**Индивидуально-типологический опросник Л.Собчик**

***Инструкция:*** Прочитай каждое утверждение, если Вы согласны с ним - отвечайте “Да”, если не согласны - “Нет”. Будьте внимательны, если звучит отрицание, например “Я не люблю ходить в гости...” и т.д., то ответ “согласен, не люблю” обозначается как “Да”. Или “Мне не бывает стыдно, когда я...” ответ “Нет”, означает, что тебе “бывает стыдно, когда...”.

1. Я постараюсь отнестись к обследованию ответственно и быть максимально искренним.

2. У меня очень сложный и трудный для окружающих характер.

3. Я лучше справляюсь с работой в тиши и одиночестве, чем в присутствии многих людей или в шумном месте.

4. Решая серьёзные проблемы, я, как правило, обхожусь без посторонней помощи.

5. Я очень редко заговариваю первым с незнакомыми людьми.

6. Для меня важно, что подумают другие о моих высказываниях и поступках.

7. Если будет нужно, я разрушу все преграды на пути к достижению цели.

8. Я часто тревожусь по пустякам.

9. В моих неудачах виноваты определённые люди.

10. Для меня важно иметь общее мнение с теми людьми, с которыми я обычно общаюсь.

11. Меня мало касается всё, что случается с другими.

12. Мне интересны яркие, артистические личности.

13. Мне нет дела до чужих страданий: хватает своих.

14. В шумной компании я чаще всего – в роли только наблюдателя.

15. Для меня невыносимо наблюдать страдания других людей.

16. Я – человек абсолютно правдивый и искренний.

17. Все мои беды связаны с собственным неумением ладить с людьми.

18. Меня часто тянет к шумным компаниям.

19. Принимая важное решение, я всегда действую самостоятельно.

20. Мне всегда приятно заводить новых знакомых.

21. Берясь за какое-либо дело, я не стану долго раздумывать прежде чем начать действовать.

22. Меня раздражают люди, пытающиеся изменить моё мнение, когда я уверен в своей правоте.

23. Я часто волнуюсь за близких мне людей даже без серьёзного повода.

24. Я не могу терпеть, когда кто-нибудь меняет заведённый мною порядок.

25. Я умею привлекать к себе внимание окружающих меня людей.

26. В жизни я твёрдо придерживаюсь определённых принципов.

27. Люблю посещать компании, где можно танцевать или петь.

28. Я чрезвычайно чувствителен к изменениям настроения окружающих меня людей.

29. Я могу не смущаясь дурачиться в весёлой компании.

30. Я спокойно отношусь к тому, что кто-то рядом переживает по поводу моих неприятностей.

31. Я никогда не поступаю как эгоист.

32. Часто бывает так, что из-за меня у окружающих портится настроение.

33. Интересные идеи приходят мне в голову чаще, когда я один, а не в присутствии многих людей.

34. Я могу взять на себя ответственность за целую группу людей для пользы дела.

35. Мне трудно преодолеть застенчивость, когда нужно говорить перед группой людей.

36. Мнение старших по возрасту или положению большого значения для меня не имеет.

37. Мне не трудно заставить других людей действовать так, как я считаю нужным.

38. Я так сильно переживаю неудачи, что у меня ухудшается самочувствие.

39. Я всегда бываю упрям в тех случаях, когда уверен в своей правоте.

40. Если в компании я не нахожусь в центре внимания, мне становится скучно и не интересно.

41. Никто не может навязывать мне своё мнение.

42. Мне нравится путешествовать с разными, каждый раз новыми попутчиками.

43. Я могу изменить своё мнение под давлением окружающих.

44. В поезде я с удовольствием провожу время в беседе с попутчиками.

45. Я никогда не вру.

46. Я никогда не откладываю на завтра то, что следовало сделать сегодня.

47. Я вечно ничем не доволен.

48. Я люблю одиночество, позволяющее мне сосредоточиться на своих мыслях.

49. Я умею заинтересовать людей и повести их за собой.

50. Мне нравится командовать другими.

51. Я умею дать отпор тем, кто вмешивается в мои дела.

52. Мне бывает неловко за высказывания и поступки моих близких.

53. Мне нередко приходилось в драке защищать свои права.

54. Я испытываю чувство вины (или даже стыда), если меня преследуют неудачи.

55. Моё настроение находится в сильной зависимости от настроя тех, кто меня окружает.

56. Я добиваюсь своего упорством и настойчивостью.

57. Мне часто бывает скучно, когда вокруг меня веселятся.

58. Моё грустное настроение легко исправляется, если я смотрю в кино или по телевизору комедийное представление.

59. Ради сохранения добрых отношений я могу отказаться от своих намерений.

60. Я всегда придерживаюсь общепринятых правил поведения.

61. Меня любят все мои друзья.

62. У меня трагичная судьба.

63. У меня много близких друзей.

64. Я самый несчастный человек на свете.

65. Мне проще надеяться на других, чем брать на себя ответственность, даже если речь идёт о моих проблемах.

66. Я стараюсь быть таким, «как все», не выделяться среди других.

67. Я – человек спокойный, уравновешенный.

68. Я могу долго не реагировать на чьи-то шутки, но потом «взорваться» гневной реакцией.

69. Я очень чувствителен к изменениям погоды.

70. Я не люблю присутствовать на шумных застольях.

71. Я могу проявить безалаберность в делах, а потом понемногу приводить их в порядок.

72. Я люблю ходить в гости.

73. Мне всё равно, что обо мне думают окружающие.

74. Я волнуюсь только по поводу очень больших неприятностей.

75. Я никогда не испытываю желание выругаться.

76. Я никого никогда не обманывал.

77. Мне никто не нужен и я не нужен никому.

78. Я – человек застенчивый.

79. Мне ужасно не везёт в жизни.

80. Я часто стараюсь следовать советам более авторитетной личности.

81. Я бы очень переживал, если бы кого-то задел или обидел.

82. Меня ничем не испугать.

83. Я часто пользуюсь чужими советами при решении своих проблем.

84. В своих неудачах я, в первую очередь, виню самого себя.

85. Я совершенно не обращаю внимания на свой стиль одежды.

86. Я не стараюсь планировать своё ближайшее будущее и работу.

87. Когда меня зовут в гости, я чаще всего думаю: «Лучше бы мне остаться дома».

88. Я ничего не знаю о личных проблемах окружающих меня людей.

89. Малейшая неудача резко снижает моё настроение.

90. Я никогда не сержусь.

91. Я отвечал на все вопросы очень правдиво.

**Интерпретация и обработка результатов:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Шкала** | **Верно** | **Неверно** |
| Ложь | 16, 31, 45, 46, 60, 61, 75, 76, 90 |  |
| Аггравация | 2, 17, 32, 47, 62, 64, 77, 79 | 91 |
| Экстраверсия | 12, 27, 29, 42, 44, 72 | 14, 57, 87 |
| Спонтанность | 4, 19, 21, 34, 49, 50 | 6, 65, 80 |
| Агрессивность | 7, 22, 36, 37, 51, 53, 68 | 66, 81 |
| Ригидность | 9, 24, 26, 39, 41, 56 | 71, 83, 86 |
| Интроверсия | 3, 5, 33, 35, 48, 78 | 18, 20, 63 |
| Сензитивность | 15, 28, 43, 59, 89 | 11, 13, 30, 74 |
| Тревожность | 8, 23, 38, 52, 54, 69, 84 | 67, 82 |
| Лабильность | 10, 25, 40, 55, 58 | 70, 73, 85, 88 |

За каждый ответ, совпадающий со значимым, начисляется один балл. Интерпретация находится в прямой зависимости от количества значимых ответов по восьми шкалам.

1. Показатели в пределах нормы (3-4 балла) - гармоничная личность.
2. Выраженные умеренно (5-7 баллов) - акцентуированные черты.
3. Выраженные избыточно (8-9 баллов) - дезадаптирующие свойства.
4. Тенденции, компенсированные полярными свойствами (то есть, антитенденциями), являются свидетельством значительной эмоциональной напряженности и признаком наличия внутреннего конфликта, если показатели выше 5 баллов. Для нормы (в пределах 4-х баллов) это свидетельство сбалансированности разнонаправленных свойств.
5. Показатели 0 и 1 баллов указывают на гипоэмотивность, плохое самопонимание или неоткровенность при обследовании.

*Социально-психологические аспекты (лидерство, компромиссность и т.д.) проявляются как акцентуированный или дезадаптирующий стиль межличностного поведения при выраженных показателях (более 4-х) по соседствующим типологическим свойствам.*

При этом: Ложь (неискренность) более 5 баллов - данные недостоверны. Аггравация (подчеркивание проблем) более 5 баллов - данные недостоверны.

Данная типология индивидуально-личностных свойств базируется на **целостном понимании личности с позиций теории ведущих тенденций,** которые пронизывают все уровни личности: и самые низкие, биологические, и его характерологическую структуру, и более высокий уровень - со­циальной активности человека.

Показатель **"тревожности"** при умеренных показателях (3-4 балла) выявляет лишь осторожность в принятии решений, ответственность по отношению к окружающим, социальную созвучность среде, при высоких показателях эта шкала выявляет избыточную тревожность, мнительность, боязливость, склонность к навязчивым страхам и паническим реакциям. Шкала **"стеничности (агрессивности)"** в норме соответствует достаточно уверенной тенденции самоутверждения, активной самореализации, отстаивания своих интересов и лишь при высоких баллах указывает на эгоцентризм и склонность к агрессивной манере самоутверждения вопреки интересам окружающих, вплоть до явных агрессивных высказываний или действий.

**Спонтанность** (раскованное самоутверждение, наступательность, стремление к лидированию), сочетающая в себе экстравертированность и агрессивность, формирует "сильный" (гипертимный) тип поведения с наиболее четко выраженными типологическими свойствами, в то время как **сензитивность** (чувствительность, ориентация на авторитет более сильной личности, конформность, черты зависимости), представляющая собой сплав интровертированности и тревожности, формирует атрибутику типологически "слабой" (гипотимной) конституциональной структуры. Нижняя часть полукруга отражает те типологические свойства, которые проявляются как более выраженная ориентация не на средовое воздействие, а на собственные субъективно обусловленные установки, т.е. **гомономность.** Напротив, верхняя его часть представляет типологические тенденции, указывающие на подвластность индивида воздействию среды **(гетерономность).**

Противопоставляемые друг другу типологические свойства ригидности и лабильности (подвижности) формируют в свою очередь два полярных типа, представляющих собой смешанные варианты по отношению к чисто гипертимному и чисто гипотимному. Один из них - **ригидный** - характеризуется сочетанием субъективизма интроверта с инертностью (тугоподвижностью) установок и настойчивостью личности, склонной к педантизму и на­стороженной подозрительности. Другой - **лабильный (эмотивный)** - отличается выраженной изменчивостью настроения, мотивационной неустойчи­востью, повышенной эмотивностью, чертами демонстративное (личность, ищущая признания).

*Промежуточные характеристики* представляют собой сплав соседствующих на схеме свойств, синтез двух ведущих тенденций, формирующих свойства, проявляющиеся в социальной активности индивида:

**"Конформность"** проявляется на стыке таких ведущих тенденций как "тревожность" и "сензитивность": конформность как стиль поведения базируется на типологических свойствах неуверенности в себе и избыточной ориентированности на общепринятые нормы поведения. Повышенная тревожность в сочетании с эмоциональной неустойчивостью в эксперименте показали высокую корреляцию с таким социально-психологическим свойством как **"компромиссность",** т.е. одновременное стремление к самоутверждению и к избеганию конфликта с референтной группой. **"Зависимость"** как стиль взаимодействия с микросоциумом оказалась тесно связанной с такими типологическими свойствами как "интроверсия" (склонность к уходу в мир идеалов, застенчивость, замкнутость) и "сензитивность" (чувстви­тельность и ранимость в отношении средовых воздействий с выраженной потребностью в глубокой и постоянной привязанности и в защите со стороны более сильной личности), так эти тенденции создают почву для поведения, направленного на избегание конфликта и поиска щадящей социальной ниши. **"Лидерство"** как свойство, проявляющееся в норме самостоятель­ностью в принятии решений, предприимчивостью и стремлением быть "ведущим", а не "ведомым", формируется сочетанием умеренно выраженной "спонтанности" и "агрессивности" (как продолжение высокой активности). Однако при высоких (8-9) баллах отражает самоуверенность и неумение соблюдать субординацию по отношению к страшим по должности или по возрасту лицам, или даже самовлюбленность и манию величия. "На стыке" таких свойств как "эмоциональная лабильность" и "экстраверсия" проявля­ется **"коммуникативность".** Этому способствуют демонстративность и поиски признания неустойчивой личности в сочетании с высокой социальной активностью экстраверта.

В то же время следует подчеркнуть, что **"социальная пассивность",** базирующаяся на "интровертированности" здесь рассматривается как свойство неоднозначное: имеется в виду менее выраженная реактивность внешних проявлений чувств при одновременно более богатой интрапсихической активности, что проявляется как высокая рефлексивность (чувствительность к внешним воздействиям), напряженная внутриличностная работа по самосовершенствованию, склонность к мечтам и фантазированию. Напротив, **"социальная активность"** рассматривается как склонность к широким контактам с людьми, разговорчивость и двигательная раскрепощенность, но при этом ослаблена склонность к самосовершенствованию и тенденция к самонаблюдению.

"Индивидуализм" формируется сочетанием "интровертированности" с "ригидностью" и проявляется устойчивостью собственного, временами достаточно самобытного и субъективного мнения. Сочетание "ригидности" с "агрессивностью" проявляется конфликтным и неконформным стилем поведения. Если **"конформность"** в норме проявляется как хранительница традиций и устоев общества, то **неконформность** - тенденция к отвержению общепринятых канонов и устаревших догм, спутница радика­лизма и прогресса, которая при низком уровне развития или при патологии ведет к антисоциальным формам поведения.

Из этой достаточно богатой гаммы индивидуально-личностных свойств, базирующихся на восьмеричной типологической градации можно выделить наиболее характерные признаки, связанные с половой принадлежностью. Так, **среди женщин чаще встречаются сензитивный, тревожный и эмотивный** типы реагирования, уходящие корнями в тормозимые и лабильные свойства нервной системы. **Среди мужчин чаще можно наблюдать спонтанный, агрессивный и ригидный** типы реагирования, базирующиеся на импульсивных, возбудимых и тугоподвижных свойствах нервной системы.

Кроме того, некоторые сочетания несоседствующих на схеме тенденций дают новые типологические паттерны. Так, комбинация "спонтанности" с "интроверсией" характерна для **экспансивных шизоидов,** а склонность к перепадам настроения (колебания между "интровертированностью" и "экстравертированностью") свойственна **циклотимным** личностям.

Изучение **индивидуального стиля когнитивной деятельности в** сравнительном анализе с данными типологического опросника позволило обнаружить следующие закономерности: **социально активные коммуникабельные экстраверты** отличаются преобладанием **правополушарных** характеристик: освоение новой информации им дается легче через разговорное общение.

Среди них **эмоционально лабильные и тревожные** личности с компромиссным стилем социального поведения отличаются **художественным, наглядно-образным** типом восприятия, склонностью к опоре на цельно-чувственные образы, что способствует формированию в профессиональном плане тяги к таким видам деятельности, где человек оказыва­ется эмоционально вовлеченным в контакты с окружением, может перево­площаться в разные социальные роли и быть в центре внимания окружающих, а также проявлять свои художественные наклонности. Спонтанные, склонные к лидированию, неконформные личности при той же целостности восприятия при постижении новой информации больше ориентированы на собственную **интуицию.** Их знание или понимание проблемы может опере­жать опыт. В процессе принятия решений они руководствуются догадкой, предвосхищением, и способны на основании минимальной информации выстроить целое, пренебрегая детальной проработкой изучаемого мате­риала. Их профессиональная деятельность лежит преимущественно в сфере предпринимательства, организации, администрирования.

Близкие к этой группе **спонтанно-стеничные** личности больше стре­мятся к **двигательной,** а не мыслительной активности. Среди них боль­шинство выбирает спортивную деятельности, путешествия, военную службу, профессии, связанные с повышенными физическими нагрузками.

Полярный им **тревожный тип** чаще встречается среди воспитателей, учителей и представителей других профессий, требующих самоотречения и нуждающихся в щадящей социальной нише (священнослужители, миссионеры, общественные деятели, борцы за воплощение в жизнь гуманных идей).

**Социально пассивные интроверты в** большинстве своем относятся к **левополушарному** когнитивному стилю. При этом лица, типологически от­носимые к сензитивным и тревожным (конформным и зависимым) личностям, больше ориентированы на **вербальный стиль** освоения материала (через словесную информацию). Отсюда выбор таких профессий как преподавание, наука, канцелярская, библиотечная работа, филология и про­чие гуманитарные виды деятельности.

**Социально пассивные индивидуалисты и ригидные** личности усваивают и передают информацию, пользуясь языком **символов, формул и Цифр.** Поэтому их профессиональный выбор чаще всего сводится к точным наукам, механике, физике, финансовому учету, бухгалтерии, военной службе, ремеслам, шитью, конструированию и другим видам деятельности, где нужна точность, соразмерность движений, хороший глазомер. Их стиль мышления - **системный, синтетический,** прагматичный, складывающий Целое из "кирпичиков" отдельных составляющих деталей.

Сбалансированность и умеренная степень выраженности разных типологических свойств отражает стабильность и уравновешенность гармоничной личности. При дезадаптации эти тенденции усиливаются и заостряются в зависимости от предиспозиции.

Признак **инфантилизма** у взрослых людей - высокие баллы по шкале "экстраверсия" в сочетании с выраженной "спонтанностью" или "лабильностью".

**Акцентуации характера** проявляются высокими баллами по шкале "интроверсии" и "ригидности" (аутизм и паранойяльность), по шкале "интроверсии" и "спонтанности" (экспансивный шизоид), по шкале "спонтанности" и "агрессивности" - антисоциальное поведение, "агрессивности и "ригидности" - эксплозивный тип акцентуации.

Максимальные баллы (8 - 9) выявляют дезадаптаивные **(психопатические)** черты соответствующего паттерна. Для **истерической психопатии** характерны высокие показатели одновременно по двум полярным шкалам "лабильности" и "ригидности"; для **неврастенического** варианта личности - сочетание высокой "сензитивности" со столь же высокой "спонтанностью".

**Психосоматическая предиспозиция** характеризуется повышенными показателями ортогональных (полярных по значению) типологических свойств. Формируя психологическую компенсированность одного полярного признака другим, такой паттерн обрисовывает конфликтную разнонаправленность тенденций, которая создает почву для перевода социально-психологических проблем в соматические расстройства.

Рисунок 5 представляет собой данные обследования тестом ИТО Иванова И.И., возраст 44 года, врач-окулист по специальности. Его индивидуально-типологические свойства определяются интровертностью, тревожно-мнительной акцентуацией, вербальным типом восприятия, конформно-зависимой позицией в социальных контактах, тягой к кабинетному стилю профессиональной деятельности. Заостренные до уровня акцентуации черты характера отчасти компенсируются в ответственных ситуациях противопо­ложными тенденциями, что позволяет сохранить социально-психологиче­скую адаптацию на необходимом уровне; вместе с тем, это свидетельствует о наличии определенной эмоциональной напряженности в связи с разнонаправленными индивидуально-личностными тенденциями. Для само­реализации личности требуется благоприятная социальная ниша. В процессе психотерапии основной мишенью является повышенная тревожность и заниженная самооценка.

Сравнительный анализ лиц практической нормы и больных с погранич­ными состояниями обнаружил **связь типа дезадаптации с индивидуально-личностными особенностями, выявленными как базисные свойст­ва.** Наряду с этим была обнаружена зависимость между определенной избирательностью к психогенным факторам и эмоционально динамическим паттерном (см. **Главу VI).**

Моделью усиления индивидуально-личностных тенденций может слу­жить исследование **психогенно обусловленных реакций и пограничных нервно-психических расстройств.** Изучение репрезентативной группы больных с пограничными психическими расстройствами (неврозы, невроти­ческие реакции, невротические и патохарактерологические развития личности, психопатии) показало следующее.

У больных неврозами с наличием в клинической картине заболевания **ипохондрической симптоматики** было выявлено преобладание тормозимых черт: тревожности, сензитивности, интровертированности (р = 0,84).

У больных, отличавшихся выраженной **эмоциональной неустойчиво­стью,** с истероидными проявлениями и склонностью к фиксированным страхам отмечалось значительное преобладание показателя "лабильности" на фоне повышенной "тревожности".

Преобладание в структуре клинической картины **астено-депрессивных** невротических расстройств оказалось достоверно связано с гипостеническим типом реагирования, признаками преобладания показателей "интровертированности", "сензитивности" по данным НТО. При навязчивых страхах у больных была выявлена достоверная связь (р = 0,88) с равновысокими показателями тревожности и эмоциональной "лабильности" при сме­шанном типе реагирования.

У больных с преобладанием в клинической картине **истерических про­явлений** выявлена достоверная связь (р = 0,73) эмоциональной "лабильности" и "ригидности". При патохарактерологическом развитии личности наряду с "сензитивностью" и "тревожностью" были выявлены признаки гомономного (стенического) типа реагирования ("ригидность", "спонтанность", "агрессивность").

**При алкоголизме** следует обращать внимание на признаки эмоцио­нальной незрелости (высокие баллы по "экстраверсии" и "спонтанности") плюс заострение черт гипертимного круга (высокие баллы по агрессивно­сти, ригидности), иногда отмечается нарастание интроверсии, изредка - лабильности.

Изменения личности **при шизофрении** весьма разнообразны и зависят от формы, течения и длительности заболевания. Естественно, неврозоподобные проявления отражаются преобладанием показателей тревожных, сензитивных и интровертных индивидуально-типологических свойств. При психопатоподобной форме отмечается соответственное усиление гипертимных типологических характеристик. Однако, в силу плохого самопонимания и снижения критичности (особенно при изменениях в интеллектуаль­ной сфере), самооценка больных неадекватна, что следует иметь в виду при рассмотрении результатов исследования.

При изучении посттравматических стрессовых состояний следует исходить из той предпосылки, что реакция каждого конкретного человека произрастает из его индивидуально-типологических особенностей и не носит сколько-нибудь специфического характера. Зная типологическую принадлежность конкретного человека, следует своевременно предпринять профилактические меры и индивидуализировать пути коррекции нарастающей эмоциональной напряженности.