|  |
| --- |
| **[Интерпретация результатов теста-опросника Шмишека](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fwww.vashpsixolog.ru%2Fpsychodiagnostic-school-psychologist%2F69-diagnosis-emotional-and-the-personal-sphere%2F177-interpretatsiya-of-the-test-questionnaire-shmisheka&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNHRpv9I6vIZIBs260nPZZ6L5lUlIg)** |

|  |
| --- |
| Диагностика эмоциональной и личностной сферы |
| **Ключ** 1. Г-1 Гипертимы х 3 (умножить значение шкалы на 3) +: 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.  –: нет. 2. Г-2 Возбудимые х 2 (застревание/застревающий тип) +: 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81.  –: 12, 46, 59.  3. Г-3 Эмотивные х 3 +: 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79.  –: 25. 4. Г-4 Педантичные х 2 +: 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83.  –: 36. 5. Г-5 Тревожные х 3 +: 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82.  –: 5. 6. Г-6 Циклотимные х 3 +: 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.  –: нет. 7. Г-7 Демонстративные х 2 +: 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88.  –: 51. 8. Г-8 Неуравновешенные х 3 (возбудимость/возбудимый тип) +: 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.  –: нет. 9. Г-9 Дистимические х 3 +: 9, 21, 43, 75, 87.  –: нет. 10. Г-10 Экзальтированные х 6 +: 10, 32, 54, 76.  –: нет.    **Описание акцентуаций по Леонгарду**  **1. Гипертимический тип.**Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Они часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус, нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и вместе с тем деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности у них может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. Такие люди склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству, испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество. **2. Застревающий тип.**Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Он часто страдает от мнимой несправедливости по отношении к нему. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен «легко отходить» от обид. Заносчив, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих целей. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность). **3. Эмотивный тип.**Родственен экзальтированному, но проявления его не столь бурны. Для людей этого типа характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженные черты — гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сорадование чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому–либо угрожает опасность; сцена насилия может вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплескиваются» наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными.  **4. Педантичный тип.**Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжелостью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. На службе ведет себя как бюрократ, предъявляя окружающим много формальных требований. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скурпулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы, брюзжанию, формализму. С охотой уступает лидерство другим людям. **5. Тревожно-боязливый тип.**Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. У них рано формируется чувство долга, ответственности, высокие моральные и этические требования. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где они могут в большей мере раскрыть свои способности. Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстоять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей беззащитности нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток. **6. Циклотимный тип.**Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Людям этого типа свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажду деятельности, повышенную говорливость, скачку идей; печальные — подавленность, замедленность реакций и мышления; так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил; то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, подростки становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница, или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадают при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. «Плохие» дни более насыщены дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку. **7. Демонстративный тип.**Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму, к позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Он может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит в данный момент, для него является правдой; по–видимому, внутренне он не осознает свою ложь или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести. Способен увлечь других неординарностью мышления и поступков. **8. Возбудимый тип.**Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых. **9. Дистимический тип.**Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления. **10. Аффективно-экзальтированный тип.**Яркая черта этого типа — способность восторгаться, восхищаться; характерны также улыбчивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема; они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние — от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики. Возможно применение опросника как индивидуально, так и в группе. Наиболее удачный вариант — применение опросника в группе, но каждый испытуемый должен иметь перед собой текст опросника и бланк для ответов. Опросник применяется как для психологической консультации, так и с целью профотбора и профориентации. |

|  |
| --- |
| [**Тест-опросник Шмишека**](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fwww.vashpsixolog.ru%2Fpsychodiagnostic-school-psychologist%2F69-diagnosis-emotional-and-the-personal-sphere%2F176-test-questionnaire-shmisheka&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNHdbcPTZo0uGwrRNH0vwHJi0jBBZg) |

|  |
| --- |
| Диагностика эмоциональной и личностной сферы |
| **Опросник Шмишека** предназначен для диагностики типа акцентуации личности.  Теоретической основой опросника является концепция [**"акцентуированных личностей" К.Леонгарда**](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fwww.vashpsixolog.ru%2Findex.php%2Fpsychodiagnostic-school-psychologist%2F69-study-emotional-and-the-personal-sphere%2F280-methods-six-rivers-a-modified-version-of-characterization-questionnaire-k-leonhard&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNFEp6hXjbM7kRWtme8QebDldSI-gA), который считает, что присущие личности черты могут быть разделены на основные и дополнительные. Основные черты составляют стержень, "ядро" личности.  В случае яркой выраженности основные черты становятся акцентуациями характера. Соответственно, личности, у которых основные черты ярко выражены, названы Леонгардом "акцентуированными". Термин "акцентуированные личности" занял место между психопатией и нормой. Акцентуированные личности не следует рассматривать как патологические, но в случае воздействия неблагоприятных факторов акцентуации могут приобретать патологический характер, разрушая структуру личности.  **Инструкция. "**Вам предлагается ответить на 88 вопросов, касающихся различных сторон Вашей личности. Рядом с номером вопроса поставьте знак "+" (да), если согласны, или "–" (нет), если не согласны. Отвечайте быстро, долго не задумывайтесь".  **Текст опросника (детский вариант)** 1. Ты обычно спокоен, весел? 2. Легко ли ты обижаешься, огорчаешься? 3. Легко ли ты можешь расплакаться? 4. Много ли раз ты проверяешь, нет ли ошибок в твоей работе? 5. Такой ли ты сильный, как твои одноклассники? 6. Легко ли ты переходишь от радости к грусти и наоборот? 7. Любишь ли ты быть главным в игре? 8. Бывают ли дни, когда ты без всяких причин на всех сердишься? 9. Серьезный ли ты человек? 10. Всегда ли ты стараешься добросовестно выполнять задания учителей? 11. Умеешь ли ты выдумывать новые игры? 12. Скоро ли ты забываешь, если кого-нибудь обидел? 13. Считаешь ли ты себя добрым, умеешь ли сочувствовать? 14. Бросив письмо в почтовый ящик, проверяешь ли ты рукой, не застряло ли оно в прорези? 15. Стараешься ли ты быть лучшим в школе, в спортивной секции, в кружке? 16. Когда ты был маленьким, ты боялся грозы, собак? 17. Считают ли тебя ребята чересчур старательным и аккуратным? 18. Зависит ли твое настроение от домашних и школьных дел? 19. Можно ли сказать, что большинство твоих знакомых любят тебя? 20. Бывает ли у тебя неспокойно на душе? 21. Тебе обычно немного грустно? 22. Переживая горе, случалось ли тебе рыдать? 23. Тебе трудно оставаться на одном месте? 24. Борешься ли ты за свои права, когда с тобой поступают несправедливо? 25. Приходилось ли тебе когда-нибудь стрелять из рогатки в кошек? 26. Раздражает ли тебя, когда занавес или скатерть висят неровно? 27. Когда ты был маленьким, ты боялся оставаться один дома? 28. Бывает ли так, что тебе весело или грустно без причины? 29. Ты — один из лучших учеников в классе? 30. Часто ли ты веселишься, дурачишься? 31. Легко ли ты можешь рассердиться? 32. Чувствуешь ли ты себя иногда очень счастливым? 33. Умеешь ли ты веселить ребят? 34. Можешь ли ты прямо сказать кому-то все, что ты о нем думаешь? 35. Боишься ли ты крови? 36.Охотно ли ты выполняешь школьные поручения?  37. Заступаешься ли ты за тех, с кем поступили несправедливо? 38. Тебе неприятно войти в темную пустую комнату? 39. Тебе больше по душе медленная и точная работа, чем быстрая и не такая точная? 40. Легко ли ты знакомишься с людьми? 41. Охотно ли ты выступаешь на утренниках, вечерах? 42. Ты когда-нибудь убегал из дома? 43. Ты когда-нибудь расстраивался из–за ссоры с ребятами, учителями настолько, что не мог пойти в школу?  44. Кажется ли тебе жизнь тяжелой? 45. Можешь ли ты при неудаче посмеяться над собой? 46. Стараешься ли ты помириться, если ссора произошла не по твоей вине? 47. Любишь ли ты животных? 48. Уходя из дома, приходилось ли тебе возвращаться, чтобы проверить, не случилось ли чего-нибудь? 49. Кажется ли тебе иногда, что с тобой или твоими родными должно что-то случиться? 50. Твое настроение зависит от погоды? 51. Трудно ли тебе отвечать в классе, даже если ты знаешь ответ на вопрос? 52. Можешь ли ты, если сердишься на кого-то, начать драться? 53. Нравится ли тебе быть среди ребят? 54. Если тебе что–то не удается, можешь ли ты прийти в отчаяние? 55. Можешь ли ты организовать игру, работу? 56. Упорно ли ты стремишься к цели, даже если на пути встречаются трудности? 57. Плакал ли ты когда-нибудь во время просмотра кинофильма, чтения грустной книги? 58. Бывает ли тебе трудно уснуть из–за каких-нибудь забот? 59. Подсказываешь ли ты или даешь списывать? 60. Боишься ли ты пройти один по темной улице вечером? 61. Следишь ли ты за тем, чтобы каждая вещь лежала на своем месте? 62. Приходилось ли тебе лечь спать в хорошем настроении, а проснуться в плохом? 63. Свободно ли ты чувствуешь себя с незнакомыми ребятами (в новом классе, лагере)? 64. Бывает ли у тебя головная боль? 65. Часто ли ты смеешься? 66. Если ты не уважаешь человека, можешь ли ты вести себя с ним так, чтобы он этого не замечал (не показывать своего неуважения)? 67. Можешь ли ты сделать много разных дел за один день? 68. Часто ли с тобой бывают несправедливы? 69. Любишь ли ты природу? 70. Уходя из дома, ложась спать, проверяешь ли ты, заперта ли дверь, выключен ли свет? 71. Боязлив ли ты, как ты считаешь? 72. Меняется ли твое настроение за праздничным столом? 73. Участвуешь ли ты в драматическом кружке, любишь ли ты читать стихи со сцены? 74. Бывает ли у тебя без особой причины угрюмое настроение, при котором тебе ни с кем не хочется говорить? 75. Бывает ли, что ты думаешь о будущем с грустью? 76. Бывают ли у тебя неожиданные переходы от радости к тоске? 77. Умеешь ли ты развлекать гостей? 78. Подолгу ли ты сердишься, обижаешься? 79. Сильно ли ты переживаешь, если горе случилось у твоих друзей? 80. Станешь ли ты из–за ошибки, помарки переписывать лист в тетради? 81. Считаешь ли ты себя недоверчивым? 82. Часто ли тебе снятся страшные сны? 83. Возникало ли у тебя желание прыгнуть в окно или броситься под машину? 84. Становится ли тебе веселее, если все вокруг веселятся? 85. Есть ли у тебя неприятности, можешь ли ты на время забыть о них, не думать о них постоянно? 86. Совершаешь ли ты поступки, неожиданные для самого себя? 87. Обычно ты немногословен, молчалив? 88. Мог бы ты, участвуя в драматическом представлении настолько войти в роль, что при этом забыть, что ты не такой, как на сцене? |