

Тест Айзенка

Тест Айзенка

Шкалы:

- Интроверсия/экстраверсия
- Нейротизм

позднее Айзенк ввел еще одно измерение личности - психотизм, под которым понимал склонность субъекта к агрессии, жестокости, аутизму, экстравагантности, демонстративности.

Как проводить тест

Опросник содержит 57 вопросов, из которых 24 связаны со шкалой экстраверсии - интроверсии, еще 24 - со шкалой нейротизма, а остальные 9 входят в контрольную Л-шкалу (шкалу лжи), предназначенную для оценки степени искренности испытуемого при ответах на вопросы.

Порядок работы. Тестирование проводится индивидуально или в группе. Экспериментатор сообщает испытуемым инструкцию: «Вам будет предложено ответить на ряд вопросов. Отвечайте только "да" или "нет" знаком плюс в соответствующей графе, не раздумывая, так как важна ваша первая реакция».

Бланк ответов

Фамилия, имя, отчество _____

Возраст _____ Пол _____



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

Вопросы теста

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы «встряхнуться», испытать возбуждение?
2. Часто ли вы нуждаетесь в друзьях, которые вас понимают, могут ободрить или утешить?
3. Вы человек беспечный?
4. Не находите ли вы, что вам очень трудно отвечать «нет»?
5. Задумываетесь ли вы перед тем, как что-либо предпринять?
6. Если вы обещаете что-то сделать, всегда ли вы сдерживаете свои обещания (независимо от того, удобно это вам или нет)?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Обычно вы поступаете и говорите быстро, не раздумывая?
9. Часто ли вы чувствуете себя несчастным человеком без достаточных на то причин?
10. Сделали бы вы почти все что угодно на спор?

Вопросы теста

11. Возникают ли у вас чувство робости и ощущение стыда, когда вы хотите завести разговор с симпатичной(ным) незнакомкой(цем)?
12. Выходите ли вы иногда из себя, злитесь ли?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли вы беспокоитесь из-за того, что сделали или сказали что-нибудь такое, чего не следовало бы делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы обычно книги встречам с людьми?
16. Легко ли вас обидеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас иногда мысли, которые вы хотели бы скрыть от других?
19. Верно ли, что вы иногда полны энергии так, что все горит в руках, а иногда совсем вялы?
20. Предпочитаете ли вы иметь поменьше друзей, но зато особенно близких вам?

Вопросы теста

21. Часто ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, вы отвечаете тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли вы дать волю своим чувствам и вовсю повеселиться в компании?
26. Считаете ли вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли вас человеком живым и веселым?
28. Часто ли, сделав какое-нибудь важное дело, вы испытываете чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Вы больше молчите, когда находитесь в обществе других людей?
30. Вы иногда сплетничаете?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что разные мысли лезут в голову?

Вопросы теста

32. Если вы хотите узнать о чем-нибудь, то вы предпочитаете прочитать об этом в книге, нежели спросить?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, которая требует от вас постоянного внимания?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы платили бы за провоз багажа на транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Вам неприятно находиться в обществе, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Волнуетесь ли вы по поводу каких-то неприятных событий, которые могли бы произойти?
41. Вы ходите медленно и неторопливо?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или на работу?
43. Часто ли вам снятся кошмары?

44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что никогда не упустите случая побеседовать с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Вы чувствовали бы себя очень несчастным, если бы длительное время были лишены широкого общения с людьми?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых люди, которые вам явно не нравятся?
49. Можете ли вы сказать, что вы весьма уверенный в себе человек?
50. Легко ли вы обижаетесь, когда люди указывают на ваши ошибки в работе или на Ваши личные промахи?
51. Вы считаете, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Легко ли вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшучивать над другими?
57. Страдаете ли вы от бессонницы?

Экстраверсия - это направленность личности на окружающих людей и события,

Интроверсия - направленность личности на ее внутренний мир,

Нейротизм - понятие, синонимичное тревожности, - проявляется как эмоциональная неустойчивость, напряженность, эмоциональная возбудимость, депрессивность.

Эти свойства, составляющие структуру личности по Айзенку, генетически детерминированы. Их выраженность связана со скоростью выработки условных рефлексов и их прочностью, балансом процессов возбуждения - торможения в центральной нервной системе и уровнем активации коры головного мозга со стороны ретикулярной формации. Однако наиболее разработанным из двух названных свойств на физиологическом уровне в теории Айзенка является учение об **экстраверсии-интроверсии**.

В частности, различия между экстравертами и интровертами Айзенку и его последователям удалось установить более чем по 50 физиологическим показателям.

Экстраверт

- труднее вырабатывает условные рефлексы,
- обладает большей терпимостью к боли,
- меньшей терпимостью к сенсорной депривации, вследствие чего не переносит монотонности,
- чаще отвлекается во время работы и т. п.

Типичными поведенческими проявлениями экстраверта являются:

- общительность,
- импульсивность,
- недостаточный самоконтроль,
- хорошая приспособляемость к среде,
- открытость в чувствах.
- отзывчивость, жизнерадостность,
- уверенность в себе, стремление к лидерству,
- он имеет много друзей,
- несдержан,
- стремится к развлечениям, остроумен,
- любит рисковать,
- не всегда обязателен.

Интроверт

- он часто погружен в себя,
- испытывает трудности, устанавливая контакты с людьми и адаптируясь к реальности.
- спокоен,
- уравновешен,
- миролюбив,
- его действия продуманны и рациональны.
- Круг друзей у него невелик.
- Высоко ценит этические нормы,
- любит планировать будущее, задумывается над тем, что и как будет делать,
- не поддается моментальным побуждениям,
- пессимистичен,
- не любит волнений,
- придерживается заведенного жизненного порядка.
- строго контролирует свои чувства и редко ведет себя агрессивно,
- обязателен.

Нейротики

Отличаются:

- нестабильностью,
- неуравновешенностью нервно-психических процессов,
- эмоциональной неустойчивостью,
- лабильностью вегетативной нервной системы,
- легковозбудимы,
- подвержены изменчивости настроения,
- чувствительны,
- тревожны,
- мнительны,
- медлительны,
- нерешительны.

Эмоционально-стабильные лица

характеризуются:

- спокойствием,
- уравновешенностью,
- уверенностью,
- решительностью.

Круг Айзенка - связь с классическими типами темперамента

НЕЙРОТИЗМ

"КРУГ АЙЗЕНКА"



Ключ

Баллы суммируются следующим образом:

Экстраверсия - вопросы: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 - ответы «Да»;
вопросы: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51 - ответы "Нет".

Нейротизм - вопросы: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57 - ответы "Да".

Ложь - вопросы: 6, 24, 36 - ответы "Да";
вопросы: 12, 18, 30, 42, 48, 54 - ответы "Нет".

Обработка результатов

Экстраверсия: 12-среднее значение, >15 (больше или равно) -экстраверт , >19 (больше или равно) -яркий экстраверт, <9 (меньше или равно) - интроверт, <5 (меньше или равно) - глубокий интроверт.

Нейротизм: 9-13 - среднее значение нейротизма, >15 (больше или равно) - высокий уровень нейротизма, >19 (больше или равно)- очень высокий уровень нейротизма, <7 (меньше или равно) - низкий уровень нейротизма.

Ложь: $<:4$ (меньше или равно)- норма, > 4 - неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение.