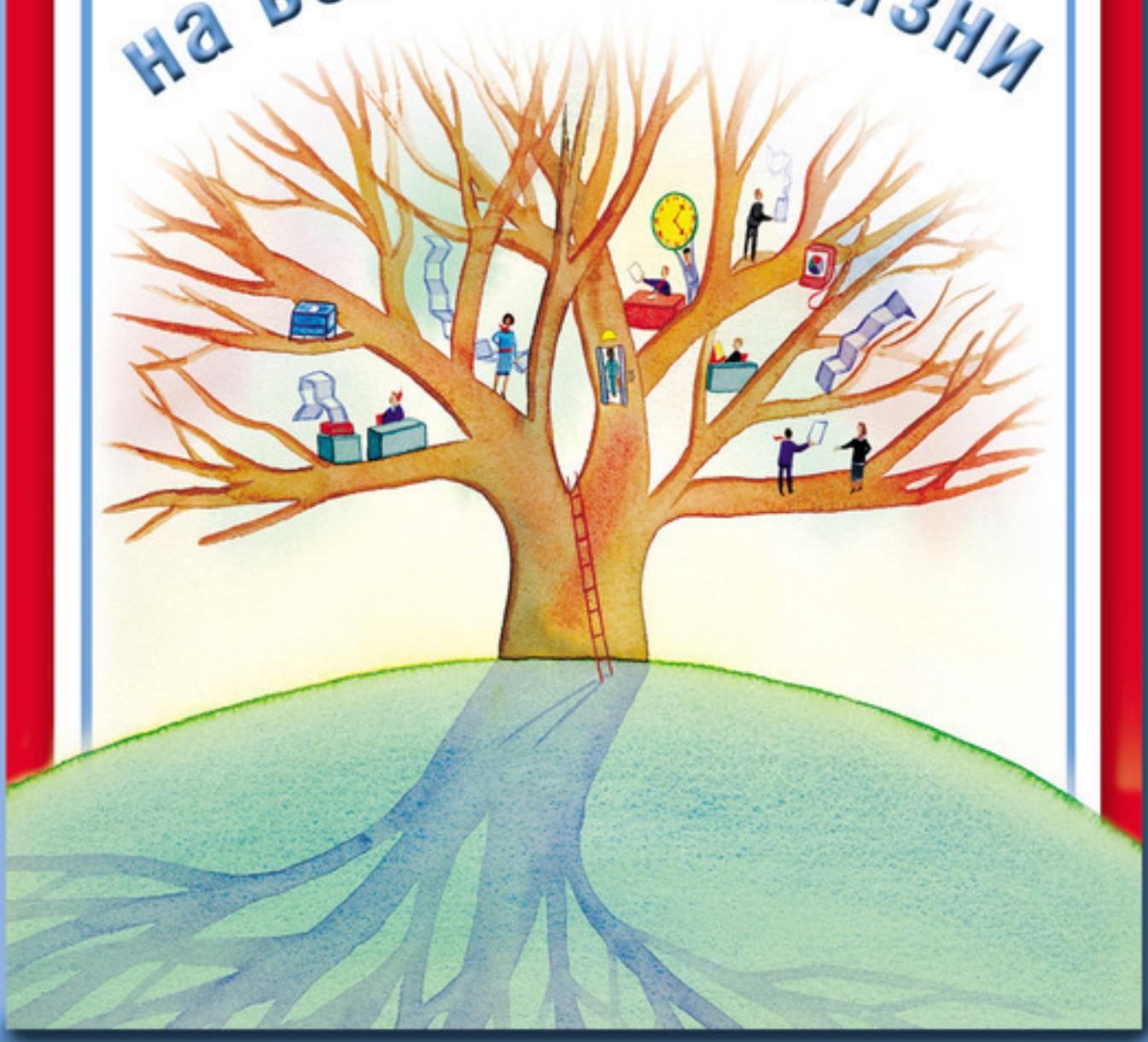
Психологические тесты

на все случаи жизни



Психологические тесты на все случаи жизни

«Издательство АСТ»
2010

Психологические тесты на все случаи жизни / «Издательство АСТ», 2010

ISBN 978-5-17-068305-5

Психология – удивительная и увлекательная наука. Она помогает нам увидеть себя как бы со стороны, узнать о важных чертах характера, оценить собственные достоинства и недостатки, а значит, и подумать, скорректировать свое поведение, отношения с окружающими. Какой у вас темперамент? Как определить, хорош ли будущий супруг? Кто способен зарабатывать миллионы? Какие вы родители? Удачен ли ваш брак? Подходит ли вам ваша работа? На эти и многие другие вопросы вы найдете ответы на страницах нашей книги. Ведь существуют тесты на все случаи жизни!

ISBN 978-5-17-068305-5

, 2010

© Издательство АСТ, 2010

Содержание

Тесты, тесты, тесты… 5
О темпераменте и характере 6
Формула темперамента 6
Определите тип своего характера 9
Черты характера 11
Конец ознакомительного фрагмента. 12

Наталья Ольшевская
Психологические тесты на все случаи жизни

Тесты, тесты, тесты…

Как часто мы не можем понять окружающих нас людей – родственников, друзей, сотрудников, просто знакомых… Да что говорить, мы и себя порой не очень-то понимаем!

Зачастую нас удивляет чье-то поведение в той или иной ситуации, но случается, что мы и сами совершаем поступки, которые от нас мало кто ожидает. И сами себе удивляемся: «Надо же, а я и не знал, что на такое способен!»

Как хочется лучше узнать людей, а еще больше хочется разобраться в себе, в своих личных особенностях и проблемах! Возможно, причина неудач или трудностей лежит на поверхности, а может, придется немало потрудиться, чтобы докопаться до истины.

Для того чтобы понять особенности поведения человека, уровень его развития, темперамент, характер, способности и многое другое, как раз и существуют психологические тесты. Они помогут вам разобраться в себе и понять других, дадут возможность по-новому посмотреть на различные жизненные ситуации, научат более грамотно оценивать происходящее и принимать взвешенные решения.

Благодаря психологическим тестам вы усмирите собственные эмоции, поймете, что чувствуют другие люди, научитесь находить нужные слова и вызывать доверие окружающих. А это залог того, что ваша жизнь выйдет на совершенно иной уровень.

Проникнув в суть человеческих взаимоотношений, вы почувствуете себя намного комфортнее. Согласитесь, гораздо приятнее видеть в каждом человеке личность, наделенную оригинальными и зачастую неповторимыми качествами, а не воспринимать его как инопланетянина, недоступного для понимания. А изучив себя, поняв свои сильные и слабые стороны, можно избежать массы ошибок и разрешить множество проблем!

Познание себя и окружающих людей – это не столько наука, сколько искусство. И овладеть этим искусством под силу каждому – стоит только захотеть.

В нашей книге собраны самые разные тесты. Они позволят вам получить необходимые знания из области практической психологии. Создайте свою галерею психологических портретов. Наверняка результаты каких-то тестов вызовут у вас удивление или недоумение. Не огорчайтесь, если они в корне изменят ваши представления, складывавшиеся на протяжении многих лет. Никогда не поздно что-то переосмыслить и переоценить. Нарисуйте жизнь по-другому и раскрасьте ее новыми, более яркими красками. И поймите, что помимо основных цветов существует еще множество всевозможных оттенков, которые мы порой не учитываем, и совершенно напрасно.

Мы такие, какими нас создала природа. Каждый из нас единственный и неповторимый, у каждого есть свои достоинства и недостатки. Проходя тестирование, постарайтесь отнестись к результатам спокойно. Не воспринимайте их как догму или как истину в последней инстанции. Считайте, что это намек, маленькая подсказка, позволяющая вам лучше понять особенности характера – как своего, так и других людей. А если вы хотите получить более полную информацию и квалифицированную помощь, обратитесь к профессиональному психологу.

О темпераменте и характере

Формула темперамента

Каждому человеку от рождения присущ один из четырех типов темперамента, который мало изменяется с течением жизни.

Темперамент определяет силу и скорость наших реакций на события жизни, степень эмоциональности личности и степень ее нервной возбудимости. Переделать свой темперамент нельзя, но можно научиться использовать не только его сильные, положительные, но и слабые, отрицательные, стороны.

Людей, темперамент которых можно на 100 % отнести к какому-то конкретному типу, нет.

Как правило, наш темперамент – это смешение характеристик двух, а то и трех темпераментов. В течение жизни баланс составляющих нашего темперамента может изменяться под влиянием событий, полученного опыта, разнообразных проб и ошибок.

При помощи этого теста вы сможете достаточно просто определить, какой из типов темперамента у вас доминирует.

Отметьте знаком «плюс» качества, характерные для вас.

Текст опросника

Вы – холерик, если:

1) неусидчивы, суетливы;
2) невыдержанны, вспыльчивы;
3) нетерпеливы;
4) резки и прямолинейны в отношениях с людьми;
5) решительны и инициативны;
6) упрямы;
7) находчивы в споре;
8) работаете рывками;
9) склонны к риску;
10) незлопамятны и необидчивы;
11) обладаете быстрой, страстной речью;
12) неуравновешенны и склонны к пороку;
13) агрессивны;
14) нетерпимы к чужим недостаткам;
15) имеете выразительную мимику;
16) быстро принимаете решения;
17) любите все новое;
18) двигаетесь резко, порывисто;
19) настойчиво достигаете своей цели;
20) склонны к резким сменам настроения.

Вы – сангвиник, если:

1) веселы и жизнерадостны;
2) энергичны и деловиты;

3) не доводите начатое дело до конца;
4) переоцениваете себя;
5) быстро схватываете все новое;
6) не имеете устойчивых интересов;
7) легко переживаете неудачи и неприятности;
8) легко приспосабливаетесь к новому окружению, не чувствуете скованности, общаясь с малознакомыми людьми;
9) с увлечением беретесь за любое новое дело;
10) быстро остываете, если дело перестает вас интересовать;
11) моментально включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь на другую;
12) вас раздражает однообразная, будничная, кропотливая работа;
13) общительны и отзывчивы;
14) выносливы и работоспособны;
15) обладаете громкой, быстрой речью, сопровождаемой живыми жестами;
16) сохраняете самообладание в неожиданной обстановке;
17) обладаете всегда бодрым настроением;
18) быстро засыпаете и пробуждаетесь;
19) несобранны, поспешны в решениях;
20) склонны отвлекаться.

Вы – флегматик, если:
1) спокойны и хладнокровны;
2) последовательны и обстоятельны в делах;
3) осторожны и рассудительны;
4) умеете ждать;
5) молчаливы, не любите пустословить;
6) говорите спокойно, с остановками, без резко выраженных эмоций и мимики;
7) сдержанны и терпеливы;
8) доводите начатое дело до конца;
9) не тратите силы попусту;
10) придерживаетесь четкого распорядка в жизни, системы в работе;
11) легко сдерживаете свои порывы;
12) недоверчивы к предсказаниям;
13) незлопамятны, снисходительны к колкостям в свой адрес;
14) имеете постоянные отношения и интересы;
15) медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое;
16) ровны в отношениях со всеми;
17) пунктуальны, любите аккуратность и порядок во всем;
18) с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке;
19) инертны, вялы;
20) обладаете выдержкой.

Вы – меланхолик, если:
1) застенчивы и скромны;
2) чувствуете себя неловко в новой обстановке;
3) с трудом идете на контакт с новыми людьми;
4) не уверены в своих силах;
5) спокойно переносите одиночество;
6) чувствуете подавленность и растерянность при неудаче;

7) склонны «уходить в себя»;
8) быстро устаете;
9) говорите спокойно, тихо, иногда почти шепотом;
10) приспосабливаетесь к характеру собеседника;
11) впечатлительны до слез;
12) чувствительны к похвале, недовольству и порицанию;
13) много требуете и от себя, и от окружающих;
14) подозрительны и мнительны;
15) чувствительны и легкоранимы;
16) очень обидчивы;
17) скрытны и необщительны, никому не открываете своих мыслей;
18) малоактивны;
19) покоряетесь своему кумиру;
20) постоянно стремитесь вызвать сочувствие и обращаетесь за помощью к окружающим.

Результаты тестирования

Подсчет баллов:

Сосчитайте количество «плюсов» по каждому типу в отдельности и пересчитайте их в проценты. Например, вы насчитали 10 «плюсов» из 20 вопросов в категории «сангвиник» (С), тогда пересчет в проценты будет выглядеть следующим образом:

20 – 100 %

10 – х;

С = 10 * 100 % / 20 = 50 %. Значит, вы сангвиник на 50 %.

Затем пересчитайте в проценты все остальные категории: «флегматик» (Ф), «холерик» (Х) и «меланхолик» (М).

Допустим, в категории «флегматик» вы получили 20 %, «холерик» – 15 %, «сангвиник» – 50 %, «меланхолик» – 30 %. Можно сделать вывод, что вы – сангвиник, так как эти качества у вас доминируют.

Выраженность качеств темперамента: от 40 % и выше – данный вид темперамента у вас доминирует;

от 30 и более – качества данного темперамента выражены ярко;

от 20 до 29 % – средне;

от 10 до 19 % – в малой степени;

от 0 до 9 % – не присущи.

Определите тип своего характера

Известный психолог К. Г. Юнг в работе «Психологические типы» писал об экстравертах («обращенных наружу») и интровертах («обращенных внутрь»). По мнению автора, есть два варианта приспособления к окружающему миру.

Один из них – *экстраверт:* он стремится постоянно общаться, расширять контакты и деловые связи, брать все, что дает жизнь.

Другой – *интроверт:* он, наоборот, ограничивает свои контакты, замыкается в себе, как бы прячась в скорлупу.

Узнайте, к какому типу относитесь вы, ответив «да» или «нет» на вопросы предлагаемой анкеты.

Текст опросника

Вы – экстраверт

1. За один день вы можете посмотреть два фильма, спектакль, читать в транспорте, назначить несколько встреч, успев только на одну-две из них?
2. Отключенный телефон приводит вас в уныние и заставляет почувствовать себя беспредельно одиноким?
3. Круг ваших близких знакомых расширяется с каждым днем?
4. Вы легко запоминаете лица, случаи, биографии, труднее – формулы и чужие мысли?
5. Вы любите веселую компанию, не терпите одиночества? Вы оптимист, стараетесь избегать мрачных, замкнутых людей?
6. У вас уживчивый, покладистый характер?
7. Вы любите выступать с речами, произносить тосты?
8. Собираясь за одним столом, вы обычно усаживаетесь на такое место, с которого можно было бы легко за всеми наблюдать?
9. Вы всегда в курсе, где и что происходит?
10. Вы быстро находите контакт с незнакомыми людьми, хорошо ориентируетесь в новой компании или обстановке?
11. Вы быстро принимаете решения, порой предполагая, что они не совсем удачны?
12. В сложной ситуации вы способны все как следует обдумать?
13. У вас много планов, проблем и идей, но вы понимаете, что в состоянии осуществить только часть из них?
14. Вам не очень нравятся люди, которые постоянно беспокоятся о вашем здоровье?
15. Для вас имеет большое значение, какое впечатление вы производите на окружающих?

Вы – интроверт

1. Совсем незначительное событие может повлиять на важное для вас решение?
2. Вы можете очень долго находиться под впечатлением от хорошего спектакля, фильма?
3. У вас не много друзей, вы с трудом сходитесь с незнакомыми людьми.
4. Вы лучше запоминаете какую-то ситуацию в целом, чем подробности?
5. Вам не нравится шум магнитофонов, громкий смех и пустые разговоры?
6. Вы предпочитаете иметь не много вещей, но удобных?
7. Вы любите фотографироваться?
8. Вам нравятся сувениры, золотые или какие-то другие украшения?
9. Вы любите готовить?

10. Вам уютнее в большой компании, где можно остаться незамеченным (уединиться), чем в маленькой компании, где все на виду?

11. Вы трудно приспосабливаетесь к новой обстановке, ситуации, коллективу?

12. Вы упорно отстаиваете свои принципы?

13. Вы очень мнительны в отношении своего здоровья? Вы все время думаете, что оно у вас не на высшем уровне, и это вас угнетает?

14. Вы долго взвешиваете все за и против, прежде чем принять какое-то решение?

15. Иногда вам говорят, что вы видите мир не таким, какой он есть. Но вы не верите, что это так?

Результаты тестирования

Вы относитесь к той группе, в которой у вас больше ответов «да».

Если оказалось, что количество признаков экстраверта и интроверта одинаково (допустим, и в том и в другом случае вы набрали по 6 или 7 очков), то вы *амбаверт* – двойственная натура, для которой характерны и те, и другие признаки. Именно к этой группе относится большинство людей.

Черты характера

Попробуйте лучше разобраться в своем характере и для этого ответьте на двенадцать вопросов (по три в каждой группе). Отвечать нужно либо «да», либо «нет».

Текст опросника

1-я группа:
1. Можете ли вы говорить неправду?
2. Миритесь ли вы со своими недостатками?
3. Легко ли меняете свое мнение?

2-я группа:
1. Любите ли вы говорить о себе?
2. Свободно ли чувствуете себя в незнакомой компании?
3. Доверяете ли людям?

3-я группа:
1. Нравится ли вам, когда вас хвалят?
2. Довольны ли вы собой?
3. Часто ли вы говорите о недостатках других людей?

4-я группа:
1. Доводите ли вы начатое дело до конца?
2. Настойчивы ли вы в достижении цели?
3. Проявляете ли вы инициативу в работе?

Результаты тестирования

Проанализируйте отдельно каждую группу ответов: если оказалось больше утвердительных, ставьте цифру *1*, преобладают отрицательные – *0*

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.