имеет значения, принимают ли или отвергают их подход к жизни окружающие. Они самоориентированы и независимы, открыты для всего необычного. Некоторые из них интересуются оккультизмом, экстрасенсорикой и другими модными околону научными течениями. Им свойственно абстрактное мышление. Одновременно с этим они не лишены тонкой наблюдательности, следят за реакцией окружающих на свои действия и поступки.

*Характеристика Идеосинкратического типа личности.* Застенчивы, внешне отстранены, в разговоре кажутся неловкими, не могут подобрать нужных слов, теряют нить разговора. Подозрительны, проявляют чрезмерное социальное беспокойство, особенно при встрече с незнакомыми людьми. Предпочитают уединение, находят удовлетворение от своего внутреннего мира. Некоторые из людей данного типа полагают, что обладают экстраординарными способностями, которые необходимы для какой-то специальной миссии, очень важной для этого мира.

*Диагностика расстройства личности людей Идеосинкратического типа (шизопатии).* У людей, страдающих шизопатией, занижена способность к поддержанию и установлению нор-

мальных отношений с людьми. Отличаются эксцентричным поведением уже с детского возраста. Им свойственны причудливые фантазии (вера в ясновидение, телепатию, наличие «шестого чувства» и т. п.).

Отличительные признаки шизопатии:

- отгороженность в отношениях с людьми, малая социальная адаптация;
- неожиданные высказывания, что «на эту тему» лучше говорить в другой комнате;
- рассуждения о влиянии магического на жизнь (ясновидение, телепатия, «шестое чувство», «третий глаз» и т. п.);
- необычные ощущения (например, ощущение «бриза» на коже при чем-либо прикосновении);
- подозрительность и параноидальные идеи. При высоких показателях шизопатии расстройство психики протекает по типу шизофрении.

## Отшельник

Люди-отшельники не нуждаются ни в ком, кроме себя. Они не предпринимают никаких усилий, чтобы произвести впечатление. Они абсолютно свободны от эмоций и увлечений. Однако они наблюдательны, благодаря этому свойству могут стать замечательными антропологами, природоведами, математиками, физиками, писателями и поэтами.

*Характерологические черты Отшельника.* Отшельники предпочитают уединение. Для удовлетворения своих потребностей им не требуется взаимодействие с другими людьми. Отшельники спокойны, беспристрастны, несентиментальны. Они равнодушны к критике и похвале. Свое поведение предпочитают оценивать сами.

*Диагностика шизоидного расстройства личности.* Эмоционально и физически шизоиды отгорожены от людей. Похвала и критика их мало интересуют. Проявляют полное отсутствие каких-либо эмоций, не доверяют людям. Шизоидное расстройство личности может протекать одновременно с шизофренией или другими патологическими расстройствами (шизопатическим расстройством, параноидальным или уклонительным расстройствами личности).

Признаки шизоидного расстройства личности:

- избегают близких отношений с коллегами по работе;
- в семейном отношении малообщительны и пассивны;
- к похвале и критике безразличны;
- отличаются отсутствием амбиций, повышенного интереса к чему-либо или к кому-либо;
- эмоционально заторможены, своих чувств не проявляют.

## Деятельный тип

Люди, обладающие Деятельным типом личности, отличаются чрезмерной активностью. Они не могут усидеть на месте и не дают другим. Они будут, например, настаивать, чтобы вы отправились с ними в путешествие, туристическую поездку и т. п. Они постоянно в поисках новых впечатлений.

*Характеристика Деятельного типа личности.* Деятельные люди могут проявлять романтическую привязанность к человеку. Они эмоциональны, импульсивны. У них нет ограничений в проведении забав, рискованных предприятий, так же как и в любовных утехх. Такие люди всегда оживлены, постоянно чем-то заняты, творчески активны, увлечены. Проявляют инициативу, заражают других своей активностью, любопытны и любознательны. Интересуются многим, постоянно экспериментируют, находятся в поисках нового.

*Диагностика расстройства личности «Активность на грани срыва».* Люди, страдающие расстройством личности «Активность на грани срыва», нередко проявляют неуравновешенность, гнев, самоуничтожение, беспокойство, неуверенность, опустошенность. Это отчаянные,

импульсивные и неуравновешенные люди. Их ужасает одиночество. Могут проявлять склонность к саморазрушению (безрассудство, чрезмерный секс, употребление наркотиков). Для тех, кто страдает этим расстройством, жизнь может казаться невыносимой. В эти моменты наблюдаются аффективное поведение, возникают суицидальные мысли.

Признаки расстройства личности «Активность на грани срыва»:

- импульсивность и склонность к саморазрушению;
- аффективная неустойчивость, чувство опустошенности;
- в отдельных случаях - суицидальное поведение;
- возможно проявление параноидальных признаков.

## Альтруистический тип

Сознание того, что альтруисты отдают всецело себя для пользы других, приносит им удовлетворение. Они чувствуют, что находятся на своем месте, если им удается оказать какую-нибудь помощь другому человеку. Они будут обслуживать вас, не спрашивая, нуждаетесь ли вы в их заботе или нет. Они доступны, неконкурентны, не честолюбивы. Честны, этичны, общительны и тактичны. В отношениях с начальниками похожи на людей Добросовестного типа. Они горды сознанием, что могут сослужить людям хорошую службу, имеют большой запас терпения.

*Характеристика Альтруистического типа личности.* Люди с преобладанием этого типа доступны в отношениях с другими, неконкурентоспособны. Заботясь о ком-либо, чувствуют себя комфортно. В большом внимании не нуждаются. К условиям жизни непритворливы. Альтруисты щедры к другим, они, могут, например, дать своему другу автомобиль во временное пользование, хотя сами нуждаются в нем. Могут помогать друзьям готовиться к экзаменам, откладывая собственную работу. Иногда жалуются на свое плохое самочувствие, заставляя окружающих чувствовать себя виноватыми, но при этом отказываются от их помощи.

*Диагностика расстройства личности «самоуничжение».* Люди, подверженные самоуничтожению (альтруистический тип личности), чувствуют себя вполне комфортно, когда оказывают помощь и поддержку другим. Отклоняют попытки окружающих в чем-либо помочь им. Не заинтересованы в людях, которые относятся к ним хорошо. Способны приносить значительные жертвы даже тем, кто в них не нуждается. Готовы выполнять низкооплачиваемую работу, хотя способны на гораздо большее.

Признаки расстройства личности «самоуничжение»:

- отклоняют попытки других чем-либо помочь им;
- откладывают завершение собственной работы, пока не окажут помощь другим;
- уклончиво отвечают другим, когда чувствуют, что им нанесли вред или предали;
- приносят значительные жертвы даже тем, кто в них не нуждается.

## Серьезный тип

Серьезные люди не имеют никаких иллюзий. Они не срывают звезд с неба, не стремятся стать популярными. Никакой другой тип не приспособлен столь сильно к переменам обстоятельств, условий жизни и смены климата, как этот. В тяжелые времена это способствует выживанию.

*Характеристика Серьезного типа личности.* Люди с Серьезным типом личности сохраняют трезвый взгляд на вещи в любых обстоятельствах, Они не проявляют эмоций, не претенциозны. Реально оценивают собственные способности. У них нет тщеславия и завышенной самооценки. Серьезные люди очень страдают, когда осознают, что были неправы и несправедливы по отношению к другим.

*Диагностика депрессивного расстройства личности.* Люди, страдающие депрессивным расстройством, критичны по отношению к себе. Им свойственно чувство раскаяния и собственной вины за случившееся. В состоянии депрессивного состояния пассивны и беспомощны. Они даже не пытаются обвинять в неудачах других, как это делают лица с параноидальным и пассивно-агрессивным расстройствами, они сами являются предметом своих нападок.

Признаки депрессивного расстройства личности:

- пониженный уровень самоуважения и самооценки;
- критично относится к другим, чаще всего негативно оценивая их,
- пассивное, иногда поравненное настроение с чувством раскаяния и вины за случившееся;
- по складу характера относится к пессимистам.

## Агрессивный тип

Агрессивные люди всегда стремятся в лидеры, к власти. Они никогда не уклоняются от борьбы, удобно себя чувствуют под грузом власти и ответственности. Лучше всего Агрессивные люди работают в определенной властной структуре, где каждый знает свое место, свои обязанности и полномочия. Они целеустремленны, обладают прагматическим подходом к достижению своей цели. Физически они сильны, с удовольствием принимают участие в спортивных соревнованиях, особенно там, где имеется наиболее тесный контакт с соперником.

*Характеристика Агрессивного типа личности.* Люди Агрессивного типа целенаправлены. К достижению своих целей у них прагматический подход. Делают все возможное, чтобы добиться желаемого результата. Не щепетильны и не обидчивы. Могут хорошо работать в сложных условиях и опасных ситуациях. Любят меньше рассуждать, но больше действовать. Сентиментальностью не отличаются, хотя в отдельных случаях их называют романтичными - они любят путешествия и приключения. Обладают мощным сексуальным потенциалом. В отличие от Авантюрных личностей, Агрессивных волнует не риск, а предстоящая радость победы, достижения своей цели. Агрессивные не предрасположены к депрессиям и беспокойству. Борьба и конкуренция не дают им расслабиться, помогают справиться с жизненными потрясениями.

*Диагностика садистского расстройства личности.* Агрессивное поведение, жестокость лиц, подверженных садистскому расстройству, развивается еще с детства. Они могут оскорбить и унижить людей в присутствии других. Требуют строжайшей дисциплины от подчиненных, проявляют жестокость по отношению к другим (детям, студентам, заключенным, пациентам и др.). Запугивание, террор, разнообразные запреты и ограничения по отношению к близким им людям - таковы главные меры «воздействия» на других лиц.

Признаки садистского расстройства личности:

- использование физического и морального насилия в целях установления господства в отношениях;
- оскорбление и унижение людей в присутствии других;
- требование соблюдения строжайшей дисциплины для всех, кто попадает под влияние Агрессивного;
- жесткость в требованиях, жестокость в обращении с людьми (запугивание, террор и т. п.);
- восхищение новым оружием, новыми видами военного искусства, оправдание жестоких насильственных действий.

## 2.4. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОВ АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА ПО А. Е. ЛИЧКО

Андрей Евгеньевич Ячко (1926-1994 гг.) - крупнейший отечественный ученый, выдающийся психиатр, профессор, доктор медицинских наук. Он по праву считается основоположником подростковой психиатрии в России. Социально-психологическая характеристика типов акцентуаций характера приводится здесь в кратком изложении, как она описана А. Е. Ячко в книге «Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков»\*. К этой книге классика отечественной психиатрии А. Е. Личко мы отсылаем всех тех читателей, кто желает более подробно ознакомиться с проблемами, связанными с акцентуацией характера.

### **1. Гипертимный тип**

Подростки гипертимного типа отличаются большой подвижностью, общительностью, болтливостью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции по отношению к взрослым. В компании подростков активны, стремятся командовать ими. При хороших способностях, живом уме, умении все схватывать на лету обнаруживается неусидчивость, отвлекаемость, недисциплинированность. У них почти всегда хорошее, приподнятое настроение. Имеют много разнообразных увлечений, однако эти увлечения бывают поверхностны и быстро проходят. При физических нагрузках, требующих активности, энергии, они довольно долго сохраняют силы. Однако напряжение в сочетании с внешним бездельем тяготит их.

Аккуратность не составляет для гипертимов отличительную черту ни в занятиях, ни в выполнении общественной работы. Реакции, связанные с формированием сексуального влечения, проявляются довольно ярко. Половое чувство рано пробуждается и бывает сильным. Это толкает гипертимов на ранние сексуальные связи. Хотя романтические увлечения и случаются, но обычно они непродолжительны. Быстро возникает стремление вступить с объектом влюбленности-в половую связь. Если это не удастся, то половое увлечение удовлетворяется посредством случайных знакомств.

### **2. Циклоидный тип**

Этот тип характеризуется многократной сменой периодов полного расцвета сил, энергии, здоровья, хорошего настроения и периодов депрессии, пониженной работоспособности, отчего представители данного типа называются циклоидами. Для циклоидов фазы обычно непродолжительны и длятся 2-3 недели. Периоды депрессии характеризуются повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. В этот период людское общество начинает тяготить их. Компании сверстников они избегают, становятся вялыми домоседами. Депрессия может смениться обычным состоянием или периодом подъема, когда циклоид превращается

\* См. Личко А. Е. Клиническая и психологическая диагностика типов психопатий и акцентуаций характера // Личко А. Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков. - М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999. - С. 111-241.

в гипертима, стремится к компании, заводит знакомства, претендует на лидерство и легко наверстывает упущенное в занятиях.

### **3. Лабильный тип**

В поведении представители лабильного типа непредсказуемы и крайне изменчивы в настроении. Поводы для неожиданного изменения настроения могут быть самыми различными: кем-то оброненное слово, чей-то приветливый взгляд. Соответственно настроению будущее у представителей лабильного типа то расцветает радужными красками, то представляется серым и унылым. Одни и те же люди кажутся им то милыми, интересными и привлекательными, то надоевшими, скучными и безобразными. Маломотивированная смена настроений иногда создает впечатление о легкомыслии лабильных. Но это не так. Представители лабильного типа способны на глубину чувства, на большую и искреннюю привязанность. А какая-нибудь приятная беседа, интересная новость, мимолетный комплемент может поднять у них настроение, отвлечь от действительных неприятностей, пока они снова не напомнят чем-либо о себе.

### **4. Астеионевротический тип**

Характеризуется мнительностью, капризностью, повышенной утомляемостью (особенно в учебе), склонностью к ипохондрии\*. Представители данного типа внимательно прислушиваются к своим телесным ощущениям, крайне подвержены ятрогении\*\*, охотно лечатся, подвергаются осмотрам. В мыслях о будущем центральное место у них занимает забота о собственном здоровье. Тянутся к подросткам, скучают без их компании, однако быстро устают от них, после чего ищут одиночества или общения с близким другом.

### **5. Сенситивный тип**

Чрезвычайная чувствительность и впечатлительность сочетаются у представителей данного типа с высокими моральными требованиями к себе и к окружающим. Не любят больших компаний, подвижных игр. Испытывают робость и застенчивость среди незнакомых людей, создавая впечатление замкнутости. Открыты и общительны только с теми, кто хорошо им знаком. Послушны, обнаруживают большую привязанность к родителям. Учатся обычно старательно, хотя пугаются всякого рода контрольных и экзаменов.

Сенситивные видят у себя много недостатков, особенно морально-этических и волевых. Источником угрызения совести у подростков мужского пола зачастую служит столь частый в этом возрасте онанизм. Из-за этого возникает самобичевание в «гнусностях» и «распутстве», в неспособности удержаться от пагубной привычки, из-за которой, по их мнению, развилось слаболие и застенчивость. Робость и застенчивость выступают с новой силой, когда встречается первая любовь. Отвергнутая любовь повергает их в отчаяние и крайне обостряет чувство собственной неполноценности. Самобичевание и самоукоры иногда доводят людей сенситивного типа до суицидных мыслей. Чувство собственной неполноценности порой вызывает гиперкомпенсацию, превращающуюся в самоутверждение в области, где сенситив чувствует свою полную неполноценность. Так, девочки стремятся показать свою веселость. Робкие и стеснительные мальчики - развязность, нарочитую заносчивость, пытаются проявить свою энергию и волю. Однако в ситуации, требующей смелости и решительности, они сразу же пасуют.

\* Ипохондрия - болезненная мнительность, выражающаяся в навязчивой идее болезни. Сопровождается неприятными ощущениями в различных областях тела.

\*\* Ятрогения (или внушенная болезнь) - неблагоприятное изменение психического состояния субъекта, возникающее в результате ненамеренного внушаемого воздействия врача на пациента (напр., неосторожное комментирование особенностей заболевания).

## **6. Психастенический тип\***

Характеризуется ускоренным и ранним интеллектуальным развитием, склонностью к размышлениям и рассуждениям, к «мудрствованию» и самоанализу. У психастеников-подростков наблюдаются такие черты, как нерешительность, тревожная мнительность, навязчивые страхи и опасения. Опасения чаще всего адресуются к возможному будущему: как бы чего не случилось ужасного и непредвиденного. Своеобразной защитой от постоянной тревоги за будущее становятся специально выдуманные приметы и ритуалы. К примеру, направляясь в школу, психастеник обходит все люки, не наступая даже на их края, чтобы не провалиться на экзамене. Или не дотрагивается до ручек дверей, в противном случае можно заболеть какой-нибудь заразной болезнью, и т. п.

Сексуальное развитие у подростков этого типа опережает физическое развитие, поэтому нередко у них можно наблюдать интенсивный онанизм. Физическое развитие оставляет желать лучшего. Спорт дается им плохо. Особенно слабы у психастеников руки, но при этом более сильны ноги. Поэтому привлечение к спорту лучше начать с бега, прыжков, лыж.

## **7. Шизоидный тип\*\***

Наиболее существенной чертой представителей шизоидного типа является замкнутость, отгороженность, неспособность или нежелание устанавливать контакты с людьми. Проявляется сочетание противоречивых черт личности, таких, как холодность и утонченность чувств, упрямство и податливость, настороженность и легкое верие, апатичная бездеятельность и напористая целеустремленность, необщительность и неожиданная назойливость, застенчивость и бестактность и т. п. У подростков бросается в глаза замкнутость и отгороженность. Шизоиды живут в мире своих иллюзий и увлечений, с пренебрежением относятся ко всему, что наполняет жизнь других подростков.

С наступлением полового созревания указанные выше черты проявляются особенно ярко. Реакции, связанные с сексуальным влечением, они прячут за нарочитым презрением к половой жизни. На самом деле эти реакции шизоиды сочетают с упорным онанизмом и богатыми эротическими фантазиями. Когда это случается, вступают в половую связь со случайными встречными.

Шизоиды чаще всего сами страдают от неспособности к общению, к сопереживанию, пытаются найти друга по душе. Большинство шизоидных подростков любят читать запоем, книги «проглатывают». Предпочитают коллективным спортивным играм систематические занятия гимнастикой, плаванием, упражнениями йогов.

## **8. Эпилептоидный тип**

Основные черты эпилептоида - склонность к аффективной взрывчатости, тугоподвижность, тяжеловесность, инертность.

Дисфории, длящиеся часами и днями, отличаются злобно-тоскливой окраской настроения, поиском объекта, на котором можно сорвать зло. Аффекты не только сильны, но и продолжительны. В большинстве случаев картина эпилептоидной психопатии разворачивается в период полового созревания (12-19 лет). Спонтанность дисфории сопровождается апатией, бездельем, бесцельным сидением с угрюмо-хмурым видом. Такие состояния по-

\* Психастения - нервно-психическое состояние человека, характеризующееся снижением порога чувствительности, крайней неустойчивостью настроения, общей нервно-психической слабостью, повышенной утомляемостью.

\*\* Термин «шизоид» введен в психиатрию Кречмером и употребляется для обозначения психопатических личностей, по своим конституциональным особенностям и чертам характера близким к шизофрени, под которой понимается психическое заболевание, связанное с разрывом между интеллектуальными и эмоциональными функциями.

степенно развиваются и ослабевают. Следствием дисфории могут быть аффективные ряды, которые возникают по незначительному поводу. В аффектах эпилептоидов наблюдается безудержная ярость (нецензурная брань, жестокие побои, безразличие к слабым и беспомощным и т. п.).

Сексуальное влечение эпилептоидов пробуждается с силой. Но любовь у представителей этого типа почти всегда бывает окрашена мрачными тонами ревности. Измен действительных или мнимых они никогда не прощают. Невинный флирт принимается за тяжелое предательство. В закрытых учреждениях с однополым составом подростки этого типа нередко вступают на путь половых извращений.

В группах сверстников стремятся навязать свою власть, охотно выискивают компании из младших по возрасту, слабых, безвольных, не способных дать отпор. В таких группах эпилептоиды-подростки устанавливают свои порядки, выгодные для них самих. Симпатиями они не пользуются, их «авторитет» держится на страхе.

Особый вариант эпилептоидности наблюдается у подростков, отличающихся работоспособностью, аккуратностью, педантизмом. Такие черты характера можно считать компенсаторными. Однако такие подростки способны на «двойную» жизнь. Будучи подчеркнуто «правильными» в одной ситуации, они обнаруживают крайнее себялюбие, злобность, агрессивность, моральную и физическую жестокость в другой.

Эпилептоиды-подростки чаще всего обладают приземистой сильной фигурой, массивным торсом при коротких конечностях, круглой, чуть вдавленной в плечи головой, большой нижней челюстью, крупными гениталиями у мальчиков. Данный тип можно считать одним из самых трудных.

## **9. Истероидный тип**

Главные черты истериода - беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения, удивления и сочувствия. Внушаемость отличается избирательностью: от нее ничего не остается, если «внушение льет воду на мельницу эгоцентризма». Среди поведенческих проявлений на одно из первых мест следует поставить суицидальный шантаж. Первые псевдосуицидальные демонстрации падают на возраст 15-16 лет. Формы такого шантажа самые разнообразные: порезы вен на предплечье, лекарства из домашней аптечки, изображение попытки выпрыгнуть из окна и т. п. Употребление наркотиков (мнимое или эпизодическое) также может служить способом апелляции к близким, намерением обратить на себя их внимание.

Делинквентное поведение у истериодов носит несерьезный характер (прогулы; нежелание учиться и работать, так как «серая жизнь» их более не устраивает; побеги из дома и т. п.). В компании сверстников истериоды обнаруживают претензии на лидерство.

Сексуальное влечение истериодов не отличается ни силой, ни напряжением. В их сексуальном поведении много театральной игры. Подростки мужского пола предпочитают таить сексуальные переживания. Девочки, напротив, склонны афишировать свои действительные связи, придумывать несуществующие, способны на самооговоры, могут изображать распутниц, наслаждаясь ошеломляющим впечатлением на собеседника.

Истериоды обычно выбирают определенное хобби. Увлечение, например, иностранными языками или философией, сводится в основном к усвоению самых ходовых диалогов в языке, к поверхностному знакомству с модными течениями в философии и предназначено лишь для того, чтобы произвести впечатление на соответствующее окружение.

Диагностика настоящего типа у подростков должна осуществляться с осторожностью. Истериодные черты могут быть поверхностным наложением на характерологическую основу другого типа - лабильного или гипертимного. Отсутствие выраженного эгоцентризма позволяет отличить таких подростков от истериодов.

## **10. Неустойчивый тип**

Подростки данного типа обнаруживают повышенную тягу к развлечениям, к безделью и праздности. У них отсутствуют какие-либо серьезные, в том числе и профессиональные интересы. Истинной любви к родителям они никогда не питают. К их бедам и заботам относятся с равнодушием и безразличием. Родные для них - лишь источник средств для наслаждений. Неспособные сами занять себя, они очень плохо переносят одиночество и рано тянутся к уличным подростковым группам. Трусость и недостаточная инициативность не позволяют им занять в них место лидера. Обычно они становятся орудиями таких групп. Угон автомашин и мотоциклов с целью покататься составляет существенную часть их делинквентного поведения. К спорту они испытывают отвращение.

Сексуальные увлечения не отличаются силой, но пребывание в антисоциальных группах ведет к раннему сексуальному опыту, включая знакомство с развратом и извращениями. Романтическая влюбленность проходит мимо них, на искреннюю любовь они не способны.

К своему будущему неустойчивые подростки равнодушны, не строят планов, не мечтают о какой-нибудь профессии, целиком живут настоящим, желая извлечь из него максимум развлечений и удовольствий. Слабоволие является одной из основных черт неустойчивых. Обстановка сурового и жестко регламентированного режима сдерживает их. Безнадзорность и попустительство открывают им простор для праздности и безделья.

## **11. Конформный тип**

Главная черта характера этого типа - чрезмерная конформность к своему непосредственному привычному окружению. Подчиняются конформисты любым авторитетам, большинству в группе. Трудно осваиваются в новой обстановке. Неинициативны. Отсутствует у них и стремление к лидерству. Увлечения конформистов целиком определяются его средой и модой времени. Лишенные собственной инициативы конформные подростки могут быть втянуты в групповые правонарушения, в алкогольные компании, подбиты на побег из дома или на расправу с «чужаками». Таким образом, самое слабое звено конформистов - чрезмерная податливость влиянию среды и чрезмерная привязанность ко всему привычному.

## 2.5. ОПРЕДЕЛЕНИЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА С ПОМОЩЬЮ ОПРОСНИКА ПДО А. Е. ЛИЧКО

Акцентуацию характера человека можно определить с помощью Патохарактерологического диагностического опросника (ПДО) А. Е. Личко. Ниже приводится сокращенный вариант опросника в интерпретации Р. С. Немова [6, с. 328-353].

Для определения типа акцентуации характера для подростков и лиц юношеского возраста он достаточно удобен и информативен, в то время как полный вариант ПДО применим в основном в клинической практике.

### Инструкция

Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) состоит из батареи тестов, объединенных в 25 шкал (самочувствие, настроение, сон и сновидения, пробуждение от сна, аппетит и отношение к еде, отношение к спиртным напиткам, сексуальные проблемы, отношение к одежде, отношение к родителям, отношение к друзьям, отношение к окружающим, отношение к незнакомым людям, отношение к одиночеству, отношение к будущему, отношение к новому, отношение к неудачам, отношение к приключениям и риску, отношение к лидерству, отношение к критике и возражениям, отношение к опеке и наставлениям, отношение к правилам и законам, оценка себя в детстве, отношение к школе, оценка себя в данный момент, отношение к деньгам). В правой части шкал (таблиц) проставлены символы (3 и 4 столбцы), соответствующие типам акцентуации характера: Г - гипертимный, Ц - циклоидный, Л - лабильный, А - астено-невротический, С - сенситивный, П - психастенический, Ш - шизоидный, Э - эпилептоидный, И - истероидный, Н - неустойчивый, К - конформный.

Вам предстоит выполнить два испытания (два выбора). При первом испытании предлагается в каждой из 25 шкал выбрать наиболее подходящий для вас ответ (утверждение). Свой выбор (наиболее характерный для вас) занесите в регистрационный лист (приводится в конце опросника), обозначив номер суждения во втором столбце листа против соответствующего наименования шкалы. Если в той или иной шкале для вас подходит не один, а два или даже три выбора, то в таком случае выбранные вами суждения тоже запишите в регистрационный лист. Однако более трех выборов по одной шкале делать не разрешается.

При втором испытании в тех же шкалах (таблицах) выберите наиболее неподходящие для вас, то есть отвергаемые вами ответы (один, два или три). Более трех ответов также давать не разрешается. Свои ответы запишите в регистрационный лист в столбец «Наименее характерные суждения».

Опросник

№	Суждение	Шифр	
		Наиболее характерные	Наименее характерные
1	2	3	4
<b>Самочувствие</b>			
1.	У меня почти всегда плохое самочувствие.	А	
2.	Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил.	Г	
3.	Дни и недели хорошего самочувствия у меня чередуются с днями, когда я себя чувствую плохо.	Ц	
4.	Мое самочувствие иногда меняется несколько раз в день.	Ц	
5.	У меня почти всегда что-нибудь болит.	АА	
6.	Плохое самочувствие возникает у меня только после огорчений и неудач.		
7.	Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей.		
8.	Я легко переношу боль и физические страдания.	Ц	
9.	Мое самочувствие вполне удовлетворительное.	НН	
10.	У меня встречаются приступы плохого самочувствия, сопровождаемые раздражением и чувством тоски.		
11.	Мое самочувствие очень зависит от того, как относятся ко мне окружающие люди.		
12.	Я очень плохо переношу боль и физические страдания.		
<b>Настроение</b>			
1.	Настроение у меня, как правило, хорошее.	ГН	
2.	Мое настроение легко меняется по незначительному поводу.	П	Г
3.	Мое настроение не очень зависит от людей, среди которых я нахожусь.		
4.	У меня почти всегда плохое настроение.		
5.	Мое настроение зависит от самочувствия.	ЦА	
6.	Когда меня оставляют одного, то мое настроение улучшается.	Ш	
7.	У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим.		
8.	У меня не бывает уныния и грусти, но нередко возникают раздраженность и гнев.		
9.	Малейшие неприятности сильно меня огорчают.	СЛ	
10.	Периоды хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения.		

1	2	3	4
11.	Мое настроение обычно такое же, как у окружающих людей.		
<b>Сон и сновидения</b>			
1.	Обычно я сплю хорошо, а сновидениям не придаю значения.	ГН	
2.	Мой сон богат яркими, эмоциональными сновидениями.		Э
3.	Я люблю помятаться перед тем, как уснуть.	К	
4.	Ночью я плохо сплю и чувствую сонливость днем.	А	
5.	Я сплю мало, редко вижу сновидения и обычно встаю бодрым.		Ц
6.	У меня плохой и беспокойный сон, часто бывают мучительные, тошнливые сновидения.	А	
7.	Бессонница бывает у меня периодически, без видимых на то причин.		
8.	Я не могу спокойно спать, если утром надо встать в строго определенное время.		
9.	Если меня что-то расстроило, то я долго не могу уснуть.	ЛА	
10.	Я часто вижу разные сны, то радостные, то неприятные.		
11.	По ночам у меня иногда возникают приступы страха.		
12.	Мне часто снится, что меня обижают.		
13.	Я могу свободно регулировать свой сон.		
<b>Пробуждение от сна</b>			
1.	Мне трудно проснуться в назначенный час.	Э	Л
2.	Обычно я просыпаюсь с неприятной мыслью о том, что нужно идти в школу или на работу.		К
3.	В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, а в другие - унетенным и унылым без всякой на то причины.		
4.	Когда мне нужно, я легко просыпаюсь.	Ц	
5.	Для меня утро - самое тяжелое время суток.		
6.	Мне часто не хочется просыпаться.		
7.	Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне.		Л
8.	Периодами по утрам я чувствую себя бодрым, периодами - разбитым.	А	
9.	Утром я встаю бодрым и энергичным.	НН	
10.	С утра я более активен, и мне легче работать, чем вечером.		
11.	Нередко бывает, что, проснувшись, я сразу не могу сообразить, где я нахожусь и что происходит со мной.		
12.	Я обычно просыпаюсь с мыслью о том, что предстоит сделать в течение дня.	Ц	
13.	Проснувшись, я люблю полежать в постели и помечтать.		

1		3	4
<b>Аппетит и отношение к еде</b>			
1.	Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах не мешают мне есть.	Ш	
2.	Периодами у меня бывает волчий аппетит, периодами мне ничего не хочется есть.		
3.	Я ем мало, иногда долго вообще ничего не ем.	А	ЦЭ
4.	Мой аппетит зависит от настроения.		
5.	Я люблю лакомства и деликатесы.	ЛЛП	
6.	Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях.	С	
7.	У меня хороший аппетит, но я не обжора.		
8.	Есть такие кушанья, которые вызывают у меня отвращение.		
9.	Я предпочитаю есть немного, но очень вкусно.		
10.	У меня плохой аппетит.		
11.	Я люблю сытно поесть.	Н	
12.	Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде.		
13.	Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю ее качество.		
14.	Мне легко можно испортить аппетит.		
15.	Еда меня интересует прежде всего как средство поддержания здоровья.		
16.	Я стараюсь придерживаться диеты, которую разработал сам.		И
17.	Я плохо переношу голод и быстро слабею от него.	Ц	
18.	Еда не доставляет мне большого удовольствия.		
<b>Отношение к спиртным напиткам*</b>			
1.	Мое желание выпить зависит от настроения.		Ц
2.	Я избегаю пить спиртное, чтобы не проболтаться.		
3.	Периодами я выпиваю охотно, периодами меня не тянет к спиртному.		
4.	Я люблю выпить в веселой, хорошей компании.	ПТ	С
5.	Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение со стороны.		
6.	Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.		
7.	Я испытываю отвращение к спиртному.	С	ЦЛ
8.	Спиртным стараюсь заглушить приступы плохого настроения, тоски или тревоги.		

\* Этот, как и следующий по порядку, список суждений включается в методику по желанию отвечающего, если соответствующие проблемы (отношение к спиртным напиткам и сексуальные проблемы) для него актуальны.

1	2	3	4
9.	Я избегаю пить спиртное, потому что потом у меня плохое самочувствие и сильная головная боль.	П	
10.	Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам.	СШП	
11.	Спиртные напитки меня пугают.		И
12.	Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир.	Ц	
13.	Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушать компанию.	А	Л
<b>Сексуальные проблемы</b>			
1.	Сексуальные проблемы меня мало беспокоят.	НН	
2.	Малейшая неприятность подавляет у меня влечение к другому человеку.		Ц
3.	Я предпочитаю жить мечтами о подлинном счастье, чем разочаровываться в жизни.		
4.	Периоды сильного влечения чередуются у меня с периодами безразличия и холодности.		
5.	Я быстро возбуждаюсь, но и быстро остываю, успокаиваюсь.		НН
6.	При нормальной семейной жизни не должно существовать никаких половых проблем.		
7.	У меня сильное влечение, которое трудно сдерживать.		К
8.	Моя застенчивость мне очень сильно мешает.		ИИ
9.	Измены я бы никогда не простил.		
10.	Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно будет мешать нормально жить и работать.		
11.	Наибольшее удовольствие мне доставляют ухаживание и флирт.		ЛС
12.	Я люблю анализировать свое отношение к проблемам пола, свои собственные ощущения и желания, связанные с этим.		
13.	Свое половое влечение я считаю ненормальным и стараюсь с ним бороться.		ГЛ
14.	Считаю, что половым проблемам не следует придавать большое значение.	ЛИ	
<b>Отношение к одежде</b>			
1.	Я люблю яркие и броские костюмы.		А
2.	Считаю, что надо всегда быть прилично одетым.		
3.	Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой.		
4.	Я люблю модную, необычную одежду, которая привлекает к себе внимание.	ИИ	К
5.	Я никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне нравится.	АС	
6.	Я люблю одеваться так, чтобы было к лицу.	К	

1	2	3	4
7.	Я не люблю слишком модничать и считаю, что надо одеваться так, как все.		
8.	Я часто беспокоюсь о том, что мой костюм не в порядке.		
9.	Я мало думаю об одежде.		
10.	Мне часто кажется, что окружающие осуждают меня за мой костюм.		
11.	Я предпочитаю темные и серые тона.		
12.	Временами мне хочется одеться ярко и модно, а временами я вообще не интересуюсь своей одеждой.		
<b>Отношение к родителям</b>			
1.	Я очень боюсь остаться без родителей	П	
2.	Я считаю, что родителей надо уважать, даже если в сердце хранишь обиду на них.		
3.	Я люблю и привязан к своим родителям, но бывает, что сильно обижаюсь на них и спорю с ними.	ЛЛ	
4.	В одни моменты мне кажется, что родители меня слишком опекают, а в другие - что я непослушен и принимаю родным огорчения.		
5.	Мои родители не дали мне того, что необходимо в жизни.		К
6.	Я упрекаю родителей в том, что в детстве они уделяли недостаточно внимания моему здоровью.		
7.	Я очень люблю (любил) одного из родителей.		
8.	Я люблю родителей, но не переносу, когда мною командуют и распоряжаются.		
9.	Я очень люблю маму и боюсь, что с ней что-нибудь случится.	ПП	
10.	Я упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) своих родителей.		
11.	Родители меня слишком притесняли и во всем навязывали свою волю.		ГЛПЭ
12.	Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими.	Ш	
13.	Я считаю себя виноватым перед родителями.	Э	
<b>Отношение к друзьям</b>			
1.	Мне не раз приходилось убеждаться в том, что дружат из-за выгоды.		
2.	Я хорошо чувствую себя с теми, кто мне сочувствует.		
3.	Для меня важен не один друг, а целый дружный коллектив.	ПЦ	
4.	Я ценю такого друга, который умеет выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить.	К	
5.	По друзьям, с которыми пришлось расстаться, я долго не скучаю и быстро нахожу себе новых друзей.		

1	2	3	4
6.	Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей.		И
7.	Моя застенчивость мешает мне подружиться с теми, с кем хотелось бы.	СС	
8.	Я легко завязываю дружбу, но часто разочаровываюсь и охладиваю к людям.		
9.	Я предпочитаю тех друзей, которые внимательно относятся ко мне.		
10.	Я сам выбираю себе друзей, но бросаю их, если разочаровываюсь в них.		
11.	Я не могу найти себе друга по душе.		
12.	У меня нет никакого желания иметь друга.		
13.	Периодами я люблю большие дружеские компании, периодами избегаю их.		
14.	Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями.	Л	
15.	Я люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним.	А	
<b>Отношение к окружающим</b>			
1.	Я окружен глупцами, невеждами и завистниками.		
2.	Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня.		Э
3.	В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие они меня тяготят.		
4.	Я считаю, что самому не следует особенно выделяться среди окружающих.		
5.	Я стараюсь жить так, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого.		
6.	Мне кажется, что окружающие презирают меня и смотрят на меня свысока.		
7.	Я легко схожусь с людьми в любой обстановке.	Г	С
8.	Больше всего со стороны окружающих я ценю внимание к себе.		
9.	Я чувствую хорошее или недоброе отношение к себе со стороны людей и так же отношусь к ним.		
10.	Я легко ссорюсь, но быстро мирюсь.		С
11.	Я часто подолгу размышляю правильно или неправильно я что-нибудь сказал или сделал в отношении окружающих.		
12.	Людское общество меня быстро утомляет и раздражает.		
13.	От окружающих я стараюсь держаться подальше.		П
14.	Я не знаю своих соседей и не интересуюсь ими.		
15.	Мне часто кажется, что окружающие подозревают меня в чем-то плохом.		
16.	Мне пришлось терпеть от окружающих много обид и обманов, и это всегда настораживает меня.		

1	2	3	4
<b>Отношение к незнакомым людям</b>			
1.	Я настороженно отношусь к незнакомым людям и невольно опасаясь зла.	ЭЭ	Г
2.	Бывает, что совершенно незнакомый человек сразу внушает мне доверие и симпатию.		ЭЭ
3.	Я избегаю новых знакомств.		
4.	Незнакомые люди внушают мне беспокойство и тревогу.		
5.	Прежде чем познакомиться, я всегда стремлюсь узнать, что это за человек, что говорят о нем люди.		
6.	Я никогда не доверяюсь незнакомым людям и не раз убеждался в том, что я прав.		
7.	Если незнакомые проявляют интерес ко мне, то и я с интересом отношусь к ним.		
8.	Незнакомые люди меня раздражают, а к знакомым я уже как-то привык.	Ц	ПГ
9.	Я охотно и легко завожу новые знакомства.	ПЦ	С
10.	Бременами я охотно знакомлюсь с новыми людьми, временами ни с кем знакомиться не хочется.		
11.	В хорошем настроении я легко знакомлюсь, в плохом - избегаю знакомств.		
12.	Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым.	СС	
<b>Отношение к одиночеству</b>			
1.	Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива.	Н	ШШ
2.	В одиночестве я чувствую себя спокойнее.	СШШ	
3.	Я не переношу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей.	ГЭН	СПШШШ
4.	Периодами мне лучше среди людей, периодами предпочитаю одиночество.	ЛА	
5.	В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником.		ЭИ
6.	В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества.		
7.	Большой частью я хочу быть на людях, но иногда хочется побыть одному.		
8.	Я не боюсь одиночества.	Ш	
9.	Я боюсь одиночества, и тем не менее так получается, что нередко я оказываюсь в одиночестве.		
10.	Я люблю одиночество.		
11.	Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями.	Л	

1	2	3	4
<b>Отношение к будущему</b>			
1.	Я мечтаю о светлом будущем, но боюсь неприятностей и неудач.		
2.	Будущее кажется мне мрачным и бесперспективным.		
3.	Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим.		
4.	З будущем меня больше всего беспокоит состояние моего здоровья.		
5.	Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы.	ПГ	
6.	Я не люблю много думать о своем будущем.		
7.	Мое отношение к будущему часто и быстро меняется: то я строю радужные планы, то будущее кажется мне довольно мрачным.	П	
8.	Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания.	Э	
9.	Я всегда невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем.		
10.	Мои планы на будущее я люблю прорабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить.	П	
11.	Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту.		
12.	Я живу своими мыслями, и меня мало волнует, каким в действительности окажется мое будущее.		
13.	Периодами мое будущее кажется мне светлым, периодами - мрачным.		
<b>Отношение к новому</b>			
1.	Периодами я легко переношу перемены в своей жизни, но периодами начинаю их бояться и избегать.		
2.	Новое привлекает меня, но вместе с тем беспокоит и тревожит.		
3.	Я люблю перемены в жизни - новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг.		
4.	У меня бывают моменты, когда я жадно ищу новые впечатления и новые знакомства, но бывает, что избегаю их.		
5.	Я люблю сам придумывать новое, все переизобретать и делать по-своему, не так, как все.	Ш	
6.	Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает.		Э
7.	Я не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз и навсегда установленный порядок.		И
8.	Я боюсь перемен в жизни, новая обстановка меня пугает.		
9.	Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее.	ЛЭ	
10.	Меня привлекает лишь то новое, которое соответствует моим принципам и моим интересам.	ПШШЭ	

1	2	3	4
<b>Отношение к неудачам</b>			
1.	Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи.	Ш	ППЭ
2.	Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда от малейших неудач у меня опускаются руки.		ЭЭ
3.	Неудачи приводят меня в отчаяние.	Э	
4.	Неудачи вызывают у меня сильное раздражение, которое я изливаю на невинных людей.		
5.	Если случается неудача, то я всегда думаю, что же я сделал не так.	И	
6.	Неудачи вызывают у меня протест и негодование, желание их преодолеть.		
7.	Если в моих неудачах кто-то виноват, то я не оставляю его безнаказанным.	ЭЭ	
8.	При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться.		Л
9.	Бывает, что малейшие неудачи приводят меня в уныние, но бывает, что серьезные неприятности я переношу стойко.		
10.	Неудачи меня пугают, и в них я прежде всего виню самого себя.	П	Ц
11.	Неудачи меня не задевают, я не обращаю на них внимания.		
12.	При неудачах я еще больше мечтаю о свершении своих желаний.		
13.	Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться.	К	
<b>Отношение к приключениям и риску</b>			
1.	Я люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск.	Г	СС
2.	Я много раз взвешиваю все «за» и «против» и все никак не решусь рискнуть.	С	
3.	Мне не до приключений, а рискую я только тогда, когда к этому принуждают обстоятельства.	С	
4.	Временами я люблю приключения и часто рискую, но порой приключения и риск становятся мне не по душе.		
5.	Приключения я люблю только веселье и такие, которые хорошо кончаются, а рисковать я не люблю.		
6.	Я специально не ищу приключений и риска, но иду на них, когда этого требуют обстоятельства.		
7.	Приключения и риск меня привлекают, если в них мне достается первая роль.	Г	
8.	Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют.		ЛИ
<b>Отношение к лидерству</b>			
1.	Я могу идти впереди других в рассуждениях, но не в действиях.	Ц	
2.	Я люблю быть первым в компании, руководить и направлять других.		
3.	Я люблю опекаль кого-либо одного, кто мне понравится.		

1	2	3	4
4.	Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку.		И
5.	Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими с удовольствием команду сам.		
6.	Периодами я люблю задавать тон, быть первым, но периодами это мне надоедает.		
7.	Я люблю быть первым там, где меня любят, бороться за первенство я не люблю.	ПП	
8.	Я не умею командовать другими.	ЛС	
9.	Я не люблю командовать другими, меня пугает ответственность.		И
10.	Всегда находятся люди, которые слушаются меня и признают мой авторитет.		
11.	Я люблю быть первым, чтобы мне подражали, чтобы за мной следовали другие.		
12.	Я охотно слеую за авторитетными людьми.		
<b>Отношение к критике и возражениям</b>			
1.	Я не обращаю внимания на возражения и критику, всегда думаю и делаю по-своему.	ШШ	К
2.	Слушая возражения и критику, я ищу доводы в свое оправдание, но не всегда решаюсь их высказывать.		
3.	Возражения и критика меня особенно раздражают, когда я устал и плохо себя чувствую.		
4.	Критика и осуждения в мой адрес лучше равнодушия и пренебрежения ко мне.		
5.	Не люблю, когда меня критикуют и возражают мне, сержусь и не всегда могу сдержать свой гнев.		Л
6.	Когда меня критикуют или мне возражают, это меня сильно огорчает и приводит в состояние уныния.		
7.	От критики мне хочется убежать подальше.		
8.	В одни периоды критику и возражения я переношу легко, в другие - очень болезненно.		
9.	Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если касаются мелочей.	А	
10.	Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам.		ПП
11.	Я сразу правильно реагирую на критику и всегда стараюсь это делать.	Ц	
12.	Я убедился, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе накопиться или самим выдвинуться.		И
13.	Если меня критикуют или возражают, то мне всегда начинает казаться, что другие правы, а я нет.		

1		3	4
<b>Отношение к опеке и наставлениям</b>			
1.	Я слушаю наставления только тех людей, кто имеет на это право.	ЦП	
2.	Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья.	ЭЭ	
3.	Не выношу, когда меня опекают и все решают за меня.		
4.	Я не нуждаюсь в наставлениях.		
5.	Я охотно слушаю советы того, кто меня любит.		
6.	Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда у меня получается.	ЦП	
7.	Временами все наставления пролетают мимо моих ушей, а иногда я ругаю себя за то, что не слушал людей.		
8.	Совершенно не переношу наставления, если они даются начальственным тоном.		
9.	Я внимательно слушаю наставления и не сопротивляюсь, когда меня опекают.		И
10.	Я охотно слушаю те наставления, которые мне приятны, и не переношу тех, что мне не по душе.		
11.	Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали.	ИИ	
12.	Я не решаюсь прервать даже самое ничтожное для меня наставление или избавиться от ненужного для меня покровительства.		И
13.	Наставления вызывают у меня сильное желание делать все наоборот.		
14.	Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром.		
<b>Отношение к правилам и законам</b>			
1.	Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение.		К
2.	Всегда считаю, что если дело интересное и заманчивое, всякие правила и законы можно обойти.	ГГ	С
3.	Логически обоснованные правила я стараюсь соблюдать.		
4.	Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя законов.		Г
5.	Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют.		Л
6.	Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила и законы, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность.		
7.	Всякие правила и распорядки вызывают у меня желание их нарушать.		Ц
8.	Правила и законы я всегда соблюдаю.		
9.	Я всегда слежу за тем, чтобы окружающие соблюдали правила.		И

1	2	3	4
10.	Часто упрекаю себя за то, что нарушал правила и недостаточно строго соблюдал законы.		
11.	Я стараюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается.	Л	
12.	Строго следую тем правилам, которые считаю справедливыми, но борюсь с теми, которые считаю несправедливыми.		
<b>Оценка себя в детстве</b>			
1.	В детстве я был робким и плаксивым ребенком.		
2.	Я очень любил сам сочинять всякие сказки и фантастические истории.	Г	
3.	В детстве я обычно избегал участия в шумных и подвижных играх.		
4.	Я был как все дети и ничем не отличался от моих сверстников.		Ц
5.	Периодами мне кажется, что в детстве был живым и веселым, периодами начинаю думать, что был очень непослушным и беспокойным.		
6.	С детства я был самостоятельным и решительным.	Г	С
7.	В детстве я был веселым и отчаянным.	Г	С
8.	В детстве я был обидчивым и чувствительным.	СС	
9.	В детстве я был очень непоседливым и болтливым.		
10.	В детстве я был таким же, как и сейчас, меня легко было огорчить, но легко также успокоить и развеселить.	Л	
11.	С детства я стремился к аккуратности и порядку.		ИИ
12.	В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играли другие дети.		Л
13.	В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть с ровесниками.	И	
14.	В детстве я был капризным и раздражительным.	ЭЭ	Л
15.	В детстве я плохо стал и плохо ел.		
<b>Отношение к школе</b>			
1.	Я любил вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино.	ГЭИНН	
2.	Я сильно расстраивался из-за замечаний и отметок, которые меня не удовлетворяли.	Э	ЭЭИ
3.	В младших классах я любил школу, а потом она стала меня тяготить.	Ц	
4.	Периодами я любил школу, периодами она начинала мне надоедать.		
5.	Я не любил школу, потому что учителя относились ко мне несправедливо.		
6.	Школьные занятия меня очень утомляли.		
7.	Больше всего я любил школьную самостоятельность.		

1	2	3	4
8.	Я любил школу, потому что там была веселая компания.		
9.	Я стеснялся ходить в школу, боялся насмешек и грубости.		И
10.	Я очень не любил физкультуру.		
11.	Я посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе.		ШШ
12.	Школьная обстановка меня очень тяготила.		
13.	Я старался аккуратно выполнять все задания.		
<b>Оценка себя в данный момент</b>			
1.	Мне не хватает холодной рассудочности		Г
2.	Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность.		
3.	Я слишком мнительен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем.	А	
4.	Я не виновен в том, что возбуждаю зависть у других.		
5.	Мне не хватает усидчивости и терпения.		
6.	Я считаю, что ничем не отличаюсь от большинства людей.		ПП
7.	Мне не хватает решительности.		
8.	Я не вижу у себя больших недостатков.	ЭИ	А
9.	В хорошие минуты я вполне доволен собой, а в минуты дурного настроения мне кажется, что у меня не хватает то одного, то другого качества.		
10.	Я слишком раздражителен.		
11.	Другие находят у меня крупные недостатки, но я считаю, что они преувеличивают.		
<b>Отношение к деньгам</b>			
1.	Нехватка денег меня раздражает.		
2.	Деньги меня совершенно не интересуют.	Ц	ЭИ
3.	Огорчаюсь, когда денег не хватает.		
4.	Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно.	И	
5.	Я очень аккуратен в денежных делах и, зная неаккуратность многих, не люблю давать в долг.		
6.	Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить.	ЛА	И
7.	Я всегда стараюсь оставить деньги про запас на непредвиденные расходы		
8.	Деньги нужны мне только для того, чтобы как-нибудь прожить.		
9.	Стараюсь быть бережливым, но не скупым, люблю тратить деньги с толком.		

1	2	3	4
10.	Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг.		
11.	Периодами я отношусь к деньгам легко и трачу их, не задумываясь, периодами боюсь остаться без денег.		
12.	Я никогда никому не позволяю ущемлять меня в деньгах.		

**Замечание.** В приведенных списках суждений имеется много таких, которые не зашифрованы. Часть подобных суждений в оригинальном авторском варианте методики Личко служит цели выявления не только акцентуаций, но и патологий характера. Использование описанной методики в этих целях требует специального образования, профессиональной компетенции и доступно только медицинским психологам, психотерапевтам и психиатрам. Поэтому данная часть методики из описания исключена. Тем не менее многими из незашифрованных суждений можно воспользоваться для того, чтобы провести дополнительный качественный анализ особенностей характера испытуемых. Для этого выбранные ими суждения, которые не имеют определенного шифра, необходимо соотнести с данными в начале описания методики краткими характеристиками различных типов акцентуированных характеров.

## Регистрационный лист

Название списка суждений	Номера выбираемых суждений	
	наиболее характерные	наименее характерные
Самочувствие		
Настроение		
Сон и сновидения		
Пробуждение от сна		
Аппетит и отношение к еде		
Отношение к спиртным напиткам		
Сексуальные проблемы		
Отношение к одежде		
Отношение к родителям		
Отношение к друзьям		
Отношение к окружающим		
Отношение к незнакомым людям		
Отношение к одиночеству		
Отношение к будущему		

Отношение к новому		
Отношение к неудачам		
Отношение к приключениям и риску		
Отношение к критике и возражениям		
Отношение к лидерству		
Отношение к опеке и наставлениям		
Отношение к правилам и законам		
Оценка себя в детстве		
Отношение к школе		
Оценка себя в данный момент		
Отношение к деньгам		

## Обработка результатов тестирования

1. За каждый выбор, соответствующий указанному символу в каждой из шкал, испытуемый получает по одному баллу. Если символов несколько, то число баллов увеличивается по количеству символов. Например, за выбор с символом А испытуемый получает 1 балл, который приписывается развитости у него астеноневротического характера, а за выбор символов ГШК - три балла, причем в данном случае по данному баллу получают показатели развитости у него сразу трех типов акцентуаций характера: гипертимного, шизоидного и конформного. Если же в выбранных суждениях опросника символы (в правых частях шкал) отсутствуют, то за выбранные суждения приписывается ноль баллов.

2. Производится подсчет общей суммы набранных баллов по каждому из символов (по всем 25 шкалам). Доминирующий тип акцентуации характера определяется по максимально-му числу баллов, набранных испытуемым.

3. Определяют уровень (степень) развитости различных акцентуации, исходя из таблицы 13 (ключа к оценке развитости акцентуаций характера) - низкий, средний или высокий. К примеру, если по гипертимности испытуемый набрал 17 баллов, то по уровню развития у него соответствующей акцентуации характера он находится на среднем уровне; если по конформности (К) у него оказалось 10 баллов, то делается вывод о том, что он находится на высоком уровне развития конформности.

Таблица 13

*Ключ к оценке степени развитости акцентуаций характера*

Акцентуации характера	Уровень развития акцентуаций характера		
	низкий	средний	высокий
Гипертимность (Г)	1-8	9-18	19-25
Циклоидность (Ц)	1-8	9-18	19-26
Лабильность (Л)	1-10	11-20	21-29
Астеноневротичность (А)	1-6	7-13	14-18

Сензитивность (С)	1-9	10-19	20-27
Помастеничность (П)	1-8	9-16	17-24
Шизоидность (Ш)	1-7	8-15	16-20
Эпилептоидность (Э)	1-10	11-20	21-32
Истероидность (И)	1-10	11-22	23-30
Неустойчивость (Н)	1-5	6-12	13-15
Конформность (К)	1-3	4-7	8-10

В карту индивидуального психологического развития подростка или старшего школьника (учащегося профессионального учебного заведения) вносятся словесные оценки уровня развития каждой акцентированной черты характера.

## 2.6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА ПО ТЕСТУ ЛЕОНГАРДА—ШМИШЕКА

Черты, сами по себе еще не являющиеся патологическими, но которые могут при определенных условиях развиваться в положительном или отрицательном направлениях, достигая крайних вариантов нормы, граничащие с патологией, называются акцентуированными. Такой характер человека относится к акцентуированному. К. Леонгард и Н. Шмишек выделяют десять основных типов акцентуаций характера.

### **1. Застревающий тип (З)**

Данный тип склонен к «застреванию» аффекта, к бредовым реакциям. Люди этого типа педантичны, злопамятны, долго помнят обиды, сердятся, обижаются. Нередко на этой почве у них появляются навязчивые идеи. В эмоциональном отношении они ригидны. Иногда могут проявлять аффективные вспышки, агрессию. В патологии это - паранойяльный психопат.

### **2. Возбудимый тип (В)**

Характеризуется повышенной возбудимостью и агрессивностью. Моральные устои мало значимы, в порывах гнева отмечается нарастание агрессивности, сопровождающейся активизацией соответствующих действий. Осмысление у представителей этого типа, как правило, затруднено или замедлено. В патологии это - эпилептоидный психопат.

### **3. Демонстративный тип (Де)**

К данному типу принадлежат люди, у которых сильно выражен эгоцентризм, стремление постоянно находится в центре внимания («пусть ненавидят, лишь бы не были равнодушны»). Достаточное количество таких личностей имеется среди артистов. Если у них нет особых способностей, тогда они привлекают внимание антисоциальными поступками. Чтобы приукрасить свою персону, идут на патологическую живость. Склонны носить яркую, экстравагантную одежду. Могут быть определены по этому признаку и по манере поведения чисто внешне. В патологии это - истерический психопат.

### **4. Педантичный тип (П)**

Педантичный тип отличается ярко выраженной собранностью, отражающей инертность психических процессов. Основательность, четкость и завершенность в действиях, высокий самоконтроль позволяют выполнять работу пунктуально и добросовестно, однако они слишком медлительны и малопродуктивны в мышлении. В действиях проявляется чрезмерная стандартность и предусмотрительность. При навязчивом крайнем педантизме могут наступать злобно-тоскливые настроения. В патологии это - эпилептоидная психопатия.

### **5. Гипертимный тип (Г)**

Характеризуется преимущественно приподнятым настроением, повышенной психической активностью и жадой деятельности. Предприимчивость, инициатива, разбрасывание искр

оптимизма - характерные черты данного типа. Однако чрезмерная веселость и живость не всегда позволяют доводить дело до конца, быть обязательным, строго соблюдать нормы, дорожить своим авторитетом. Легкомыслие нередко проявляется в прожектерстве, несобранности, сомнительных поступках. В патологии это - невроз навязчивых идей.

### **6. Дистимный тип (Ди)**

В противоположность гипертимному типу для дистимного типа характерна склонность к депрессии, сосредоточенность на мрачных сторонах жизни, медлительность и заторможенность. Несмотря на серьезную настроенность на дело, стимуляция жизнедеятельности оставляет желать лучшего. В контактах с людьми этот тип быстро утомляется, после чего ищет одиночества.

### **7. Циклоидный (циклотмический) тип (Ц)**

Ярко выражена смена гипертимных и дистимных фаз. Характерной является изменчивость настроения, поступков и действий без видимых причин. Обычно хорошее настроение непродолжительно, плохое - более длительно, при котором наблюдается быстрое утомление и снижение творческой активности.

### **8. Экзальтированный тип (Э)**

Этому типу свойственен широкий диапазон эмоциональных состояний. Экзальтация (восторженно-возбужденное состояние) проявляется в бурной реакции, сменяемости направленной активности, высокой впечатлительности, сильной привязанности к друзьям. Искреннее и глубокое переживание чужих проблем усиливает психическую реакцию людей данного типа акцентуации. Верующие люди нередко впадают в религиозный экстаз.

### **9. Тревожный тип (Т)**

Это люди меланхолического склада с очень высоким уровнем тревожности, склонные к страхам, нерешительности, робости, чрезмерной подчиненности. Недооценивают или преуменьшают свои способности. По характеру застенчивы, пугаются ответственности. Высокий уровень тревожности нередко сопровождается стремлением к сверхкомпенсации за счет выброса негативных эмоций.

### **10. Эмотивный тип (Эм)**

Отличается высокой чувствительностью, впечатлительностью и глубиной переживаний. Сопереживание, мягкосердечие, растроганность, резкая смена настроения по незначительным поводам - характерная черта эмотивов. В любви ранимы. Не против того, чтобы их опекали. Под влиянием бурных событий в окружающей действительности возможны патологии - вплоть до депрессии и суицида.

Перечисленные выше типы акцентуаций характера можно объединить в две большие группы, отражающие акцентуации свойств непосредственно характера или акцентуации свойств темперамента.

К первой группе относятся:

- застревающий тип (З) (в патологии - паранойяльный психопат);
- возбудимый тип (В) (в патологии - эпилептоидный психопат);
- демонстративный тип (Де) (в патологии - истерический психопат);
- педантичный тип (П) (в патологии - эпилептоидный психопат, нередко проявляющий агрессию).

Остальные виды акцентуации характера относятся ко второй группе, отражающей особенность темперамента и глубину аффективных реакций.

# Инструкция

Ниже представлено 97 вопросов-утверждений. Отметьте те вопросы-утверждения, с которыми вы согласны. Работать следует достаточно быстро, долго не раздумывая над каждым последующим вопросом. Лучше всего номера утверждений записать на отдельном листе бумаги, а не отмечать их непосредственно в пособии.

## Опросник

1. Ваше настроение, как правило, бывает ясным, неомраченным?
2. Восприимчивы ли вы к оскорблениям, обидам?
3. Легко ли вы плачете?
4. Возникает ли у вас после окончания какой-либо работы сомнения в качестве ее исполнения и прибегаете ли вы к проверке - правильно ли все было сделано?
5. Были ли вы в детстве таким же смелым, как ваши сверстники?
6. Часто ли у вас бывают резкие смены настроения (только что парили в облаках от счастья, и вдруг становится очень грустно)?
7. Бываете ли вы обычно во время веселья в центре внимания?
8. Бывают ли у вас дни, когда вы без особых причин ворчливы и раздражительны и все считают, что вас лучше не трогать?
9. Всегда ли вы отвечаете на письма сразу после прочтения?
10. Вы серьезный человек?
11. Способны ли вы на время так сильно увлечься чем-нибудь, что все остальное перестает быть значимым для вас?
12. Предприимчивы ли вы?
13. Быстро ли вы забываете обиды и оскорбления?
14. Мягкосердечны ли вы?
15. Бросая письмо в почтовый ящик, проверяете ли вы, опустилось оно туда или нет?
16. Требуется ли ваше честолюбие того, чтобы в работе (учебе) вы были одним из первых?
17. Боялись ли вы в детские годы грозы и собак?
18. Смеетесь ли вы иногда над неприличными шутками?
19. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые считают вас педантичным?
20. Очень ли зависит ваше настроение от внешних обстоятельств и событий?
21. Любят ли вас ваши знакомые?
22. Часто ли вы находитесь во власти сильных внутренних порывов и побуждений?
23. Ваше настроение обычно несколько подавлено?
24. Случалось ли вам рыдать, переживая тяжелое нервное потрясение?
25. Трудно ли вам долго сидеть на одном месте?
26. Отстаиваете ли вы свои интересы, когда по отношению к вам допускается несправедливость?
27. Хвастаетесь ли вы иногда?
28. Смогли ли вы в случае надобности зарезать домашнее животное или птицу?
29. Раздражает ли вас, если штора или скатерть висит неровно, стараетесь ли вы это поправить?
30. Боялись ли вы в детстве оставаться дома один?
31. Часто ли портится ваше настроение без видимых причин?
32. Случалось ли вам быть одним из лучших в вашей профессиональной или учебной деятельности?
33. Легко ли вы впадаете в гнев?

34. Способны ли вы быть шаловливо-веселым?
35. Бывают ли у вас состояния, когда вы переполнены счастьем?
36. Смогли бы вы играть роль конферансье в веселых представлениях?
37. Лгали ли вы когда-нибудь в своей жизни?
38. Говорите ли вы людям свое мнение о них прямо в глаза?
39. Можете ли вы спокойно смотреть на кровь?
40. Нравится ли вам работа, когда только вы один ответственны за нее?
41. Заступаетесь ли вы за людей, по отношению к которым допущена несправедливость?
42. Беспокоит ли вас необходимость спуститься в темный погреб, войти в пустую, темную комнату?
43. Предпочитаете ли вы деятельность, которую нужно выполнять долго и точно, той, что не требует большой кропотливости и делается быстро?
44. Вы очень общительный человек?
45. Охотно ли вы в школе декламировали стихи?
46. Убегали ли вы в детстве из дому?
47. Обычно вы без колебаний уступаете место в автобусе престарелым пассажирам?
48. Часто ли вам жизнь кажется тяжелой?
49. Случалось ли вам так расстраиваться из-за какого-нибудь конфликта, что после этого вы чувствовали себя не в состоянии пойти на работу?
50. Можно ли сказать, что при неудаче вы сохраняете чувство юмора?
51. Стараетесь ли вы помириться, если кого-нибудь обидели? Предпринимаете ли вы первые шаги к примирению?
52. Очень ли вы любите животных?
53. Случалось ли вам, уходя из дома, возвратиться, чтобы проверить: не произошло ли чего-нибудь?
54. Беспокоили ли вас когда-нибудь мысли, что с вами или с вашими родственниками должно что-либо случиться?
55. Существенно ли зависит ваше настроение от погоды?
56. Трудно ли вам выступать перед большой аудиторией?
57. Можете ли вы, рассердясь на кого-либо, пустить в ход руки?
58. Очень ли вы любите веселиться?
59. Вы всегда говорите то, что думаете?
60. Можете ли вы под влиянием разочарования впасть в отчаяние?
61. Привлекает ли вас роль организатора в каком-нибудь деле?
62. Упорствуете ли вы на пути к достижению цели, если встречается какое-либо препятствие?
63. Чувствовали ли вы когда-нибудь удовлетворение при неудачах людей, которые вам неприятны?
64. Может ли трагический фильм взволновать вас так, что на глазах выступают слезы?
65. Часто ли вам мешают уснуть мысли о проблемах прошлого или будущего?
66. Свойственно ли было вам в школьные годы подсказывать или давать списывать товарищам?
67. Смогли бы вы пройти в темноте один через кладбище?
68. Вернули бы вы, не раздумывая, лишние деньги в кассу, если бы обнаружили, что получили их слишком много?
69. Большое ли значение вы придаете тому, что каждая вещь в вашем доме должна находиться на своем месте?
70. Случается ли вам, что, ложась спать в отличном настроении, следующим утром вы встаете в плохом расположении духа, которое длится несколько часов?

71. Легко ли вы приспосабливаетесь к новой ситуации?
72. Часто ли у вас бывают головокружения?
73. Часто ли вы смеетесь?
74. Сможете ли вы относиться к человеку, о котором вы плохого мнения, так приветливо, что никто не догадывается о вашем действительном отношении к нему?
75. Вы человек живой и подвижный?
76. Сильно ли вы страдаете, когда совершается несправедливость?
77. Вы страстный любитель природы?
78. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли вы, закрыты ли краны, погашен ли везде свет, заперты ли двери?
79. Пугливы ли вы?
80. Может ли принятие алкоголя изменить ваше настроение?
81. Охотно ли вы принимаете участие в кружках художественной самодеятельности?
82. Тянет ли вас иногда уехать далеко от дома?
83. Смотрите ли вы на будущее немного пессимистично?
84. Бывают ли у вас переходы от веселого настроения к тоскливому?
85. Можете ли вы развлекать общество, быть душой компании?
86. Долго ли вы храните чувство гнева, досады?
87. Переживаете ли вы длительное время горести других людей?
88. Всегда ли вы соглашаетесь с замечаниями в свой адрес, правильность которых сознаете?
89. Могли ли вы в школьные годы переписать из-за помарок страницу в тетради?
90. Вы по отношению к людям больше осторожны и недоверчивы, чем доверчивы?
91. Часто ли у вас бывают страшные сновидения?
92. Бывают ли у вас иногда такие навязчивые мысли: если вы стоите на перроне, то можете против своей воли кинуться под приближающийся поезд или кинуться из окна верхнего этажа большого дома?
93. Становитесь ли вы веселее в обществе веселых людей?
94. Вы - человек, который не думает о сложных проблемах, а если и занимается ими, то недолго?
95. Совершаете ли вы под влиянием алкоголя внезапные импульсивные поступки?
96. В беседах вы больше молчите, чем говорите?
97. Могли бы вы, изображая кого-нибудь, так увлечься, чтобы на время забыть, какой вы на самом деле?

## Обработка и анализ результатов тестирования

1. Произведите подсчет ответов, совпадающим с ключом к опроснику по каждому из свойств характера (типов акцентуаций) и отдельно - по показателю искренности ответов. За каждый ответ, совпадающий с ключом, присваивается 1 балл.

2. Сумма «сырых» баллов по каждому из свойств характера умножается на соответствующий коэффициент, указанный в ключе.

3. Если результат умножения на коэффициент превысит значение 18, это свидетельствует о выраженности данной акцентуации.

Максимальное значение - 24 (по свойству характера «Застывание» - 22).

4. Максимальное значение набранных баллов по шкале «Искренность» составляет 10. При сумме баллов, не превышающих 5, можно считать, что ответы испытуемого в большинстве своем вполне искренни. При сумме баллов 6-7 искренность ответов испытуемого подвергается сомнению. При значении 8-10 баллов ответы признаются лживыми, а результаты тестирования недостоверными.

## Ключ к опроснику

Свойства характера	Коэффициент	«ДА» № вопросов	«НЕТ» № вопросов
Гипертимность	3	1, 12, 25, 36, 50, 61, 75, 85	
Дистимичность	3	10, 23, 48, 83, 96	34, 58, 73
Циклотимность	3	6, 20, 31, 44, 55, 70, 80, 93	—
Эмоциональность	3	3, 14, 52, 64, 77, 87	28, 39
Демонстративность	2	7, 21, 24, 32, 45, 49, 71, 74, 81, 94, 97	56
Застывание	2	2, 16, 26, 38, 41, 62, 76, 86, 90	13, 51
Педантичность	2	4, 15, 19, 29, 43, 53, 65, 69, 78, 89, 92	40
Тревожность	3	17, 30, 42, 54, 79, 91	5, 67
Возбудимость	3	8, 22, 33, 46, 57, 72, 82, 95	
Экзальтированность	6	11, 35, 60, 84	—
Искренность ответов	1	9, 47, 59, 68, 88	18, 27, 37, 63, 66

5. По данным тестирования акцентуаций характера вычерчивается профиль личности испытуемого (рис. 6), на основании которого наглядно можно представить количественные значения показателей по каждому из типов акцентуаций характера. Каждая личность - это сочетание, многообразие типов индивидуальности. Профиль личности даст ключ к пониманию каждого характера, каждой индивидуальности.

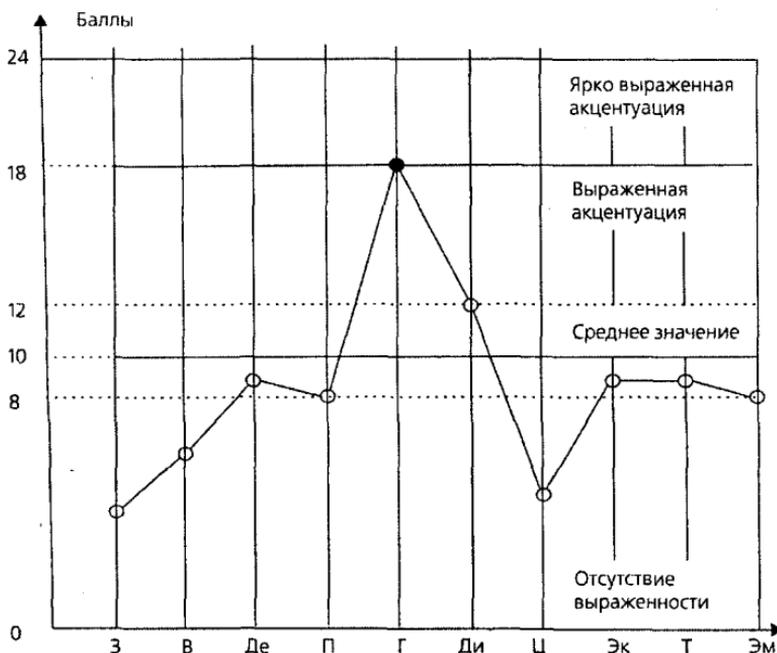


Рис. 6. Профиль личности испытуемого Б. по типам акцентуаций характера

## 2.7. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИХ АКЦЕНТУАЦИЙ ЛИЧНОСТИ И НЕРВНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НЕУСТОЙЧИВОСТИ

Методика нашла применение в профориентации и профессиональном отборе, а также в процессе проведения психологического консультирования. Методика приводится выборочно по данным А. А. Карелина [11, т. 1, с. 68-88].

### Инструкция

В этом опроснике содержатся утверждения, касающиеся вашего здоровья, взглядов, интереса, характера и т. д. Если вы решите, что согласны с данными утверждениями, то на регистрационном бланке соответственно номеру утверждения поставьте «+». Если не согласны, то поставьте знак «-».

### Личностный опросник

1. Я приложу все усилия, чтобы стать (далее - наименование профессии).
2. Большинство знакомых считают меня веселым собеседником.
3. Я часто поступаю по настроению, а не по убеждению.
4. Часто какая-то навязчивая мысль не дает мне заснуть.
5. К алкоголю я равнодушен.
6. Я очень серьезно интересуюсь гимнастикой йогов.
7. Я люблю готовиться к экзаменам, контрольным и т. п. один.
8. В споре я часто ухожу от сущности вопроса и перехожу на личности.
9. Я сильно теряюсь, неожиданно оказываясь в центре всеобщего внимания.
10. Я стараюсь придерживаться принципов нравственности и морали.
11. У меня часто болит голова.
12. Я никогда не нуждаюсь в сочувствии окружающих.
13. В поездах, автобусах и т. д. я часто завожу разговор с незнакомыми мне людьми.
14. Часто пустяк, сказанный в мой адрес, способен вызвать у меня бурную реакцию.
15. Критика в присутствии окружающих меня крайне угнетает.
16. У меня часто плохое настроение.
17. Я стал сомневаться в правильности выбранной профессии.
18. Я легко осваиваюсь в любом обществе.
19. Временами меня так и подмывает вступить с кем-нибудь в спор.
20. Часто мне трудно удержаться от жалости к самому себе.
21. В детстве я состоял на учете у психиатра.
22. Я стараюсь жить так, чтобы окружающие сказали обо мне: «Вот это человек!»

23. Мое физическое развитие и здоровье вполне позволяют мне стать хорошим офицером.
24. Я считаю себя вполне общительным человеком.
25. Часто мне хочется сделать что-нибудь опасное или ошеломляющее.
26. Если я совершил какой-то промах, то быстро об этом забываю.
27. Иногда я принимаю бром, элениум и другие успокаивающие средства.
28. Я никогда не следую моде, а ношу что попало.
29. Я охотно участвую в организации различных мероприятий.
30. Часто я могу не сдержаться и наругать, даже если это повредит моим интересам.
31. Я склонен мысленно возвращаться к своим неприятностям, и мне трудно выбросить их из головы.
32. Мне говорили, что я хожу во сне.
33. Я считаю, что употребление наркотиков вполне естественно.
34. Люблю носить супермодную и необычную одежду, которая привлекает взор.
35. Мне нравится общаться с людьми, и я редко упускаю возможность поговорить даже с малознакомым человеком.
36. Довольно часто я действую под минутным влиянием минутного настроения.
37. В отношениях с людьми я испытываю трудности из-за собственной застенчивости.
38. Чувствую, что моих способностей, наверное, не хватит, чтобы освоить выбранную профессию.
39. У меня почти всегда что-нибудь болит.
40. Мне свойственно шутить и рассказывать разные истории.
41. Когда на меня кричат, я отвечаю тем же.
42. Употребление нецензурных выражений мне всегда неприятно.
43. Временами я не могу удержаться от соблазна украсть что-нибудь.
44. Я живу своими внутренними мыслями, и меня мало интересует действительность.
45. Я считаю, что книги более занимательны, чем собеседники.
46. Часто я не уступаю людям просто из принципа.
47. Мне, конечно, не хватает уверенности в себе.
48. На медицинской комиссии я скрыл имеющиеся у меня серьезные заболевания.
49. Всегда делаю и думаю по-своему, а мнение других меня интересует мало.
50. Законы и правила общежития я стараюсь соблюдать.
51. Я предпочитаю иметь широкий круг знакомств.
52. Я люблю подшучивать над другими.
53. Когда люди наблюдают за мной, мне от этого становится не по себе.
54. У меня плохой и беспокойный сон.
55. Мои идеи и мысли кажутся опережающими время.
56. Я легко могу заговорить с незнакомым человеком.
57. Часто завожусь с пол-оборота.
58. Я очень смущаюсь, когда говорят о моем характере.
59. У меня были случаи потери сознания.
60. Я труднодоступный человек.
61. Я считаю, что большинство людей лгут, если это в их интересах.
62. Я с удовольствием могу гулять один.
63. Я сильно раздражаюсь, если меня торопят.
64. В разговоре с девушками я стараюсь избегать щекотливых тем, которые могут вызвать смущение.
65. Моя нервная система сильно расстроена.
66. Я не верю в Бога.
67. Обо мне часто говорят: «За словом в карман не полезет».

68. Часто я готов на все, чтобы победить в споре.
69. Бывает, что меня беспокоит чувство вины или угрызения совести из-за какого-нибудь пустяка.
70. Я имел приводы в милицию.
71. Мне кажется, что никто меня не понимает.
72. Окружающие всегда знают мою точку зрения.
73. Я предпочитаю взаимовыгодные решения в споре.
74. Я чувствую себя менее приспособленным к жизни и к ее требованиям, чем другие.
75. Я бы предпочел большую часть времени сидеть, ничего не делать и мечтать (философствовать).
76. В одну из политических партий я вступил бы только под нажимом общественности.
77. Я не надеюсь, что чего-либо добьюсь в жизни.
78. В общем, меня беспокоит чувство собственной застенчивости.
79. Я люблю продельвать каверзные шутки над другими.
80. В обществе меня беспокоит чувство собственной застенчивости.
81. Я способен совершить нечто выдающееся.
82. Меня уговорили поступать в этот вуз, а у самого особого желания не было.
83. В коллективе я редко бываю инициатором чего-либо.
84. Мне часто хочется недозволенного.
85. Я считаю себя скорее мечтательным, чем практичным человеком.
86. В детстве у меня были тяжелые травмы и заболевания.
87. Я считаю, что американский образ жизни можно принять за образец.
88. В кругу незнакомых людей я редко заговариваю первым.
89. Меня трудно рассердить.
90. Меня беспокоит чувство, что я хуже других.
91. Временами я сожалею, что живу на этом свете.
92. Мое мнение часто совпадает с мнением окружающих.
93. У меня бывают очень странные и необычные внутренние переживания.
94. Обычно я не очень общителен.
95. Часто мне бывает трудно справиться со своими желаниями.
96. Я часто пытаюсь заглянуть в самого себя и выяснить причины появления своих мыслей.
97. В детстве я был капризным и раздражительным.
98. По своим способностям я смогу стать хорошим руководителем.
99. Если обсуждается какой-либо вопрос, я одним из первых выражаю свое мнение или соображение.
100. Я не считаю нужным скрывать свое презрение или отрицательное мнение о ком-либо или о чем-либо.
101. Иногда мне кажется, что люди догадываются, о чем я думаю.
102. Мне нравится цитировать блестящие или шокирующие высказывания знаменитых людей.
103. По отношению ко мне окружающие часто поступают несправедливо.
104. Я люблю работать не спеша.
105. Иногда мне говорят, что я вспыльчив.
106. Меня часто беспокоят мысли о том, что я поступаю не так, как следует.
107. С большим трудом я приспосабливаюсь к новым условиям учебы, жизни и быта.
108. Мне нравится искать необычные или парадоксальные приемы решения различных задач или вопросов.
109. Часто я выступаю инициатором какого-либо дела.
110. Я легко теряю терпение с людьми.
111. У меня бывают редко периоды, когда я теряю сон из-за волнения.
112. Очень редко критика и возражения в мой адрес бывают справедливыми.

113. В компаниях я всегда являюсь центром внимания.
114. Мой вес сильно колеблется (то худею, то поправляюсь).
115. Я придерживаюсь пословицы: «Кто поспешит, тот людей насмешит».
116. Если кто-нибудь раздражает меня, я могу долго это терпеть.
117. Я часто упускаю возможность из-за своей нерешительности.
118. Я почти всегда ощущаю сухость во рту.
119. Меня легко привести в замешательство.
120. Я люблю иногда поделиться с окружающими своим мнением.
121. В современной жизни слишком много препятствий и ограничений, которые меня очень раздражают.
122. Мне часто приходится скрывать свою застенчивость ценой больших усилий.
123. Я отношусь к тем людям, которые умеют восторгаться или преклоняться перед кем или перед чем-нибудь.
124. В школе у меня были конфликты с учителями.
125. Я человек довольно общительный и веселый.
126. Довольно часто я испытываю потребность в острых ощущениях.
127. У меня есть свой мир мечтаний, куда я никого не пускаю.
128. Я с трудом усваивал школьный материал.
129. Иногда я чувствую, что кто-то управляет моими мыслями.
130. Я чувствую себя глубоко одиноким человеком.
131. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
132. Иногда я чувствую себя глубоко одиноким человеком.
133. Я часто о чем-нибудь тревожусь.
134. Для меня характерно бурное проявление чувств.
135. Думаю, что я человек обреченный.
136. Отдыхая, я предпочитаю коллективные игры и развлечения.
137. Я склонен давать категорические оценки поступкам окружающих.
138. Я остро и длительно переживаю неприятности.
139. Временами у меня бывают приступы смеха и плача, с которыми я никак не могу справиться.
140. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
141. Обычно я поступаю и говорю быстро, долго не раздумывая.
142. У меня все кипит внутри, если что-то делают не по-моему.
143. Я склонен беспокоиться о том, что меня ожидает.
144. У меня есть такие качества, по которым я определенно превосхожу других людей.
145. Мне нравится пища, приготовленная из экзотических продуктов.
146. У меня часто бывают запоры.
147. Я больше молчу и слушаю, когда нахожусь в обществе.
148. Мне доставляет совершать рискованные поступки ради забавы.
149. Временами я чувствую себя разбитым.
150. Иногда у меня появляется навязчивое желание нанести повреждение себе или окружающим.
151. Я человек особенный и непонятный для других.
152. Я люблю много говорить.
153. Редко что можно осуществить постепенными, умеренными методами, чаще необходимо применить силу.
154. Я чувствую себя неудачником, когда слышу об успехах моих знакомых и товарищей.
155. Мне свойственна некоторая капризность.
156. Считаю, что выбранная профессия мне вполне подходит.
157. Я высказываю свои мысли так, как они приходят мне в голову, и не стараюсь их сначала «причесать».
158. У меня часто бывает мандраж в руках или по всему телу.

159. Выполняя какую-либо работу, я предпочитаю делать ее самостоятельно, а не в коллективе.  
160. Люди считают меня спокойным и уравновешенным человеком.  
161. Я склонен все принимать близко к сердцу.  
162. У меня часто бывает приступ раздражительности.  
163. У меня нет и, наверное, никогда не будет друга.  
164. Я добросовестно и честно ответил на все вопросы.

## Интерпретация

Утверждения, раскрывающие ту или иную шкалу, отражают отношение к себе, к другим людям, к труду, к будущему, к прошлому, к неудачам, к критике, к риску, к правилам, к порядкам и т. д.

Акцентуации характера следует рассматривать как крайний вариант психической нормы. При этом самооценка остается адекватной, а конкретный тип акцентуации указывает на уязвимые места характера, которые при определенных условиях могут вызвать психогенную реакцию (ситуативно обусловленные нарушения поведения), привести к декомпенсации или дезадаптации.

## Характеристика диагностических шкал

### **Экстраверсия-интроверсия**

*Критерии:* +2, -7, +13, +18, +24, +29, +35, +40, -45, +51, +56, -62, +67, +72, -78, -83, -88, -94, +99, -104, +109, -115, +120, +125, +131, +136, +141, -147, -152, -159.

*Признаки:* высокие значения свидетельствуют о ярко выраженной устремленности человека к обществу, отсутствию застенчивости, неразборчивости в установлении межличностных контактов, частом переоценивании своих возможностей. Низкие значения говорят о замкнутости, скромности, скованности в отношениях с другими, медлительности, флегматичности.

### **Эксплозивтивная (возбудимая) форма**

*Критерии:* +3, +8, +14, +25, +30, +36, +41, +46, +52, +57, +63, +68, -73, +79, +84, -89, +95, +100, +105, +110, -116, +121, +126, +132, +142, +148, +153, -160.

*Признаки:* несоответствие эмоциональных реакций силе и качеству раздражителей; повышенная возбудимость, агрессивность, взрывчатость, легкость возникновения «срыва» по незначительному поводу, склонность к резкой критике, слабый контроль эмоций, импульсивность действий.

### **Психастеническая форма**

*Критерии:* +4, +9, +15, 4-20, -26, +31, 4-37, +42, +47, +53, +58, +64, +69, +74, +80, +85, +90, +96, +101, +106., +111, +117, +122, +127, +133, +138, +143, +149, +154, +161.

*Признаки:* высокая тревожность, нерешительность, неуверенность в себе, легкая ранимость, повышенная чувствительность, быстрая утомляемость, фиксация на неудачах, склонность к сомнениям и самоанализу, застенчивость, робость, пониженная активность.

### **Шизоидная форма**

*Критерии:* +6, +12, +16, +28, +44, +49, +55, +60, +66, +71, +75, +77, +81, +91, -92, +93, +102, +107, +108, +124, +129, +130, +135, +144, +145, +150, +151, +157, +162, +163.

*Признаки:* необычность и оригинальность мышления, своеобразие логических связей и ассоциаций, эмоциональная холодность, бесцеремонность, замкнутость, отгороженность от жизни и дел коллектива, необычность восприятия окружающего.

### **Истероидная форма**

*Критерии:* +3, +10, +14, +22, -28, +34, +35, +40, +46, +49, +51, +61, +67, +72, +81, +87, +97, +100, +102, +113, +123, +134, +137, +139, +140, +144, +145, +148, +155, +157.

*Признаки:* эгоцентризм, стремление выделиться манерами поведения, внешним видом, жажда лидерства и оригинальности, театральность поведения, желание быть в центре внимания, внешняя выразительность переживаний, высокие претензии в отношении оценки результатов своего труда и исключительности положения.

### **Шкала направленности**

*Критерии:* -1, -5, +17, -23, +32, +33, +38, +39, +43, +48, -50, +59, +65, +66, +70, +76, +77, +82, +86, +87, +91, -98, +135, -156, +164.

*Признаки:* отношение к выбранной профессии, желание ею овладеть, оценка своего физического развития, здоровья и способностей в отношении возможности освоить профессию, выпячивание своих моральных и психических недостатков.

### **Шкала надежности**

*Критерии:* 3-36, 4-111, 7-159, 9-53, 13-35, 14-57, 24-125, 30-68, 37-80, 47-117, 51-131, 52-79, 74-85, 78-94, 84-95, 89-116, 90-154, 138-161, 146-152.

*Признаки:* при высоком показателе по шкале, несопадении знаков в девяти и более парах утверждений результаты обследования следует считать недостоверными.

### **Нервно-психическая неустойчивость**

Понятие «нервно-психическая неустойчивость» объединяет в себе целый ряд предпатологических и частично патологических проявлений особенностей личности, которые предрасполагают к срывам нервной системы и психической деятельности даже при незначительных психических или физических нагрузках.

Наиболее часто нервно-психическая неустойчивость проявляется при акцентуациях характера, алкоголизме, наркомании и некоторых психических заболеваниях. Основные формы проявления нервно-психической неустойчивости связаны с недостаточной социальной зрелостью, соблюдением моральных норм, требований, правил поведения и порядка, нарушениями дисциплины, межличностных отношений и деятельности (трудовой и учебной), предболезненными и болезненными состояниями.

### **Шкала нервно-психической неустойчивости (НПН)**

*Критерии:* +3, -5, +6, +8, +9, -10, +11, +12, +14, +16, +19, +20, +21, +22, +25, +27, +28, +30, +32, +33, +34, +36, +39, +43, +44, +46, +49, -50, +53, +54, +55, -49, 2-50, +57, +58, +59, +60, +61, +65, +66, +68, +70, +71, +74, +75, +76, +77, +79, +81, +84, +86, +87, +90, +91, -92, +93, +97, +100, +101, +103, +106, +107, +108, +110, +111, +112, +113, +114, +118, +119, +121, +123, +124, +127, +128, +129, +130, +132, +134, +135, +137, +138, +139, +140, +142, +144, +145, +146, +148, +149, +150, +151, +153, +154, +155, +157, +158, -160, +161, +162, +163.

*Признаки:* акцентуация характера; нарушение дисциплинарных и моральных норм поведения, межличностных отношений и профессиональной деятельности, недостаточная социальная зрелость; болезненные явления.

## **Оценка результатов обследования**

Заключение составляется на основании анализа полученных числовых значений, приведенных в девятибалльной шкале, по каждой акцентуации. При этом учитываются соотношения

различных значений, свидетельствующих о степени выраженности той или иной черты характера, а также их взаимосвязь.

9 баллов по шкале НПН оценивается как состояние «нервно-психической неустойчивости» и только после целенаправленной беседы со специалистом-психологом, независимо от результатов других видов профотбора, кандидату выставляется IV группа психологического отбора. IV группа психологического отбора выставляется также при 8 баллах НПН и 9 баллах по любой из трех шкал: эксплозивной, психастенической и шизоидной.

Степень выраженности черт характера оценивается по 9-балльной шкале. Акцентуированными считаются крайние значения 1 и 9 баллов, резко выраженными - 2 и 8 баллов, заостренными - 3 и 7 баллов.

## Особенности проявления характерологических акцентуаций личности\*

**Экстраверсия** - выраженность этого качества характеризует устремленность человека к обществу, большому многолюдному окружению. Интересы таких людей направлены вовне. Они социально открыты и раскованы, легко устанавливают межличностные контакты, общительны и активны.

Такие люди с детства отличаются шумным поведением, общительностью, самостоятельностью и смелостью. Они веселы и предприимчивы, габоет компании и стремятся к аирерству; обладают повышенным жизненным тонусом, оптимизмом, живым интересом; просты в общении, доступны и откровенны.

Они легко увлекаются и разочаровываются, не способны к систематической и устойчивой работе. Уверены в успехе своих начинаний, если же не достигают его - всегда утешаются, быстро заменяя неудавшиеся планы новыми, в успехе которых не сомневаются.

Отзывчивы, разносторонни и нередко производят впечатление «солнечных натур», являются душой общества, постоянными организаторами коллективных мероприятий.

У них нет ни застенчивости, ни робости перед незнакомыми, но зато недостает чувства дистанции, такта; отмечаются недисциплинированность, неусидчивость и отвлекаемость.

К различным требованиям, правилам и законам относятся достаточно просто и легкомысленно, легко просматривают грань между дозволенным и запрещенным. Плохо справляются с работой, требующей усидчивости, кропотливости, тщательности. Аккуратностью не отличаются ни в выполнении обещаний, ни в денежных операциях, любят прихвастнуть, шиковать. Переоценивают свои возможности и способности. Зная и не скрывая особенности своего характера, часто стараются показать себя более конформными. Часто небрежны, невнимательны, беспечны и беззаботны.

**Интраверсия** (противоположно описанному выше) - интересы таких людей направлены на внутреннее переживания. Они скромны, замкнуты, склонны к уединению, скованы в отношениях с другими людьми, не устанавливают активные контакты; терпимы к традиционным трудностям, консервативны и педантичны; рассудительны, осторожны, серьезны, молчаливы, озабочены, задумчивы, флегматичны, медлительны, предусмотрительны, сдержанны, владеют собой, пессимистичны, дисциплинированы.

**Эксплозивная форма акцентуаций** (возбудимая форма) - характерным для людей данного типа является несоответствие эмоциональных реакций силе и качеству раздражителей: они подвержены относительно более легким изменениям и колебаниям в психическом состоянии.

\* Приводятся по описанию А. А. Карелина [11, т. 1, с. 80-88].

Многообразные нарушения эмоциональной деятельности проявляются в виде резкой неустойчивости настроения, раздражительности, вспыльчивости, невозможности сдержать себя при волнениях, легкости возникновения «срыва» по незначительному поводу, отчетливыми сосудистыми и вегетативными реакциями (бледность или покраснение кожных покровов, общая потливость, расширение зрачков, безмерное учащение пульса, нарушение ритма и глубины дыхания, диспнеические расстройства и другое). Типична двигательная реакция - возбуждение, напряжение мускулатуры лица, мимические реакции. Часто в состоянии волнения нарушается речь: начинают заикаться, с трудом произносят слова, скандируют и т. п.

Поводы для развития аффективных реакций весьма различны: распоряжения старших, замечание равного, а нередко даже ситуации, которые не имеют прямого отношения к ним, способны вызвать бурную реакцию. Они не могут спокойно относиться к конфликту между окружающими, тотчас вмешиваются, принимают сторону «несправедливо» обиженных, громко кричат, имеют тенденцию к агрессивным действиям.

Деляя, не задумываясь, язвительные замечания в адрес окружающих, они не терпят подобных же реплик, тем более возражений и замечаний в свой адрес, а на легкие обиды реагируют, как на тяжелые оскорбления.

Характерными чертами являются непоседливость, неспособность ожидать, постоянное легкое двигательное беспокойство. Обычно они с трудом занимаются деятельностью, требующей терпения и кропотливого труда, любое ожидание сопровождается у них тягостными переживаниями, вызывает активный протест.

У лиц с выраженной формой акцентуации кроме аффективных расстройств наблюдается нарушение интеллектуального опосредования ситуации и способности сдерживать себя. Мышление конкретное и поверхностное. Внимание характеризуется неустойчивостью. Из других симптомов постоянно отмечается узость интересов и тяга к хвастовству, лживость, болтливость, сосредоточенность на сексуальных переживаниях. В поведении обнаруживается демонстративность и оригинальничанье.

Они игнорируют правила и обязанности, потворствуют своим желаниям. Самоуверенны, склонны брать ответственность на себя. Характерным является также и расстройство сна: плохое засыпание и неглубокий чуткий сон, сновидения отражают события дня и конфликты.

**Психастеническая форма акцентуации** - основу данной формы акцентуации составляет тревожно-мнительный характер. При выраженной форме наиболее характерными являются такие качества, как легкая ранимость, повышенная чувствительность, быстрая истощаемость и утомляемость. Это обычно щепетильные, сентиментальные, деликатные, честные, робкие, застенчивые, снисходительные и внимательные к другим, но придирчивые к себе люди. Они вечно терзаются сомнениями в правильности своих решений и поступков, справедливости содеянного, постоянно задерживают свое внимание на неудачах. Мучительной «обработке» подвергаются обстоятельность, вытекающие из требований ежедневной будничной ситуации. Склонность копаться в себе и находить в себе недостатки парализует их активность. Так, например, вспоминая о событиях прошедшего дня, человек находит массу доказательств того, что он не так поступил, не так сказал, не так решил. План наступившего дня представляется ему еще не ясным, ибо обязанности, вытекающие из реальной ситуации, являются для него источником сомнений и мучений. Воспоминания о завершенных делах окрашены мучительными чувствами неудовлетворенности, сознанием своей несостоятельности.

Постоянное недоверие к самому себе заставляет искать помощи у близких, друзей, часто - у врачей.

Будучи в силу тревожно-мнительного характера лишены твердости и уверенности в себе, эти люди продолжают жить больше в мечтаниях, чем в реализации своих глубоких по замыслу планов. Несмотря на богатый кругозор и часто незаурядные способности, они неред-

ко остаются вне активной жизни общества, не могут устроить свою личную жизнь, оказываясь одинокими, без семьи, слынут мудрыми чудаками.

Одной из чрезвычайно характерных черт психастеников является склонность к самоанализу и потеря чувства реального. В своих мыслях, мечтаниях они видят себя сильными, волевыми, полными планов с возможностью их реализации.

Часто под влиянием астенизирующих воздействий внешних факторов (инфекции, интоксикации) у данной акцентуации может наступить декомпенсация, проявляющаяся не только в плане еще большего заострения тревожно-мнительных черт характера, но и в появлении навязчивых состояний различного содержания (навязчивых мыслей - obsessions, страхов-фобий и др.)

Когда эти тревоги и опасения направлены на различные ощущения в своем теле, на правильность функционирования внутренних органов и систем, когда на передний план выступает слабость, истощаемость, утомляемость, можно говорить об ипохондрической форме психопатии. Наиболее характерной чертой этой психопатии является склонность к ипохондрическим реакциям, то есть к необоснованным жалобам на здоровье, концентрации всех мыслей на самочувствии.

Среди типов психастенических акцентуаций встречаются такие, у которых повышенная чувствительность и ранимость выражены особенно остро. В этих случаях можно говорить о сенситивной форме акцентуации и (или) ее развитии в психопатию.

К числу наиболее типичных черт характера сенситивных акцентуаций следует отнести повышенную чувствительность, чрезмерную впечатлительность и истощаемость. У них имеется подчеркнутое чувство собственной неполноценности. Это робкие, застенчивые и малодушные люди. Они вздрагивают от малейшей неожиданности, боятся темноты, падают в обморок при виде крови. Считают себя некрасивыми, даже уродливыми, смешными и думают, что окружающие их презирают, смеются над ними. Это не бред, а логический вывод, вытекающий из чувства собственной недостаточности. Они краснеют по ничтожному поводу, не могут выступать на собраниях. Смушение и страх овладевают ими во время экзамена и при любом сколько-нибудь ответственном выступлении.

Им свойственны пассивно-оборонительные формы поведения. В силу этого они легко декомпенсируются, дают срывы, у них легко нарушается сон, возникают головные боли, раздражительность, неприятные телесные ощущения.

Недостаточное развитие лиц с психической формой акцентуации характера является благоприятной соматической основой, а слабый тип высшей нервной деятельности - необходимым условием для формирования этой формы акцентуации.

Следует отдельно подчеркнуть, что в сложной жизненной ситуации, требующей выявления гражданских качеств (в период стихийных бедствий, войны), такой человек способен проявить черты мужества, собранности. При этом мнительность, нерешительность, нерешительность с бесплодным мудрствованием и другие качества на какой-то период полностью исчезают.

**Акцентуация по шизоидному типу** - основной чертой выраженной шизоидной акцентуации является бросающееся в глаза своеобразие их личности. Эти люди замкнуты, мало общительны, отгороженные от реального, эгоцентричны, с трудом устанавливают контакт с другими. Они отличаются низкой социальной интуицией и низкой «откликаемостью»: малоспособны понять настроение группы, почувствовать отношение, не высказанное вслух, не способны к сопереживанию. Интерес к реальной действительности у них понижен, и они плохо в ней разбираются, они больше живут своим внутренним миром и измышлениями. Собственный внешний вид их мало беспокоит.

Они отличаются странностями в поведении. Их поступки часто недостаточно мотивированы для постороннего, поведение чуждаемое, действия бывают неожиданны и непонятны для окружающих. Шизотики склонны к сложным логическим построениям на основе заинтересовавшей их детали, часто малозначительной. Увлечения их могут быть стойкими и необыч-

ными, но никогда - демонстративными. Необычность, небанальность и оригинальность мышления основана на чрезвычайной своеобразии логических связей и ассоциаций.

Эмоционально они большей частью холодны, их мало трогают несчастья окружающих. Часто они бывают упрямы, прямолинейны, не доступны влиянию окружающих, обидчивы, самолюбивы. Плохо приспосабливаются к жизни, не уживаются с окружающими, часто растрачивают свои силы на непродуктивные занятия (коллекционирование и т. д.). Многое, впрочем, зависит от внешних условий. Иногда они обладают очень хорошими способностями, большей частью односторонними (в музыке, живописи, математике и др.), гибкостью ума, изобретательностью. Тогда для них ничего кроме интересующего предмета не существует, и они могут давать действительно ценную продукцию и занять определенное место в жизни.

Следует отметить, что существует известное разнообразие шизоидных характеров, среди которых можно отметить и холодных эгоистов, педантов, и художественно одаренных мечтательных натур, фантазеров, реформистов и т. п. Основное, что объединяет эти характеры, - их дисгармоничность, отсутствие нужной пропорции в соотношении ума, чувства воли, как бы расширение целостной личности.

**Истероидная форма акцентуации** - главной чертой данной акцентуации характера являются эгоцентризм, стремление выделиться, позерство, демонстративное поведение, постоянная игра в «тонкую натуру», не понятую окружающими; ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, потребность вызывать восхищение, удивление, почитание, сочувствие, на худой конец приемлемо даже негодование и ненависть, но только не перспектива остаться незамеченным.

Все остальные качества определяются данными чертами характера. Эти лица поистине не бывают одними и теми же даже в течение короткого времени. Поведение, чувства, намерения, высказывания определяются в основном внешней ситуацией. Стремление во что бы то ни стало выделиться, обратить на себя внимание, быть центром окружающих - вот главное содержание страстных желаний этого характера. Часто эти желания приводят к фантазированию и лжи.

Вследствие недостаточного контроля рассудка над воображением эти лица слабо отличают пережитое в воображении от пережитого в действительности и в своих рассказах невольно примешивают вымысел к истине.

Лживость и фантазирование целиком направлены на приукрашивание своей личности, с тем чтобы опять же привлечь к себе внимание.

Привязанности их чрезвычайно лабильны: переход от «безграничной» любви к «жгучей» ненависти может произойти в течение нескольких минут под влиянием ситуации, противоречащей их желаниям и намерениям. Богатое воображение, живая фантазия, облегченное течение ассоциаций в сочетании с зажигательными поэмами, среди которых произведения великих поэтов, могут выдаваться за собственное творчество.

В такой же степени, как и привязанности, неустойчивы и волевые действия. Охваченный желанием посвятить себя тому или иному делу такой человек быстро остывает в своих намерениях, не будучи способным к длительному волевому напряжению, особенно если это не обещает немедленной славы и восторга со стороны общества. Больше всего такой человек боится, что его сочтут скучным и банальным, похожим на других. «Серая» жизнь его не удовлетворяет, а занять престижное положение, которое тешило бы заостренное самолюбие, не хватает ни способностей, ни - главное - настойчивости. Самооценка очень далека от объективности и контрастирует с реальными возможностями и мнением окружающих. Они обычно представляют себя такими, какими в данный момент, скорее всего, обратят на себя внимание.

Заметную позицию в группе такие люди пытаются занять также путем выдумывания привлекающих к ним историй о своих успехах, заслугах, способностях, знакомствах и т. п. Этой цели служат собирание необычных коллекций, занятия йогой и др.

## 2.8. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ

### 2.8.1. Диагностика уровня тревожности по тест-опроснику Спилберга—Ханина

*Тревожность* - это особое эмоциональное состояние субъекта, выражающееся в повышенной эмоциональной напряженности, сопровождающейся страхами, беспокойством, опасениями, препятствующими нормальной деятельности или общению с людьми. Это довольно устойчивое личностное качество, характеризующееся двумя показателями - личностной и ситуационной тревожностью.

**Личностная тревожность** - индивидуальная черта личности человека, отражающая его предрасположенность к эмоциональным отрицательным реакциям на различные жизненные ситуации, несущие в себе угрозу для его «Я» (самооценке, уровню притязаний, отношению к самому себе и т. п.).

**Ситуационная тревожность** - внутреннее, устойчивое состояние тревожности как поведенческая реакция на определенные жизненные ситуации. Такое состояние может быть обусловлено, например, переговорами с официальными лицами, разговорами по телефону, экзаменационными испытаниями, общением с незнакомыми людьми противоположного пола или возраста и т. п.

Измерение тревожности как свойства личности особенно важно, так как это свойство во многом обуславливает поведение человека. Определение уровня тревожности, как отмечает, Л. Д. Столяренко [16, 486], естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. Оценка человеком своего уровня тревожности является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

Для каждого конкретного человека личностная и ситуационная тревожность развита в различной степени, поэтому при определении уровней тревожности оцениваются оба показателя.

Особого внимания требуют лица с высокой или очень высокой тревожностью. Е. И. Рогов отмечает, что подобная тревожность порождается либо реальным неблагополучием субъекта в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существует как бы вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки и т. п.

Тревожность часто испытывают школьники, которые хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учебе, общественной жизни, однако это видимое благополучие достигается ими неоправданно большой ценой и чревато срывами. У таких школьников отмечаются вегетативные, невротические и психосоматические нарушения. Тревожность в этих случаях порождается конфликтными самооценками, наличием в ней противоречий между высокими притязаниями и достаточно высокой неуверенностью в себе. Подобный конфликт, заставляя школьников постоянно добиваться успехов, одновременно мешает им правильно оценивать его, порождая чувство постоянной неудовлетворенности, неустойчивости, напряженности. Следствием всего этого являются перегрузка, перенапряжение, выражающиеся в нарушениях внимания, снижении работоспособности, повышенной утомляемости\*.

\* См. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие. В 2 кн. Кн. I. Система работы психолога с детьми разного возраста. - М., 1998. - С. 186-187.

Методика измерения тревожности и как личностного свойства, и как состояния разработана Ч. Д. Спилбергером. Методика была адаптирована в русском переводе Ю. Л. Ханиным. Ниже представлен опросник Спилбергера-Ханина, с помощью которого определяется личностная и ситуационная тревожность.

## Тест-опросник Спилбергера—Ханина

Тест-опросник Спилбергера-Ханина содержит две шкалы: шкалу ситуационной тревожности и шкалу личностной тревожности. Для первой шкалы выбираемые ответы соответствуют четырем альтернативам («Нет, это не так»; «Пожалуй, так»; «Верно»; «Совершенно верно»). Для второй шкалы ответы также соответствуют четырем альтернативам («Никогда»; «Почти никогда»; «Часто»; «Почти всегда»).

### Инструкция

Прочтите внимательно каждое из приведенных ниже суждений и отметьте справа в графах цифры, соответствующие вашему выбору из четырех альтернатив. Над ответами на предложенные суждения долго думать не следует. Выберите ответ, который более всего вам соответствует.

#### *Шкала ситуационной тревожности*

№ п/п	Суждения	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1.	Я спокоен	1	2	3	4
2.	Ине ничто не угрожает	1	2	3	4
3.	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4.	Я внутренне скован	1	2	3	4
5.	Я чувствую себя спокойно	1	2	3	4
6.	Я расстроен	1	2	3	4
7.	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8.	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9.	Я встревожен	1	2	3	4
10.	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11.	Я уверен в себе	1	2	3	4
12.	Я нервничаю	1	2	3	4
13.	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14.	Я взвинчен	1	2	3	4
15.	Я не чувствую скованности, напряжения	1	2	3	4
16.	Я доволен	1	2	3	4

17.	Я озабочен	1	2	3	4
18.	Я слишком возбужден, и мне не по себе	1	2	3	4
19.	Мне радостно	1	2	3	4
20.	Мне приятно	1	2	3	4

### *Шкала личностной тревожности*

№ п/п	Суждения	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
21.	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
22.	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
23.	Я легко расстраиваюсь	1	2	3	4
24.	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
25.	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
26.	Я чувствую прилив сил и желание работать	1	2	3	4
27.	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28.	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
29.	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30.	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
31.	Я все принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
32.	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33.	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
34.	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1		3	4
35.	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36.	Я бываю доволен	1	2	3	4
37.	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38.	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
39.	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40.	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

## Оценка результатов тестирования

Для того чтобы подсчитать сумму баллов, полученных испытуемым за избранные им ответы на суждения ситуационной и личностной тревожности, необходимо воспользоваться

ключом к Методике оценки тревожности, помещенным ниже. Порядковым номером выбранных альтернатив по каждому из номеров суждений в ключе соответствует определенное количество баллов. Например, для первого суждения первой альтернативы («Нет, это не так») присвоено 4 балла, для второй альтернативы («Пожалуй, так») присвоено 3 балла, для третьей альтернативы - 2 балла, для четвертой - 1 балл и т. д.

### Ключ к ситуационной тревожности

Порядковый номер суждения	Ответы			
	1	2	3	4
1	4	3	2	1
2	4	3	2	1
3	1	2	3	4
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	1	2	3	4
7	1	2	3	4
8	4	3	2	1
9	1	2	3	4
10	4	3	2	1
11	4	3	2	1
12	1	2	3	4
13	1	2	3	4
14	1	2	3	4
15	4	3	2	1
16	4	3	2	1
17	1	2	3	4
18	1	2	3	4
19	4	3	2	1
20	4	3	2	1

### Ключ к личностной тревожности

Порядковый номер суждения	Ответы			
	1	2	3	4
21	4	3	2	1
22	1	2	3	4
23	1	2	3	4
24	1	2	3	4
25	1	2	3	4
26	4	3	2	1
27	4	3	2	1
28	1	2	3	4
29	1	2	3	4
30	4	3	2	1
31	1	2	3	4
32	1	2	3	4
33	1	2	3	4
34	1	2	3	4
35	1	2	3	4
36	4	3	2	1
37	1	2	3	4
38	1	2	3	4
39	4	3	2	1
40	1	2	3	4

Подсчитывается общее количество баллов по всем суждениям отдельно по каждой шкале (ситуативной и личностной). Это общее количество баллов в отдельности по каждой шкале делится на 20. Итоговый показатель рассматривается как уровень развития соответствующего уровня тревожности испытуемого.

При этом показателями уровней тревожности будут:

3,5 - 4,0 балла - очень высокая тревожность;

3,0 - 3,4 балла - высокая тревожность;

2,0 - 2,9 балла - средняя тревожность;

1,5 - 1,9 балла - низкая тревожность;

0,0 - 1,4 балла - очень низкая тревожность.

Следует обратить внимание не только на лиц, имеющих высокий и очень высокий уровни тревожности, но и на субъектов, отличающихся «чрезмерным спокойствием» (то есть на тех, у кого очень низкий уровень тревожности). Подобная нечувствительность к неблагоприятию носит, как правило, защитный характер и препятствует полноценному формированию личности. При этом следует иметь в виду, что ответы испытуемого во многом зависят от желания давать искренние ответы, от доверия к экспериментатору. Так, высокие баллы по шкалам могут выступать своеобразным «криком о помощи», и, напротив, за «чрезмерным спокойствием» нередко скрывается повышенная тревога, о которой испытуемый по разным причинам не желает сообщать экспериментатору.

По каждому испытуемому следует написать заключение, которое должно включать оценку уровня тревожности и необходимые рекомендации по его коррекции. Так, лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Для низкотревожных людей требуется «пробуждение» активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, чувства ответственности в решении тех или иных задач.

## 2.8.2. Диагностика уровня тревожности для школьников (Филлипс)

Опросник для выявления школьной тревожности состоит из 58 вопросов. Предназначен он для детей младшего и среднего школьного возраста. Опросник может зачитываться всему классу, но может быть и предложен каждому школьнику в письменном виде.

### Инструкция

Ребята, сейчас вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как вы себя чувствуете в школе.

Старайтесь отвечать искренне и правдиво. В опроснике нет верных или неверных ответов, хороших или плохих. Над вопросами долго не задумывайтесь.

На бланке для ответов сверху запишите свое имя и фамилию, класс, в котором вы учитесь. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если вы согласны с ним, или «-», если не согласны.

### Опросник

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?

4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты не решаешься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, что хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?
27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить, как ты подготовился к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение окружающих те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимания?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?

44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих дошкольных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот рас-плачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, что не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

## Обработка и интерпретация результатов

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом, - это проявления тревожности. При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста - о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае. Анализируется общее внутреннее эмоциональное состояние школьника, во многом определяющееся наличием тех или иных тревожных синдромов (факторов) и их количеством.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,3,7,12,16,21,23,26,28,46,47,48,49,50,51,52,53,54,55,56,57,58 Сумма=22
2. Переживание социального стресса	5,10,15,20,24,30,33,36,39,42,44 Сумма=11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1,3,6,11,17,19,25,29,32,35,38,41 Сумма=13

4. Страх самовыражения	27,31,34,37,40,45 Сумма=6
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7,12,16,21,26 Сумма=6
6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих	3, 8,13, 17, 22 Сумма=5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14,18,23,28 Сумма=5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32,35,41,44,47 Сумма=8

## Ключ к вопросам

«+» - Да

«-» - Нет

1	-	19	-	37	-	55	-
2	-	20	+	38	+	56	-
3	-	21	-	39	+	57	-
4	-	22	+	40	-	58	-
5	-	23	-	41	+		
6	-	24	+	42	-		
7	-	25	+	43	+		
8	-	26	-	44	+		
9	-	27	-	45	-		
10	-	28	-	46	-		
11	+	29	-	47	-		
12	-	30	+	48	-		
13	-	31	-	49	-		
14	-	32	-	50	-		
15	-	33	-	51	-		
16	-	34	-	52	-		
17	-	35	+	53	-		
18		36	+	54	-		

1) Число несовпадений знаков («+» - Да, «-» - Нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50%; > 50%; > 75%).

Для каждого респондента:

2) представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3) число несовпадений по каждому измерению для всего класса (абсолютное значение - < 50%; > 50%; > 75%).

4) представление этих данных в виде диаграммы.

5) количество учащихся, имеющих несовпадений по определенному фактору < 50% и > 75% (для всех факторов).



## 2.9. ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ДИАГНОСТИКА ДЕПРЕССИВНЫХ СОСТОЯНИЙ ПО В. А. ЖМУРОВУ\*

Читайте каждую группу показаний и выбирайте подходящий вариант ответа: 0, 1, 2 или 3.

1. 0 Мое настроение сейчас не более подавлено (печально), чем обычно.  
1 Пожалуй, оно более подавлено (печально), чем обычно.  
2 Да, оно более подавлено (печально), чем обычно.  
3 Мое настроение намного более подавлено (печально), чем обычно.
2. 0 Я чувствую, что у меня нет тоскливого (траурного) настроения.  
1 У меня иногда бывает такое настроение.  
2 У меня часто бывает такое настроение.  
3 Такое настроение бывает у меня постоянно.
3. 0 Я не чувствую себя так, будто я остался(лась) без чего-то очень важного для меня.  
1 У меня иногда бывает такое чувство.  
2 У меня часто бывает такое чувство.  
3 Я постоянно чувствую себя так, будто остался(лась) без чего-то очень важного для меня.
4. 0 У меня не бывает чувства, будто моя жизнь зашла в тупик.  
1 У меня иногда бывает такое чувство.  
2 У меня часто бывает такое чувство.  
3 Я постоянно чувствую себя так, будто моя жизнь зашла в тупик.
5. 0 У меня не бывает чувства, будто я состарился(лась).  
1 У меня иногда бывает такое чувство.  
2 У меня часто бывает такое чувство.  
3 Я постоянно чувствую, будто состарился(лась).
6. 0 У меня не бывает состояний, когда на душе очень тяжело.  
1 У меня иногда бывает такое состояние.  
2 У меня часто бывает такое состояние.  
3 Я постоянно нахожусь в таком состоянии.
7. 0 Я чувствую себя спокойно за свое будущее, как обычно.  
1 Пожалуй, будущее беспокоит меня несколько больше, чем обычно.  
2 Будущее беспокоит меня значительно больше, чем обычно.  
3 Будущее беспокоит меня намного больше, чем обычно.
8. 0 В своем прошлом я вижу плохого не больше, чем обычно.  
1 В своем прошлом я вижу плохого несколько больше, чем обычно.  
2 В своем прошлом я вижу плохого значительно больше, чем обычно.  
3 В своем прошлом я вижу намного больше плохого, чем обычно.
9. 0 Надежд на лучшее у меня не меньше, чем обычно.

\* Методика разработана В. А. Жмуровым. См. Практическая психодиагностика. **Методики и тесты: Учеб.** пособие / Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. - Самара: БАХРАХ, 1998. - С. 84-92.

- 1 Таких надежд у меня несколько меньше, чем обычно.  
 2 Таких надежд у меня значительно меньше, чем обычно.  
 3 Надежд на лучшее у меня намного меньше, чем обычно.
10. 0 Я боязлив(а) не более обычного.  
 1 Я боязлив(а) несколько более обычного.  
 2 Я боязлив(а) значительно более обычного.  
 3 Я боязлив(а) намного более обычного.
11. 0 Хорошее меня радует, как и прежде.  
 1 Я чувствую, что оно радует меня несколько меньше прежнего.  
 2 Оно радует меня значительно меньше прежнего.  
 3 Я чувствую, что оно радует меня намного меньше прежнего.
12. 0 У меня нет чувства, что моя жизнь бессмысленна.  
 1 У меня иногда бывает такое чувство.  
 2 У меня часто бывает такое чувство.  
 3 Я постоянно чувствую себя так, будто моя жизнь бессмысленна.
13. 0 Я обидчив(а) не больше, чем обычно.  
 1 Пожалуй, я несколько более обидчив(а), чем обычно.  
 2 Я обидчив(а) значительно больше, чем обычно.  
 3 Я обидчив(а) намного больше, чем обычно.
14. 0 Я получаю удовольствие от приятного, как и раньше.  
 1 Я получаю такое удовольствие несколько меньше, чем раньше.  
 2 Я получаю такое удовольствие значительно меньше, чем раньше.  
 3 Я не получаю теперь удовольствие от приятного.
15. 0 Обычно я не чувствую вины, если на это нет причины.  
 1 Иногда я чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).  
 2 Я часто чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).  
 3 Я постоянно чувствую себя так, будто в чем-то виноват(а).
16. 0 Если что-то у меня не так, я виню себя не больше обычного.  
 1 Я виню себя за это несколько больше обычного.  
 2 Я виню себя за это значительно больше обычного.  
 3 Если у меня что-то не так, я виню себя намного больше обычного.
17. Обычно у меня не бывает ненависти к себе.  
 1 Иногда бывает, что я ненавижу себя.  
 2 Часто бывает так, что я себя ненавижу.  
 3 Я постоянно чувствую, что ненавижу себя.
- A8. 0 У меня не бывает чувства, будто я погряз(ла) в грехах.  
 1 У меня иногда теперь возникает это чувство.  
 2 У меня возникает теперь часто это чувство.  
 3 Это чувство у меня теперь не проходит.
19. 0 Я виню себя за проступки других не больше обычного.  
 1 Я виню себя за них несколько больше обычного.  
 2 Я виню себя за них значительно больше обычного.  
 3 За проступки других я виню себя намного больше обычного.
20. 0 Состояния, когда все кажется бессмысленным, у меня обычно не бывает.  
 1 Иногда у меня бывает такое состояние.  
 2 У меня теперь часто бывает такое состояние.  
 3 Это состояние у меня теперь не проходит.
21. 0 Чувства, что я заслужил(а) кару, у меня не бывает.

- 1 Теперь иногда бывает.
- 2 Оно часто бывает у меня.
- 3 Это чувство теперь у меня практически не проходит.
22. О Я вижу в себе не меньше 'хорошего, чем прежде.
  - 1 Я вижу в себе несколько меньше хорошего, чем прежде.
  - 2 Я вижу в себе значительно меньше хорошего, чем прежде.
  - 3 Я вижу в себе намного меньше хорошего, чем прежде.
23. О Обычно я думаю, что во мне плохого не больше, чем в других.
  - 1 Иногда я думаю, что во мне плохого больше, чем в других.
  - 2 Я часто так думаю.
  - 3 Я постоянно думаю, что плохого во мне больше, чем в других.
24. О Желания умереть у меня не возникает.
  - 1 Это желание у меня иногда бывает.
  - 2 Это желание возникает теперь у меня часто.
  - 3 Это теперь постоянное мое желание.
25. О Я не плачу.
  - 1 Я иногда плачу.
  - 2 Я плачу часто.
  - 3 Я хочу плакать, но слез у меня уже нет.
26. О Я не чувствую, что раздражителен(на).
  - 1 Я раздражителен(на) несколько больше обычного.
  - 2 Я раздражителен(на) значительно больше обычного.
  - 3 Я раздражителен(на) намного больше обычного.
27. О У меня не бывает состояний, когда я не чувствую своих эмоций.
  - 1 Иногда у меня бывает такое состояние.
  - 2 У меня часто бывает такое состояние.
  - 3 Это состояние у меня теперь не проходит.
28. О Моя умственная активность никак не изменилась.
  - 1 Я чувствую теперь какую-то неясность в своих мыслях.
  - 2 Я чувствую теперь, что я сильно отупел(а) (в голове мало мыслей).
  - 3 Я совсем ни о чем теперь не думаю (голова пустая).
29. О Я не потерял(а) интерес к другим людям.
  - 1 Я чувствую, что прежний интерес к людям несколько уменьшился.
  - 2 Я чувствую, что мой интерес к людям намного уменьшился.
  - 3 У меня совсем пропал интерес к людям («я никого не хочу видеть»).
30. О Я принимаю решения, как и обычно.
  - 1 Мне труднее принимать решения, чем обычно.
  - 2 Мне намного труднее принимать решения, чем обычно.
  - 3 Я уже не могу сам(а) принять никаких решений.
31. О Я не менее привлекателен(а), чем обычно.
  - 1 Пожалуй, я несколько менее привлекателен(ьна), чем обычно.
  - 2 Я значительно менее привлекателен(ьна), чем обычно.
  - 3 Я чувствую, что выгляжу теперь просто безобразно.
32. О Я могу работать, как обычно.
  - 1 Мне несколько труднее работать, чем обычно.
  - 2 Мне значительно труднее работать, чем обычно.
  - 3 Я совсем не могу теперь работать (все валится из рук).
33. О Я сплю не хуже, чем обычно.

- 1 Я сплю несколько хуже, чем обычно.  
2 Я сплю значительно хуже, чем обычно.  
3 Теперь я почти совсем не сплю.
34. 0 Я устаю не больше, чем обычно.  
1 Я устаю несколько больше, чем обычно.  
2 Я устаю значительно больше, чем обычно.  
3 У меня уже нет никаких сил что-то делать.
35. 0 Мой аппетит не хуже обычного.  
1 Мой аппетит несколько хуже обычного.  
2 Мой аппетит значительно хуже обычного.  
3 Аппетита у меня теперь совсем нет.
36. 0 Мой вес остается неизменным.  
1 Я немного похудел(а) в последнее время.  
2 Я заметно похудел(а) в последнее время.  
3 В последнее время я очень похудел(а).
37. 0 Я дорожу своим здоровьем, как и обычно.  
1 Я дорожу своим здоровьем меньше, чем обычно.  
2 Я дорожу своим здоровьем значительно меньше, чем обычно.  
3 Я совсем не дорожу теперь своим здоровьем.
38. 0 Я интересуюсь сексом, как и прежде.  
1 Я несколько меньше интересуюсь сексом, чем прежде.  
2 Я интересуюсь сексом значительно меньше, чем прежде.  
3 Я полностью потерял(а) интерес к сексу.
39. 0 Я не чувствую, что мое «Я» как-то изменилось.  
1 Теперь я чувствую, что мое «Я» несколько изменилось.  
2 Теперь я чувствую, что мое «Я» значительно изменилось.  
3 Мое «Я» так изменилось, что теперь я не узнаю себя сам(а).
40. 0 Я чувствую боль, как и обычно.  
1 Я чувствую боль сильнее, чем обычно.  
2 Я чувствую боль слабее, чем обычно.  
3 Я теперь почти не чувствую боли.
41. 0 Некоторые расстройства (сухость во рту, сердцебиение, запоры, удушье) у меня быва-  
ют не чаще, чем обычно.  
1 Эти расстройства бывают у меня несколько чаще обычного.  
2 Некоторые из этих расстройств бывают у меня значительно чаще обычного.  
3 Эти расстройства бывают у меня намного чаще обычного.
42. 0 Утром мое настроение обычно не хуже, чем к ночи.  
1 Утром оно у меня несколько хуже, чем к ночи.  
2 Утром оно у меня значительно хуже, чем к ночи.  
3 Утром мое настроение намного хуже, чем к ночи.
43. 0 У меня не бывает спадов настроения весной (осенью).  
1 Такое однажды со мной было.  
2 Со мной такое было два или три раза.  
3 Со мной было такое много раз.
44. 0 Плохое настроение у меня бывает, но это длится недолго.  
1 Подавленное настроение у меня может длиться по неделе, до месяца.  
2 Подавленное настроение у меня может длиться месяцами.  
3 Подавленное настроение у меня может длиться до года и больше.

## Обработка данных

Определяется сумма отмеченных номеров ответов (они одновременно являются баллами).

## Интерпретация данных

1-9 - депрессия отсутствует, либо незначительна

10-24 - депрессия минимальна

25-44 - легкая депрессия

45-67 - умеренная депрессия

68-87 - выраженная депрессия

88 и более - глубокая депрессия

*Апатия.* Состояние безучастности, равнодушия, полной индифферентности к происходящему, окружающим, своему положению, прошлой жизни, перспективам на будущее. Это стойкое или преходящее тотальное выпадение как высших и социальных чувств, так и врожденных эмоциональных программ.

*Гипотимия (сниженное настроение).* Аффективная подавленность в виде опечаленное™, тоскливости с переживанием потери, безысходности, разочарования, обреченности, ослабления привязанности к жизни. Положительные эмоции при этом поверхностны, истощаемы, могут полностью отсутствовать.

*Дисфория* («плохо переносу», «несу плохое, дурное»). Мрачность, озлобленность, враждебность, угрюмое настроение, сочетающееся с ворчливостью, брюзжанием, недовольством, неприязненным отношением к окружающим, вспышками раздражения, гнева, ярости с агрессией и разрушительными действиями.

*Растерянность.* Острое чувство неумения, беспомощности, непонимания самых простых ситуаций и изменений своего психического состояния. Типичны сверхизменчивость, неустойчивость внимания, вопрошающее выражение лица, позы и жесты озадаченного и крайне неуверенного человека.

*Тревога.* Не ясное, не понятное самому человеку чувство растущей опасности, предчувствия катастрофы, напряженное ожидание трагического исхода. Эмоциональная энергия действует столь мощно, что возникают своеобразные физические ощущения: «внутри все сжалось в комок, напряглось, натянулось как струна, вот-вот порвется, лопнет...». Тревога сопровождается двигательным возбуждением, тревожными возгласами, оттенками интонаций, утрированными выразительными актами.

*Страх.* Разлитое состояние, переносимое на все обстоятельства и проецирующееся на все в окружающем. Страх также может быть связан с определенными ситуациями, объектами, лицами и выражается переживанием опасности, непосредственной угрозы жизни, здоровью, благополучию, престижу. Может сопровождаться своеобразными физическими ощущениями, свидетельствующими о внутренней концентрации энергии: «внутри похолодело, оборвалось», «шевелются волосы», «сковало грудь» и т. п.

## 2.10. ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ (В. В. БОЙКО)

Эмоциональное выгорание - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на избранные психотравмирующие воздействия.

Эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип эмоционального (чаще всего профессионального) поведения. Выгорание - отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы. В то же время могут возникать его дисфункциональные следствия, когда «выгорание» отрицательно сказывается на выполнении профессиональной деятельности и отношениях с партнерами.

### Инструкция

Если вы являетесь профессионалом в какой-либо сфере взаимодействия с людьми, вам будет интересно увидеть, в какой степени у вас сформировалась психологическая защита в форме эмоционального выгорания. Читайте суждения и отвечайте «да» или «нет». Примите во внимание, что если в формулировках опросника идет речь о партнерах, то имеются в виду субъекты вашей профессиональной деятельности - пациенты, клиенты, потребители, заказчики, учащиеся и другие люди, с которыми вы ежедневно работаете.

### Тест

1. Организационные недостатки на работе постоянно заставляют меня нервничать, переживать, напрягаться.
2. Сегодня я доволен своей профессией не меньше, чем в начале карьеры.
3. Я ошибся в выборе профессии или профиля деятельности (занимаю не свое место).
4. Меня беспокоит то, что я стал хуже работать (менее продуктивно, качественно, медленнее).
5. Теплота взаимодействия с партнерами очень зависит от моего настроения - хорошего или плохого.
6. От меня как профессионала мало зависит благополучие партнеров.
7. Когда я прихожу с работы домой, то некоторое время (часа 2-3) мне хочется побыть наедине с собой, чтобы со мной никто не общался.
8. Когда я чувствую усталость или напряжение, то стараюсь поскорее решить проблемы партнера (свернуть взаимодействие).
9. Мне кажется, что эмоционально я не могу дать партнерам того, что требует профессиональный долг.
10. Моя работа притупляет эмоции.
11. Я откровенно устал от человеческих проблем, с которыми приходится иметь дело на работе.
12. Бывает, я плохо засыпаю (сплю) из-за переживаний, связанных с работой.
13. Взаимодействие с партнерами требует от меня большого напряжения.

14. Работа с людьми приносит мне все меньше удовлетворения.
15. Я бы сменил место работы, если бы представилась возможность.
16. Меня часто расстраивает то, что я не могу должным образом оказать партнеру профессиональную поддержку, услугу, помощь.
17. Мне всегда удается предотвратить влияние плохого настроения на деловые контакты.
18. Меня очень огорчает, если что-то не ладится в отношениях с деловым партнером.
19. Я настолько устаю на работе, что дома стараюсь общаться как можно меньше.
20. Из-за нехватки времени, усталости или напряжения я часто уделяю партнеру внимания меньше, чем положено.
21. Иногда самые обычные ситуации общения на работе вызывают раздражение.
22. Я спокойно воспринимаю обоснованные претензии партнеров.
23. Общение с партнерами побудило меня сторониться людей.
24. При воспоминании о некоторых коллегах по работе или партнерах у меня портится настроение.
25. Конфликты или разногласия с коллегами отнимают у меня много сил и эмоций.
26. Мне все труднее устанавливать или поддерживать контакты с деловыми партнерами.
27. Обстановка на работе мне кажется очень трудной, сложной.
28. У меня часто возникают тревожные ожидания, связанные с работой: что-то должно случиться, как бы не допустить ошибку, смогу ли я сделать все как надо, не сократят ли меня и т. п.
29. Если партнер мне неприятен, я стараюсь ограничить время общения с ним или меньше уделять ему внимания.
30. В общении на работе я придерживаюсь принципа: «Не делай людям добра, не получишь зла».
31. Я охотно рассказываю домашним о своей работе.
32. Бывают дни, когда мое эмоциональное состояние плохо сказывается на результатах работы (меньше делаю, снижается качество, случаются конфликты).
33. Порой я чувствую, что надо проявить к партнеру эмоциональную отзывчивость, но не могу.
34. Я очень переживаю за свою работу.
35. Партнерам по работе отдаешь внимания и заботы больше, чем получаешь от них признательности.
36. При мысли о работе мне обычно становится не по себе: начинает колоть в области сердца, повышается давление, появляется головная боль.
37. У меня хорошие (вполне удовлетворительные) отношения с непосредственным руководителем.
38. Я часто радуюсь, замечая, что моя работа приносит пользу людям.
39. Последнее время (или как всегда) меня преследуют неудачи в работе.
40. Некоторые стороны (факты) моей работы вызывают у меня глубокое разочарование, повергают в уныние.
41. Бывают дни, когда контакты с партнерами складываются хуже, чем обычно.
42. Я разделяю деловых партнеров (субъектов деятельности) на «хороших» и «плохих».
43. Усталость от работы приводит к тому, что я стараюсь сократить общение с друзьями и знакомыми.
44. Обычно я проявляю интерес к личности партнера помимо того, что касается дела.
45. Обычно я прихожу на работу отдохнувшим, со свежими силами, в хорошем настроении.
46. Я иногда ловлю себя на том, что работаю с партнерами автоматически, без души.
47. По работе встречаются настолько неприятные люди, что невольно желаешь им чего-нибудь плохого.
48. После общения с неприятными партнерами у меня бывает ухудшение физического или психического самочувствия.
49. На работе я испытываю постоянные физические или психологические перегрузки.
50. Успехи в работе вдохновляют меня.

51. Ситуация на работе, в которой я оказался, кажется безысходной (почти безысходной).
52. Я потерял покой из-за работы.
53. На протяжении последнего года была жалоба (были жалобы) в мой адрес со стороны партнера(ов).
54. Мне удается беречь нервы благодаря тому, что многое из происходящего с партнерами я не принимаю близко к сердцу.
55. Я часто с работы приношу домой отрицательные эмоции.
56. Я часто работаю через силу.
57. Прежде я был более отзывчивым и внимательным к партнерам, чем теперь.
58. В работе с людьми руководствуюсь принципом: не трать нервы, береги здоровье.
59. Иногда иду на работу с тяжелым чувством: как все надоело, никого бы не видеть и не слышать.
60. После напряженного рабочего дня я чувствую недомогание.
61. Контингент партнеров, с которым я работаю, очень трудный.
62. Иногда мне кажется, что результаты моей работы не стоят тех усилий, которые я затрачиваю.
63. Если бы мне повезло с работой, я был бы более счастлив.
64. Я в отчаянии из-за того, что на работе у меня серьезные проблемы.
65. Иногда я поступаю со своими партнерами так, как не хотел бы, чтобы поступали со мной.
66. Я осуждаю партнеров, которые рассчитывают на особое снисхождение, внимание.
67. Чаще всего после рабочего дня у меня нет сил заниматься домашними делами.
68. Обычно я тороплю время: скорей бы рабочий день кончился.
69. Состояния, просьбы, потребности партнеров обычно меня искренне волнуют.
70. Работая с людьми, я обычно как бы ставлю экран, защищающий от чужих страданий и отрицательных эмоций.
71. Работа с людьми (партнерами) очень разочаровала меня.
72. Чтобы восстановить силы, я часто принимаю лекарства.
73. Как правило, мой рабочий день проходит спокойно и легко.
74. Мои требования к выполняемой работе выше, чем то, чего я достигаю в силу обстоятельств.
75. Моя карьера сложилась удачно.
76. Я очень нервничаю из-за всего, что связано с работой.
77. Некоторых из своих постоянных партнеров я не хотел бы видеть и слышать.
78. Я одобряю коллег, которые полностью посвящают себя людям (партнерам), забывая о собственных интересах.
79. Моя усталость на работе обычно мало сказывается (никак не сказывается) на общении с домашними и друзьями.
80. Если предоставляется случай, я уделяю партнеру меньше внимания, но так, чтобы он этого не заметил.
81. Меня часто подводят нервы в общении с людьми на работе.
82. Ко всему (почти ко всему), что происходит на работе, я утратил интерес, живое чувство.
83. Работа с людьми плохо повлияла на меня как профессионала - обозлила, сделала нервным, притупила эмоции.
84. Работа с людьми явно подрывает мое здоровье.

## Обработка данных

Каждый вариант ответа предварительно оценен компетентными судьями тем или иным числом баллов, которое указывается в ключе рядом с номером суждения в скобках. Это сделано потому, что признаки, включенные в симптом, имеют разное значение в определении его

тяжести. Максимальную оценку - 10 баллов - получил от судей признак, наиболее показательный для симптома.

8 соответствии с ключом осуществляются следующие подсчеты: 1) определяется сумма баллов раздельно для каждого из 12 симптомов выгорания; 2) подсчитывается сумма показателей симптомов для каждой из 3-х фаз формирования выгорания; 3) находится итоговый показатель синдрома эмоционального выгорания - сумма показателей всех 12-ти симптомов.

### **Напряжение**

1. Переживание психотравмирующих обстоятельств:  
+1(2), +13(3), +25(2), -37(3), +49(10), +61(5), -73(5)
2. Неудовлетворенность собой:  
-2(3), +14(2), +26(2), -38(10), -50(5), +62(5), +74(3)
3. «Загнанность в клетку»:  
+3(10), +15(5), +27(2), +39(2), +51(5), +63(1), -75(5)
4. Тревога, и депрессия:  
+4(2), +16(3), +28(5), +40(5), +52(10), +64(2), +76(3)

### **Резистенция**

1. Неадекватное избирательное эмоциональное реагирование:  
+5(5), -17(3), +29(10), +41(2), +53(2), +65(3), +77(5)
2. Эмоционально-нравственная дезориентация:  
+6(10), -18(3), +30(3), +42(5), +54(2), +66(2), -78(5)
3. Расширение сферы экономии эмоций:  
+7(2), +19(10), -31(2), +43(5), +55(3), +67(3), -79(5)
4. Редукция профессиональных обязанностей:  
+8(5), +20(5), +32(2), -44(2), +56(3), +68(3), +80(10)

### **Истощение**

1. Эмоциональный дефицит:  
+9(3), +21(2), +33(5), -45(5), +57(3), -69(10), +81(2)
2. Эмоциональная отстраненность:  
+10(2), +22(3), -34(2), +46(3), +58(5), +70(5), +82(10)
3. Личностная отстраненность (деперсонализация):  
+11(5), +23(3), +35(3), +47(5), +59(5), +72(2), +83(10)
4. Психосоматические и психовегетативные нарушения:  
+12(3), +24(2), +36(5), +48(3), +60(2), +72(10), +84(5)

## **Интерпретация результатов**

Предложенная методика дает подробную картину синдрома «эмоционального выгорания». Прежде всего надо обратить внимание на отдельно взятые симптомы. Показатель выраженности каждого симптома колеблется в пределах от 0 до 30 баллов:

9 и менее баллов - не сложившийся симптом;

10-15 баллов - складывающийся симптом,

16 и более - сложившийся симптом.

Симптомы с показателями 20 и более баллов относятся к доминирующим в фазе или во всем синдроме эмоционального выгорания.

Методика позволяет увидеть ведущие симптомы выгорания. Существенно важно отметить, к какой фазе формирования стресса относятся доминирующие симптомы и в какой фазе их наибольшее число.

Дальнейший шаг в интерпретации результатов опроса - осмысление показателей фаз развития стресса - напряжение, резистенция и истощение. В каждой из них оценка возможна в пределах от 0 до 120 баллов. Однако сопоставление баллов, полученных для фаз, не правомерно, ибо не свидетельствует об их относительной роли или вкладе в синдром. Дело в том, что измеряемые в них явления существенно разные: реакция на внешние и внутренние факторы, приемы психологической защиты, состояние нервной системы. По количественным показателям правомерно судить только о том, насколько каждая фаза сформировалась, какая фаза сформировалась в большей или меньшей степени:

36 и менее баллов - фаза не сформировалась,

37-60 баллов - фаза в стадии формирования,

61 и более баллов - сформировавшаяся фаза.

Оперируя смысловым содержанием и количественными показателями, подсчитанными для разных фаз формирования синдрома выгорания, можно дать достаточно объемную характеристику личности и, что не менее важно, наметить индивидуальные меры профилактики и психокоррекции. Освещаются следующие вопросы:

- какие симптомы доминируют;
- какими сложившимися и доминирующими симптомами сопровождается истощение;
- объяснимо ли истощение (если оно выявлено) факторами профессиональной деятельности, вошедшими в симптоматику выгорания, или субъективными факторами;
- какой симптом (какие симптомы) более всего отягощают эмоциональное состояние личности;
- в каких направлениях надо влиять на производственную обстановку, чтобы снизить нервное напряжение;
- какие признаки и аспекты поведения самой личности подлежат коррекции, чтобы эмоциональное выгорание не наносило ущерба ей, профессиональной деятельности и партнерам.

## 2.11. ДИАГНОСТИКА АГРЕССИВНОСТИ ПО ТЕСТУ БАССА—ДАРКИ

По опроснику Басса-Дарки определяются показатели агрессии и враждебности.

### Инструкция по выполнению теста

Ниже представлены 75 утверждений. Вам следует ответить на них «Да» или «Нет». Среднего значения не предусмотрено. Если вы сомневаетесь, какой дать ответ, отметьте все же тот вариант, который вам больше всего подходит. Ответ «Да» можно обозначить знаком «+», ответ «Нет» - знаком «-».

### Опросник

1. Временами я не могу справиться с желанием причинить вред другим.
2. Иногда сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не выполню просьбы.
5. Я не всегда получаю то, что мне положено.
6. Я знаю, что люди говорят обо мне за моей спиной.
7. Если я не одобряю поведение друзей, я даю им это почувствовать.
8. Когда мне случалось обмануть кого-нибудь, я испытывал мучительные угрызения совести.
9. Мне кажется, что я не способен ударить человека.
10. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
11. Я всегда снисходителен к чужим недостаткам.
12. Если мне не нравится установленное правило, мне хочется нарушить ее.
13. Другие умеют почти всегда пользоваться благоприятными обстоятельствами.
14. Я держусь настороженно с людьми, которые относятся ко мне несколько более дружелюбно, чем я ожидал.
15. Я часто бываю не согласен с людьми.
16. Иногда мне на ум приходят мысли, которых я стыжусь.
17. Если кто-нибудь первым ударит меня, я не отвечу ему.
18. Когда я раздражаюсь - я хлопаю дверями.
19. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
20. Если кто-то воображает из себя начальника, то я всегда поступаю ему наперекор.
21. Меня немного огорчает моя судьба.
22. Я думаю, что многие люди не любят меня.
23. Я не могу удержаться от спора, если люди не согласны со мной.
24. Люди, увливающиеся от работы, должны испытывать чувство вины.
25. Тот, кто оскорбляет меня и мою семью, напрашивается на драку.
26. Я не способен на грубые шутки.
27. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмеются.
28. Когда люди строят из себя начальников, я делаю все, чтобы они не зазнавались.
29. Почти каждую неделю я вижу кого-нибудь, кто мне не нравится.

30. Довольно многие люди завидуют мне.
31. Я требую, чтобы люди уважали меня.
32. Меня угнетает то, что я мало делаю для своих родителей.
33. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их «щелкнули по носу».
34. Я никогда не бываю мрачен от злости.
35. Если ко мне относятся хуже, чем я того заслуживаю, я не расстраиваюсь.
38. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю внимания.
37. Хотя я и не показываю это, но иногда меня гложет зависть.
38. Иногда мне кажется, что надо мной смеются.
39. Даже если я злюсь, то не прибегаю к «сильным» выражениям.
40. Мне хочется, чтобы мои грехи были прощены.
41. Я редко даю сдачи, если кто-нибудь ударит меня.
42. Когда получается не по-моему, я иногда обижаюсь.
43. Иногда люди раздражают меня одним своим присутствием.
44. Нет людей, которых бы я по-настоящему ненавидел.
45. Мой принцип: «Никогда не доверять чужакам».
46. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что о нем думаю.
47. Я делаю много такого, о чем впоследствии сожалею.
48. Если я разозлюсь, могу кого-нибудь ударить.
49. С детства я никогда не проявлял вспышек гнева.
50. Я часто чувствую себя как пороховая бочка, готовая взорваться.
51. Если бы все знали, что я чувствую, меня считали бы человеком, с которым нелегко работать.
52. Я всегда думаю о том, какие тайные причины заставляют людей делать что-нибудь приятное для меня.
53. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
54. Неудачи огорчают меня.
55. Я дерусь не реже и не чаще, чем другие.
56. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся мне под руку вещь и ломал ее.
57. Иногда я чувствую, что готов первым начать драку.
58. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
59. Раньше я думал, что большинство людей говорит правду, но теперь я в это не верю.
60. Я ругаюсь только со злости.
61. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.
62. Если для защиты своих прав мне нужно применить физическую силу, я применяю ее.
63. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу кулаком по столу.
64. Я бываю грубоват по отношению к людям, которые мне не нравятся.
65. У меня нет врагов, которые хотели бы мне навредить.
66. Я не умею поставить человека на место, даже если он того заслуживает.
67. Я часто думаю, что жил неправильно.
68. Я знаю людей, которые способны довести меня до драки.
69. Я не огорчаюсь из-за мелочей.
70. Мне редко приходит в голову, что люди пытаются разозлить или оскорбить меня.
71. Я часто только угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозы в исполнение.
72. В последнее время я стал занудой.
73. В споре я часто повышаю голос.
74. Обычно я стараюсь скрывать свое плохое отношение к людям.
75. Я лучше соглашусь с чем-либо, чем стану спорить.

## Анализ и интерпретация результатов тестирования

На основе полученных ответов выявляются проявления агрессии и враждебности. При этом могут быть выделены следующие виды реакций испытуемого.

1. Физическая агрессия - использование физической силы против другого лица.
2. Косвенная агрессия (агрессия, направляемая окольным путем).
3. Раздражение - готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении (вспыльчивость, грубость).
4. Негативизм - оппозиционная манера поведения от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. Обида - зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.
6. Подозрительность - в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.
7. Вербальная агрессия - выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).
8. Чувство вины выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что совершает злые поступки, а также ощущаемые им угрызания совести.

Реакции 5 и 6 можно определить как враждебные, реакции 1, 2, 7 - как агрессивные. К особым реакциям отнесены реакции «Раздражение», «Негативизм» и «Чувство вины» (3, 4, 8), без которых анализ враждебных и агрессивных реакций был бы недостаточно полным.

Подсчет суммы баллов по каждому из видов реакций испытуемого осуществляется с помощью кода ответов (табл. 14).

Таблица 14

### Код ответов

Вид реакции	«Да» - 1 балл «Нет» - 0 баллов	«Нет» - 1 балл «Да» - 0 баллов	Номинальная сумма баллов	Сумма баллов, набранная испытуемым
1. Физическая агрессия	1,25,33,41,48,55. 62, 68	9,17	4-6	
2. Косвенная агрессия	2, 10, 18,34,42,56,63	26,49	4-5	
3. Раздражение	3, 19,27,43,50,57, 64,72	11,35,69	4-6	
4. Негативизм	4, 12, 20, 28	36	2-3	
5. Обида	5.13.21,29,37,44, 51.58		4-5	
6. Подозрительность	6,14,22,30,38,45. 52.59	65,70	4-6	
7. Вербальная афессия	7,15,23,31,46,53, 60,71,73	39, 66,74, 75	4-6	
8. Чувство вины	8, 16,24,32,40,47, 54,61,67		4-5	

Известно, что каждая личность должна обладать определенной степенью враждебности - агрессивности. Норма такой оценки по каждому из видов реакций испытуемого зафиксирована в колонке «Номинальная сумма баллов по видам реакций». Так, по реакциям «Физическая агрессия», «Раздражение», «Подозрительность», «Вербальная агрессия» нормой считается номинальная сумма 4-6 баллов. Для других типов реакций этот показатель несколько ниже.

В случае если сумма баллов по отдельным видам реакций испытуемого не достигает номинала, это говорит о значительном снижении или о полном отсутствии соответствующего психологического свойства личности. Следует предполагать наличие у испытуемого определенной степени пассивности и конформности.

Если же сумма баллов по отдельным видам реакций испытуемого превышает номинал, это свидетельствует о чрезмерном развитии форм агрессивности, затрудняющем сотрудничество, сознательную кооперацию, а также провоцирующем конфликтность.

## 2.12. ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКОЙ АКТИВАЦИИ И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ТОНУСА (Н. А. КУРГАНСКИЙ, Т. А. НЕМЧИН)

Методика по оценке психической активации, эмоционального тонуса и напряженности разработана на факультете психологии Санкт-Петербургского университета Н. А. Курганским и Т. А. Немчиным на основе модифицированного стимульного материала к методике САН (см. п. 2.14.8 пособия). Методика позволяет также определить степень интереса и комфортности испытуемых\*.

Предлагаемая методика состоит из 20 пар противоположных по смыслу определений, характеризующих психическую активацию, интерес, эмоциональный тонус, напряжение и комфортность. Каждая из пар определений имеет оценочную шкалу, как и в методике САН (3 2 1 0 1 2 3). Испытуемый в процессе тестирования самостоятельно оценивает свое состояние, определяя степень выраженности отдельных его признаков по семибальной шкале.

Психические состояния личности динамичны. Поэтому рекомендуется тестирование по данной методике проводить несколько раз через определенные промежутки времени. Это даст возможность испытуемому или экспериментатору видеть качественные изменения исследуемых психических состояний.

### Инструкция по проведению тестирования

Оцените свои психические состояния в данный момент по каждому из биполярных признаков, приведенных в опроснике. Обведите кружком цифры, соответствующие степени выраженности того или иного признака (3 2 1 0 1 2 3).

### Опросник

1. Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое
2. Активный	3 2 1 0 1 2 3	Пассивный
3. Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный
4. Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Грустный
5. Усталый	3 2 1 0 1 2 3	Отдохнувший
6. Беззаботный	3 2 1 0 1 2 3	Озабоченный
7. Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый
8. Сосредоточенный	3 2 1 0 1 2 3	Отвлекающийся
9. Плохое настроение	3 2 1 0 1 2 3	Хорошее настроение
10. Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый
11. Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Раздражительный

\* См. Курганский Н. А., Немчин Т. А. Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряженности и комфортности // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А. А. Крылова. - СПб.: СПб ГУ, 1997, -С. 50-56.

12. Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать
13. Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный
14. Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко
15. Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный
16. Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный
17. Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомленный
18. Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный
19. Возбужденный	3 2 1 0 1 2 3	Сонливый
20. Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный

## Обработка и анализ результатов тестирования

Для оценки психических состояний испытуемого определяется сумма баллов по отдельным показателям опросника в соответствии с ключами для расчета конкретных психических состояний, как указано ниже.

### 1. Ключ для оценки психической активации

Признаки	5, 10, 12							
Оценивание:	5	3	2	1	0	1	2	3
	12	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	7		6	5	4	3	2	1
Оценивание:	10	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	1		2	3	4	5	6	7

### 2. Ключ для оценки интереса

Признаки	3, 8, 15							
Оценивание:	3	3	2	1	0	1	2	3
	15	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	7		6	5	4	3	2	1
Оценивание:	8	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	1		2	3	4	5	6	7

### 3. Ключ для оценки эмоционального тонуса

Признаки	1, 4, 14							
Оценивание:	1	3	2	1	0	1	2	3
	4	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	7		6	5	4	3	2	1
Оценивание:	14	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:	1		2	3	4	5	6	7

#### 4. Ключ для оценки напряжения

Признаки	11, 16, 18							
Оценивание:	11	3	2	1	0	1	2	3
	16	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:		7	6	5	4	3	2	1
Оценивание:	18	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:		1	2	3	4	5	6	7

#### 5. Ключ для оценки комфортности

Признаки	6, 9, 20							
Оценивание:	6	3	2	1	0	1	2	3
	20	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:		7	6	5	4	3	2	1
Оценивание:	9	3	2	1	0	1	2	3
Баллы:		1	2	3	4	5	6	7

По каждому из пяти психических состояний подсчитывается общая сумма набранных баллов. Испытуемый может набрать по каждой из шкал от 3 до 21 балла. При этом высокая степень психической активации интереса эмоционального тонуса и комфортности располагается в пределах от 3 до 8 баллов, средняя - от 9 до 15 баллов, низкая - от 16 до 21 балла. Степень выраженности напряжения, напротив, является высокой при количестве набранных баллов от 16 до 21, средней - при 9-5 баллах, низкой - при 3-8 баллах. При подсчете баллов следует контролировать себя и помнить, что чем хуже психическое состояние испытуемого, тем большее количество баллов по каждой из характеристик он набирает.

Анализ результатов тестирования производится путем сопоставления измеренных пяти состояний между собой, а также сопоставления полученных результатов с данными других исследований.

Результаты тестирования по всем пяти психическим состояниям испытуемого заносятся в протокол тестирования.

## Протокол тестирования

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ Специальность \_\_\_\_\_

Краткая характеристика актуальной ситуации (обычная нестрессовая, перед экзаменом, после экзамена, перед выполнением ответственной работы, после работы и т. п.) \_\_\_\_\_

## Оценка состояний психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения, комфортности

Психическое состояние	Оценка в баллах	Степень выраженности
1. Психическая активация		
2. Интерес		
3. Эмоциональный тонус		
4. Напряжение		
5. Комфорт		

Заключение и рекомендации экспериментатора:

---

---

---

---

---

## 2.13. ОЦЕНКА НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ (Т. А. НЕМЧИН)

Оценить уровень нервно-психического напряжения можно с помощью тест-опросника Т. А. Немчина. Нервно-психическое напряжение является особым видом психического состояния, как отмечает Т. А. Немчин, которое развивается у человека в сложных условиях его жизнедеятельности. В результате этого напряжения формируются как положительно, так и отрицательно окрашенные переживания, влекущие за собой существенные сдвиги в организме человека и изменение его работоспособности [8, с. 415].

Опросник Т. А. Немчина представляет собой перечень признаков нервно-психического напряжения, составленный по данным клинико-психического напряжения, и содержит 30 основных характеристик этого состояния, разделенных на 3 степени выраженности.

Тестирование рекомендуется проводить индивидуально, в отдельном хорошо освещенном и изолированном от посторонних звуков и шумов помещении.

### Инструкция

Вам предлагается опросник\*, состоящий из 30 высказываний. К каждому высказыванию прилагается 3 альтернативных ответа. Отметьте знаком «+» в правой части опросника тот альтернативный ответ на каждое из 30 высказываний, содержание которого соответствует вашему состоянию в данный момент.

### Опросник

Номер признака	Содержание признака	Отметка испытуемого
1	Наличие физического дискомфорта: а) полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений б) имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе в) наличие-большого количества неприятных физических ощущений, серьезно мешающих работе	
2	Наличие болевых ощущений: а) полное отсутствие каких-либо болей б) болевые ощущения периодически появляются, но быстро исчезают и не мешают работе в) имеют место постоянные болевые ощущения, существенно мешающие работе	

\* Немчин Т. А. Оценка нервно-психического напряжения, астении, сниженного настроения // Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др.; Под общ. ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. - СПб.: Питер, 2000. - С. 414-426.

3	<p>Температурные ощущения:</p> <p>а) отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры</p> <p>б) ощущение тепла, повышения температуры тела</p> <p>в) ощущение похолодания тела, конечностей, чувство озноба</p>	
4	<p>Состояние мышечного тонуса:</p> <p>а) обычный мышечный тонус</p> <p>б) умеренное повышение мышечного тонуса, чувство некоторого мышечного напряжения</p> <p>в) значительное мышечное напряжение, подергивания отдельных мышц лица, шеи, рук (тики, тремор)</p>	
5	<p>Координация движений:</p> <p>а) обычная координация движений</p> <p>б) повышение точности, легкости, координированности движений во время письма, другой работы</p> <p>в) снижение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднения при выполнении мелких движений, требующих высокой точности</p>	
6	<p>Состояние двигательной активности в целом:</p> <p>а) обычная двигательная активность</p> <p>б) повышение двигательной активности, увеличение скорости и энергичности движений</p> <p>в) резкое усиление двигательной активности, невозможность усидеть на одном месте, суетливость, стремление ходить, изменять положение тела</p>	
7	<p>Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы:</p> <p>а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца</p> <p>б) ощущение усиления сердечной деятельности, не мешающие работе</p> <p>в) наличие неприятных ощущений со стороны сердца - учащение сердцебиений, чувство сжатия в области сердца, покалывание, боли в сердце</p>	
8	<p>Проявления со стороны желудочно-кишечного тракта:</p> <p>а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе</p> <p>б) единичные, быстро проходящие и не мешающие работе ощущения в животе - подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое «урчание»</p> <p>в) выраженные неприятные ощущения в животе - боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды</p>	
9	<p>Проявления со стороны органов дыхания:</p> <p>а) отсутствие каких-либо ощущений</p> <p>б) увеличение глубины и учащение дыхания, не мешающие работе</p> <p>в) значительные изменения дыхания - одышка, чувство недостаточности вдоха, «комоч в горле»</p>	
10	<p>Проявления со стороны выделительной системы:</p> <p>а) отсутствие каких-либо изменений</p> <p>б) умеренная активизация выделительной функции - более частое желание воспользоваться туалетом при полном сохранении способности воздержаться (терпеть)</p> <p>в) резкое учащение желания воспользоваться туалетом, трудность или даже невозможность терпеть</p>	

11	Состояние потоотделения: а) обычное потоотделение без каких-либо изменений б) умеренное усиление потоотделения в) появление обильного «холодного» пота	
12	Состояние слизистой оболочки полости рта: а) обычное состояние без каких-либо изменений б) умеренное увеличение слюноотделения в) ощущение сухости во рту	
13	Окраска кожных покровов: а) обычная окраска кожи лица, шеи, рук б) покраснение кожи лица, шеи, рук в) побледнение кожи лица, шеи, появление на коже кистей рук «мраморного» (пятнистого) оттенка	
14	Восприимчивость, чувствительность к внешним раздражителям: а) отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность б) умеренное повышение восприимчивости к внешним раздражителям, не мешающее работе в) резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях	
15	Чувство уверенности в себе, в своих силах: а) обычное чувство уверенности в своих силах, в своих способностях б) повышение чувства уверенности в себе, вера в успех в) чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала	
16	Настроение: а) обычное настроение б) приподнятое, повышенное настроение, ощущение подъема, приятного удовлетворения работой или другой деятельностью в) снижение настроения, подавленность	
17	Особенности сна: а) нормальный, обычный сон б) хороший, крепкий, освежающий сон накануне в) беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями сон в течение нескольких предшествующих ночей, в том числе накануне	
18	Особенности эмоционального состояния в целом: а) отсутствие каких-либо изменений в сфере эмоций и чувств б) чувство озабоченности, ответственности за исполняемую работу, азарт, активное желание действовать в) чувство страха, паники, отчаяния	
19'	Помехоустойчивость: а) обычное состояние без каких-либо изменений б) повышение помехоустойчивости в работе, способность работать в условиях шума и других помех в) значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при отвлекающих раздражителях	

20	<p>Особенности речи:</p> <p>а) обычная речь</p> <p>б) повышение речевой активности, увеличение громкости голоса, ускорение речи без ухудшения ее качества (логичности, грамотности и др.)</p> <p>а) нарушения речи - появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, заикание, слишком тихий голос</p>	
21	<p>Общая оценка психического состояния:</p> <p>а) обычное состояние</p> <p>б) состояние собранности, повышенная готовность к работе, мобилизованность, высокий психический тонус</p> <p>в) чувство усталости, несобранности, рассеянности, апатии, снижение психического тонуса</p> <p>в) нарушения речи - появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, заикание, слишком тихий голос</p>	
22	<p>Особенности памяти:</p> <p>а) обычная память</p> <p>б) улучшение памяти - легко вспоминается то, что нужно</p> <p>в) ухудшение памяти</p>	
23	<p>Особенности внимания:</p> <p>э) обычное внимание без каких-либо изменений</p> <p>б) улучшение способности к сосредоточению, отвлечение от посторонних дел</p> <p>в) ухудшение внимания, неспособность сосредоточиться на деле, отвлекаемость</p>	
24	<p>Сообразительность:</p> <p>а) обычная сообразительность</p> <p>б) повышение сообразительности, хорошая находчивость</p> <p>в) снижение сообразительности, растерянность</p>	
25	<p>Умственная работоспособность:</p> <p>а) обычная умственная работоспособность</p> <p>б) повышение умственной работоспособности</p> <p>в) значительное снижение умственной работоспособности, быстрая умственная утомляемость</p>	
26	<p>Явления психического дискомфорта:</p> <p>а) отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний со стороны психики в целом</p> <p>б) чувство психического комфорта, подъема психической деятельности либо единичные, слабо выраженные, быстро проходящие и не мешающие работе явления</p> <p>в) резко выраженные, разнообразные и многочисленные серьезно мешающие работе нарушения со стороны психики</p>	
27	<p>Степень распространенности (генерализованность) признаков напряжения:</p> <p>а) единичные, слабо выраженные признаки, на которые не обращается внимание</p> <p>б) отчетливо выраженные признаки напряжения, не только не мешающие деятельности, но, напротив, способствующие ее продуктивности</p> <p>в) большое количество разнообразных неприятных признаков напряжения, мешающих работе и наблюдающихся со стороны различных органов и систем организма</p>	

28	Частота возникновения состояния напряжения: а) ощущение напряжения не развивается практически никогда б) некоторые признаки напряжения развиваются лишь при наличии реально трудных ситуаций в) признаки напряжения развиваются очень часто и нередко без достаточных на то причин	
29	Продолжительность состояния напряжения: а) весьма кратковременное, не более нескольких минут, быстро исчезает еще до того, как миновала сложная ситуация б) продолжается практически в течение всего времени пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения необходимой работы, прекращается вскоре после ее окончания в) весьма значительная продолжительность состояния напряжения, не прекращающегося в течение длительного времени после сложной ситуации	
30	Общая степень выраженности напряжения: а) полное отсутствие или весьма слабая степень выраженности б) умеренно выраженные, отчетливые признаки напряжения в) резко выраженное, чрезмерное напряжение	

## Обработка результатов тестирования

После заполнения бланка (опросника) производится подсчет набранных испытуемым баллов путем их суммирования. При этом за отметку (+), поставленную испытуемым против пункта «а», начисляется 1 балл, против пункта «б» - 2 балла и против пункта «в» - 3 балла. Минимальное количество баллов, которое может набрать испытуемый, равно 30, а максимальное - 90. Диапазон слабого нервно-психического напряжения располагается в промежутке от 30 до 50 баллов, уверенного, или интенсивного, - от 51 до 70 баллов и чрезмерного, или экстенсивного, - от 71 до 90 баллов.

## 2.14. ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

### 2.14.1. Диагностика самооценки психических состояний (Г. Айзенк)

Тест самооценки психических состояний разработан Г. Айзенком. С помощью теста можно в первом приближении определить уровни таких психических свойств, как тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

*Тревожность* - индивидуальная психическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения. Здесь тревога выступает как переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей или кажущейся таковой опасности.

*Фрустрация* - психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребности, желания. Проявляется в отрицательных переживаниях: разочаровании, раздражении, тревоге, отчаянии и т. п.

*Агрессивность* - не вызванная объективными обстоятельствами неспровоцированная враждебность человека по отношению к людям и окружающему миру. Проявляется в тенденции нападать, причинять неприятности, наносить вред людям, окружающему миру. Иногда проявляется в форме демонстрации превосходства в силе по отношению к другому человеку или иному социальному объекту.

*Ригидность* - затрудненность (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки. Противоположное по значению свойство личности - пластичность.

Тест состоит из 40 высказываний, сгруппированных в четыре блока. Каждый из блоков соответствует одному из четырех определяемых психических состояний (тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности).

### Инструкция

Вам предлагается 40 высказываний, сгруппированных в четыре блока (по 10 высказываний в каждом блоке). Внимательно прочтите эти высказывания. На каждое высказывание выберите ответ из трех альтернатив: 1) Да, это состояние мне присуще часто; 2) Такое состояние у меня иногда бывает; 3) Нет, это мне совсем не подходит. На отдельном листе или в рабочей тетради запишите свои ответы, например, следующим образом: «Да» (+), «Иногда» ( $\pm$ ), «Нет» (-). К примеру, 1+, 2+, 3- и т. д.

### Тест-опросник

1. Не чувствую в себе уверенности.
2. Часто краснею из-за пустяков.
3. Мой сон беспокоен.

4. Легко впадаю в уныние.
5. Беспokoюсь о воображаемых неприятностях.
6. Меня пугают трудности.
7. Люблю копаться в своих недостатках.
8. Меня легко убедить.
9. Я мнительный.
10. Я с трудом переношу время ожидания.

## II

11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых всегда можно найти выход.
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом.
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя беззащитным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.
19. В трудные минуты жизни я иногда веду себя по-детски, хочу, меня чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.

## III

21. Оставляю за собой последнее слово.
22. В разговоре нередко перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу большего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.

## IV

31. Мне трудно менять привычки.
32. Мне нелегко переключать внимание.
33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.
35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
36. Нелегко сближаюсь с людьми.
37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.
39. Неохотно иду на риск.
40. Редко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

## Обработка результатов тестирования

Если соответствующее состояние вам присуще, припишите 2 балла. Если такое состояние бывает изредка - 1 балл. Если у вас такого состояния не бывает - 0 баллов. Подсчитайте сумму баллов по каждому блоку высказываний. I блок (1-10 высказываний) выявляет состоя-

ние тревожности, II блок (11-20 высказываний) - состояние фрустрации, III блок (21-30 высказываний) - состояние агрессивности, IV блок (31-40 высказываний) - состояние ригидности.

## Оценка психических состояний

1. Тревожность:
  - 0 - 7 баллов: Вы не тревожны.
  - 8 - 14 баллов: Тревожность средняя, допустимого уровня.
  - 15-20 баллов: Вы очень тревожны.
  
2. Фрустрация:
  - 0-7 баллов: Вы не имеете высокой самооценки, но устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей.
  - 8-14 баллов: Средний уровень фрустрации.
  - 15-20 баллов: У вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.
  
3. Агрессивность:
  - 0 - 7 баллов: Вы спокойны, выдержаны.
  - 8-14 баллов: У вас средний уровень агрессивности.
  - 15-20 баллов: Вы агрессивны, не выдержаны, у вас имеются трудности в общении и работе с людьми.
  
4. Ригидность:
  - 0 - 7 баллов: Ригидности нет, у вас легкая переключаемость.
  - 8-14 баллов: У вас средний уровень ригидности.
  - 15-20 баллов: У вас ригидность сильно выражена, что проявляется в неизменяемости поведения, убеждений, взглядов, даже если они не соответствуют реальной действительности. Вам противопоказаны смена работы, изменения в семье.

### 2.14.2. Методика измерения ригидности

*Ригидность* понимается как затрудненность (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки.

*Ригидный* - значит негибкий, упорный, неподатливый, косный и т. п.

В физиологии ригидность означает состояние сильного мышечного напряжения, длительное сокращение мышц, обусловленное изменением тонуса нервных центров.

В психологии выделяют когнитивную, аффективную и мотивационную ригидность. *Когнитивная ригидность* обнаруживается в трудностях перемены восприятия и представлений в изменяющихся ситуациях. *Аффективная ригидность* выражается в косности аффективных откликов в условиях изменяющихся объектов эмоций. *Мотивационная ригидность* проявляется в тугоподвижности перестройки системы мотивов в обстоятельствах, требующих от субъекта гибкости и изменения характера поведения.

Выделенные виды ригидности формируются и действуют в различных сочетаниях. Так, аффективная и мотивационная ригидность проявляется в эгоцентризме, повышенной самооценке, упрямстве и застревании на одних и тех же эмоциях и «сверхценных» идеях.

Ниже представлена одна из методик измерения уровня ригидности [10, с. 145-149].

Определение ригидности особой сложности не представляет. Используемый для этого тест-опросник включает пятьдесят, утверждений, требующих однозначной реакции («Да» или «Нет»). Каждый ответ, совпадающий с ключом, кодируется в один балл.

## Опросник

№	Содержание утверждений	Да	Нет
1	Полезно читать книги, в которых содержатся мысли, противоположные моим собственным.		
2	Меня раздражает, когда отвлекают от важной работы (например, просят совета).		
3	Праздники нужно отмечать с родственниками.		
4	Я могу находиться в дружеских отношениях с людьми, чьи поступки не одобряю.		
5	В игре я предпочитаю выигрывать.		
6	Когда я опаздываю куда-нибудь, то не в состоянии думать ни о чем другом - только о том, как скорее доехать.		
7	Мне труднее сосредоточиться, чем другим.		
8	Я много времени уделяю тому, чтобы все вещи лежали на своих местах.		
9	Я очень напряженно работаю.		
10	Неприличные шутки нередко вызывают у меня смех.		
11	Уверен, что за моей спиной обо мне говорят.		
12	Меня легко переспорить.		
13	Я предпочитаю ходить известными маршрутами.		
14	Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.		
15	Временами мои мысли проносятся быстрее, чем я успеваю их высказать.		
16	Бывает, что чья-то нелепая оплошность вызывает у меня смех.		
17	Бывает, что мне в голову приходят плохие слова, часто даже ругательства, и я не могу никак от них избавиться.		
18	Я уверен, что в мое отсутствие обо мне говорят.		
19	Я спокойно выхожу из дома, не беспокоясь о том, заперта ли дверь, выключен ли свет, газ и т. п.		
20	Самое трудное для меня в любом деле - это начало.		
21	Я практически всегда сдерживаю свои обещания.		
22	Нельзя строго осуждать человека, нарушающего формальные правила.		
23	Мне часто приходилось выполнять распоряжения людей, гораздо меньше знающих, чем я.		
24	Я не всегда говорю правду.		
25	Мне трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.		
26	Кое-кто настроен против меня.		
27	Я люблю доводить начатое до конца.		
28	Я всегда стараюсь не откладывать на завтра то, что можно сделать сегодня.		
29	Когда я иду или еду по улице, часто подмечаю изменения в окружающей обстановке - подстриженные кусты, новые рекламные щиты и т. д.		
30	Иногда я так настаиваю на своем, что люди теряют терпение.		
31	Иногда знакомые подшучивают над моей аккуратностью и педантичностью.		
32	Если я не прав, то не сержусь.		
33	Обычно меня настораживают люди, которые относятся ко мне дружелюбнее, чем я ожидал.		

34	Мне трудно отвлечься от начатой работы даже ненадолго.		
35	Когда я вижу, что меня не понимают, я легко отказываюсь от намерения доказать что-либо.		
36	В трудные моменты я умею позаботиться о других.		
37	У меня тяга к перемене мест, и я счастлив, когда брожу где-нибудь или путешествую.		
38	Мне нелегко переключиться на новое дело, но потом, разобравшись, я справляюсь с ним лучше других.		
39	Мне нравится детально изучать то, чем я занимаюсь.		
40	Мать или отец заставляли подчиняться меня даже тогда, когда я считал это неразумным.		
41	Я умею быть спокойным и даже немного равнодушным при виде чужого несчастья.		
42	Я легко переключаюсь с одного дела на другое.		
43	Из всех мнений по спорному вопросу только одно действительно является верным.		
44	Я люблю доводить свои умения и навыки до автоматизма.		
45	Меня легко увлечь новыми затеями.		
45	Я пытаюсь добиться своего наперекор обстоятельствам.		
47	Во время монотонной работы я невольно начинаю изменять способ действия, даже если это порой ухудшает результат.		
48	Люди порой завидуют моему терпению и дотошности.		
49	На улице, в транспорте я часто разглядываю окружающих людей.		
50	Если бы люди не были настроены против меня, я бы достиг в жизни гораздо большего.		

## Ключ к методике измерения ригидности

### Кодответов

Ригидность: «Нет» - 1, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 14, 18, 20, 23, 26, 27, 30, 31, 33, 34, 38, 39, 40, 43, 44, 46, 48, 50.

«Да» - 2, 3, 5, 7, 10, 12, 15, 16, 17, 19, 21, 22, 24, 25, 28, 29, 32, 35, 36, 37, 41, 42, 45, 47, 49.

От 0-13 - мобильный;

14-27 - проявляет черты ригидности и мобильности;

28-40 - ригидный.

## 2.14.3. Диагностика уровня субъективного ощущения одиночества

Методика определения уровня субъективного ощущения одиночества разработана Д. Расселом и М. Фергюсоном. Опросник Д. Рассела и М. Фергюсона содержит 20 высказываний, на которые испытуемый дает один из четырех альтернативных ответов («часто», «иногда», «редко», «никогда»).

### Инструкция

Вам предлагается ряд утверждений. Рассмотрите последовательно каждое из этих утверждений и оцените с точки зрения частоты вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда».

Выбранный вариант ответов отметьте знаком «+».

## Опросник

Утверждения	Часто	Иногда	Редко	Никогда
1. Я несчастлив, поскольку занимаюсь многими вещами в одиночку.				
2. Мне не с кем поговорить.				
3. Для меня невыносимо быть таким одиноким.				
4. Мне не хватает общения.				
5. Я чувствую, будто никто не понимает меня.				
6. Я застаю себя в ожидании, что люди позвонят или напишут мне.				
7. Нет никого, к кому я мог бы обратиться.				
8. Я сейчас больше ни с кем не близок.				
9. Те, кто меня окружают, не разделяют мои интересы и идеи.				
10. Я чувствую себя покинутым.				
12. Я чувствую себя совершенно одиноким.				
13. Мои социальные отношения и связи поверхностны.				
14. Я умираю от тоски по компании.				
15. В действительности никто как следует не знает меня.				
16. Я чувствую себя изолированным от других.				
18. Мне трудно заводить друзей.				
19. Я чувствую себя исключенным и изолированным другими.				
20. Люди вокруг меня, но не со мной.				

## Обработка результатов тестирования

Подсчитывается количество каждого из вариантов ответов. Сумма ответов «часто» умножается на три, «иногда» - на два, редко - на три и «никогда» - на 0. Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества - 60 баллов.

Если вы набрали 40-60 баллов - у вас высокая степень одиночества. Если набрали 20-39 баллов - у вас средний уровень одиночества. Если набрали 0-19 баллов - у вас низкий уровень одиночества.

### 2.14.4. Торонтская алекситимическая шкала

*Алекситимией* называется снижение способности или затрудненность в вербализации эмоциональных состояний. Человек, страдающий алекситимией, отличается относительно недифференцированными эмоциями и мышлением, характеризуется склонностью к витанию в облаках. Особенности когнитивно-аффективной сферы алекситимиков являются:

- трудности в определении и описании собственных переживаний
- сложность в проведении различий между чувствами и телесными ощущениями;

- сниженная способность к символизации - бедность фантазии и воображения;
- сфокусированность в большой мере на внешних событиях, чем на внутренних переживаниях.

Торонтская алекситимическая шкала адаптирована в русском переводе в Психоневрологическом институте им. В. М. Бехтерева.

## Инструкция

Предлагаем вам определить у себя уровень алекситимии при помощи специального опросника - Торонтской алекситимической шкалы, апробированной в институте им. В. М. Бехтерева. Пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени вы согласны или не согласны с каждым из следующих утверждений (ставьте X в соответствующем месте). Дайте только один ответ на каждое утверждение: 1) совершенно не согласен; 2) скорее не согласен; 3) ни то, ни другое; 4) скорее согласен; 5) совершенно согласен.

## Опросник

Утверждения	Совершенно не согласен	Скорее несогласен	Ни то, ни другое	Скорее согласен	Совершенно согласен
1	2	3	4	5	6
1. Когда я плану, всегда знаю почему.					
2. Мечты - это потеря времени.					
3. Я хотел бы быть не таким застенчивым.					
4. Я часто затрудняюсь определить, какие чувства испытываю.					
5. Я часто мечтаю о будущем.					
6. Мне кажется, я также способен легко заводить друзей, как и другие.					
7. Знать, как решать проблемы, более важно, чем понимать причины этих решений.					
8. Мне трудно находить правильные слова для моих чувств.					
9. Мне нравится ставить людей в известность о своей позиции по тем или иным вопросам.					
10. У меня бывают физические ощущения, которые непонятны даже донорам.					
11. Мне недостаточно знать, что привело к такому результату - мне необходимо знать, почему и как это происходит.					
12. Я способен с легкостью описать свои чувства.					

1	2	3	4	5	6
13. Я предпочитаю анализировать проблемы, а не просто их описывать.					
14. Когда я расстроен, не знаю, печален ли я, испуган или зол.					
15. Я часто даю волю воображению.					
16. Я провожу много времени в мечтах, когда не занят ничем другим.					
17. Меня часто озадачивают ощущения, появляющиеся в моем теле.					
18. Я редко мечтаю.					
19. Я предпочитаю, чтобы все шло само собой, чем понимать, почему произошло именно так.					
20. У меня бывают чувства, которым я не могу дать вполне точное определение.					
21. Очень важно уметь разбираться в эмоциях.					
22. Мне трудно описывать свои чувства по отношению к людям.					
23. Люди мне говорят, чтобы я больше выражал свои чувства.					
24. Следует искать более глубокие объяснения происходящему.					
25. Я не знаю, что происходит у меня внутри.					
26. Я часто не знаю, почему сержусь.					

## Обработка данных

Подсчет баллов осуществляется следующим образом:

1) ответ «совершенно не согласен» - оценивается в 1 балл, «скорее не согласен» - 2, «ни то, ни другое» - 3, «скорее согласен» - 4, «совершенно согласен» - 5. Эта система баллов действительна для пунктов шкалы: 2, 3, 4, 7, 8, 10, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 26;

2) отрицательный код имеют пункты шкалы: 1, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15, 21, 24. Для получения итоговой оценки в баллах следует проставить противоположную оценку по этим пунктам (то есть оценка 1 получает 5 баллов; 2 - 4; 3 - 3; 4 - 2; 5 - 1);

3) сумма баллов по всем пунктам и есть итоговый показатель алекситимичности.

Теоретическое распределение результатов возможно от 26 до 130 баллов. По данным авторов методики, алекситимический тип личности получает 74 балла и выше. Неалекситимический тип личности набирает 62 балла и ниже. Ученые психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, адаптировавшие методику, выявили средние значения показателя алекситимии у нескольких групп:

контрольная группа здоровых людей -  $59,3 \pm 1,3$ ; группа больных с психосоматическими расстройствами -  $72,09 \pm 0,82$ ; группа больных неврозами -  $70,1 \pm 1,3$ .

## 2.14.5. Диагностика состояния фрустрированности Вассермана—Бойко\*

Ниже предлагается опросник, который фиксирует степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности.

Прочтите каждый вопрос и укажите один, наиболее подходящий ответ.

Удовлетворены ли вы:	Полностью удовлетворен	Скорее удовлетворен	Затрудняюсь ответить	Скорее не удовлетворен	Полностью не удовлетворен
1	2	3	4	5	6
1. Своим образованием					
2. Взаимоотношениями с коллегами по работе					
3. Взаимоотношениями с администрацией на работе					
4. Взаимоотношениями с субъектами своей профессиональной деятельности (пациенты, клиенты, учащиеся и т. п.)					
5. Содержанием своей работы в целом					
6. Условиями профессиональной деятельности <sup>TM</sup> (учебы)					
7. Своим положением в обществе					
8. Материальным положением					
9. Жилищно-бытовыми условиями					
10. Отношениями с супругом(ой)					
11. Отношениями с ребенком (детьми)					
12. Отношениями с родителями					
13. Обстановкой в обществе (государстве)					
14. Отношениями с друзьями, ближайшими знакомыми					
15. Сферой услуг и бытового обслуживания					
16. Сферой медицинского обслуживания					
18. Возможностью проводить отпуск					
19. Возможностью выбора места работы					
20. Своим образом жизни в целом					

\* Приводится по книге «Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учеб. пособие / Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. - Самара: БАХРАХ, 1998. - С. 157-161

## Обработка данных

По каждому пункту определяется показатель уровня фрустрированности. Он может варьироваться от 0 до 4 баллов. Каждому варианту ответа присваиваются баллы: «полностью удовлетворен» - 0, «скорее удовлетворен» - 1, «затрудняюсь ответить» - 2, «скорее не удовлетворен» - 3, «полностью не удовлетворен» - 4.

Если методика используется для выявления показателя у группы респондентов, надо: 1) получить отдельно произведения числа респондентов, выбравших тот или иной ответ, на балл, присвоенный ответу; 2) подсчитать сумму этих произведений; 3) разделить ее на общее число ответивших на данный пункт. Можно определить итоговый средний индекс уровня социальной фрустрированности. Для этого надо сложить показатели фрустрированности по всем пунктам и разделить сумму на число пунктов (20).

В массовых обследованиях весьма показателен процент лиц, выбравших тот или иной вариант ответа на конкретный пункт.

### Интерпретация результатов

Выводы об уровне социальной фрустрированности делаются с учетом величины балла (среднего балла) по каждому пункту. Чем больше балл, тем выше уровень социальной фрустрированности:

3,5-4 балла	- очень высокий уровень фрустрированности;
3,0-3,4	- повышенный уровень фрустрированности;
2,5-2,9	- умеренный уровень фрустрированности;
2,0-2,4	- неопределенный уровень фрустрированности;
1,5-1,9	- пониженный уровень фрустрированности;
0,5-1,4	- очень низкий уровень фрустрированности;
0-0,5	- отсутствие (почти отсутствие) фрустрированности.

Дезорганизующие эмоциональные состояния в режиме угнетения психики

Здесь следует назвать дистимию, депрессию, апатию, гипотимию, растерянность, тревогу, страх, бредовое настроение. Эти весьма разные по содержанию эмоциональные состояния имеют ряд общих признаков:

- личность практически не реагирует на внешние воздействия - только при помощи дезорганизующего эмоционального состояния. Оно может еще более усугубляться под влиянием очень разных стимулов - положительных или отрицательных;
- чем усерднее внушать смелость тому, кто испытывает устойчивый страх, тем страшнее ему становится;
- в возникшем энергетическом режиме интеллект не справляется со своей задачей. Его роль в оценке внешних воздействий и переживаний личности практически не заметна. Во всяком случае разум и воля не помогают человеку быстро и успешно преодолеть неадекватность эмоциональных состояний, придать им коммуникабельную форму;
- для восстановления эмоциональной нормы требуются время, покой, помощь окружающих, в том числе лечебная.

Любое из дезорганизующих эмоциональных состояний может проявляться в пределах нормы или приобретать размеры психического расстройства, то есть психопатологическую форму. Последняя возникает при наличии сопутствующих факторов.

Психопатологические расстройства состояний характеризуются общим измененным нервно-психическим тонусом.

В свою очередь устойчивые изменения нервно-психического тонуса вызываются:

- органическими поражениями мозга. В этом случае расстройства бывают наиболее обширными и глубокими;

- дефектами нервной системы. Обычно она ослаблена болезнями, психическими травмами;
- внешними причинами. Среди них такие, которые вызвали психический стресс, интоксикацию, травмы;
- соматическими заболеваниями. Болезнь того или иного органа вызывает нарушения сопряженных участков мозга, нервной системы, обмена веществ, что приводит к изменениям эмоционального и нередко интеллектуального отражения действительности.

Очень разные по своему проявлению расстройства состояний имеют, похоже, одну и ту же механику: отсутствует нормальная связь между интеллектом и эмоциями. Интеллект почему-либо (поражение мозга в результате стресса, интоксикации, травмы и т. п.) не оценивает должным образом внешние и внутренние воздействия, не выявляет их значимость для личности. Его управляющие команды не включают адекватные эмоциональные программы и нарабатанные при жизни стереотипы эмоционального поведения. Вместо адекватных эмоциональных программ и стереотипов автоматически все время вступает в действие один и тот же стереотип, свойственный личности. Ее поведение становится неадекватным, оно не обусловлено видимыми причинами.

## 2.14.6. Диагностика уровня невротизации Л. И. Вассермана

### Инструкция

Ознакомьтесь с приведенными ниже суждениями и ситуациями, выбирая ответ «да» или «нет». Приводимые вопросы для определения уровня невротизации имеют ориентировочный характер.

### Опросник

1. В различных частях своего тела я часто чувствую жжение, покалывание, ощущение мурашек, онемение.
2. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.
3. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным или взволнованным.
4. У меня часто болит голова.
5. Два-три раза в неделю по ночам меня мучают кошмары.
6. В последнее время я чувствую себя хуже, чем когда-либо.
7. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
8. У меня бывали периоды, когда из-за волнения я терял сон.
9. Обычно работа стоит мне большого напряжения.
10. Иногда я бываю так возбужден, что это мешает мне заснуть.
11. Большую часть времени я испытываю неудовлетворенность жизнью.
12. Меня постоянно что-нибудь тревожит.
13. Я стараюсь реже встречаться со своими знакомыми и друзьями.
14. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
15. Мне трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
16. Я очень устаю за день.
17. Я верю в будущее.
18. Я часто предаюсь грустным размышлениям.
19. Временами мне кажется, что моя голова работает медленнее, чем обычно.

20. Самая трудная борьба для меня - это борьба с самим собой.
21. Я почти всегда о чем-нибудь или о ком-нибудь тревожусь.
22. У меня мало уверенности в себе.
23. Я часто чувствую неуверенность в себе.
24. Несколько раз в неделю меня беспокоят неприятные ощущения в верхней части живота (под ложечкой).
25. Иногда у меня бывает такое чувство, что передо мной выросло столько трудностей, что одолеть их просто невозможно.
26. Раз в неделю или чаще я без видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
27. Временами я изматываю себя тем, что слишком много на себя беру.
28. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
29. В последнее время мое зрение ухудшилось.
30. В отношениях между людьми чаще всего торжествует несправедливость.
31. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я даже не могу усидеть на месте.
32. Я с удовольствием танцую, когда есть возможность.
33. По возможности я стараюсь избегать большого скопления людей.
34. Мой желудок сильно беспокоит меня.
35. Должен признаться, что временами я волнуюсь из-за пустяков.
36. Часто я сам огорчаюсь, что такой раздражительный и ворчливый.
37. Несколько раз в неделю у меня бывает такое чувство, что должно случиться нечто страшное.
38. Мне кажется, что близкие плохо меня понимают.
39. У меня часто бывают боли в сердце или груди.
40. В гостях я обычно сижу где-нибудь в стороне или разговариваю с кем-нибудь одним.

## Обработка данных

Подсчитайте число положительных ответов. Чем больше полученный результат, тем выше уровень невротизации.

*Интерпретация уровней.* Высокий уровень невротизации свидетельствует о выраженной эмоциональной возбудимости, в результате чего появляются негативные переживания (тревожность, напряженность, беспокойство, растерянность, раздражительность); он сигнализирует о безынициативности, которая формирует переживания, связанные с неудовлетворенностью желаний; об эгоцентрической личностной направленности, что приводит к ипохондрической фиксации на соматических ощущениях и личностных недостатках; о трудностях в общении; о социальной робости и зависимости.

Низкий уровень невротизации свидетельствует об эмоциональной устойчивости; о положительном фоне переживаний (спокойствие, оптимизм); об инициативности; о чувстве собственного достоинства; о независимости, социальной смелости; о легкости в общении.

## 2.14.7. Экспресс-диагностика невроза Хека—Хесса

Ознакомившись с вопросом или суждением, надо ответить «Да» или «Нет».

### Опросник

1. Считаете ли вы, что внутренне напряжены?

2. Я часто так сильно во что-то погружен, что не могу заснуть.
3. Я чувствую себя легкоранимым.
4. Мне трудно заговорить с незнакомыми людьми.
5. Часто ли без особых причин у вас возникает чувство безучастности и усталости?
6. У меня часто возникает чувство, что люди меня критически рассматривают.
7. Часто ли вас преследуют бесполезные мысли, которые не выходят из головы, хотя вы стараетесь от них избавиться?
8. Я довольно нервный.
9. Мне кажется, что меня никто не понимает.
10. Я довольно раздражительный.
11. Если бы люди не были против меня настроены, мои дела шли бы более успешно.
12. Я слишком близко и надолго принимаю к сердцу неприятности.
13. Даже мысль о возможной неудаче меня волнует.
14. У меня были очень странные и необычные переживания.
15. Бывает ли вам то радостно, то грустно без видимых причин?
16. В течение всего дня я мечтаю и фантазирую больше, чем нужно.
17. Легко ли изменить ваше настроение?
18. Я часто борюсь с собой, чтобы не показать свою застенчивость.
19. Я хотел бы быть таким же счастливым, какими кажутся другие люди.
20. Иногда я дрожу или испытываю приступы озноба.
21. Часто ли меняется ваше настроение в зависимости от серьезной причины или без нее?
22. Испытываете ли вы иногда чувство страха даже при отсутствии реальной опасности?
23. Критика или выговор меня очень ранят.
24. Временами я бываю так беспокоен, что даже не могу усидеть на одном месте.
25. Беспокоитесь ли вы иногда слишком сильно из-за незначительных вещей?
26. Я часто испытываю недовольство.
27. Мне трудно сконцентрироваться при выполнении какого-либо задания или работы.
28. Я делаю много такого, в чем приходится раскаиваться.
29. Большею частью я счастлив.
30. Я недостаточно уверен в себе.
31. Иногда я кажусь себе действительно никчемным.
32. Часто я чувствую себя просто скверно.
33. Я много копаюсь в себе.
34. Я страдаю от чувства неполноценности.
35. Иногда у меня все болит.
36. У меня бывает гнетущее состояние.
37. У меня что-то с нервами.
38. Мне трудно поддерживать разговор при знакомстве.
39. Самая тяжелая борьба для меня - это борьба с самим собой.
40. Чувствуете ли вы иногда, что трудности велики и непреодолимы?

## Обработка данных

Подсчитайте количество утвердительных ответов: если получено более 24 баллов - это говорит о высокой вероятности невроза. Еще раз подчеркнем, что методика дает лишь предварительную и обобщенную информацию. Окончательные выводы можно делать лишь после подробного изучения личности.

## 2.14.8. Диагностика функциональных состояний САН

Опросник САН (самочувствие, активность, настроение) разработан на основе принципа полярных профилей Ч. Осгуда. Она представляет собой тест дифференцированной самооценки функционального состояния индивида. Опросник состоит из 30 пар противоположных характеристик, по которым испытуемый оценивает свое состояние. Каждая пара имеет оценочную шкалу (3 2 1 0 1 2 3). Испытуемый по данной шкале отмечает степень актуализации той или иной характеристики своего состояния.

### Инструкция

Вам предлагается описать свое состояние, которое вы испытываете в настоящий момент, с помощью типовой карты САН, состоящей из 30 биполярных признаков. В каждой паре выбирайте ту характеристику, которая наиболее точно описывает ваше состояние. Отметьте цифру, соответствующую степени выраженности данной характеристики (3 2 1 0 1 2 3).

### Обработка результатов тестирования

Крайняя степень выраженности негативного полюса пары характеристик состояния испытуемого - 1 балл. Крайняя же степень выраженности позитивного полюса пары - 7 баллов. При этом следует учесть, что полюса шкал постоянно меняются. К примеру, положительная (позитивная) характеристика «Самочувствие хорошее» записана в левой колонке (порядковый номер 1), в то время как положительная (позитивная) характеристика «Активный» - в правой колонке (порядковый номер 3). Таким образом, условные баллы оценочной шкалы типовой карты САН (3 2 1 0 1 2 3) переводятся в истинные баллы:

- 3 - 1 балл
- 2 - 2 балла
- 1 - 3 балла
- 0 - 4 балла
- + 1 - 5 баллов
- + 2 - 6 баллов
- + 3 - 7 баллов.

Как видно, положительные состояния оцениваются более высокими баллами, отрицательные (негативные) - более низкими. Суммирование баллов следует производить в соответствии с ключом по трем категориям - Самочувствие, Активность, Настроение.

Категории «Самочувствие» соответствуют следующие порядковые номера противоположных характеристик: 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Категории «Активность» - 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Категории «Настроение» - 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Производится суммирование полученных баллов по соответствующим категориям. Оценки, превышающие 4 балла, говорят о благоприятном состоянии испытуемого. Состояние испытуемого можно оценить по следующим показателям:

- менее четырех баллов - неблагоприятное состояние;
- 4,0 - 4,9 балла - среднее состояние;
- более пяти баллов - благоприятное нормальное состояние.

При этом следует учитывать не только значения отдельных показателей, но и их соотношения.

# Типовая карта методики САН

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_  
Дата \_\_\_\_\_ Время \_\_\_\_\_

1. Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный
4. Малоподвижный	3 2 1 0 1 2 3	Подвижный
5. Веселый	3 2 1 0 1 2 3	Грустный
6. Хорошее настроение	3 2 1 0 1 2 3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3 2 1 0 1 2 3	Разбитый
8. Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный
9. Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый
10. Бездеятельный	3 2 1 0 1 2 3	Деятельный
11. Счастливый	3 2 1 0 1 2 3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3 2 1 0 1 2 3	Мрачный
13. Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный
14. Здоровый	3 2 1 0 1 2 3	Больной
15. Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный
16. Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный
17. Восторженный	3 2 1 0 1 2 3	Унылый
18. Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Печальный
19. Отдохнувший	3 2 1 0 1 2 3	Усталый
20. Свежий	3 2 1 0 1 2 3	Изнуренный
21. Сонливый	3 2 1 0 1 2 3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать
23. Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Озабоченный
24. Оптимистичный	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичный
25. Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомляемый
26. Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый
27. Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко
28. Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный
29. Полный надежд	3 2 1 0 1 2 3	Разочарованный
30. Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный

## ЛИТЕРАТУРА К ЧАСТИ II

1. Батаршев А. В. Тестирование - основной инструментарий практического психолога. - М., 1999.
2. Березин Ф. Б., Мирошников М. П., Рожанец Р. В. Методика многостороннего исследования личности. - М., 1976.
3. Бурлачук Л. Ф. и др. Основы психотерапии: Учеб. пособие. - Киев; Москва, 1999.
4. Бурлачук Л. Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. - СПб., 2000.
5. Личко А. Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков. - М., 1999.
6. Немов Р. С. Психология: Учебник. В 3 кн. Кн. 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. - М., 2000.
7. Немов Р. С. Психология: Учебник. В 3 кн. Кн. 2. Психология образования. - М., 2000.
8. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева.-СПб., 2000.
9. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / Под ред. А. А. Крылова. - СПб., 1997.
10. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учеб. пособие / Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара, 1998.
11. Психологические тесты. В 2 т. / Под ред. А. А. Карелина. - М., 2000.
12. Психология и психоанализ характера: Хрестоматия/Ред.-сост. Д. Я. Райгородский. -Самара, 1997.
13. ОлджэмДж. М., Моррис Луи Б. Автопортрет вашей личности. - М., 1996.
14. Собчик Л. Н. Пособие по применению психологической методики ММРІ. - М., 1971.
15. Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности СМІЛ. - СПб., 2000.
16. Столяренко Л. Д. Основы психологии. - Ростов-на-Дону, 1997.
17. Столяренко Л. Д. Основы психологии, Практикум. - Ростов-на-Дону, 1999.
18. Ханин Ю. Л. Краткое руководство по применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилберга.-Л., 1976.
19. Шевандрин Н. И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. - М., 1998.

## Дополнительная литература

1. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии. - СПб., 2000.
2. Елисеев О. П. Практикум по психологии личности. - СПб., 2000.
3. Молодцова Г. Д. Диагностика предупреждения и преодоления дезадаптации подростков: Учеб. пособие. - М., 1999.

# КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ОСНОВНЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И МЕДИЦИНСКИХ ТЕРМИНОВ

**АБАЗИЯ** - неспособность ходить, возникшая вследствие ухудшения двигательной координации (см. АСТАЗИЯ).

**АГРЕССИВНОСТЬ** - не вызванная объективными обстоятельствами (как необходимая ответная реакция), неспровоцированная враждебность человека по отношению к людям, окружающему миру. Свойство или черта личности, проявляющаяся в тенденции нападать, причинять неприятности, наносить вред людям, животным, окружающему миру.

**АДАПТАЦИЯ** - приспособление строения и функций организма к условиям существования в окружающей среде. Различают адаптацию психологическую, под которой понимают приспособление психической деятельности человека к условиям окружающей среды, и адаптацию социальную - приспособление человека к определенным формам социальной деятельности.

**АКЦЕНТУАЦИЯ ХАРАКТЕРА** - крайние варианты психической нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, отчего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим.

**АНАМНЕЗ** - история развития болезни. Сведения об условиях жизни, а также начале и развитии заболевания, сообщаемые больным либо его близким.

**АЛГИЯ** - болезненное проявление.

**АЛЕКСИТИМИЯ** - нарушение эмоциональных и познавательных процессов. Человек, страдающий алекситимией, характеризуется относительно недифференцированными эмоциями и мышлением, отличающимся склонностью к «витанию в облаках».

**АНОЗОГНОЗИЯ** - не критическое отношение к действительности, к своему поведению, своему «Я».

**АПЕРЦЕПЦИЯ** - зависимость восприятия от прошлого опыта, от общего содержания психической деятельности человека и его индивидуальных особенностей.

**АСТАЗИЯ** - неспособность прямо сидеть или стоять, возникшая вследствие серьезного нарушения моторной координации. Астазия-абазия часто наблюдаются вместе. Синдром «абазия-астазия» является функциональным по происхождению.

**АСТЕНИЯ** - психопатологическое состояние, характеризующееся слабостью, повышенной утомляемостью, эмоциональной неустойчивостью, повышенной чувствительностью к внешним раздражителям, нарушениями сна.

**АРТЕФАКТ** - эффект в эксперименте, возникающий вследствие дефектов методики проведения опыта.

**АУТИЗМ** - крайняя форма и состояние психологического отчуждения. Выражается в отстранении, уходе, «бегстве» индивида от контактов с действительностью и погружении в замкнутый мир собственных переживаний.

**АУТИЗМ ДЕТСКИЙ** - свойство ребенка или подростка, характеризующееся резким снижением контактов с окружающими, слаборазвитой речью и своеобразной реакцией на изменения в окружении.

**АФФЕКТ** - сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резко выраженными двигательными проявлениями и изменениями в функциях внутренних органов.

**БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ** - характеристика психологических свойств, процессов и состояний человека, находящихся вне сферы его сознания, но оказывающих такое же влияние на его поведение, как и сознание.

**БРЕД** - ненормальное, болезненное состояние психики человека, сопровождающееся фантастическими образами, видениями, галлюцинациями.

**ВЕГЕТАТИВНЫЙ** - служащий для питания, роста животных и растительных организмов. Вегетативная нервная система - часть нервной системы, направляющая деятельность внутренних органов и систем (кровообращения, дыхания, пищеварения), обмен веществ и функциональное состояние тканей.

**ВЫТЭСНЕНИЕ** - один из видов психологической защиты, в результате которого неприемлемые для индивида чувства, воспоминания, переживания изгоняются из сознания и переводятся в сферу бессознательного, продолжая влиять на поведение индивида, вызывая тревогу, страхи и т. п.

**ГЕДОНИЗМ** - этическое учение, признающее наслаждения высшим благом и целью жизни.

**ГИПЕРКИНЕЗИЯ** - чрезмерная и неадекватная активность, крайняя неугомонность, сопровождающаяся малым объемом внимания и импульсивностью.

**ГИПОМАНИЯ** - нарушение настроения, характеризующееся рядом симптомов, включая неадекватное приподнятое настроение, чрезмерную моторную активность, импульсивность и крайне быстрые мышление и речь.

**ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ** - отклоняющееся поведение несовершеннолетних как результат неблагоприятной социализации и детско-подростковой дезадаптации.

**ДЕЗАДАПТАЦИЯ СОЦИАЛЬНАЯ** - снижение или полная неспособность приспособления индивида к условиям социальной среды.

**ДЕКОМПЕНСАЦИЯ** - нарушение деятельности организма, какой-либо его функциональной системы или органа, возникающее при неспособности приспособительных механизмов компенсировать вызванные болезнью изменения (мед.). Недостаточность защитных механизмов человека, приводящая к обострению состояния.

**ДЕЛИНКВЕНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ** (от слова «делинквент» - правонарушитель, преступник) - синонимом делинквентного поведения является противоправное поведение как цепь уголовно наказуемых проступков и преступлений.

**ДЕМЕНЦИЯ** - слабоумие как следствие недоразвития или атрофии высших психических функций.

**ДЕПРИВАЦИЯ** - эмоциональная изоляция, принудительное, более или менее полное лишение человека сенсорных впечатлений, вызывающие сенсорный и эмоциональный голод. Характеризуется эмоциональной лабильностью в сторону пониженного настроения. Состояние депрессии, раздражительности, апатии на короткое время могут смениться эйфорией и раздражительностью.

**ДЕПРЕССИЯ** - патологическое психическое состояние, характеризующееся пониженным настроением, снижением умственной и двигательной активности, инстинктивных побуждений (чувства голода, сексуального влечения, стремления к самосохранению), пессимистическими оценками себя и своего положения в окружающем мире.

**ДИСКОНДАРТНОСТЬ (ДИСКОНКОРДАНТНОСТЬ)** - противоположное «конкордантности». Дискондартно-нормальные индивиды психологически плохо защищены, их механизмы психологической защиты и компенсации ослаблены.

**ДИСФОРИЯ** - расстройство настроения с преобладанием мрачности, агрессивности, угрюмости, раздражительности, которое может наблюдаться при многих психических заболеваниях.

**ИДЕНТИФИКАЦИЯ** - отождествление, установление сходства одного человека с другим, направленное на его уподобление с этим другим.

**ИМПУЛЬСИЯ** - любое внезапное побуждение к действию, то есть внутреннее состояние, которое инициирует действие.

**ИНВЕРСИЯ** - процесс и результат перестановки или переворачивания (замены) - вплоть до противоположности - мотивов, установок, желаний, реакций, поведенческих актов и т. п. Например, любовь и ненависть.

**ИНСУЛЬТ** - острое нарушение мозгового кровообращения, сопровождающееся внезапной потерей сознания и параличами, малокровием мозговой ткани или кровоизлиянием в нее (апоплексический удар).

**ИНФАНТИЛИЗМ** - сохранение в психике и поведении взрослого особенностей, присущих детскому возрасту. Индивид, которому свойственен инфантилизм, при нормальном или даже ускоренном физическом и умственном развитии отличается незрелостью эмоционально-волевой сферы (несамостоятельностью решений и действий, повышенной требовательностью к заботе других о себе, некритичностью по отношению к себе, эгоцентризмом и т. п.).

**ИПОХОНДРИЯ** - болезненное состояние или заболевание, характеризующееся чрезмерным вниманием к своему здоровью, страхом перед неизлечимыми болезнями, склонностью преувеличивать болезненные явления и приписывать себе несуществующие тяжкие недуги.

**ИРРАДИАЦИЯ** - способность нервного процесса распространяться из места своего возникновения на другие нервные элементы.

**ИСТЕРИЯ** - один из видов неврозов, характеризующийся многообразными нарушениями психики, двигательной сферы, чувствительности, а также функций внутренних органов. Проявляется своеобразными истерическими признаками - припадками, нарушениями сознания и психической деятельности.

**ИСТЕРИЧЕСКАЯ ФУГА** (см. Фуга истерическая).

**КАРДИОФОБИЯ** - страхи индивида в отношении собственной сердечной деятельности, чаще всего необъективные, вызванные восприятием неверной или неправильно понятой информации.

**КАТАМНЕЗ** - медицинская история пациента с момента, когда он впервые начал наблюдаться врачом или с начала психического расстройства, (см. Анамнез).

**КАТАРСИС** - один из методов психотерапии, посредством которого клиенту помогают избавиться от ложных страхов, навязчивых идей, вредных привычек путем вызывания у него глубоких переживаний и очищающего изумления, ведущего к перемене отношения клиента (пациента) к самому себе.

**КОНКОРДАНТНОСТЬ** - согласованность, гармония. Конкордантно-нормальные индивиды хорошо психологически защищены. Психотравмирующие ситуации или расстройства настроения у них могут проявляться на короткое время, они быстро справляются с ними, так как механизмы психологической защиты у них хорошо развиты (см. противоп. Дискордантность).

**КОНФОРМИЗМ (КОНФОРМНОСТЬ)** - некритическое принятие человеком чужого мнения, сопровождаемое неискренним отказом от собственного мнения, в правильности которого человек внутренне не сомневается. Такой отказ при конформном поведении обычно мотивирован какими-либо конъюнктурными соображениями.

**ЛОКУС КОНТРОЛЯ** - склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам (экстернальный, внешний локус контроля) либо собственным способностям и усилиям (интернальный, внутренний локус контроля).

**МАНИОФОБИЯ** - страхи, вызванные опасениями сойти с ума, почти всегда беспочвенные.

**НАРЦИССИЗМ** - любовь к самому себе. Происходит от древнегреческого мифа о несчастной эмоциональной увлеченности молодого человека своим собственным отражением. Мо-

жет доходить до невроза, характеризующегося чрезмерной самовлюбленностью, когда нормальная любовь к другим становится невозможной.

**НЕВРАСТЕНИЯ** - один из видов неврозов. Основные симптомы: утомляемость, повышенная возбудимость и быстрая истощаемость; неустойчивое, чаще пониженное, подавленное настроение; повышенная раздражительность; нетерпеливость; нарушение сна, тревожность и др.

**НЕВРОЗ** - функциональное нервно-психическое заболевание, возникающее под влиянием тяжелых переживаний, психических перенапряжений и т. п. Основные неврозы - неврастения, истерия, навязчивые состояния (навязчивый счет, страхи, сомнения и др.).

**НОНКОНФОРМИЗМ** - стремление во что бы то ни стало перечить мнению большинства, не считаясь ни с чем. Синоним понятия негативизма, антоним конформности.

**ОБСЕССИИ** - разновидность навязчивых состояний, выявляющихся в переживаниях и действиях, не требующих для своего возникновения определенных ситуаций (навязчивое мытье рук, страх наступить на черту, на люк и т. п.).

**ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ ПОВЕДЕНИЕ** - поведение, которое заметно отклоняется от принятых в обществе стандартов, особенно моральных и этических.

**ПАРОКСИЗМ** - припадок, приступ болезни или обострение болезненного процесса, проявляющиеся внезапно. Внезапный приступ сильного душевного возбуждения, сильного чувства (например, гнев и т. п.).

**ПАРАНОИЯ** - хроническое психическое заболевание, характеризующееся навязчивыми систематизированными бредовыми идеями, овладевающими сознанием больного и обуславливающими его действия.

**ПАРЦИАЛЬНЫЙ** - частичный, относящийся к отдельным частям.

**ПЕДОЛОГИЯ** - совокупность психологических, биологических, социологических концепций развития ребенка.

**ПРОЕКЦИЯ** - процесс и результат осознанного или бессознательного перенесения субъектом собственных свойств или состояний на внешние объекты.

**ПСЕВДОДЕМЕНЦИЯ** - временное снижение эффективности интеллектуального функционирования, вызванное эмоциональным состоянием. Наблюдается в случае депрессии, обычно непродолжительно.

**ПСИХАСТЕНИЯ** - болезненное состояние психики, проявляющееся нерешительностью, боязливостью, впечатлительностью, мнительностью, склонностью к навязчивым состояниям (навязчивые страхи, мысли и т. п.).

**ПСИХОГЕННЫЙ** - обусловленный психической травмой.

**ПСИХОКОРРЕКЦИЯ** - деятельность по исправлению (корректировке) тех особенностей психического развития, которые по принятой системе критериев не соответствуют оптимальной модели.

**ПСИХОПАТИЯ** - врожденные особенности склада личности, в основе которой лежат дисгармония, неуравновешенность или неустойчивость психических процессов. Проявляется неадекватным поведением, недостаточностью социальной адаптации и обычно не сопровождается психопатическими расстройствами.

**ПСИХОПРОФИЛАКТИКА** - постоянная работа и деятельность психолога, направленная на предупреждение возникновения неблагополучия в психическом и личностном развитии человека.

**ПСИХОТЕРАПИЯ** - психическое воздействие на клиента (пациента) с лечебной целью. Оказание психологической помощи здоровым людям (клиентам) в ситуациях различного рода психологических затруднений

**ПУБЕРТАТНЫЙ** - связанный с половым созреванием. Пубертатный период - период полового созревания.

**ПУЭРИЛИЗМ** - поведение взрослого человека, характеризующееся неуместным ребячеством.

**РАЦИОНАЛИЗАЦИЯ** - один из механизмов психологической защиты, обеспечивающий маскировку, сокрытие от сознания истинных мыслей, чувств, и мотивов, действий и формулировку более приемлемых объяснений собственного поведения, обеспечение состояния внутреннего комфорта. Бессознательное стремление к рациональному объяснению своих идей и поведения, даже когда они иррациональны,

**РЕФЛЕКСИЯ** - процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний.

**РИГИДНОСТЬ** - затрудненность (вплоть до полной неспособности) в изменении намеченной субъектом программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки.

**СИМПТОМ** - внешний признак какого-нибудь явления.

**СИНДРОМ** - сочетание признаков (симптомов), имеющих общий механизм возникновения и характеризующих определенное болезненное состояние организма.

**СИНДРОМ ГАНЗЕРА** - симптом нелепых ответов. Обычно быстро развивается после психической травмы, когда больной осознает нелепый ответ, его поведение напоминает поведение капризного ребенка.

**СКРИНИНГ** - массовое обследование населения для выявления лиц с какой-либо определенной болезнью.

**СОМАТИЧЕСКИЙ** - телесный, связанный с телом человека (в противоположность психике).

**СТРЕСС** - состояние напряжения, возникающее у человека или животного под влиянием сильных воздействий.

**СТУПОР** - состояние резкой угнетенности, выражающейся в полной неподвижности, озлобленной реакции на раздражение.

**СУБЛИМАЦИЯ** - психический процесс преобразования и переключения энергии аффективных влечений на цели социальной деятельности и культурного творчества.

**ТОЛЕРАНТНОСТЬ** - отсутствие или ослабленное реагирования на какой-либо неблагоприятный фактор в результате снижения чувствительности к его воздействиям.

**ТРЕВОЖНОСТЬ** - склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги. Один из основных параметров индивидуальных различий.

**ФОБИИ** - навязчивые состояния страха, развивающиеся при некоторых психозах.

**ФРУСТРАЦИЯ** - психическое состояние, возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствующей достижению цели.

**ФУГА ИСТЕРИЧЕСКАЯ** - внезапное бегство из дома, с работы или другого места после ссоры или другой какой-либо психической травмы.

**ШИЗОФРЕНИЯ** - психическое заболевание, имеющее многообразные проявления (бред, галлюцинации, нервно-психическое возбуждение и пр.) и ведущее без своевременного лечения к нарушению психической деятельности, исчезновению индивидуальных черт личности,

**ЭГОЦЕНТРИЗМ** - крайняя форма индивидуализма и эгоизма. Неспособность индивида, сосредоточенного на собственных интересах, изменить исходную познавательную позицию по отношению к некоторому объекту.

**ЭЙФОРИЯ** - повышенное радостное, веселое настроение, состояние благодущия и безопасности, не соответствующее объективным обстоятельствам, при котором наблюдается мимическое и общее двигательное оживление, психомоторное возбуждение.

**ЭКЗАЛЬТИРОВАННОСТЬ (ЭКЗАЛЬТАЦИЯ)** - восторженное, возбужденное состояние. Болезненная оживленность.

**ЭКСПЛОЗИВНЫЙ** - характеризующийся скачкообразными резкими изменениями, прерывистый. Эксплозивное психическое расстройство - расстройство импульсивного поведения.

ния, которое характеризуется вспышками агрессивности. Может заканчиваться нанесением серьезного вреда людям или имуществу.

**ЭКСПРЕССИВНЫЙ** - выразительный, способный отразить эмоциональное состояние.

**ЭКСПРЕССИЯ** - выразительность, сила проявлений чувств и переживаний. Экспрессивные реакции являются внешним проявлением эмоций и чувств человека - в мимике, пантомимике, голосе и жестах.

**ЭМПАТИЯ** - постижение эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания.

**ЭНДОКРИНОЛОГИЯ** - раздел физиологии и медицины, изучающий строение и функции эндокринных желез и разрабатывающий методы лечения заболеваний, вызванных нарушением их деятельности. Эндокринные железы - железы внутренней секреции, вырабатывающие гормоны, необходимые для функционирования физиологических систем организма.

**ЭПИЛЕПСИЯ** - хроническая болезнь головного мозга, характеризующаяся периодическими наступающими приступами судорог с потерей сознания.

**ЯТРОГЕНИЯ** - заболевание, возникающее как реакция на неправильно истолкованные больным слова, на поведение врача, прочитанную литературу или другую информацию.

**А. В. Батаршев**

## **ПСИХОДИАГНОСТИКА ПОГРАНИЧНЫХ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ**

**Директор издательства М. Г. Бурняшев**

**Редактор А. Н. Печерская**

**Компьютерная верстка и техническое редактирование О. Ю. Протасова**

**Художник А. П. Куцин**

**Корректор М. В. Зыкова**

**Сдано в набор 10.06.2003. Подписано в печать 5.08.2003.**

**Формат 60х90/16. Бумага офсетная.**

**Печать офсетная. Печ. л. 20. Тираж 5000.**

**Заказ № 3373.**

**Лицензия ЛР № 065485 от 31.10.97 г.**

**ЗАО «ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ»**

**123336, Москва, ул. Таежная, 1.**

**Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленных диапозитивов  
на ФГУП ордена «Знак Почета» Смоленская областная  
типография им. В. И. Смирнова.  
214000, г. Смоленск, пр-т им. Ю. Гагарина, 2.**

# Диагностика пограничных психических расстройств личности

**Батаршев Анатолий Васильевич** — доктор педагогических наук, профессор, кандидат психологических наук, действительный член Международной академии педагогического образования, заслуженный педагог-психолог, почетный член Международной академии психологических наук, заведующий лабораторией социального, психолого-педагогического диагностирования, коррекции и развития личности Института профессионально-технического образования РАО.

Пограничные психические расстройства личности — одна из ключевых проблем на стыке психологии и медицины. В настоящее время тестирование, выявляющее отдельные пограничные психические расстройства, прочно входит в дошкольные учреждения, в общеобразовательную и профессиональную школу, на фирмы и предприятия, где имеется психологическая служба или компетентный профессиональный психолог.

В этой книге рассматривается состояние проблем пограничных психических расстройств личности и отграничения нормы от патологии, освещены такие важные вопросы, как акцентуация характера, общие сведения о неврозах и психопатиях, этические и правовые аспекты психологической диагностики и др. Особую ценность для психологов-практиков представляет вторая часть пособия, полностью посвященная диагностическим методикам определения пограничных психических расстройств и психических состояний личности, проверенным на практике.

Книга предназначена для клинических и практических психологов, преподавателей и студентов вузов-пользователей психодиагностических методик.

ISBN 5-89939-082-4



9 785899 390821

ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ

123060 Москва-60, а/я 67

т/факс: (095) 474-2541.

(095) 474-1101, (095) 474-3987

