

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЮРИДИЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ

Кафедра психології та
соціальної роботи

КУРСОВА РОБОТА

на тему:

«ПСИХОДІАГНОСТИЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ЦИКЛОТИМІЧНОГО ТИПУ
АКЦЕНТУАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ»

Виконав:

студент групи ПС - 21

Скрип Микола Петрович

Перевірив:

д. психол. н., професор

Фурман А.В.

Тернопіль 2017

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНА СУТЬ ХАРАКТЕРУ ТА ОСОБЛИВОСТІ АКЦЕНТУАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ	
1.1.Поняття про акцентуації темпераменту і характеру особистості.....	5
1.2.Особливості типологічного підходу до акцентуацій особистості за концепцією Карла Леонгарда.....	7
РОЗДІЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦИКЛОТИМІЧНОГО ТИПУ АКЦЕНТУАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ	
2.1.Опис методики та процедури дослідження.....	13
2.2.Психологічний аналіз емпіричних результатів дослідження.....	14
2.3.Рекомендації респондентам щодо застосування інформації про особливості циклотимічного типу акцентуації темпераменту.....	24
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ЯК САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ.....	26
ВИСНОВКИ.....	33
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	36
ДОДАТКИ.....	38

ВСТУП

Актуальність теми. Впродовж усього життя поведінка людини знаходиться під безпосереднім впливом характеру. Рис характеру визначають місце кожної особистості у тих чи інших сферах життя. Знання особливостей різних типів характеру допомагає краще пізнати сильні і слабкі сторони кожної людини і сприяє кращому пристосуванню у соціумі. Важливу роль у цьому відіграє саме діагностування *акцентуацій особистості*, визначення їх типів для кожного респондента та надання рекомендацій щодо застосування отриманої інформації для гармонізації рис своєї особи з навколишнім довкіллям. Саме тому важливо встановити межу між нормою і патологією певних рис характеру. Визначення поняття про акцентуації особистості та опис одного з їх типів допоможе врегулювати внутрішній світ (зокрема, циклотиміка) і надасть перевагу в розумінні проблем, пов'язаних з неусвідомленням особливостей її характерологічних властивостей.

Зв'язок роботи із суспільною практикою. Психодіагностичне дослідження тісно пов'язане з усіма сферами життєдіяльності людини. Діагностування типів акцентуації допомагає краще розпізнати темпераментальні і характерологічні особливості респондентів. Це сприяє кращому пізнанню особистісних рис і, як наслідок ефективнішому розвитку й уможливленню самоактуалізації особистості у тих сегментах життя, у яких вона може краще розкрити свій внутрішній потенціал.

Стан розробки теми. На даному етапі розробки теми характеристика та особливості *циклотимічного типу акцентуації темпераменту* детально описані у праці Карла Леонгарда «Акцентуовані особистості» [6]. Проте дослідження особистості та її психодуховного світу і його психічного матеріалу – це безперервний процес, який потребує постійного дослідження і вивчення, особливо коли мовиться про діяльність професійного психолога.

Метою дослідницької роботи є різнобічне вивчення циклотимічного типу акцентуації темпераменту та детальне обґрунтування його психологічного змісту.

Об'єктом дослідження в даній роботі є циклотимічний тип акцентуації темпераменту.

Предмет дослідження становить психодіагностична технологія вивчення циклотимічного типу акцентуацій юнацтва і дорослих.

Досягнення поставленої мети передбачало вирішення таких **завдань**:

1. Розкрити обсяг, зміст і значення поняття «акцентуація».
2. Описати особливості типологічного підходу до вивчення акцентуацій особистості, за концепцією Карла Леонгарда.
3. Проаналізувати та охарактеризувати психологічними засобами циклотимічний тип акцентуації темпераменту.
4. Дати рекомендації щодо можливостей та обмежень застосування інформації про особливості циклотимічного типу акцентуації темпераменту.

У ході психодіагностичного обстеження використовувався опитувальник Шмішека, розроблений на основі теорії Карла Леонгарда, що дає змогу вивчати десять типів акцентуованих особистостей.

Вибірка психологічного дослідження становить 20 осіб віком 18-45 років.

РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНА СУТЬ ХАРАКТЕРУ ТА ОСОБЛИВОСТІ АКЦЕНТУАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Поняття про акцентуації темпераменту і характеру особистості

Розмежовуючи зміст та обсяг понять «характер» та «особистість», виникає багато суперечливих питань. І це підтверджують літературні джерела [4], [5], [9], [15], [19], [24], що вказують на різні варіанти розуміння і співвіднесення цих двох понять: характер та особистість майже синонімічні; характер входить до структури особистості і розглядається як її підструктура; навпаки, особистість розглядають як специфічну частину характеру; особистість та характер розглядаються як тотожні поняття й, відповідно, як інтерферентні психічні утворення.

Уникнути змішання цих понять можна, якщо деталізувати їх тлумачення. Так, характер у вузькому значенні окреслюється як сукупність стійких властивостей особи, у яких виражаються способи її поведінки та емоційного реагування у життєвих ситуаціях.

Якщо ж стисло висловити суть відмінності між характером та особистістю, то варто сказати, що властивості характеру відображають те, як діє людина, а властивості особистості — те, заради чого вона діє. Звідси очевидно, що способи поведінки й спрямованість особистості незалежні: застосовуючи одні й ті самі способи, можна домагатися різних цілей і, навпаки, рухатися лише до однієї мети, але у різний спосіб.

Характер – слово грецьке, означає «дряпати на твердому матеріалі» чи інструмент для таврування, карбування [4]. Інакше кажучи, характер – це каркас особистості, до якого входять лише найбільш виражені і тісно взаємозалежні властивості особистості, які задіяні у різні види її діяльності. Усі властивості характеру – це завжди складові ознак особистості, хоча останні й не становлять у повному сенсі самих властивостей характеру.

Характер – індивідуальне поєднання стійких властивостей особистості, котрі визначають ставлення суб'єкта до навколишньої дійсності [8]. На відміну від темпераменту як динамічної сторони поведінки, характер дозволяє оцінити змістову (власне соціальну) сторону поведінки суб'єкта, його ціннісні орієнтації і спрямування загалом.

Водночас характер є наслідком розвитку особистості в онтогенезі у зв'язку з закріпленням у поведінці індивіда різних проявів психічних процесів – пізнавальних, емоційних, мотиваційних, конативних, вольових. Тож науковці розрізняють такі п'ять груп рис: інтелектуальні, емоційні, мотиваційні, конативні, вольові риси.

Стосовно нормативних рівнів функціонування властивостей характеру є підстави поділити на три рівні:

- 1) нормальний, збалансований, коли мають місце адекватні реакції особи на різні стимули;
- 2) акцентуований, за якого наявний надмірний прояв певних властивостей особистості (наприклад, екзальтованість, гіпертимність, збудливість та ін.);
- 3) психопатичний, коли деякі властивості перейшли межу акцентуації і виявляються на рівні патології, тобто психічних відхилень.

Отже, властивості характеру можуть бути по-різному виражені, тому й розмежування між патологічними і нормологічними портретами характеру, куди входять акцентуації, дуже важливо.

Акцентуація (лат. *accentus* – наголос) — це крайні варіанти норми, коли окремі риси вдачі надмірно посилені, тобто характеризуються особливою вираженістю, загостреністю, незбалансованістю [8].

За теорією Карла Леонгарда, існує чотири акцентуації характеру (демонстративний, педантичний, застрягаючий, збудливий) і шість акцентуацій темпераменту (гіпертимічний, дистимічний, тривожно-боягузливий, циклотимічний, емотивний, афективно-екзальтований) [6].

Відхилення акцентуацій від середньої норми також породжує в їхніх носіїв певні проблеми і труднощі. Саме тому перші дослідження акцентуєваних характерів з'явилися у працях психіатрів і психотерапевтів.

1.2. Особливості типологічного підходу до акцентуацій особистості за концепцією Карла Леонгарда

Німецький психіатр і психолог Карл Леонгард намагався знайти підхід до цілісного опису людини через виділення основних характеристик, чи властивостей, які визначають стержень особистості – її розвиток, процеси адаптації й здоров'я. Відповідно до концепції К. Леонгарда (див. [6]), основні властивості в різних людей виявляються різною мірою і, звичайно, знаходяться в межах норми. Проте, якщо ознака виражена перебільшено, вона є акцентуєваною, тобто при впливі несприятливих чинників може перейти у патологію. Наявність акцентуєваних (загострених) властивостей накладає відбиток на всю особистість.

Роз'яснюючи своє розуміння акцентуєваних особистостей, Леонгард підкреслював, що вони, зазвичай, є патологічними, і аргументував умови та вимоги так: «При іншому тлумаченні ми змушені були б зробити висновок, що нормальним можна вважати лише середнє значення, а всяке відхилення від середини (середньої норми) мали б визнати патологією. Це змусило б нас вивести межі норми тих особистостей, які своєю своєрідністю чітко виділяються і людей з середнім рівнем. Однак у цю рубрику потрапила ще й та категорія людей, про яку говорять «особистість» в позитивному сенсі, підкреслюючи, що вона вирізняється оригінальним психічним складом» [6, с.12].

В акцентуєваних особистостях потенційно закладено як можливості соціально позитивних досягнень, так і негативних. Легка ступінь виразності акцентуації, найчастіше, пов'язана з позитивними проявами особистості, висока – негативними проявами. Про патології можна говорити в тому разі, коли акцентуєванна властивість виражена великою мірою та надає найнищівніший вплив на особистість загалом. Неправильно було б відносити акцентуацію до

патологічних проявів особистості, швидше за все акцентуація є крайній варіант норми.

На думку Карла Леонгарда, у 20 – 50% дорослих людей певні властивості характеру загострені (акцентуєвані). Діапазон прояву акцентуацій може бути різним – від легкої до крайньої.

За К. Леонгардом є 10 типів акцентуацій: гіпертимічний, застрягаючий, емотивний, педантичний, тривожно-боягузливий, циклотимічний, демонстративний, збудливий, дистимічний, афективно-екзальтований.

Опис типів акцентуацій

Гіпертимічний тип.

Цей тип відзначається енергійністю, яскравою експресивністю (багатством міміки, жестів, рухів), високою мовленнєвою активністю, жвавістю, веселістю, оптимізмом, ініціативністю. Позитивні сторони: енергійність, оптимізм, жага діяльності, активність. Разом з тим, ці властивості можуть поєднуватися з легковажністю, підвищеною дратівливістю, відсутністю самоконтролю і недостатньо серйозним ставленням до своїх обов'язків. Гіпертимічні особи важко переносять монотонну діяльність, вимушену самотність, сувору дисципліну. Головні конфлікти виникають через недостатньо відповідальне ставлення гіпертимічних осіб до своїх обов'язків.

Застрягаючий тип.

Характеризує людей з інертністю намірів і негативних переживань, помірною контактністю. Інертність психологічних переживань викликає у людей цього типу схильність до повчань, боротьбу за справедливість. Застрягаючі особи ініціюють конфлікти, виступаючи в них активною стороною. Намагаються досягати високих показників у будь-якій діяльності, схильні до високих вимог до себе і висувають надмірно високі вимоги до близьких людей, співробітників. Інертність зумовлює прагнення до високих стандартів виконання. Відзначаються вразливістю, важко переживають образи, злопам'ятні, мстиві, ревнив.

Емотивний тип.

Характеризує людей з високою емоційною чутливістю та нестабільністю емоційних станів. Найбільш виражена властивість – гуманність. В конфлікти вступають рідко, виконують у них пасивну роль. Позитивні сторони: чутливість, здатність до співчуття, доброта, орієнтація на соціальні норми, обов'язковість. Негативні сторони: надмірна чутливість, сльозливість.

Педантичний тип.

Характеризує людей, які мотивовані детальними вимогами досконалості, що поглинають їхню увагу та визначають способи взаємодії з оточенням. Педантичні особистості рідко ініціюють конфлікти, легко поступаються лідерською позицією. У конфлікті, зазвичай, виступають пасивною стороною. Педантична особа вимагає від оточення суворого дотримання вимог. Зокрема близьких людей вона переслідує з претензіями надмірної охайності. Позитивні сторони цього типу: добросовісність, охайність, серйозність, надійність у справах. Негативні сторони: формалізм, занудливість, надмірний настирливий контроль оточення.

Тривожно-боягузливий тип.

Характеризує людей з високим рівнем контролю своїх дій та переважанням почуття небезпеки, незалежно від реальної загрози ситуації. Позитивні сторони: емоційність, неагресивність, самокритичність, обов'язковість. Схильність до високого самоконтролю, що зумовлює невпевненість у собі, несміливість, що, зазвичай, поєднується з низькою активністю, мінорним настроєм. Тривожні особи не ініціюють конфліктів і зазвичай виступають пасивною стороною конфлікту. У важких життєвих ситуації шукають підтримки, опори. Через беззахисність та психологічну вразливість іноді стають мішенню для агресивних, конфліктних осіб.

Циклотимічний тип.

У дитинстві особистість з такою вдачею може мало вирізнятися серед інших дітей. Лише іноді може ставати надзвичайно галасливим, бешкетним, веселим. Ну а потім знову ставати спокійним і керованим. З настанням зрілого віку виникають періодичні фази зміни настрою від сумного до радісного і веселого, тривалість якого, можлива від кількох днів до тижня і більше.

У період зниження настрою підліткам буває важко вчитися, вони дратівливі і швидко втомлюються. Те, що легко давалося раніше, вимагає у цей період великої напруги. Саме тоді підліток воліє сидіти в будинку і ні з ким не зустрічатися. Якщо почати розпитувати його, то може виникнути конфлікт зі сльозами, грубістю, різкими відповідями на розпитування батьків.

Після закінчення фази глибокого спаду починається фаза підйому, у цей період підліток може швидко надолужити весь змарнований час у навчанні. Щирість і чуйність, добродушність і приязність відновлюють відносини підлітка з його батьками.

Захоплення циклотимічного підлітка звичайно нестійкі. У фазі підйому інтерес до найрізноманітніших занять може виявлятися дуже яскраво, підліток шукає нове захоплення, від якої відмовляється під час спаду. Таке чергування періодів піднесення та спаду, може зберегтися протягом усього життя.

У звичайному настрої циклотиміки товариські і привітні, легко знайомляться з новими людьми і знаходять з усіма спільну мову. Не схильні протиставляти себе іншим, не вважають себе кращими. Зазвичай, вони реалісти і терпимо ставляться до вад інших.

До роботи і своїм обов'язків такі особистості ставляться сумлінно, але при підвищеному настрої можуть виявляти легкодумство, безсистемність. У період підвищеного настрою вони стають як оптимісти. Їм властивий самоаналіз.

Але коли вони сердяться в них можуть бути різкі спалахи, проте швидко заспокоївшись, вони нікого не встигають скривдити. Період зниженого настрою вони очікують з неприємним почуттям. Дорослі циклотиміки вже знають своє вміння впадати у нудьгу, скаржитися на втому. Вони стають апатичними і бездіяльними, все валиться. Робота, якому вони займалися із захопленням, починає їх обтяжувати.

У період спаду вони намагаються проводити час вдома й на самоті, уникаючи будь-яких контактів. Настрій буває гіршим вранці. Вони прокидаються невиспаними, млявими, відчують занепад сил. З оптимістів вони перетворюються на песимістів, похмуро переживаючи дрібні невдачі.

Але вони знають, що період спаду однаково закінчиться, і попереду повернення до захопленням і вподобанням – життя нагадує зебру – чорні смуги чергуються з білими.

Демонстративний тип.

Характеризується підвищеним рівнем потреби соціальної афіліації, прагненням до лідерства, стремлінням до влади та соціального визнання, розвитком комунікативних здібностей та вмінь. Демонстративні особи відзначаються здатністю активно пристосовуватись до соціальних ситуацій, високою розвиненістю комунікативних навичок, що дозволяють їм легко переходити від однієї манери спілкування до іншої. У конфліктах виступають активною стороною, часто самі провокують конфлікти. Позитивні сторони: артистичність, манера спілкуватись, демонструючи розуміння партнерів, здатність захоплювати співрозмовників, неординарність мислення та вчинків. Негативні сторони: лицемірство, демонстрація своїх переваг (хвастощі), бажання перекласти найважливіші обтяжливі обов'язки на інших, а самому уникнути напруження та ухилитись від роботи.

Збудливий тип.

Характеризує імпульсивних, запальних людей, які мають труднощі самоконтролю. Особливість цього типу полягає в тому, що емоційне збудження охоплює таких осіб швидко і легко досягає максимального піднесення. У період збудження виявляються дратівливість, запальність, слабкий самоконтроль. А в спокійному емоційному стані збудливі особи охайні, доброзичливі, повільні у реагуванні. Разом з тим, такі особистості можуть бути ініціаторами конфліктів, в яких часто виступають активною провокуючою стороною, схильні до сварок. Інколи така конфліктність поєднується з відчуженістю, похмурістю.

Дистимічний тип.

Дистимічний тип – протилежність гіпертимічній. Така особистість характеризується переважанням сумного настрою, низькою контактністю, мовленнєвою пасивністю та уповільненістю дій. Дистимічні особи приємні у спілкуванні, оскільки володіють такими властивостями, як схильність серйозно сприймати реальність, уникання лідерства, усталеність симпатій до друзів.

Властивості, які відштовхують від дистимиків: пасивність, сповільненість реакцій, ригідність поведінки (інерція, негнучкість, загальмованість), відчуженість від співрозмовників. Дистимічні особи є неконфліктними, вони уникають активного спілкування, люблять посидіти вдома, ведуть усамітнений спосіб життя, цінують своїх друзів.

Афективно-екзальтований тип.

Головною ознакою екзальтованої особистості є бурхлива, екзальтована реакція на те, що відбувається. Вони легко переходять в стан захвату від радісних подій і у розчарування від сумних. Їх відрізняє надмірна вразливість з приводу будь-якої події або факту. При цьому внутрішня вразливість і схильність до переживань часто проявляються у поведінці та при взаємодії з соціальним оточенням.

Відповідно до концепції К.Леонгарда, у структурі особистості деякі акцентуйовані властивості більшою мірою визначаються особливостями темпераменту, інші – особливостями характеру.

Характер впливає на спрямованість зацікавлень людини й формування реакцій. Темперамент – на динаміку й глибину емоційних реакцій. Оскільки чіткої границі між темпераментом і характером немає, незалежно від природи акцентуйованої властивості Леонгард вживає термін «акцентуйована особистість», але розкриває зміст цієї риси, приділяючи більше уваги або темпераменту, або характеру.

РОЗДІЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦИКЛОТИМІЧНОГО ТИПУ АКЦЕНТУАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ: ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Опис методики та процедури дослідження

Методика Шмішека складається з 88 питань, на які потрібно відповісти «так» чи «ні». За допомогою даної методики визначаються наступні 10 типів акцентуації особистості (по класифікації К. Леонгарда): гіпертимічний, застрягаючий, емотивний, педантичний, тривожно-боягузливий, циклотимічний, демонстративний, збудливий, дистимічний, афективно-екзальтований.

Максимальний показник за кожним типом акцентуації - 24 бали. Ознакою акцентуації вважається показник вище 12 балів. Отримані дані можуть бути представлені у вигляді «профілю особистості».

Відповідно до технології психодіагностичного обстеження акцентуацій особистості за опитувальником Шмішека виконуються наступні кроки:

1. Вивчення теорії.
2. Тиражування бланків і ключів для кількісної обробки результатів.
3. Психодіагностичне обстеження.
4. Обробка первинних результатів за ключами і переведення їх у стандартизовані показники.
5. Побудова профілю особистості.
6. Якісний аналіз(розпочинаючи від найбільших балів).
7. Написання діагностичного висновку(звіту)

Теорія. Теоретичною основою опитувальника є концепція «акцентуованих особистостей» К. Леонгарда. Відповідно до неї всі риси особистості можуть бути розділені на основні і додаткові. Основні риси – стержень особистості, вони визначають її розвиток, процеси адаптації, психічне здоров'я. При значній вираженості основні властивості характеризують особистість в цілому. В разі дії

несприятливих факторів вони можуть набувати патологічного характеру, руйнуючи структуру особистості. Особистості, в яких основні межі яскраво виражені, названі К. Леонгардом акцентуйованими. Акцентуйовані особистості не слід розглядати як патологічні. Це випадок «загострення» визначених, властивих кожній людині, особливостей. По К. Леонгарду, в акцентуйованих особистостях потенційно закладені як можливості соціально позитивних досягнень, так і негативних [10].

К. Леонгардом виділені 10 типів акцентуйованих особистостей, які досить довільно розділені на дві групи: акцентуація характеру (демонстративний, педантичний, застрягаючий, збудливий) і акцентуації темпераменту (гіпертимічний, дистимічний, тривожно-боягузливий, циклотимічний, афективно-екзальтований, емотивний).

Інструкція. Вам пропонується відповісти на 88 питань, що стосуються різних сторін вашої особистості. Над номером питання поставте знак «+» (так), якщо згодні, або внизу «+» (ні), якщо не згодні. Відповідайте швидко, довго не замислюйтеся.

Обробка результатів. Для обробки результатів виготовляються ключі, які накладаються на бланк відповідей, заповнений респондентом. Потім здійснюється підрахунок відповідей згідно з ключем і множиться відповідно йому на 2, 3 або 6. При збігу відповіді на питання з ключем відповіді привласнюється один бал [1].

2.1. Психологічний аналіз емпіричних результатів дослідження

У ході психодіагностичного дослідження акцентуацій особистості була використана методика Шмішека і опитано 20 респондентів віком 18-45 років протягом березня-квітня 2017 року.

Спочатку був проведений кількісний аналіз результатів, побудований профіль особистості і отримано такі дані:

Таблиця 2.1 Результати психодіагностичного обстеження акцентуацій особистості респондентів за опитувальником Г. Шмішека (м. Тернопіль, березень-квітень 2017 року, у балах)

№	Прізвище, ім'я	Вік	Стать	Тип акцентуації									
				I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X
1	Антонюк Богдан	20	Чол.	21	20	6	14	9	15	10	9	6	12
2	Годован Анастасія	19	Жін.	6	20	18	20	18	21	10	18	12	12
3	Івасюк Вікторія	18	Жін.	21	10	24	14	18	21	18	18	12	24
4	Задорожна Марія	22	Жін.	21	18	15	18	3	21	18	21	6	18
5	Задорожний Ігор	24	Чол.	18	14	15	12	3	18	16	21	9	24
6	Ковальський Андрій	21	Чол.	15	12	15	20	15	15	4	12	12	12
7	Кухарський Роман	21	Чол.	24	12	9	6	6	12	8	12	18	24
8	Лукач Людмила	18	Жін.	21	10	18	14	9	21	12	15	12	24
9	Луцик Марія	22	Жін.	21	12	12	10	6	15	20	12	8	9
10	Майкович Тарас	19	Чол.	18	8	15	4	12	12	14	15	9	12
11	Мандзяк Тетяна	20	Жін.	21	10	12	14	9	21	10	15	12	24
12	Оліховський	20	Чол.	21	16	12	12	15	12	14	12	9	12

	Андрій												
--	--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Продовження табл. 2.1

13	Риба Інна	19	Жін.	21	12	6	10	3	21	18	21	9	24
14	Скрип Леся	42	Жін.	12	12	24	18	18	18	18	12	18	18
15	Скрип Микола	19	Чол.	18	16	9	6	3	9	10	3	9	6
16	Скрип Петро	45	Чол.	12	16	12	12	18	24	6	18	12	24
17	Ханас Ігор	22	Чол.	21	20	15	18	6	12	14	18	9	24
18	Ханас Яна	20	Жін.	15	18	21	16	6	18	10	18	12	18
19	Цебряк Марія	20	Жін.	15	18	21	18	15	24	6	18	18	24
20	Щавінська Влада	18	Жін.	18	14	15	12	6	21	8	21	12	24

Виявилось, що у (45%) опитуваних наявний яскраво-виражений циклотимічний тип акцентуації особистості і у 30% він знаходиться у зоні психічної тенденційності, що вказує на часткові прояви характеристик цього типу.

Якісний аналіз дослідження:

1. В **Антонюка Богдана** (поз. №1 у табл.) найбільш вираженими типами акцентуації особистості є гіпертимічний і застрягаючий; найменш вираженими – емотивний та дистимічний, також наявні тенденції до циклотимічного і педантичного типу, що означає підвищений фон настрою, оптимізм у поєднанні з чутливістю до образ, засмученням та наполегливістю у досягненні мети. Богдан не характеризується надмірною вразливістю і низькою активністю. Респонденту характерна акуратність, скрупульозність, також, можливі періодичні зміни настрою. Богдан присутня ініціативність, він важко переносить умови жорсткої дисципліни, може бути ревним і мстивим.

Отже, Антонюк Богдан активна, цілеспрямована, наполеглива особистість, це говорить про високу ймовірність успішності респондента.

2. В **Годован Анастасії** (поз. №2) найбільш вираженими типами акцентуації є циклотимічний, застрягаючий, педантичний; найменш вираженим – гіпертимічний, також наявні тенденції до емотивного, тривожно-боягузливого та збудливого типу, що означає часті періодичні зміни настрою, наполегливість у досягненні мети, акуратність, скрупульозність під час виконання поставленої роботи. Анастасія не характеризується підвищеною самооцінкою і стійким підвищеним фоном настрою. Також, респонденту характерна гуманність, вразливість, схильність до страхів, здатність провокувати конфлікти.

Отже, Годован Анастасія має часті зміни настрою у поєднанні з наполегливістю та скрупульозністю у виконанні поставленої цілі.

3. В **Івасюк Вікторії** (поз. №3) найбільш вираженими типами акцентуації є емотивний, афективно-екзальтований, циклотимічний та гіпертимічний; найменш виражений – застрягаючий, також наявні тенденції до тривожно-боягузливого, збудливого, демонстративного та педантичного типу, що означає гуманність, надмірна вразливість, улюбливість, легко переходить від стану захвату до розчарування у поєднанні з частими періодичними змінами настрою та підвищеною самооцінкою. Вікторія не характеризується схильністю до повчань, мовчазністю. Також, варто сказати, що респонденту характерне схильність до боягузливості, провокування конфліктів, демонстративної поведінки, може проявлятися імпульсивність, у роботі скрупульозна й акуратна.

Отже, Івасюк Вікторія вразлива з високою самооцінкою, частими періодичними змінами настрою і переходами від стану захвату до розчарування.

4. В **Задорожної Марії** (поз. №4) найбільш вираженими типами акцентуації є гіпертимічний, циклотимічний та збудливий; найменш вираженим є тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до застрягаючого, педантичного, демонстративного, афективно-екзальтованого та емотивного типу, що означає підвищений фон настрою, імпульсивність, оптимізм у поєднанні з частими періодичними змінами настрою, здатністю провокувати конфлікти. Марія не характеризується сором'язливістю, низькою контактністю, і не схильна до боягузливості. Варто сказати, що респондент навчається та працює в основному

через необхідність, не переносить монотонну роботу, але у виконанні її скрупульозна. Також можливий прояв демонстрації своїх здібностей, та легко переходить від стану захвату до розчарування.

Отже, Задорожна Марія відкрита, імпульсивна, безстрашна особистість з частими періодичними змінами настрою та схильністю до провокування конфліктів.

5. В **Задорожного Ігоря** (поз. №5) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований та збудливий; найменш виражений тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до гіпертимічного, циклотимічного, демонстративного, емотивного, застрягаючого типу, що означає висока контактність, улюбливість, здатність швидко захоплюватися і при цьому швидко розчаровуватися у поєднанні з підвищеною імпульсивністю, здатністю до провокування суперечок, конфліктів. Ігор не характеризується сором'язливістю та схильністю до боягузливості. Також, варто сказати, що респонденту характерні часті періодичні зміни настрою, гуманність, можлива демонстративна поведінка і висока активність.

Отже, Задорожний Ігор імпульсивна, улюблива, безстрашна особистість з властивістю швидко захоплюватися і розчаровуватися та здатністю до провокування суперечок.

6. В **Ковальського Андрія** (поз. №6) найбільш вираженим типом акцентуації є педантичний тип; найменш вираженим є демонстративний, також наявні тенденції до гіпертимічного, емотивного, тривожно-боягузливого, циклотимічного, що означає інертність, ригідність, нездатність до витіснення травмуючих переживань. Андрій не характеризується підвищеною самооцінкою, демонстративністю поведінки, прагненням до визнання. Варто сказати, що респондент характеризується гуманністю, схильністю до боягузливості, можливі часті періодичні зміни настрою. Також, Андрій скрупульозний, сумлінний, акуратний, схильний суворо дотримуватися правил.

Отже, Ковальський Андрій сумлінна, некваплива, частково боягузлива особистість, яка не прагне до визнання, легко поступається місцем лідера.

7. В **Кухарського Романа** (поз. №7) найбільш вираженими типами акцентуації є гіпертимічний та афективно-екзальтований; найменш вираженими педантичний та тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до дистимічного типу, що означає підвищений фон настрою, оптимізм, висока активність у поєднанні з здатністю посперечатися, улюбливістю, поривчастістю. Роман не характеризується ригідністю, невпевненістю в собі, схильністю до страхів. Варто сказати, що респондент вирізняється загостреним почуттям справедливості. Також він легко переходить від стану захоплення до стану розчарування.

Отже, Кухарський Роман оптимістична, поривчаста, улюблива особистість з загостреним почуттям справедливості і легкими переходами від захвату до розчарування.

8. В **Лукач Людмили** (поз. №8) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований, циклотимічний, гіпертимічний; найменш вираженим – тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до емотивного, збудливого та педантичного типів, що означає легкість переходу від стану захвату до розчарування, улюбливість, оптимізм у поєднанні з частими періодичними змінами настрою. Людмила не характеризується схильністю до страхів чи боягузливості. Проте їй характерна надмірна чутливість, життєві події сприймає дуже серйозно. Також респонденту характерна акуратність, скрупульозність у виконанні поставленої роботи та можливий прояв імпульсивної поведінки.

Отже, Лукач Людмила улюблива, активна особистість з частими періодичними змінами настрою і здатністю швидко захоплюватися і розчаровуватися.

9. В **Луцик Марії** (поз. 9) найбільш вираженими типами акцентуації є гіпертимічний та демонстративний; найменш вираженим – тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до циклотимічного типу, що означає підвищений фон настрою, оптимізм, висока активність у поєднанні з підвищеною самооцінкою, схильністю до прикрашання власної особи. Марія не характеризується схильністю до страхів, боягузливості. Варто сказати, що вона полюбляє компанії однолітків, прагне до лідерства. Також респонденту характерні часті періодичні зміни настрою.

Можна зауважити, що їй не характерна сором'язливість, навпаки опитувана схильна побешкетувати, ініціативна.

Отже, Луцик Марія оптимістична, активна, безстрашна особистість з яскраво вираженим бажанням до демонстрації своєї особистості та високою самооцінкою.

10. В **Майковича Тараса** (поз. №10) немає яскраво виражених акцентуацій, проте наявні тенденції до гіпертимічного, емотивного, збудливого, демонстративного типів; найменш вираженим є педантичний тип, що означає підвищений фон настрою, оптимізм, підвищена самооцінка у поєднанні з такими рисами як чутливість, гуманність, імпульсивність. Тарас не характеризується інертністю, пунктуальністю, скрупульозністю. Варто сказати, що він важко переносить умови жорсткої дисципліни, не схильний до сумлінності, самоперевірок. Також респондент навчається та працює швидше через необхідність.

Отже, Майкович Тарас імпульсивна, оптимістична, чутлива особистість з частково вираженою демонстративною поведінкою і відсутністю пунктуальності.

11. В **Мандзяк Тетяни** (поз. №11) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований, гіпертимічний та циклотимічний; найменш вираженим – тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до збудливого та педантичного типу, що означає легкість переходу від стану захвату до розчарування, висока активність, підвищена самооцінка у поєднанні з частими періодичними змінами настрою. Тетяна не характеризується схильністю до страхів. Варто сказати, що респонденту характерна імпульсивність поведінки, схильність до провокування суперечок у поєднанні з пунктуальністю, скрупульозністю у виконанні поставленої роботи.

Отже, Мандзяк Тетяна поривчаста, улюблива, активна, безстрашна особистість з частими періодичними змінами настрою.

12. В **Оліховського Андрія** (поз. №12) найбільш вираженим типом акцентуації є гіпертимічний тип; найменш – дистимічний, також наявні тенденції до застрягаючого, тривожно-боягузливого, демонстративного типів, що означає підвищений фон настрою, оптимізм, висока активність. Андрій не характеризується малою контактністю, мовчазністю, сумлінністю. Варто сказати, що респонденту властива схильність до повчань, прагне досягати високих показників у будь-якій

справі, може проявлятися боягузливість. Також Андрій схильний до прикрашення своєї особистості, демонстрації своїх здібностей.

Отже, Оліховський Андрій активна, оптимістична, комунікабельна особистість з частковим прагненням до досягнення успіху і частковим проявом боягузливості.

13. В **Рибі Інни** (поз. №13) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований, гіпертимічний, циклотимічний та збудливий типи; найменш вираженим типом є тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до демонстративного типу, що означає висока контактність, активність, улюбливість, імпульсивність, схильність до провокування суперечок у поєднанні з частими періодичними змінами настрою. Інна не характеризується невпевненістю в собі, схильністю до боягузливості. Варто сказати, що респонденту характерні легкі переходи від стану захоплення до стану розчарування, можлива демонстративна поведінка, схильність до прикрашення своєї особи. Також їй характерний гарний естетичний смак.

Отже, Риба Інна поривчаста, улюблива, імпульсивна особистість з високою самооцінкою та яскраво вираженою здатністю швидко захоплюватися і розчаровуватися та частими періодичними змінами настрою.

14. В **Скрип Лесі** (поз. №14) найбільш вираженим типом акцентуації є емотивний; найменш вираженим – гіпертимічний, збудливий і застрягаючий, також наявні тенденції до педантичного, тривожно-боягузливого, циклотимічного, демонстративного, дистимічного, афективно-екзальтованого типу, що означає гуманність, надмірна чутливість, вразливість, приховує образи. Леся не характеризується підвищеним фоном настрою, імпульсивністю, оптимізмом, мовчазністю, схильністю до повчань. Також не схильна до провокування конфліктів. Варто сказати, що респонденту властива акуратність, боягузливість, можливі часті періодичні зміни настрою.

Отже, Скрип Леся вразлива, гуманна особистість з частково вираженою скрупульозністю, акуратністю та боягузливістю.

15. В **Скрипа Миколи** (поз. №15) не виявлено яскраво-виражених акцентуацій, проте наявні тенденції до гіпертимічного та застрягаючого типу; найменш вираженими типами є тривожно-боягузливий та збудливий типи, що означає підвищений фон настрою, висока активність у поєднанні з прагненням досягати високих показників у будь-яких справах. Микола не характеризується схильністю до боягузливості, імпульсивності, не схильний до провокування конфліктів. Варто сказати, що респонденту важко виконувати монотонну роботу, не переносить умови жорсткої дисципліни, у дружбі та коханні може бути ревним та мстивим.

Отже, Скрип Микола активна, оптимістична особистість, також наполегливий у досягненні мети, це говорить про високу ймовірність успішності респондента.

16. В **Скрипа Петра** (поз. №16) найбільш вираженими типами акцентуації є циклотимічний та афективно-екзальтований; найменш вираженим демонстративний, також наявні тенденції до тривожно-боягузливого, збудливого та застрягаючого типу, що означає часті періодичні зміни настрою, залежність від навколишніх подій у поєднанні з такими рисами як здатність швидко захоплюватися і так само швидко розчаровуватися. Петро не характеризується демонстративністю поведінки, не прагне до лідерства чи визнання. Але варто сказати, що респонденту характерна альтруїстичність, здатність співчувати. Також Петро схильний до страхів, йому властива імпульсивність, поривчастість, прагне досягати високих показників у будь-якій справі.

Отже, Скрип Петро улюблива, поривчаста особистість з яскраво вираженими частими періодичними змінами настрою та схильністю швидко захоплюватися і розчаровуватися.

17. В **Ханаса Ігоря** (поз. №17) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований, гіпертимічний та застрягаючий типи; найменш вираженим – тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до педантичного, збудливого, емотивного та демонстративного типу, що означає легкі переходи від стану захоплення до розчарування, підвищений фон настрою, висока активність у поєднанні з прагненням досягати високих показників у будь-якій справі. Ігор не характеризується невпевненістю в собі, сором'язливістю чи схильністю до

боягузливості. Варто сказати, що респонденту характерна акуратність, скрупульозність у виконанні поставленої роботи, підвищена імпульсивність, може бути вразливим, приховувати образи, інколи демонструвати свою особистість.

Отже, Ханас Ігор улюблива, поривчаста, активна особистість з яскраво вираженим прагненням до досягнення високих показників у різних видах діяльності.

18. В **Ханас Яни** (поз. №18) найбільш вираженим типом акцентуації є емотивний; найменш вираженим – тривожно-боягузливий; також наявні тенденції до застрягаючого, циклотимічного, збудливого, афективно-екзальтованого та гіпертимічного типу, що означає емоційність, балакучість, гуманність, вразливість. Яна не характеризується сором'язливістю, схильністю до страхів. Варто сказати, що респонденту характерне прагнення досягати високих показників у будь-якій роботі, також можливі часті періодичні зміни настрою, легкі переходи від стану захоплення до розчарування. Також може спостерігатися підвищена імпульсивність, дратівливість.

Отже, Ханас Яна вразлива, гуманна, безстрашна особистість з частково вираженою імпульсивністю, та здатністю до частих перемін настрою.

19. В **Цебряк Марії** (поз. №19) найбільш вираженими типами акцентуації є циклотимічний, афективно-екзальтований та емотивний; найменш вираженим – демонстративний; також наявні тенденції до застрягаючого, педантичного, збудливого, дистимічного, гіпертимічного та тривожно-боягузливого, що означає часті періодичні зміни настрою, залежність від навколишніх подій у поєднанні із здатністю швидко захоплюватися і розчаровуватися, любов'ю посперечатися, гуманністю та співчуттям. Марія не характеризується демонстративністю поведінки, не прагне до лідерства і визнання. Варто сказати, що респонденту характерна скрупульозність у виконанні поставленої роботи і прагнення досягати у ній високих результатів, можливі прояви боягузливості.

Отже, Цебряк Марія улюблива, поривчаста, вразлива особистість з частими періодичними змінами настрою.

20. В **Щавінської Влади** (поз. №20) найбільш вираженими типами акцентуації є афективно-екзальтований, циклотимічний і збудливий типи; найменш вираженим –

тривожно-боягузливий, також наявні тенденції до гіпертимності, емотивності та застрягання, що означає легкі переходи від стану захоплення до розчарування, часті періодичні зміни настрою у поєднанні з підвищеною імпульсивністю. Влада не характеризується схильністю до страхів та хвилювань. Варто сказати, що для неї характерна висока активність, гуманність, здатність співчувати і прагнення досягати високих результатів у будь-якій справі.

Отже, Щавінська Влада імпульсивна, улюблива, безстрашна особистість з частими періодичними змінами настрою, що ускладнює її стосунки із людьми близького, особистісного і суто інтимного оточення.

2.3. Рекомендації респондентам щодо застосування інформації про особливості циклотимічного типу акцентуації темпераменту

При акцентуаціях порушення виникають лише за певних психічних травмах, в окремих важких ситуаціях, а саме тоді, коли вони адресуються до «слабкої психічної чи душевної ланки» даного типу характеру. При кожному типі акцентуації є властиві їй, відмінні від інших типів, як «слабкі місця», так і «сильні сторони»

До слабкостей циклотимічного типу відносяться ті ситуації, які у період депресивної фази не вписуються в очікування від людини звично притаманної їй «нормальної поведінки».

Натомість сильними сторонами циклотиміка є активність, витривалість, вміння викликати довіру, товариськість, винахідливість у нестандартних стресових ситуаціях, готовність брати на себе відповідальність за вчинки.

У будь-якому разі циклотиміку важливо зрозуміти і прийняти свої негативні сторони і не намагатися картати себе чи звинувачувати під час періоду зниженого настрою. Потрібно, спрямувати позитивні риси дистимічної фази у правильне і корисне для себе русло. Скажімо, коли настає період загальної пригніченості і відчуження від навколишнього середовища, почати займатися самоаналізом і саморозвитком своєї особистості. В цей час відсутня запальність, поривчастість,

активність і це сприяє охолодженню розуму, пізнанню і переосмисленню своєї життєвої позиції і себе загалом. Також ефективність праці у цей час дещо вища оскільки відсутня легковажність і безсистемність.

У період піднесеності варто використовувати кращі сторони своєї особистості для досягнення важливих цілей. Цей час є найоптимальнішим для навчання і налагодження міжособистісних стосунків. Циклотиміки швидко надолужують згаяний час. У цей час вони багато чим цікавляться, легко вчаться. Тому найкоректнішим буде активно і довго розвиватися в улюбленій справі, використовуючи при цьому винахідливість та інші переваги своєї особистості.

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОРТРЕТ ЯК САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ

Таблиця 3.1 Кількісний аналіз самодіагностики

№ Тесту	Результат самотестування
1	<p>За характерологічним опитувальником Айзенка отримано такі результати:</p> <p>∑ балів за шкалою «Інтраверсія-Екстраверсія» - 17</p> <p>∑ балів за шкалою «Стабільність-Нейротизм» - 1</p> <p>∑ балів за шкалою «Правдивість» - 2</p>
2	<p>Проективна методика «Пізнай свій характер»</p> <p>Відсутній кількісний аналіз</p>
3	<p>За Експрес діагностикою Л.І. Вассермана:</p> <p>∑ балів 5</p>
4	<p>За методикою діагностики К. Томаса:</p> <p>Суперництво – 5</p> <p>Співробітництво – 7</p> <p>Компроміс – 10</p> <p>Уникання – 5</p> <p>Пристосування – 3</p>
5	<p>За опитувальником Шмішека: тип акцентуації особистості за Леонгардом отримано такі результати:</p> <p>1. Гіпертимічний – 18</p> <p>2. Застрягаючий – 16</p> <p>3. Емотивний – 9</p> <p>4. Педантичний – 6</p> <p>5. Тривожно-боягузливий – 3</p> <p>6. Циклотимічний – 9</p> <p>7. Демонстративний – 10</p>

	<p>8. Збудливий – 3</p> <p>9. Дистимічний – 9</p> <p>10. Афективно-екзальтований - 6</p>
6	За тестом Равена було набрано 108 балів
7	<p>За тестом особистісної відповідальності О.Є. Фурман і А.В. Фурмана отримано такі результати:</p> <p>∑ балів: К. К. – 12</p> <p>∑ балів: Ем.-М. К. – 12</p> <p>∑ балів: Пов.-В. К. – 14</p> <p>∑ балів-М.-Д.К. – 18</p> <p>Разом ∑ балів – 56</p>
8	<p>За тестом-опитувальником Фурмана А. В. «Наскільки ти адаптований до життя» отримано такі результати:</p> <p>Всього балів – 61</p>
9	<p>За опитувальником термінальних цінностей І. Г. Сеніна отримано такі результати:</p> <p>Термінальні цінності:</p> <p>Власний престиж – 5</p> <p>Високий матеріальний стан – 8</p> <p>Креативність – 3</p> <p>Активні соціальні контакти – 6</p> <p>Саморозвиток – 7</p> <p>Досягнення – 6</p> <p>Духовне задоволення – 6</p> <p>Збереження власної індивідуальності – 9</p> <p>У життєвих сферах показники були наступними:</p> <p>Професійне життя – 4</p> <p>Навчання та освіта – 6</p> <p>Подружнє життя – 7</p>

	Громадське життя – 8 Захоплення – 7
10	За Фрайбурзьким особистісним опитувальником отримано такі результати: I (Невротичність) – 1 II (Спонтанна агресивність) – 5 III (Депресивність) – 4 IV (Дратівливість) – 5 V (Комунікабельність) – 5 VI (Врівноваженість) – 8 VII (Реактивна агресивність) – 5 VIII (Сором'язливість) – 1 IX (Відкритість) – 8 X (Екстраверсія-інтраверсія) – 7 XI (Емоційна лабільність) – 4 XII (Маскулізм-фемінізм) – 5
11	За проективною методикою «До чого прагнете і чого уникаєте в даний момент» вибрано такі варіанти фігур: 1. Найбільше подобається фігура №3 2. Найбільше не подобається фігура №6 3. Загалом подобаються фігури №2,5 4. Загалом не подобаються фігури №1,4,6,8.
12	За опитувальником Спілбергера-Ханіна (тест на дослідження тривожності) отримано такі результати: Ситуативна тривожність = 21 Особистісна тривожність = 32
13	За диференціальними шкалами емоцій, за К. Ізардом отримано такі результати: 1. Інтерес – 10

2. Радість – 12 3. Здивування – 3 4. Горе – 3 5. Гнів – 4 6. Огида – 4 7. Презирство – 6 8. Страх – 3 9. Сором – 4 10. Провина – 5 Самопочуття = 1,7

Аналіз психодіагностичного автопортрету

1. Який я є насправді (за результатами психодіагностичних методик)

1. За характерологічним опитувальником Айзенка я виявився:

За шкалою «Щирість» - відвертий .

За шкалою «Екстравертованість» - потенційний екстраверт.

За шкалою «Нейротизм» - надконкордант.

За типом темпераменту – сангвінік

Відношуся до типу №10

Е: Артистичний, люблю розважати. Недостатньо наполегливий, товариський, неглибокий. Урівноважений.

2. За проективною методикою «Пізнай свій характер»

1. Маю гордий характер, недовірливий, буду життя за власними принципами.

2. Інтереси пропорційно розподіляються між домом і навколишнім світом.

3. Суєтливий, бунтарний, некерований.

4. Комунікабельний.

5. Надмірно скромний і цнотливий у розв'язанні міжстатевих стосунків.

6. Вміє переконувати.

7. Вірить у себе і впевнений у майбутньому.

8. Цікавить туризм.

9. Не визнає авторитети, впертий, норовистий.

10. Незалежна особистість має свої цілі і завдання.

11. Азартний, наполегливий у грі.

12. Має творчий потенціал.

3. За експрес-діагностикою Л. І. Вассермана виявився низький рівень невротизації.

4. За методикою діагностики К. Томаса найбільш притаманним способом розв'язання конфліктів є компроміс, а найменш – пристосування.

5. За опитувальником Шмішека: тип акцентуації особистості в мене не виявлено яскраво-виражених акцентуацій, проте наявні тенденції до гіпертимічного та застрягаючого типу; найменш вираженими типами є тривожно-боягузливий та збудливий типи, що означає підвищений фон настрою, висока активність у поєднанні з прагненням досягати високих показників у будь-яких справах. Я не характеризує схильністю до боягузливості, імпульсивності, не схильний до провокування конфліктів. Варто сказати, що мені важко виконувати монотонну роботу, не переношу умови жорсткої дисципліни, у дружбі та коханні можу бути ревнивим та мстивим.

6. За тестом Равена було визначено нормальний, дещо вище середнього рівень інтелектуального розвитку.

7. За тестом особистісної відповідальності О.Є. Фурман і А.В. Фурмана у мене середній рівень відповідальності.

8. За тестом-опитувальником Фурмана А.В. «Наскільки ти адаптований до життя» у мене виявилась адаптованість – низький рівень.

9. За опитувальником термінальних цінностей І.Г. Сеніна виявилися найвищі показники були у сфері «високе матеріальне становище», що означає що я прагну до більш високого матеріального добробуту, переконаний, що матеріальний достаток є головною умовою життєвого благополуччя.

I у сфері «збереження власної індивідуальності», що означає прагнення до незалежності від інших людей, прагну якомога менше піддаватися впливу масових тенденцій

Найнижчі показники у сфері «креативність», я не прагну вносити зміни в якісь сфери життя і не прагну до реалізації своїх творчих можливостей.

У життєвих сферах найвищі показники були за шкалами:

«Громадське життя», що означає високу значимість для мене проблем суспільства.

10. За Фрайбурзьким особистісним опитувальником отримано такі результати:

I – низький рівень невротизації особистості.

II – середній рівень психопатизації інтротенсивного типу.

III – середній рівень депресивності, майже відсутність її емоційному стані.

IV – середній рівень емоційної стійкості.

V – середній рівень комунікабельності, часткова потреба в спілкуванні.

VI – висока стійкість до стресу, хороша захищеність до дії стрес-чинників звичайних життєвих ситуацій, що базується на упевненості в собі, активності.

VII – середній рівень психопатизації екстратенсивного типу, майже відсутність агресії.

VIII – низький рівень сором'язливості, відсутність тривожності, скутості, невпевненості.

IX – високий рівень прагнення до довірливо-відвертої взаємодії з оточуючими людьми при високому рівні самокритичності. Відвертий у проходженні тесту.

X – екстраверт

XI – стабільність емоційного стану, добре володіння собою.

XII – протікання психічної діяльності гармонійно з змішаним типом (маскулізму і фемізму)

11. За проективною методикою «До чого прагнете і чого уникаєте в даний момент» виявилось що тепер я прагну енергійного руху і здолати перепону, а також

прагну цілеспрямованої активності, прагну до успіху, визнання, а також потребує короткочасного відпочинку, паузи.

Уникаю слабовольної і депресивної тенденції, не готовий йти на поступки заради інших, а також уникаю гри на повну силу, впертості, негнучкої поведінки, уникаю розслаблення, довготривалого відпочинку.

12. За опитувальником Спілбергера-Ханіна у мене низький рівень реактивної тривожності та помірна особистісна тривожність.

13. За диференціальними шкалами емоцій, за К. Ізардом у мене в даний момент позитивне самопочуття.

2. Яким я хочу стати в особистісному і професійному самовияві

Аналізуючи свій психологічний портрет можна побачити, що для досягнення цілей в особистісному і професійному самовияві потрібно підвищити особистісну відповідальність і наполегливість. Тобто мені вистачає сил для того, щоб почати якусь справу, але не вистачає енергії і напористості, щоб її завершити. Це пов'язано з особливостями темпераменту сангвініка.

3. Опис програми самокорекції та самореалізації.

Отже, щоб досягти розвитку в особистісній і професійній сфері потрібно:

1. Навчитися досягати цілей і виконувати будь-яку діяльність оптимізуючи свій час і раціонально його розподіляючи. Тобто, у процесі виконання будь-якого завдання найвища ефективність людина складає приблизно 45 хв., після чого відбувається виснаження організму і розсіювання уваги. Саме тому потрібно організовувати свій час за допомогою тайм-менеджменту.

2. Розвинути силу волі, за допомогою занять спортом. Оскільки під час тренувань виділяються ряд гормонів і нейромедіаторів, які сприяють мотивації і бажанню до саморозвитку. Це допоможе розвинути наполегливість і напористість у будь-якій діяльності.

ВИСНОВКИ

Отже, для визначення поняття акцентуації найперше потрібно розмежувати поняття характер і особистість. Визначивши це, можна побачити, що акцентуації не обмежуються лише границями характеру чи темпераменту, тобто його динамічної основи, а є притаманними для характеристики всієї особистості. Виділяючи два типи акцентуацій, Леонгард просто звертав увагу на ті особливості, які більш притаманні для властивостей характеру чи темпераменту. Тому було визначено це поняття як акцентуація особистості, для більш повного розуміння терміну.

Опис типів акцентуації особистості і зокрема циклотимічного типу — важливий внесок у психологічну теорію характеру. Слабкі місця цього типу варто знати, щоб уникати неправильних кроків, зайвих навантажень і ускладнень у всіх сферах людської життєдіяльності.

Карл Леонгард вважав, що краще використовувати у процесі дослідження респондентів спостереження, ніж опитувальник. Він пояснював це тим, що під час проведення тесту можуть виникнути непорозуміння з боку респондентів, або ж вони виявляють недостатню відвертість у відповідях, натомість спостереження надає ширші можливості для опису особистості, принаймі дозволяє вивчаючи її у буденному житті.

Проте неможливо проводити спостереження за кожною особистістю, яку потрібно дослідити. Тому Г. Шмішеком був створений опитувальник, відповідно до концепції Леонгара, який надає змогу психологу точно діагностувати переважання певного набору рис особистості. Тому, уникаючи помилок під час проведення методики та за сприянням респондента, можна отримати достовірні результати, які будуть справді відображати його психодуховний світ та індивідуально-психологічні особливості.

Щоб досягнути цього, важливо знати, що потрібно уточнювати результати дослідження, оскільки респондент може неправильно зрозуміти запитання чи зрозуміти його не в тому контексті у якому потрібно, що негативно вплине на постановку психологічного діагнозу.

В ході проведеного нами психологічного дослідження акцентуації особистості було опитано 20 респондентів віком 18-45 років, проведено кількісний і якісний аналізи результатів і сформульовано рекомендації стосовно оптимізації поведінки і вчинків циклотимічного типу. З'ясувалось, що у 45% опитуваних наявний яскраво виражений циклотимічний тип акцентуації, у 30% він знаходиться у зоні психічної тенденційності, що вказує на часткові прояви характеристик цього типу.

Надання рекомендації для циклотимічного типу сприятиме кращому їхньому пристосуванню до різних сфер життєдіяльності, згармонізує вчинки осіб цього типу.

Водночас, треба зауважити, що «чистих» циклотиміків важко знайти, переважно було діагностовано «змішані» типи, що ускладнює роботу психолога в наданні інтерпретацій та рекомендацій для респондента з таким типом.

Нами, також, був описаний власний психодіагностичний портрет, що створений за результатами виконання 13 методик, який надав змогу краще зрозуміти особливості мого власного внутрішнього світу. Було знайдено спільні тенденції за кількома методиками, що підтверджує достовірну наявність цих рис у структурі моєї особистості, зокрема екстравертності, активності, комунікабельності та високої стабільності психіки.

Виходячи з інтерпретацій психодіагностичного портрету важливу роль було надано співвідношенню «Я-реального» і «Я-ідеального», тобто тому, яким я хочу бути і яким я є насправді.

Отже, визначення типів акцентуації особистості, проведене нами за концепцією Карла Леонгарда, – це не лише психодіагностичне дослідження та опис цих типів, а й неоціненна інформація для гармонійного життя кожної особистості, яка прагне краще пізнати себе і різні сторони своєї особистості. Без цієї інформації неможливо побудувати правильно своє життя як у сімейній сфері, так і в професійній, оскільки будь-які невдачі чи непорозуміння будуть приписуватися стороннім чинникам, а не внутрішнім особливостям самої особистості. Людина у процесі онтогенезу практично не змінюється, вона лише може або самоактуалізуватися, або деградувати, рухаючись одночасно, хоча й по-різному, обома шляхами. Немає руху на місці, є рух або вперед або назад кожним із них.

Лише правильно визначаючи вектор своєї особистості та враховуючи різні властивості свого внутрішнього світу – як позитивні, так і негативні – можна досягти головної цілі і потреби кожної людини – само актуалізації та самореалізації.

Значення психодіагностичної науки у цьому плані неоцінене для розвитку суспільства і кожної особистості зокрема.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Акцентуации характера и использование опросника Г. Смишека // Методические рекомендации для практических психологов. Составила В. Г. Сахарова. – Владивосток, 1998.
2. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. – СПб.: Речь, 2003. – 440 с.
3. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика. – СПб.: Питер, 2003. – 351 с.
4. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К.: Либідь, 2005. – 464 с.
5. Левитов Н.Д. Психология характера. – М.: изд. ВЛАДОС, 1997.
6. Леонгард К. Акцентуировані особистості. – 1999. – 361 с.
7. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера. - М., 1983.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. – К.: Центр навч. літератури, 2004. – 272 с.
9. Москалец В. П. Психологія особистості: навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2013. – 262 с.
10. Подмазин С.И. Тесты для диагностики акцентуации характеров у подростков. - М., 1994.
11. Практическая психодиагностика. Методики и типы / Д.Я. Гайгародский - Самара, 1999.
12. Психодиагностика : навч. посіб. / І. М. Галян. – 2-ге вид., стереотип. – К. : Академвидав, 2011. – 464 с. - (Серія «Альма-матер»).
13. Психологічна діагностика: проблеми і дослідження / під ред. Гуревича К.М. - М., 1981. – 232 с.
14. Психологія індивідуальних відмінностей. Тести // під ред. Гиппенрейтер Ю.Б., Романова В.Я. - М., 1982. - С. 64-68.
15. Психология и психоанализ характера : Хрестоматия / [Ред.-сост. Д. Я. Райгородский]. - Самара : Бахрах, 2002. - 639 с.
16. Психологія особистості: ціннісно-орієнтаційний вимір: [монографія] /Анатолій Анатолійович Фурман. - Одеса: ОНПУ; Тернопіль: ТНЕУ, 2016. – 312 с.

17. Ратанова Г.А., Шляхте Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. – М.: МПСИ, 2005.
18. Сахарова У.Р. Акцентуации характеру і опитування Р.Смишека // Методичні рекомендації для практичних психологів. – Владивосток, 1998.
19. Столяренко Л.Д. Основы психологии. Характер, акцентуации характера и неврозы. - Ростов-на-Дону, 1997.
20. Фурман А.В. Вітакультурне обґрунтування практичної психології // Практична психологія і соціальна робота. – 2003. - №4. – С. 23-27.
21. Фурман А.В. Ідея професійного методологування: Монографія. – Тернопіль: Екон. думка, 2007. – 187 с.
22. Фурман А.В. Психодіагностика: навч.-метод. модульний комплекс із дисципліни. – Третє вид., скор. – Тернопіль, 2015. – 64 с.
23. Фурман А.В. Типологічний підхід у системі професійного методологування // Психологія і суспільство. – 2006. - №2. – С. 78-92.
24. Х`єлл Л., Зіглер Д. Теорії особистості. - СПб.: Питер, 1999. – 419 с.
25. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности: Учебник. – 2-е изд. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 512 с.