**ТЕСТ ПДО**

I. САМОЧУВСТВИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | У меня почти всегда плохое самочувствие |
| 2 | Я всегда себя чувствую бодрым и полным сил |
| 3 | Недели хорошего самочувствия чередуются у меня с неделями, когда я чувствую себя плохо |
| 4 | Мое самочувствие часто меняется иногда по несколько раз в день |
| 5 | У меня почти всегда что-нибудь болит |
| 6 | Плохое самочувствие возникает у меня после огорчений и беспокойств |
| 7 | Плохое самочувствие появляется у меня от волнений и ожидания неприятностей |
| 8 | Я легко переношу боль и физические страдания |
| 9 | Мое самочувствие вполне удовлетворительное |
| 10 | У меня встречаются приступы плохого самочувствия с раздражительностью и чувством тоски |
| 11 | Самочувствие мое очень зависит от того, как относятся ко мне окружающие |
| 12 | Я очень плохо переношу боль и физические страдания |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**II. НАСТРОЕНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Как правило, настроение у меня очень хорошее |
| 2 | Мое настроение легко меняется от незначительных причин |
| 3 | У меня настроение портится от ожидания возможных неприятностей, беспокойства за близких, неуверенности в себе |
| 4 | Мое настроение зависит от общества, в котором я нахожусь |
| 5 | У меня почти всегда плохое настроение |
| 6 | Мое плохое настроение зависит от плохого самочувствия |
| 7 | Мое настроение улучшается, когда меня оставляют одного |
| 8 | У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим |
| 9 | У меня не бывает уныния и грусти, но может быть ожесточенность и гнев |
| 10 | Малейшие неприятности сильно огорчают меня |
| 11 | Периоды очень хорошего настроения сменяются у меня периодами плохого настроения |
| 12 | Мое настроение обычно такое же, как у окружающих меня людей |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

III. СОН И СНОВИДЕНИЯ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я хорошо сплю, а сновидениям значения не придаю |
| 2 | Сон у меня богат яркими сновидениями |
| 3 | Перед тем, как уснуть, я люблю помечтать |
| 4 | Я плохо сплю ночью и чувствую сонливость днем |
| 5 | Я сплю мало, но встаю бодрым; сны вижу редко |
| 6 | Сон у меня очень крепкий, но иногда бывают жуткие, кошмарные сновидения |
| 7 | У меня плохой и беспокойный сон и часто бывают мучительно тоскливые сновидение |
| 8 | Бессонница у меня наступает периодически без видимых причин |
| 9 | Я не могу спокойно спать, если утром надо вставать в определенный час |
| 10 | Если меня что-то расстроит, я долго не могу уснуть |
| 11 | Я часто вяжу разные сны то радостные, то неприятные |
| 12 | По ночам у меня бывают приступы страха |
| 13 | Мне часто снится, что меня обижают |
| 14 | Я могу свободно регулировать свой сон |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**IV. ПРОБУЖДЕНИЕ ОТ СНА**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Мне трудно проснуться в назначенный час |
| 2 | Просыпаюсь я с неприятной мыслью, что надо идти на работу или на учебу |
| 3 | В одни дни я встаю веселым и жизнерадостным, в другие безо всякой причины с утра угнетен и уныл |
| 4 | Я легко просыпаюсь, когда мне нужно |
| 5 | Утро для меня самое тяжелое время суток |
| 6 | Часто мне не хочется просыпаться |
| 7 | Проснувшись, я нередко еще долго переживаю то, что видел во сне |
| 8 | Периодами я утром чувствую себя бодрым, периодами разбитым |
| 9 | Утром я встаю бодрым и энергичным |
| 10 | С утра я более активен и мне легче работать, чем вечером |
| 11 | Нередко бывало, что, проснувшись, я не мог сразу сообразить, где я и что со мной |
| 12 | Я просыпаюсь с мыслью, что сегодня надо будет сделать |
| 13 | Проснувшись, я люблю полежать в постели и помечтать |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

V. АППЕТИТ И ОТНОШЕНИЕ К ЕДЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Неподходящая обстановка, грязь и разговоры о неаппетитных вещах никогда не мешали мне есть |
| 2 | Периодами у меня бывает волчий аппетит, периодами есть ничего не хочется |
| 3 | Я ем очень мало, иногда долго ничего не ем |
| 4 | Мой аппетит зависит от настроения: то ем с удовольствием, то нехотя и через силу |
| 5 | Я люблю лакомства и деликатесы |
| 6 | Нередко я стесняюсь есть при посторонних |
| 7 | У меня хороший аппетит, но я не обжора |
| 8 | Есть кушанья, которые вызывают у меня тошноту и рвоту |
| 9 | Я предпочитаю есть немного, но очень вкусное |
| 10 | У меня плохой аппетит |
| 11 | Я люблю сытно поесть |
| 12 | Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде |
| 13 | Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю ее свежесть и доброкачественность |
| 14 | Мне легко можно испортить аппетит |
| 15 | Еда меня интересует прежде всего как средство поддержать здоровье |
| 16 | Я стараюсь придерживаться диеты, которую сам разработал |
| 17 | Я плохо переношу голод быстро слабею |
| 18 | Я знаю, что такое чувство голода, но не знаю, что такое аппетит |
| 19 | Еда не доставляет мне большого удовольствия |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**VI. ОТНОШЕНИЕ К СПИРТНЫМ НАПИТКАМ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Мое желание выпить зависит от настроения |
| 2 | Я избегаю пить спиртное, чтоб не проболтаться |
| 3 | Периодами я выпиваю очень охотно, периодами меня к спиртному не тянет |
| 4 | Люблю выпить в веселой и хорошей компании |
| 5 | Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение |
| 6 | Спиртное не вызывает у меня веселого настроения |
| 7 | К спиртному я испытываю отвращение |
| 8 | Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски или тревоги |
| 9 | Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии |
| 10 | Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам |
| 11 | Спиртные напитки меня пугают |
| 12 | Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир |
| 13 | Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушать компанию |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

VII. СЕКСУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Половое влечение меня мало беспокоит |
| 2 | Малейшая неприятность подавляет у меня половое влечение |
| 3 | Я предпочитаю жить мечтами о подлинном счастье, чем разочаровываться в жизни |
| 4 | Периоды сильного полового влечения чередуются у меня с периодами холодности и безразличия |
| 5 | В половом отношении я быстро возбуждаюсь, но быстро успокаиваюсь и охладеваю |
| 6 | При нормальной семейной жизни не существует никаких половых проблем |
| 7 | У меня сильное половое влечение, которое мне трудно сдерживать |
| 8 | Моя застенчивость мне очень сильно мешает |
| 9 | Измены бы я никогда не простил |
| 10 | Я считаю, что половое влечение нельзя сдерживать, иначе оно мешает плодотворной работе |
| 11 | Наибольшее удовольствие мне доставляет флирт и ухаживание |
| 12 | Я люблю анализировать свое отношение к половым проблемам, свое собственное влечение |
| 13 | Я нахожу ненормальности в своем половом влечении и стараюсь бороться с ними |
| 14 | Считаю, что половым проблемам не следует придавать большого значения |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

VIII. ОТНОШЕНИЕ К ОДЕЖДЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Люблю костюмы яркие и броские |
| 2 | Считаю, что одетым надо быть всегда прилично, потому что встречают "по одежке" |
| 3 | Для меня главное, чтобы одежда была удобной, аккуратной и чистой |
| 4 | Люблю одежду модную и необычную, которая невольно привлекает взоры |
| 5 | Никогда не следую общей моде, а ношу то, что мне самому понравилось |
| 6 | Люблю одеваться так, чтобы было к лицу |
| 7 | Не люблю слишком модничать, считаю - надо одеваться как все |
| 8 | Часто беспокоюсь, что мой костюм не в порядке |
| 9 | Об одежде я мало думаю |
| 10 | Мне часто кажется, что окружающие осуждают меня за мой костюм |
| 11 | Предпочитаю темные и серые тона |
| 12 | Временами мне хочется одеться модно и ярко, временами своей одеждой не интересуюсь |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

IX. ОТНОШЕНИЕ К ДЕНЬГАМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Нехватка денег меня раздражает |
| 2 | Деньги меня совершенно не интересуют |
| 3 | Очень огорчаюсь и расстраиваюсь, когда денег не хватает |
| 4 | Не люблю заранее рассчитывать все расходы, легко беру в долг, даже если знаю, что к сроку отдать мне будет трудно |
| 5 | Я очень аккуратен в денежных делах и, зная неаккуратность многих, не люблю давать в долг |
| 6 | Если у меня взяли в долг, я стесняюсь об этом напомнить |
| 7 | Я всегда стараюсь оставить деньги про запас на непредвиденные расходы |
| 8 | Деньги мне нужны только для того, чтобы как-нибудь прожить |
| 9 | Стараюсь быть бережливым, но не скупым, люблю тратить деньги с толком |
| 11 | Всегда боюсь, что мне не хватит денег, и очень не люблю брать в долг |
| 12 | Периодами я к деньгам отношусь легко и трачу их не задумываясь, периодами все пугаюсь остаться без денег |
| 13 | Я никогда никому не позволяю ущемлять меня в деньгах |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**X. ОТНОШЕНИЕ К РОДИТЕЛЯМ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Очень боюсь остаться без родителей |
| 2 | Я считаю, что родителей надо уважать, даже если хранишь в сердце против них обиды |
| 3 | Люблю и привязан, но бывает сильно обижаюсь и даже сержусь |
| 4 | В одни периоды мне кажется, что меня слишком опекали, в другие - укоряю себя за непослушание и причиненные родным огорчения |
| 5 | Мои родители не дали мне того, что необходимо в жизни |
| 6 | Упрекаю их в том, что в детстве они недостаточно уделяли внимания моему здоровью |
| 7 | Очень люблю (любил) одного из родителей |
| 8 | Я люблю их, но не переношу, когда мною распоряжаются и командуют |
| 9 | Очень люблю мать и боюсь, что с ней что-нибудь случится |
| 10 | Упрекаю себя за то, что недостаточно сильно люблю (любил) родителей |
| 11 | Они меня слишком сильно притесняли и во всем навязывали свою волю |
| 12 | Мои родные меня не понимают и кажутся мне чужими |
| 13 | Я считаю себя виноватым перед ними |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XI. ОТНОШЕНИЕ К ДРУЗЬЯМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Мне не раз приходилось убеждаться, что дружат из выгоды |
| 2 | Хорошо себя чувствую с тем, кто мне сочувствует |
| 3 | Для меня важен не один друг, а дружный хороший коллектив |
| 4 | Я ценю такого друга, который, умеет меня выслушать, приободрить, вселить уверенность, успокоить |
| 5 | О друзьях, с кем пришлось расстаться, я долго не скучаю и быстро нахожу новых |
| 6 | Я чувствую себя таким больным, что мне не до друзей |
| 7 | Моя застенчивость мешает мне подружиться с тем, с кем мне хотелось бы |
| 8 | Я легко завязываю дружбу, но часто разочаровываюсь и охладеваю |
| 9 | Я предпочитаю тех друзей, которые внимательны ко мне |
| 10 | Я сам выбираю себе друга и решительно бросаю его, если разочаровываюсь в нем |
| 11 | Я не могу найти себе друга по душе |
| 12 | У меня нет никакого желания иметь друга |
| 13 | Периодами я люблю большие дружеские компании, периодами избегаю их и ищу одиночества |
| 14 | Жизнь научила меня не быть слишком откровенным даже с друзьями |
| 15 | Люблю иметь много друзей и тепло отношусь к ним |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**XII. ОТНОШЕНИЕ К ОКРУЖАЮЩИМ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я окружен глупцами, невеждами и завистниками |
| 2 | Окружающие мне завидуют и потому ненавидят меня |
| 3 | В одни периоды мне хорошо с людьми, в другие периоды они меня тяготят |
| 4 | Я считаю, что самому не следует выделяться среди окружающих |
| 5 | Стараюсь жить так, чтобы окружающие не могли сказать обо мне ничего плохого |
| 6 | Мне кажется, что окружающие меня презирают и смотрят на меня свысока |
| 7 | Легко схожусь с людьми в любой обстановке |
| 8 | Больше всего со стороны окружающих я ценю внимание к себе |
| 9 | Я быстро чувствую хорошее или недоброжелательное отношение к себе и также отношусь сам |
| 10 | Я легко ссорюсь, но быстро мирюсь |
| 11 | Я часто и подолгу размышляю, правильно или неправильно я что-нибудь сказал или сделал в отношении окружающих |
| 12 | Людное общество меня быстро утомляет и раздражает |
| 13 | От окружающих я стараюсь держаться подальше |
| 14 | Я не знаю своих соседей и не интересуюсь ими |
| 15 | Мне часто кажется, что окружающие подозревают меня в чем-то плохом |
| 16 | Мне приходилось терпеть от окружающих много обид и обманов и это всегда настораживает меня |
| 17 | Мне часто кажется, что окружающие смотрят на меня, как на никчемного и ненужного человека |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XIII. ОТНОШЕНИЕ К НЕЗНАКОМЫМ ЛЮДЯМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я отношусь настороженно к незнакомым людям и невольно опасаюсь зла с их стороны |
| 2 | Бывает, что незнакомый человек мне сразу внушает доверие и симпатию |
| 3 | Я избегаю новых знакомств |
| 4 | Незнакомые люди внушают мне беспокойство и тревогу |
| 5 | Прежде чем познакомиться, я всегда хочу узнать, что это за человек, что говорят о нем люди |
| 6 | Я никогда не доверяюсь незнакомым людям и не раз убеждался, что в этом я прав |
| 7 | Если незнакомые проявляют интерес ко мне, то и я с интересом отношусь к ним |
| 8 | Незнакомые люли меня раздражают, к знакомым я уже как-то привык |
| 9 | Я охотно и легко завожу новые знакомства |
| 10 | Временами я охотно знакомлюсь с новыми людьми, временами ни с кем знакомиться не хочется |
| 11 | В хорошем настроении я легко знакомлюсь, в плохом - избегаю знакомств |
| 12 | Я стесняюсь незнакомых людей и боюсь заговорить первым |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**XIV. ОТНОШЕНИЕ К ОДИНОЧЕСТВУ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я считаю, что всякий человек не должен отрываться от коллектива |
| 2 | В одиночестве я чувствую себя спокойнее |
| 3 | Я не переношу одиночества и всегда стремлюсь быть среди людей |
| 4 | Периодами мне лучше среди людей, периодами предпочитаю одиночество |
| 5 | В одиночестве я размышляю или беседую с воображаемым собеседником |
| 6 | В одиночестве я скучаю по людям, а среди людей быстро устаю и ищу одиночества |
| 7 | Большей частью я хочу быть на людях, но иногда хочется побыть одному |
| 8 | Я не боюсь одиночества |
| 9 | Я боюсь одиночества и тем не менее так получается, что нередко оказываюсь в одиночестве |
| 10 | Я люблю одиночество |
| 11 | Одиночество я переношу легко, если только оно не связано с неприятностями |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XV. ОТНОШЕНИЕ К БУДУЩЕМУ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я мечтаю о счастливом будущем, но боюсь неприятностей и неудач |
| 2 | Будущее, кажется, мне мрачным и бесперспективным |
| 3 | Я стараюсь жить так, чтобы будущее было хорошим |
| 4 | В будущем меня больше всего беспокоит мое здоровье |
| 5 | Я убежден, что в будущем исполнятся мои желания и планы |
| 6 | Не люблю много раздумывать о своем будущем |
| 7 | Мое отношение к будущему часто и быстро меняется: то строю радужные планы, то будущее, кажется, мне мрачным |
| 8 | Я утешаю себя тем, что в будущем исполнятся все мои желания |
| 9 | Я всегда невольно думаю о возможных неприятностях и бедах, которые могут случиться в будущем |
| 10 | Мои планы на будущее я люблю разрабатывать в малейших деталях и во всех деталях стараюсь их осуществить |
| 11 | Я уверен, что в будущем докажу всем свою правоту |
| 12 | Я живу своими мыслями и меня мало волнует, каким в действительности окажется мое будущее |
| 13 | Периодами мое будущее, кажется, мне светлым, периодами – мрачным |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**XVI. ОТНОШЕНИЕ К НОВОМУ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Периодами я легко переношу перемены в своей жизни и даже люблю их, но периодами начинаю их бояться и избегать |
| 2 | Новое меня привлекает, но вместе с тем беспокоит и тревожит |
| 3 | Я люблю перемены в жизни - новые впечатления, новых людей, новую обстановку вокруг |
| 4 | У меня бывают моменты, когда я жадно ищу новые впечатления и новые знакомства, но бывает, когда я избегаю их |
| 5 | Я сам люблю придумывать новое, все переиначивать и делать по-своему, не так, как все |
| 6 | Новое меня привлекает, но часто быстро утомляет и надоедает |
| 7 | Не люблю всяких новшеств, предпочитаю раз установленный порядок |
| 8 | Я боюсь перемен в жизни: новая обстановка меня пугает |
| 9 | Новое приятно, если только обещает для меня что-то хорошее |
| 10 | Меня привлекает лишь то новое, что соответствует моим принципам и интересам |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XVII. ОТНОШЕНИЕ К НЕУДАЧАМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Свои неудачи я переживаю сам и ни у кого не ищу сочувствия и помощи |
| 2 | Периоды, когда я активно борюсь с неудачами, чередуются у меня с периодами, когда у меня от малейших неудач опускаются руки |
| 3 | Неудачи приводят меня в отчаяние |
| 4 | Неудачи вызывают у меня сильное раздражение, которое я изливаю на невинных |
| 5 | Если случается неудача, то я всегда ищу что же я сделал неправильно |
| 6 | Неудачи вызывают у меня протест и негодование, и желание их преодолеть |
| 7 | Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным |
| 8 | При неудачах мне хочется убежать куда-нибудь подальше и не возвращаться |
| 9 | Бывает, что малейшие неудачи приводят меня в уныние, но бывает, что серьезные неприятности я переношу стойко |
| 10 | Неудачи меня пугают, и я прежде всего виню самого себя |
| 11 | Неудачи меня не задевают, я не обращаю на них внимания |
| 12 | При неудачах я еще больше мечтаю о свершении своих желаний |
| 13 | Я считаю, что при неудачах нельзя отчаиваться |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XVIII. ОТНОШЕНИЕ К ПРИКЛЮЧЕНИЯМ И РИСКУ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Люблю всякие приключения, даже опасные, охотно иду на риск |
| 2 | Я много раз взвешиваю все "за" и "против" и все никак не решаюсь рискнуть |
| 3 | Мне не до приключений, а рискую я только, если к этому принуждают обстоятельства |
| 4 | Я не люблю приключений и избегаю риска |
| 5 | Я люблю мечтать о приключениях, но не ищу их в жизни |
| 6 | Временами я люблю приключения, и часто рискую, но временами приключения и риск становятся мне не по душе |
| 7 | Приключения я люблю только веселые и те, что хорошо кончаются |
| 8 | Я специально не ищу приключений и риска, но иду на них, когда это требует мое дело |
| 9 | Приключения и риск меня привлекают, если в них мне достается первая роль |
| 10 | Бывает, что риск и азарт меня совершенно опьяняют |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XIX. ОТНОШЕНИЕ К ЛИДЕРСТВУ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я могу идти впереди других в рассуждениях, но не в действиях |
| 2 | Я люблю быть первым в компании, руководить и направлять других |
| 3 | Я люблю опекать кого-либо, кто мне понравится |
| 4 | Я всегда стремлюсь учить людей правилам и порядку |
| 5 | Одним людям я нехотя подчиняюсь, другими командую сам |
| 6 | Периодами я люблю "задавать тон", быть первым, но периодами мне это надоедает |
| 7 | Я люблю быть первым там, где меня любят, бороться за первенство я не люблю |
| 8 | Я не умею командовать другими |
| 9 | Я не люблю командовать другими - ответственность меня пугает |
| 10 | Всегда находятся люди, которые слушаются меня и признают мой авторитет |
| 11 | Я люблю быть первым, чтобы мне подражали, за мной бы следовали другие |
| 12 | Я охотно следую за авторитетными людьми |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XX. ОТНОШЕНИЕ К КРИТИКЕ И ВОЗРАЖЕНИЯМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я не слушаю критики и возражений и всегда думаю, и делаю по-своему |
| 2 | Слушая возражения и критику, я ищу доводы в свое оправдание, но не всегда решаюсь их высказать |
| 3 | Возражения и критика меня особенно раздражают, когда я устал и плохо себя чувствую |
| 4 | Критика и осуждения в мой адрес лучше равнодушия и пренебрежения ко мне |
| 5 | Не люблю, когда меня критикуют и когда мне возражают - сержусь и не всегда могу сдержать свой гнев |
| 6 | Когда меня критикуют или мне возражают, это меня сильно огорчает и приводит в уныние |
| 7 | От критиков мне хочется убежать подальше |
| 8 | В одни периоды критику и возражения переношу легко, в другие - очень болезненно |
| 9 | Возражения и критика меня очень огорчают, если они резкие и грубые по форме, даже если они касаются мелочей |
| 10 | Я не слышал еще справедливой критики в свой адрес или справедливых возражений моим доводам |
| 11 | Я стараюсь правильно реагировать на критику |
| 12 | Я убедился, что критикуют обычно только для того, чтобы тебе напакостить или самим выдвинуться |
| 13 | Если меня критикуют или мне возражают, мне всегда начинает казаться, что другие правы, а я нет |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XXI. ОТНОШЕНИЕ К ОПЕКЕ И НАСТАВЛЕНИЯМ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Я слушаю наставления только тех, кто имеет на это право |
| 2 | Я охотно слушаю те наставления, которые касаются моего здоровья |
| 3 | Не выношу, когда меня опекают и за меня все решают |
| 4 | Я не нуждаюсь в наставлениях |
| 5 | Я охотно слушаю того, кто, знаю, меня любит |
| 6 | Я стараюсь слушать полезные наставления, но это не всегда у меня получается |
| 7 | Временами все наставления пролетают мимо моих ушей, и по временам я ругаю себя за то, что не слушал их раньше |
| 8 | Совершенно не переношу наставлений, если они даются начальственным тоном |
| 9 | Я внимательно слушаю наставления и не противлюсь, когда меня опекают |
| 10 | Я охотно слушаю те наставления, что мне приятны, и не переношу тех, что мне не по душе |
| 11 | Я люблю, когда обо мне заботятся, но не люблю, чтобы мною командовали |
| 12 | Я не решаюсь прервать даже вовсе никчемные для меня наставления или избавиться от ненужного для меня покровительства |
| 13 | Наставления вызывают у меня желание делать все наоборот |
| 14 | Я допускаю опеку над собой в повседневной жизни, но не над моим душевным миром |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**XXII. ОТНОШЕНИЕ К ПРАВИЛАМ И ЗАКОНАМ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Когда правила и законы мне мешают, это вызывает у меня раздражение |
| 2 | Всегда считаю, что для интересного и заманчивого дела всякие правила и законы можно обойти |
| 3 | Логически обоснованные правила стараюсь соблюдать |
| 4 | Я часто боюсь, что меня по ошибке примут за нарушителя законов |
| 5 | Ужасно не люблю всякие правила, которые меня стесняют |
| 6 | Периоды, когда я не очень слежу за тем, чтобы соблюдать все правила и законы, чередуются с периодами, когда я упрекаю себя за недисциплинированность |
| 7 | Всякие правила и распорядок вызывают у меня желание нарочно их нарушать |
| 8 | Правила и законы я всегда соблюдаю |
| 9 | Всегда слежу за тем, чтобы все соблюдали правила |
| 10 | Часто упрекаю себя за то, что нарушаю правила и не строго соблюдаю законы |
| 11 | Я стараюсь соблюдать правила и законы, но это не всегда мне удается |
| 12 | Строго следую тем правилам, которые считаю справедливыми, борюсь с теми, которые считаю несправедливыми |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XXIII. ОЦЕНКА СЕБЯ В ДЕТСТВЕ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | В детстве я был робким и плаксивым |
| 2 | Очень любил сочинять всякие сказки и фантастические истории |
| 3 | В детстве я избегал шумных и подвижных игр |
| 4 | Я был как все дети и ничем не отличался от своих сверстников. |
| 5 | Периодами мне кажется, что в детстве я был живым и веселым, периодами начинаю думать, что был очень непослушным и беспокойным |
| 6 | Я с детства был самостоятельным и решительным |
| 7 | В детстве я был веселым и отчаянным |
| 8 | В детстве я был обидчивым и чувствительным |
| 9 | В детстве я был очень непоседливым и болтливым |
| 10 | В детстве я был таким же как сейчас: меня легко было огорчить, но легко успокоить и развеселить |
| 11 | С детства я стремился к аккуратности и порядку |
| 12 | В детстве я любил играть один или смотреть издали, как играют другие дети |
| 13 | В детстве я больше любил беседовать со взрослыми, чем играть со сверстниками |
| 14 | В детстве я был капризным и раздражительным |
| 15 | В детстве я плохо спал и плохо ел |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

**XXIV. ОТНОШЕНИЕ К ШКОЛЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Любил вместо школьных занятий отправиться с товарищами погулять или сходить в кино |
| 2 | Сильно переживал замечания и отметки, которые меня не удовлетворяли |
| 3 | В младших классах любил школу, потом она стала меня тяготить |
| 4 | Периодами любил школу, периодами она мне начинала надоедать |
| 5 | Не любил школу, потому что педагоги относились ко мне несправедливо |
| 6 | Школьные занятия меня очень сильно утомляли |
| 7 | Больше всего любил школьную самодеятельность |
| 8 | Любил школу, потому что там была веселая компания |
| 9 | Стеснялся ходить в школу: боялся насмешек и грубости |
| 10 | Очень не любил физкультуры |
| 11 | Посещал школу регулярно и всегда активно участвовал в общественной работе |
| 12 | Школьная обстановка меня очень тяготила |
| 13 | Старался аккуратно выполнять все задания |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |

XXV. ОЦЕНКА СЕБЯ В ДАННЫЙ МОМЕНТ

|  |  |
| --- | --- |
| **№**  **выбора** | **Тема и предлагаемые выборы** |
|
| 1 | Мне не хватает холодной рассудительности |
| 2 | Временами я доволен собой, временами ругаю себя за нерешительность и вялость |
| 3 | Я слишком мнителен, без конца тревожусь и беспокоюсь обо всем |
| 4 | Я не виновен в том, что возбуждаю зависть у других |
| 5 | Мне не хватает усидчивости и терпения |
| 6 | Считаю, что я ничем не отличаюсь от большинства людей |
| 7 | Мне не хватает решительности |
| 8 | Я не вижу у себя больших недостатков |
| 9 | В хорошие минуты я вполне доволен собой, в минуты дурного настроения мне кажется, что мне не хватает то одного, то другого качества |
| 10 | Я слишком раздражителен |
| 11 | Другие находят у меня крупные недостатки, я считаю, что они преувеличивают |
| 12 | Я страдаю от того, что меня не понимают |
| 13 | Я чрезмерно чувствителен и обидчив |
| 0 | Ни одно из определений ко мне не подходит |