**Опросник EPQ**

Опросник EPQ включает 101 вопрос и содержит следующие четыре шкалы: 1) экстраверсия - интроверсия; 2) нейротизм - стабильность; 3) психотизм и 4) специфическую шкалу, предназначенную для оценки искренности испытуемого. Время ответов не ограничивается, хотя затягивать процедуру обследования не рекомендуется.

*Инструкция.* Предлагаемые вопросы касаются вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дать первый «естественный» ответ, который придет Вам в голову. Если Вы согласны с утверждением, рядом с его номером поставьте «+» (да), если нет – знак «-» (нет). Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов

**Текст опросника EPQ**

1. У Вас много различных хобби?

2. Вы обдумываете предварительно то, что собираетесь сделать?

3. У Вас часто бывают спады и подъемы настроения?

4. Вы претендовали когда-нибудь на похвалу за то, что в действительности сделал другой человек?

5. Вы разговорчивый человек?

6. Вас беспокоило бы то, что Вы залезли в долги?

7. Вам приходилось чувствовать себя несчастным человеком без особых на то причин?

8. Вам случалось когда-нибудь пожадничать, чтобы получить больше, чем Вам полагалось?

9. Вы тщательно запираете дверь на ночь?

10. Вы считаете себя жизнерадостным человеком?

11. Увидев, как страдает ребенок, животное. Вы бы сильно расстроились?

12. Вы часто переживаете из-за того, что сделали или сказали что-то, чего не следовало бы делать или говорить?

13. Вы всегда исполняете свои обещания, даже если лично Вам это очень неудобно?

14. Вы получили бы удовольствие прыгая с парашютом?

15. Способны ли Вы дать волю чувствам и от души повеселиться в шумной компании?

16. Вы раздражительны?

17. Вы когда-нибудь обвиняли кого-нибудь в том, в чем на самом деле были виноваты Вы сами?

18. Вам нравится знакомиться с новыми людьми?

19. Вы верите в пользу страхования?

20. Легко ли Вас обидеть?

21. Все ли Ваши привычки хороши и желательны?

22. Вы стараетесь быть в тени, находясь в обществе?

23. Стали бы Вы принимать средства, которые могут привести Вас в необычное или опасное состояние (алкоголь, наркотики)?

24. Вы часто испытываете такое состояние, когда все надоело?

25. Вам случалось брать вещи, принадлежащие другому лицу, будь это даже такая мелочь, как булавка или пуговица?

26. Вам нравится часто ходить к кому-нибудь в гости и бывал» в обществе?

27. Вам доставляет удовольствие обижать тех, кого Вы любите?

28. Вас часто беспокоит чувство вины?

29. Вам приходилось говорить о том, в чем Вы плохо разбираетесь?

30. Вы обычно предпочитаете книги встречам с людьми?

31. У Вас есть явные враги?

32. Вы назвали бы себя нервным человеком?

33. Вы всегда извиняетесь, когда нагрубите другому?

34. У Вас много друзей?

35. Вам нравится устраивать розыгрыши и шутки, которые иногда могут действительно причинить людям боль?

36. Вы беспокойный человек?

37. В детстве Вы всегда безропотно и немедленно выполняли то, что Вам приказывали?

38. Вы считаете себя беззаботным человеком?

39. Много ли для Вас значат хорошие манеры и чистоплотность?

40. Волнуетесь ли Вы по поводу каких-либо ужасных событий, которые могли бы случиться, но не случились?

41. Вам случалось сломать или потерять чужую вещь?

42. Вы обычно первыми проявляете инициативу при знакомстве?

43. Можете ли Вы легко понять состояние человека, если он делится с Вами заботами?

44. У Вас часто нервы бывают натянуты до предела?

45. Бросите ли Вы ненужную бумажку на пол, если под рукой нет корзины?

46. Вы больше молчите, находясь в обществе других людей?

47. Считаете ли Вы что брак старомоден, и его следует отменить?

48. Вы иногда чувствуете жалость к себе?

49. Вы иногда много хвастаетесь?

50. Вы легко можете внести оживление в довольно скучную компанию?

51. Раздражают ли Вас осторожные водители?

52. Вы беспокоитесь о своем здоровье?

53. Вы говорили когда-нибудь плохо о другом человеке?

54. Вы любите пересказывать анекдоты и шутки своим друзьям?

55. Для Вас большинство пищевых продуктов одинаковы на вкус?

56. Бывает ли у Вас иногда дурное настроение?

57. Вы дерзили когда-нибудь своим родителям в детстве?

58. Вам нравится общаться с людьми?

59. Вы переживаете, если узнаете, что допустили ошибки в своей работе?

60. Вы страдаете от бессонницы?

61. Вы всегда моете руки перед едой?

62. Вы из тех людей, которые не лезут за словом в карман?

63. Вы предпочитаете приходить на встречу немного раньше назначенного срока?

64. Вы чувствуете себя апатичным, усталым, без какой-либо причины?

65. Вы так любите поговорить» что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?

66. Вы плутовали когда-нибудь в игре?

67. Ваша мать – хороший человек (была хорошим человеком)?

68. Часто ли Вам кажется, что жизнь ужасно скучна?

69. Вы когда-нибудь воспользовались оплошностью другого человека в своих целях?

70. Вы часто берете на себя больше, чем позволяет время?

71. Есть ли люди, которые стараются избегать Вас?

72. Вас очень заботит Ваша внешность?

73. Вы всегда вежливы, даже с неприятными людьми?

74. Считаете ли Вы, что люди затрачивают слишком много времени, чтобы обеспечить свое будущее, откладывая сбережения, страхуя себя и свою жизнь?

75. Возникало ли у Вас когда-нибудь желание умереть?

76. Вы попытались бы избежать уплаты налога с дополнительного заработка, если бы были уверены, что Вас никогда не смогут уличить в этом?

77. Вы можете внести оживление в компанию?

78. Вы стараетесь не грубить людям?

79. Вы долго переживаете после случившегося конфуза?

80. Вы когда-нибудь настаивали на том, чтобы было по-вашему?

81. Вы часто приезжаете на вокзал в последнюю минуту перед отходом поезда?

82. Вы когда-нибудь намеренно говорили что-нибудь неприятное или обидное для человека?

83. Вас беспокоили Ваши нервы?

84. Вам неприятно находиться среди людей, которые подшучивают над товарищами?

85. Вы легко теряете друзей по своей вине?

86. Вы часто испытываете чувство одиночества?

87. Всегда ли Ваши слова совпадают с делом?

88. Нравится ли Вам иногда дразнить животных?

89. Вы легко обижаетесь на замечания, касающиеся лично Вас и Вашей работы?

90. Жизнь без какой-либо опасности показалась бы Вам слишком

скучной?

91. Вы когда-нибудь опаздывали на свидание или работу/

92. Вам нравится суета и оживление вокруг Вас?

93. Вы хотите, чтобы люди боялись Вас?

94. Верно ли, что Вы иногда полны энергии и все горит в руках, а иногда совсем вялы?

95. Вы иногда откладываете на завтра то, что должны сделать сегодня?

96. Считают ли Вас живым и веселым человеком?

97. Часто ли Вам говорят неправду?

98. Вы очень чувствительны к некоторым явлениям, событиям, вещам?

99. Вы всегда готовы признать свои ошибки?

100. Вам когда-нибудь было жалко животное, которое попало в капкан?

101. Трудно ли Вам было заполнять анкету?

**ОБРАБОТКА ДАННЫХ**

Полученные результаты ответов сопоставляются с «ключом». За ответ, соответствующий ключу, присваивается 1 балл, за несоответствующий ключу - 0 баллов. Полученные баллы суммируются-

**КЛЮЧ**

**1. Шкала экстраверсии-интроверсии:**

ответы «нет» (-): 22, 30, 46, 84;

ответы «да» (+): 1, 5, 10, 15, 18, 26, 34, 38.42, 50, 54, 58, 62, 65, 70, 74, 77, 81, 90, 92, 96.

**2. Шкала нейтротизма;**

ответы «да» (+): 3, 7, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 75, 79, 83, 86, 89, 94, 98.

3. Шкала психотизма:

ответы «нет» (-): 2, 6, 9, 11, 19, 39, 43, 59, 63, 67, 78, 100;

ответы «да» (+): 14, 23, 27, 31, 35,47, 51,55, 71, 85, 88, 93,97.

**4. Шкала искренности:**

ответы «нет» (-): 4, 8, 17, 25, 29, 41, 45, 49, 53, 57, 66, 69, 76, 80, 82, 91, 95;

ответы «да» (+): 13, 21, 33, 37, 61, 73, 87, 99.

Средние показатели по шкале экстраверсии-интроверсии: 7-15 баллов. Высокие оценки по шкале экстраверсия-интроверсия соответствуют экстравертированному типу, низкие – интравертированному.

Средние показатели по шкале нейротизма: 8-16. Результат менее 8 баллов свидетельствует об эмоциональной стабильности человека, более 16 - об эмоциональной нестабильности (нейротизме).

Средние значения по шкале психотизма: 5-12. Людям, набравшим более 10 баллов, не рекомендуется работать по специальности типа. "человек-человек".

Если по шкале искренности количество баллов превышает 10, то результаты обследования считаются недостоверными, испытуемому следует отвечать на вопросы более откровенно.

**ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ДАННЫХ**

Айзенк рассматривал структуру личности, как состоящую из трех факторов.

1) Экстраверсия – интроверсия. Характеризуя типичного экстраверта, автор отмечает его общительность и обращенность индивида вовне, широкий круг знакомств, необходимость в контактах. Типичный экстраверт действует под влиянием момента, импульсивен, вспыльчив. Он беззаботен, оптимистичен, добродушен, весел. Предпочитает движение и действие, имеет тенденцию к агрессивности. Чувства и эмоции не имеют строгого контроля, склонен к рискованным поступкам. На него не всегда можно положиться.

Типичный интроверт – это спокойный, застенчивый человек, склонный к самоанализу. Сдержан и отдален от всех, кроме близких друзей. Планирует и обдумывает свои действия заранее, не доверяет внезапным побуждениям, серьезно относится к принятию решений, любит во всем порядок. Контролирует свои чувства, его нелегко вывести из себя. Обладает пессимистичностью, высоко ценит нравственные нормы.

2) Нейротизм – эмоциональная устойчивость. Характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональная стабильность или нестабильность). Нейротизм по некоторым данным связан с показателями лабильности нервной системы.

Эмоциональная устойчивость – черта, выражающая сохранение организованного поведения, ситуативной целенаправленности в обычных и стрессовых ситуациях. Эмоционально устойчивый человек характеризуется зрелостью, отличной адаптацией, отсутствием большой напряженности, беспокойства, а так же склонностью к лидерству, общительности.

Нейротизм выражается в чрезвычайной нервности, неустойчивости, плохой адаптации, склонности к быстрой смене настроений (лабильности), чувстве виновности и беспокойства, озабоченности, депрессивных реакциях, рассеянности внимания, неустойчивости в стрессовых ситуациях. Нейротизму соответствует эмоциональность, импульсивность; неровность в контактах с людьми, изменчивость интересов, неуверенность в себе, выраженная чувствительность, впечатлительность, склонность к раздражительности. Нейротическая личность характеризуется неадекватно сильными реакциями по отношению к вызывающим их стимулам. У лиц с высокими показателями по шкале нейротизма в неблагоприятных стрессовых ситуациях может развиться невроз.

3) Психотизм. Эта шкала говорит о склонности к асоциальному поведению, вычурности, неадекватности эмоциональных реакций, высокой конфликтности, неконтакгности, эгоцентричности, эгоистичности, равнодушию.

Согласно Айзенку, высокие показатели по экстраверсии и нейротизму соответствуют психиатрическому диагнозу истерии, а высокие показатели по интроверсии и нейротизму – состоянию тревоги или реактивной депрессии.

Нейротизм и психотизм в случае выраженности этих показателей понимаются в качестве «предрасположенности» к соответствующим видам патологии.

Привлекая данные из физиологии высшей нервной деятельности, Г. Айзенк высказывает гипотезу о том, что сильный и слабый типы по Павлову очень близки к экстравертированному и интровертированному типам личности. Природа интро - и экстраверсии усматривается во врожденных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов возбуждения и торможения. По мнению Г.Айзенка, такие качества личности как экстраверсия - интроверсия и нейротизм-стабильность ортогональны, т.е. статистически не зависят друг от друга. Соответственно, Г.Айзенк делит людей на четыре типа, каждый из которых представляет собой некую комбинацию высокой или низкой оценки в диапазоне одного свойства вместе с высокой или низкой оценкой в диапазоне другого. Таким образом, используя данные обследования по шкалам экстраверсия - интроверсия и нейротизм - стабильность можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, который описал четыре классических типа: сангвиник (по основным свойствам центральной нервной системы характеризуется как сильный, уравновешенный, подвижный), холерик (сильный, неуравновешенный, подвижный), флегматик (сильный, уравновешенный, инертный), меланхолик (слабый, неуравновешенный, инертный).

«Чистый» сангвиник быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной утраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Холерик отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, аффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах,

Флегматик характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений, Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свой силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, и меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий, в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами: выдержка, глубина мыслей, постоянство, основательность и т.д., в других – вялость; безучастность к окружающему, лень и безволие, бедность и слабость эмоций, склонность к выполнению одних лишь привычных действий.

У меланхолика реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию («опускаются руки»). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность, В нормальных условиях меланхолик – человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

Как правило, следует говорить о преобладании тех или иных черт темперамента, поскольку в жизни в чистом виде они встречаются редко.

Именно поэтому Г.В. Суходольский считает, что необходимо выделять не четыре («чистые» типы - это абстракция), а девять типов личности: норму и восемь акцентуаций. Помимо выше названных четырех «чистых» типов Г.В. Суходольским предложены четыре «промежуточных»: холерически-сангвинический, сангвинически-флегматический, флегматико-меланхолический и меланхолически-холерический типы, а также пятый - нормальный тип.

По мнению Г.В. Суходольского, типологию Г.Айзенка, можно представить в виде матрицы, строки которой характеризуют направленность (интроверсия; средние значения; экстраверсия), столбцы соответствуют уровням эмоциональной устойчивости (нейротизм; средние значения; стабильность), а элементы - статистически нормальный и уклоняющийся от него типы. В нижеследующей таблице представлена матричная типология личностей по методике ЕРQ .

**Матричная типология личностей по методике EPQ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Интроверсия  ( < 7 балл) | Ср. значения  (7-15 балл) | Экстраверсия  ( > 15 балл) |
| Нейротизм ( > 16 б.) | М | МХ | Х |
| Ср. значения (8-16 б.) | ФМ | М | ХС |
| Стабильность ( < 8 б.) | Ф | СФ | С |

 С помощью данной матрицы несложно определить принадлежность человека к одному из девяти типов личности, используя сочетания степени выраженности экстраверсии и нейротизма.

Каждому типу личности соответствуют следующие внешние проявления:

1. Холерик (X) - агрессивный, вспыльчивый, меняющий свои взгляды/импульсивный.

2. Холерически-сангвинический (ХС) тип - оптимистический, активный, экстравертированный, общительный, доступный.

3. Сангвиник (С) - говорливый, быстро реагирующий, непринужденный, живой.

4. Сангвинически-флегматический (СФ) тип - беззаботный, лидирующий» стабильный, спокойный, уравновешенный.

5. Флегматик (Ф) - надежный, владеющий собой, миролюбивый, рассудительный.

6. Флегматико-меланхолический (ФМ) тип– старательный, пассивный, интроверт, тихий, необщительный.

7. Меланхолик (М) - сдержанный, пессимистический, трезвый, ригидный.

8. Меланхолически-холерический (MX) тип - добросовестный, капризный, нейротичный, обидчивый, неспокойный.

В таблице представлены значения показателей шкал экстраверсия интроверсия, нейротизм-стабильность по методике EPQ . Подставив средние значения по двум базовым шкалам, а также крайние проявления признаков в баллах, нетрудно получить матрицу, позволяющую определить тип личности и по методике EPL

При индивидуальной диагностики данная матрица помогает определить принадлежность человека к определенному типу, на основании которого можно построить психологический портрет личности. Кроме того, матричное распределение типов позволяет портретировать социальные общности.

В большинстве работ результаты исследований таких сложных психологических объектов, как "личность", "интеллект", "национальный характер" и других характеристик социальных групп людей, представлены, как правило, на описательном уровне из-за отсутствия необходимых научных средств выражения. Матричное распределение типов личности выступает в качестве средства, позволяющего получать количественные "портреты" больших социальных общностей.

Матричный портрет представляет собой типологический портрет "анфас". Он обладает максимальной полнотой отражения в аспекте выбранных свойств: экстраверсия-интроверсия, нейротизм-стабильность, однако не обладает геометрической наглядной формой, поэтому Г.В. Суходольским и Т.А. Верняевой предложено "профильное" портретирование социальных групп.

"Профильный" портрет студентов-психологов МГПИ можно записать в виде мультимножества типов: (20,2Н, 16,1 MX , 34,5 XC , 0,6СФ, 0ФМ, 20,2Х, 6,6С. 1,2Ф. 0,6М). Зафиксировав порядок перечисления типов, получаем одномерное статистическое распределение, которое можно сопоставить с графическим изображением в виде профиля, аналогичного известным психологическим профилям по Г.И. Россолимо. Отличие полученного нами профиля лишь в том, что шкалы масштабированы в процентах.

Матричное и профильное портретирование позволяет легко сравнивать типологические портреты различных социальных групп людей, а графическое изображение профилей обеспечивает наглядность при сравнении.