

Diagnostyka temperamentu według testu H.J. Eysencka

Na podane niżej pytania należy udzielić odpowiedzi „tak” albo „nie”.

1. Czy często pociągają cię nowe wrażenia, doświadczenia, ryzyko?
2. Czy często szukasz pomocy u przyjaciół, którzy cię rozumieją, mogą pocieszyć i wesprzeć?
3. Czy w swojej aktualnej sytuacji życiowej czujesz się bezpieczny?
4. Czy jest ci trudno powiedzieć słowo „nie”?
5. Czy długo zastanawiasz się, kiedy przychodzi ci podjąć jakąś decyzję bądź działanie?
6. Jeśli obiecałeś coś zrobić, czy często finalizujesz podjęte działania (niezależnie od tego, czy podoba się to ci, czy też nie)?
7. Czy często masz huśtawkę nastrojów?
8. Czy często podejmujesz decyzje pod wpływem impulsu, bez zastanowienia?
9. Czy często bez poważnej przyczyny czujesz się nieszczęśliwy?
10. Czy zrobiłbyś wszystko, aby uniknąć konfliktu?
11. Czy zdarza się ci odczuć nieśmiałość i zmieszanie, kiedy masz przeprowadzić rozmowę z osobą płci przeciwnej?
12. Czy często tracisz panowanie nad sobą?
13. Czy często pracujesz pod wpływem nastroju chwili?
14. Często jesteś niezadowolony z powodu tego, że za dużo powiedziałeś lub niewłaściwie postąpiłeś?
15. Czy ważniejsze są dla ciebie książki od spotkań z ludźmi?
16. Czy łatwo się obrażasz?
17. Czy lubisz przebywać w towarzystwie innych?
18. Czy masz czasami takie myśli, które chciałbyś ukryć przed innymi?
19. Czy czasami masz przypyły energii, aż wszystko pali ci się w rękach, a czasami jest zupełnie odwrotnie?
20. Czy uważasz, że lepiej jest mieć mniej przyjaciół, ale za to bardziej oddanych?
21. Czy często marzysz?
22. Kiedy na ciebie krzyczą, ty też podnosisz głos?
23. Czy często masz poczucie winy?
24. Czy uważasz, że wszystkie twoje przyzwyczajenia są dobre i wskazane?
25. Czy zdarza ci się nie panować nad własnymi emocjami w trakcie spotkania towarzyskiego?
26. Czy uważasz się za człowieka wrażliwego?
27. Czy uważasz, że jesteś osobą wesołą i otwartą?
28. Czy kiedy doprowadzasz jakąś sprawę do końca, masz odczucie, że mógłbyś to wykonać lepiej?
29. Czy zwykle milczysz, kiedy jesteś w towarzystwie innych osób?

30. Czy czasami plotkujesz?
31. Czy zdarza ci się nie spać z powodu męczących cię spraw?
32. Czy jeśli czegoś nie wiesz lub nie rozumiesz, to uważasz, że lepiej o tym przeczytać niż spytać innych?
33. Czy miewasz silne kołatanie serca?
34. Czy podoba ci się praca, która wymaga stałej koncentracji?
35. Czy czasami drżą ci ręce?
36. Czy zawsze płaciłbyś za przewóz bagażu, gdybyś się nie obawiał kontroli?
37. Czy przebywanie w grupie, w której wyśmiewa się twojego kolegę, sprawia ci przykrość?
38. Czy jesteś człowiekiem drażliwym?
39. Czy podoba ci się praca wymagająca szybkiego działania?
40. Czy denerwujesz się z powodu nieprzyjemnych zdarzeń, które mogłyby się przytrafić?
41. Czy chodzisz powoli i spokojnie?
42. Czy kiedykolwiek zdarzało ci się spóźnić na spotkanie lub do szkoły?
43. Czy często śnią ci się koszmary?
44. Czy jesteś tak gadatliwy, że nie przepuścisz okazji, by porozmawiać z nieznanym?
45. Czy niepokoją cię jakiegokolwiek bóle?
46. Czy czułbyś się nieszczęśliwy, gdyby pozbawiono cię na długi okres kontaktów ze znajomymi?
47. Czy możesz się nazwać nerwowym człowiekiem?
48. Czy są w twoim otoczeniu ludzie, którzy ci się nie podobają?
49. Czy możesz powiedzieć, że naprawdę jesteś stanowczym człowiekiem?
50. Czy często obrażasz się z powodu wytknięcia ci przez innych błędów lub niedostatków?
51. Czy uważasz, że trudno jest wynieść dobry nastrój ze spotkania towarzyskiego?
52. Czy masz poczucie, że jesteś gorszy niż inni?
53. Czy łatwo jest ci wnieść ożywienie do dowolnej grupy?
54. Czy bywa tak, że mówisz o rzeczach, na których się nie znasz?
55. Czy niepokoisz się o swoje zdrowie?
56. Czy lubisz żartować z innych?
57. Czy cierpisz z powodu bezsenności?

Opracowanie rezultatów

Skala nakierowania na otoczenie: odpowiedzi „tak” na pytania: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56; i odpowiedzi „nie” na pytania: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

1–7 – znacząca introwersja

8–11 – umiarkowana introwersja

12–18 – umiarkowana ekstrawersja

19–24 – znacząca ekstrawersja

Stość emocjonalna: odpowiedzi „tak” na pytania: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

1–10 – wysoka stabilność emocjonalna

11–14 – średnia stabilność

15–18 – wysoka niestabilność emocjonalna

19–24 – bardzo wysoka niestabilność

Skala korekcyjna (skala szczerości) odpowiedzi „tak” na pytania: 6, 24, 36; i odpowiedzi „nie” na pytania: 12, 18, 30, 42, 48, 54.