

Тест Люшера — описание и интерпретация

Тест Люшера основан на предположении о том, что выбор цвета отражает нередко направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности.

Зарубежные психологи применяют иногда тест Люшера в целях профориентации при подборе кадров, комплектовании производственных коллективов, в этнических»; геронтологических исследованиях, при рекомендациях по выбору брачных партнеров. Значения цветов в их психологической интерпретации определялись в ходе разностороннего обследования многочисленного контингента различных испытуемых.

Характеристика цветов (по Максусу Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета.

Основные цвета:

- 1) синий — символизирует спокойствие, удовлетворенность;
- 2) сине-зеленый — чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;
- 3) оранжево-красный — символизирует силу волевого усилия, агрессивность, наступательные тенденции, возбуждение;
- 4) светло-желтый — активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций.

Дополнительные цвета: 5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) нулевой(0). Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям, что будет показано ниже.

Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй — действительное. В зависимости от цели исследования можно интерпретировать результаты соответствующего тестирования».

В результате тестирования получаем восемь позиций; первая и вторая — явное предпочтение (обозначаются ++);

третья и четвертая — предпочтение (обозначаются х х);

пятая и шестая — безразличие к цвету (обозначаются = =);

седьмая и восьмая — антипатия к цвету (обозначаются — —)

На основании анализа более 36 000 результатов исследований М. Люшер дал примерную характеристику выбранных позиций:

1-я позиция отражает средства достижения цели (например, выбор синего цвета говорит о намерении действовать спокойно, без излишнего напряжения);

2-я позиция показывает цель, к которой стремится испытуемый;

3-я и 4-я позиции характеризуют предпочтение цвету и отражают ощущение испытуемым истинной ситуации, в которой он находится, или же образ действий, который ему подсказывает ситуация;

5-я и 6-я позиции характеризуют безразличие к цвету, нейтральное к нему отношение. Они как бы свидетельствуют, что испытуемый не связывает свое состояние, настроение, мотивы с данными цветами. Однако в определенной ситуации эта позиция может содержать резервную трактовку цвета, например, синий цвет (цвет покоя) откладывается временно как неподходящий в данной ситуации;

7-я и 8-я позиции характеризуют негативное отношение к цвету, стремление подавить какую-либо потребность, мотив, настроение, отражаемые данным цветом.

+	+	X	X	=	=	-	-
3	4	1	0	2	5	6	7

Запись выбранных цветов осуществляется перечнем номеров в порядке предпочтения с указанием позиций. Например, при выборе красного, желтого, синего, серого, зеленого, фиолетового, коричневого и черного цветов записывается:

Зоны (+ +; x x; = =; — —) образуют 4 функциональные группы.

Интерпретация результатов тестирования

Как отмечалось, одним из приемов трактовки результатов выбора является оценка положения основных цветов. Если они занимают позицию далее пятой, значит, характеризующие ими свойства, потребности не удовлетворены, следовательно, имеют место тревожность, негативное состояние.

Рассматривается взаимное положение основных цветов. Когда, например, № 1 и 2 (синий и желтый) находятся рядом (образуя функциональную группу), подчеркивается их общая черта — субъективная направленность «вовнутрь». Совместное положение цветов № 2 и 3 (зеленого и красного) указывает на автономность, самостоятельность в принятии решений, инициативность. Сочетание цветов № 3 и 4 (красного и желтого) подчеркивает направленность «вовне». Сочетание цветов № 1 и 4 (синего и желтого) усиливает представление зависимости испытуемых от среды. При сочетании цветов № 1 и 3 (синего и красного) в одной функциональной группе подчеркивается благоприятный баланс зависимости от среды и субъективной направленности (синий цвет) и автономности, направленности «вовне» (красный цвет). Сочетание зеленого и желтого цветов (№ 2 и 4) рассматривается как противопоставление субъективного стремления «вовнутрь», автономности, упрямства стремлению «вовне», зависимости от среды.

Основные цвета, по мнению Макса Люшера, символизируют следующие психологические потребности:

№ 1 (синий) — потребность в удовлетворении, спокойствии, устойчивой положительной привязанности;

№ 2 (зеленый) — потребность в самоутверждении;

№ 3 (красный) — потребность активно действовать и добиваться успеха;

№ 4 (желтый) — потребность в перспективе, надеждах на лучшее, мечтах.

Если основные цвета находятся в 1-й — 5-й позициях, считается, что эти потребности в известной мере удовлетворяются, воспринимаются как удовлетворяемые; если они в 6-й — 8-й позициях, имеет место какой-либо конфликт, тревожность, неудовлетворенность из-за неблагоприятных обстоятельств. Отвергаемый цвет может рассматриваться как источник стресса. Например, отвергаемый синий цвет означает неудовлетворенность отсутствием покоя, привязанности.

Возможности оценки работоспособности в ходе анализа выбора цветов Макс Люшер учитывал, исходя из следующих посылок.

Зеленый цвет характеризует гибкость волевых проявлений в сложных условиях деятельности, чем обеспечивается поддержание работоспособности.

Красный цвет характеризует силу воли и чувство удовлетворенности стремлением к достижению цели, что также содействует поддержанию работоспособности.

Желтый цвет ограждает надежды на успех, спонтанное удовлетворение от участия в деятельности (иногда без четкого осознания ее деталей), ориентацию на дальнейшую работу.

Если все эти три цвета стоят в начале ряда и все вместе, то вероятно более продуктивная деятельность, более высокая работоспособность. Если же они находятся во второй половине ряда и разделены друг от друга, прогноз менее благоприятный.

Показатели тревоги. Если основной цвет стоит на 6-ом месте, он обозначается знаком —, и все остальные, что находятся за ним (7-я — 8-я позиции), обозначаются этим же знаком. Их следует рассматривать как отвергаемые цвета, как причину тревожности, негативного состояния.

В тесте Люшера такие случаи дополнительно помечаются буквой A над номером цвета и знаком —, например:

Показатели компенсации. При наличии источника стресса, тревоги (выражаемого каким-либо основным цветом, помещенным на 6-ю и 8-ю позиции) цвет, поставленный в 1-ю позицию, рассматривается как показатель компенсации (компенсирующим мотивом, настроением, поведением). В этом случае над цифрой, занимающей 1-е место, ставится буква С. Считается явлением более или менее нормальным, когда компенсация проходит за счет одного из основных цветов. В то же время сам факт наличия показателя стресса и компенсации всегда свидетельствует о недостаточной оптимальности состояния.

В тех же случаях, когда компенсация проходит за счет дополнительных цветов, результаты теста трактуются как показатели негативного состояния, негативных мотивов, негативного отношения к окружающей ситуации.

! !! !!!
A A A
2 1 4

Показатели интенсивности тревоги характеризуются позицией, занимаемой основными цветами. Если основной цвет на 6-м месте, фактор, вызывающий тревогу, считается относительно слабым (это отмечается одним восклицательным знаком); если цвет в 7-й и 8-й позиции, ставятся два восклицательных знака (!!); если основной цвет в 8-й позиции, ставятся три знака (!!!). Таким образом может быть поставлено до 6 знаков, характеризующих источники стресса, тревоги, например:

Подобным же образом в тесте Люшера оцениваются случаи неблагоприятной компенсации. Если компенсацией служит какой-либо из основных цветов или фиолетовый, не ставятся никаких знаков. Если серый, коричневый или черный цвет занимают 3-ю позицию, ставится один восклицательный знак, если 2-ю позицию, ставится два знака (!!), если первую позицию, ставится три знака (!!!). Таким образом, их может быть 6, например:

!!! !!! !
С С С
+ + +
6 0 7

Считается, что чем больше знаков «!», тем прогноз неблагоприятнее.

С учетом полученных результатов тестирования целесообразно организовать мероприятия по регуляции и саморегуляции психических состояний, аутогенной тренировки. Повторное тестирование после таких

мероприятий (в сочетании с другими методиками) может дать информацию о снижении тревожности, напряженности.

Особо важное значение при интерпретации результатов тестирования имеет оценка цвета в последней 8-й позиции (или в 4-й функциональной группе при наличии двух цветов со знаком —). Если цвета в этой позиции помечены восклицательными знаками, значит достаточно велика вероятность развития у испытуемого состояния тревожности.

Обратите внимание на соотношение первой и восьмой позиций, имеет ли место компенсация, по нормальной ли схеме она построена?

Может быть также проанализировано отношение цветов во второй и третьей позициях (желаемая цель и фактическая ситуация). Нет ли между ними конфликта? Например, красный цвет во второй и серый в третьей позициях символизируют конфликт между целью, мотивами и самооценкой реального своего состояния.

Анализируя и интерпретируя результаты теста Люшера, полученную психодиагностическую информацию следует сопоставлять с материалами анкетирования, наблюдения, бесед, изучения документов об испытуемых. Только при таком разностороннем изучении личности можно делать какие-то серьезные заключения о чертах личности, ее психологических особенностях.

То же самое следует сказать о перспективах использования результатов теста для оценки состояния, в частности эмоционального состояния, напряженности, тревожности. Однако совпадение показателей цветового теста (выбор цветов № 6, 7, 0 в первой позиции) и данных анкетирования и наблюдения позволяет с большей уверенностью судить о развитии у испытуемых различных негативных состояний.

Интерпретация цветных пар по Люшеру

"++"

+0

Реакция отхода от контактов с окружающими в связи с блокированностью насущных потребностей. Чувство усталости, ограничение сферы общения, снижение социальной активности. Необходим покой, отдых, сочувствие и понимание.

+0+1

Потребность в покое, избегании конфликтов, установка на избегание конфликтов, сниженный фон настроения, стремление к расслаблению и отдыху. Трудности общения. Чувство непонятости и одиночества.

+0+2

Реакция отхода от контактов в связи с тем, что отношения не складываются. Необходимо разрешение конфликтной ситуации и возможность сохранить свой социальный статус и уважение окружающих. Нуждается в стабильной обстановке, в таком виде деятельности, где нужна вдумчивость, точность и аккуратность. Ситуация вызывает недоверчивость, сопротивление внешним воздействиям, стремление оградить себя от внешнего давления и при этом сохранить свою позицию и престиж. Трезвая, рассудочная оценка ситуации. Упрямство.

+0+3

Отход от активной деятельности и широкого круга контактов в связи с переутомлением и выраженными трудностями. Внутренняя напряженность и конфликт разнонаправленных тенденций. Мотивация

достижения успеха и тенденция к независимой самореализации сталкивается с повышенным чувством усталости и ощущением непреодолимых трудностей. Напористость и самобытность, обычно способствующие достижению целей, блокированы временным снижением активности, что может быть связано с неблагоприятно сложившимися обстоятельствами или усталостью.

+0+4

Реакция отхода от активной деятельности и широкого круга контактов в связи с переутомлением и неблагоприятной ситуацией. Потребность в эмоциональной вовлеченности и чувстве причастности к интересам референтной группы не реализуется в полной мере, что усиливает черты эмоциональной лабильности. Необходимость повышения самоконтроля создает некоторую напряженность, ощущается как тяжелое бремя, так как приходится брать на себя большую, чем этого хотелось бы, ответственность. Не реализуется в полной мере потребность в привлечении внимания окружающих к своей персоне.

+0+5

Интровертная реакция, вызванная трудностями адаптации в социальной среде. Потребность избегания контактов широкого круга, уход в мир субъективных представлений, фантазий, мечты. Пассивно-созерцательная позиция, сензитивность, тонко нюансированная чувствительность, ирреальность притязаний и субъективизм в оценке жизненных явлений, тенденция к идеализации окружающей действительности, черты эмоциональной незрелости. Индивидуалистичность в сочетании с повышенной ранимостью, выраженная избирательность в контактах. Эстетическая ориентированность, своеобразие пристрастий.

+0+6

Реакция отхода от контактов, напряженность, усталость, блокированность физиологических потребностей, плохое самочувствие, утрата привычного жизненного стереотипа, мнительность, болезненная сосредоточенность на плохом самочувствии. Пассивность, сочетающаяся с беспокойством, ощущение непреодолимых трудностей, потребность в избавлении от их гнета, тревожное состояние, отсутствие возможности самореализации, сниженный фон настроения. Потребность в помощи и отдыхе.

+0+7

Сочетание усталости и пассивности с выраженным чувством внутреннего протеста против сложившихся обстоятельств (судьбы), неприятие ситуации, задевающей самолюбие и блокирующей насущные потребности личности. Потребность в освобождении от гнетущих обстоятельств, несправедливости. Наряду со сниженным фоном настроения и активности — эмоции гнева.

+1

Потребность в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Дружелюбие, конформность установок. Потребность в понимании, любви и поддержке является ведущей и поэтому наиболее легко травмируемой мишенью. Замкнутость, избирательность в контактах, аналитический склад ума, вдумчивый подход к решению проблем, инертность в принятии решений. Тормозимые черты, преобладание стремления к покою, уединенности, всплески активности быстро сменяются фазой пассивности.

+1+0

Потребность в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Дружелюбие, конформность установок. Потребность в понимании, любви и поддержке является ведущей и поэтому наиболее легко травмируемой мишенью. Замкнутость, избирательность в контактах, аналитический склад ума, вдумчивый подход к решению проблем, инертность в принятии

решений. Тормозимые черты, преобладание стремления к покою, уединенности, всплески активности быстро сменяются фазой пассивности. Вышеописанные тенденции служат инструментом достижения покоя и избавления от стресса. Выраженная склонность к ограничению контактов, расслаблению, избеганию конфликтов.

+1+2

Потребность в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Дружелюбие, конформность установок. Потребность в понимании, любви и поддержке является ведущей и поэтому наиболее легко травмируемой мишенью. Замкнутость, избирательность в контактах, аналитический склад ума, вдумчивый подход к решению проблем, инертность в принятии решений. Тормозимые черты, преобладание стремления к покою, уединенности, всплески активности быстро сменяются фазой пассивности. Вышеописанные тенденции служат инструментом для достижения нормальных условий работы и взаимодействия с окружающими на основании вдумчивого, рассудительного, трезвого подхода при решении проблем. Потребность в оберегании от посягательств своей социальной позиции, повышенное чувство собственного достоинства, потребность как в самоуважении, так и в сохранении личного реноме в глазах значимых окружающих. Склонность к системному мышлению, тяга к точным сферам знаний. Деликатность в сфере межличностных контактов сочетается с упрямством в отстаивании своей позиции. Мотивация избегания неуспеха при достаточно ригидных (негибких) установках и упорстве в своих начинаниях. Черты повышенной аккуратности и внимания к деталям.

+1+3

Конфликтное сочетание разнонаправленных тенденций — высокой мотивации избегания неуспеха и мотивации достижения. Выраженная склонность к непосредственной самореализации сталкивается со столь же высокой тенденцией к избеганию конфликтов, повышенным контролем над своими чувствами и поведением. Уравновешивая друг друга, эти тенденции создают внешне гармоничный поведенческий рисунок, чреватый физиологическими расстройствами. Эротичность в сфере влечения к противоположному полу сочетается с эмпатийностью (умением сопереживать), что может служить основой для гармоничных отношений.

+1+4

Смешанный, эмоционально неустойчивый рисунок индивидуально-личностных свойств, выявляющий высокую подверженность внешним (средовым) воздействиям. Ранимость, чувствительность, зависимость от значимых других, повышенный самоконтроль и конформность установок сочетаются с тенденцией к легкой смене настроения и устремлений, вживаемостью в разные социальные роли. Склонность к экзальтации, потребность нравиться окружающим. Энтузиазм и стремление к сопричастности интересам референтной группы легко сменяются тенденцией уйти от излишней ответственности, участие и сопереживание более значимы, чем конкретные цели. В работе значение придается больше самому процессу, как удовлетворяющему ведущим тенденциям, чем ее окончательному результату. Большое значение придается произведенному впечатлению и дружелюбным отношениям с окружающими.

+1+5

Пассивно-созерцательная позиция, высокая чувствительность к внешним воздействиям, тонкая нюансированность чувств во взаимоотношениях с окружающими и в оценке явлений жизни. Незрелость позиции, ранимость, трудности адаптации, избегание пуг жестко ограниченных рамок деятельности. Мечтательность и поэтичность натуры, сентиментальность, эстетическая ориентированность. Нешаблонность мышления, стремление к своеобразным видам занятий и увлечений. Минорный фон настроения.

+1+6

Пассивность позиции, черты зависимости, тревожность, неуверенность в себе, мнительность и боязливость, опасения за свое здоровье. Чувство непонятости, недостаток эмоционального тепла со стороны окружающих. Выраженная зависимость от объекта привязанности, потребность в защите и помощи.

+1+7

Реакция пассивно-протестная (смешанный тип реагирования, характерный для лиц со склонностью к развитию физических недомоганий в ситуации эмоциональной напряженности), выраженная неустойчивость состояния, несбалансированность эмоционально-вегетативного тонуса. Неудовлетворенность и протест против сложившихся обстоятельств, сниженный фон настроения, сочетающийся с протестными реакциями. Потребность в разрешении невыносимой ситуации — и ощущение ее неразрешимости. Осознанный контроль над иррациональными (не поддающимися пониманию) поведенческими реакциями. Столкновение конфликтных мотивов, приводящее к эмоциональной напряженности, которая, не имея возможности быть отреагированной вовне, проявляется психосоматическими расстройствами.

+2

Скептический настрой в отношении мнения других лиц, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, противодействие обстоятельствам, которое носит защитный характер. Практичность и трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт. Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы. Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении.

+2+0

Скептичность и недоверчивость, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, противодействие обстоятельствам, которое носит защитный характер. Практичность и трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт. Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы. Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении. Вышеописанные тенденции сталкиваются с чувством изолированности, наличия трудностей, мешающих реализации ведущей потребности. Трудности общения, проблема межличностного конфликта.

+2+1

Скептичность, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, противодействие обстоятельствам, которое носит защитный характер. Практичность и трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт. Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы.

+2+2

Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении. Эти особенности смягчаются установкой на избегание конфликта и контролируемостью. Повышенная ранимость в отношении критических замечаний со стороны окружающих, уязвимое самолюбие, значимость социального престижа. Потребность в самоуважении и уважении со стороны окружающих. Вдумчивость, аккуратность, серьезное отношение к обязанностям, интерес к точным наукам и работе, требующей конкретных знаний, тонкого ручного выполнения, подсчета. Интерес к технике, экономике, математике или физике.

+2+3

Амбициозность и защитно-оборонительные тенденции, высокая поисковая активность, упорство в достижении цели, выраженная тенденция к доминированию, противодействие давлению внешних факторов, самостоятельность принятия решений, предприимчивость, инициативность. Эти характеристики усилены уверенностью в себе, наступательностью тактики взаимодействия в межличностных контактах, еще более выраженными чертами независимости. Стеничность (волевая активность), стрессоустойчивость, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, развитое чувство соперничества, увлеченность и стремление к преодолению стоящих на пути к реализации своих намерений препятствий.

+2+4

Амбициозно-защитные тенденции, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, противодействие обстоятельствам, которое носит защитный характер. Практичность и трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт. Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы. Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении сочетается с такими особенностями, как выраженная надежда на успех, потребность в эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении. Оптимистичность, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности. Противоречивое сочетание повышенного чувства собственного достоинства и болезненного самолюбия с подвластностью средовым влияниям, ориентировкой на мнение значимых других и референтной группы. Стремление укрепить самооценку через престижность позиции и популярность среди окружения.

+2+5

Защитные внешнеобвиняющие тенденции при затрудненной адаптации в межличностных отношениях. Наряду с трезвостью в оценках и рационализмом проявляются элементы субъективизма, сверхчувствительности к критическим замечаниям, недоверчивость, ощущение опасности в связи с недоброжелательностью некоторых людей. Мышление синтетическое, изобретательное, с художественными наклонностями и восприимчивостью к эстетике. Стремление привлечь к себе внимание, завоевать симпатии окружающих и признание своей оригинальности. Тенденция придавать особую значимость своим суждениям и высказываниям других людей. Настороженность. Обидчивость. Тенденция к построению субъективной иррациональной схемы враждебных межличностных отношений.

+2+6

Реакция на сложившуюся ситуацию внешнеобвиняющая, обидчивая. Упорство в отстаивании своих позиций неустойчиво, наталкивается на трудности в межличностных контактах, что вызывает повышенную раздражительность, тревожную неуверенность, усталость и ухудшение самочувствия; характеристики стеничности направлены на преодоление чувства дискомфорта и неуверенности, смягчены некоторой конформностью установок. Ощущение известной приниженности своего социального престижа.

+2+7

Реакция на сложившуюся ситуацию агрессивная, внешнеобвиняющая. Гиперстенические (сверхактивные) тенденции с выраженным чувством протеста. Ригидность установок в отстаивании своих позиций, ущемленность чувства собственного достоинства, под угрозой престижность позиции, что вызывает нарастание эмоций гнева; характеристики стеничности (активности) резко усилены

противодействием среды, неблагоприятными обстоятельствами, бороться с которыми трудно в силу субъективно переживаемого чувства их неотвратимости.

+3

Активность и наступательность, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности (активности) и мужественности, склонность к риску.

+3+0

Противоречивость тенденций, активность компенсирует невозможность полной реализации насущных потребностей. Высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску. Характеристики воли направлены на преодоление конфликта с окружением. Трудности самореализации усиливают непосредственность поведенческих реакций, но это не приносит чувства удовлетворения, увеличивает дистанцию в отношениях с окружающими и усугубляет остроту конфликта.

+3+1

Смешанный тип реагирования, в котором конфликтно сочетаются разнонаправленные тенденции. Такие характеристики, как активность позиции, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску используются как инструмент достижения гармоничных и доброжелательных отношений с окружающими, особенно в дружеских и интимно-эротических контактах. Внешне уравновешенное поведение дается ценой известного напряжения с тенденцией к раскачиванию вегетативного баланса и физическим недомоганиям, мишенью которых является сердце.

+3+2

Активность, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску сочетаются с такими тенденциями, как скептичность и внешнеобвиняющие реакции, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, противодействие обстоятельствам, которое носит защитный характер. Практичность и трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт. Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы. Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении. Стрессоустойчивость, стремление к престижной позиции, доминированию. Склонность к вспыльчивости в конфликтных ситуациях.

+3+4

Активность, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и

раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, Черты стеничности и мужественности, склонность к риску сочетаются с неустойчивостью эмоционального состояния, тенденция к самореализации — с изменчивостью установок и непоследовательностью. Яркость эмоциональных реакций, экзальтация чувств, широкий спектр увлечений, оптимистичность, выраженная общительность, поиски новых контактов и сфер интересов. Самооценка неустойчива, наряду с высоким уровнем притязаний неуверенность в себе, которая легко переходит в другую крайность в ситуации признания и успеха в глазах окружения.

+3+5

Активность самореализации, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску сочетаются с чертами эмоциональной незрелости, индивидуалистичностью, повышенным стремлением к независимой позиции, ирреальностью завышенных притязаний. Нетривиальный подход к решению проблем, оригинальность, некоторая склонность к рисовке, стремление привлечь внимание к себе и вовлечь в сферу своего обаяния тех, чье мнение значимо. При достаточно высоком интеллекте данный эмоционально-динамический рисунок представляет собой оптимальные условия для проявления творческих способностей.

+3+6

Активность, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску — все эти тенденции сталкиваются с напряженностью физиологических потребностей, чувством общего дискомфорта, утратой привычного жизненного стереотипа. Высокая активность направлена на поиски выхода из неблагоприятной ситуации, которая оказывает фрустрирующее воздействие, препятствует реализации намерений и ущемляет личностный престиж. Дискомфорт вызывает напряженность биологических потребностей, повышенную тревожность, потребность в расслаблении, успокоении.

+3+7

Высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, целенаправленность действий, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности (активности) и мужественности, склонность к риску. Повышенная активность связана с протестной гиперстенической реакцией, стремлением к независимости, отстаиванием своих индивидуалистических устремлений от давления авторитетов. Импульсивность поведения, пренебрежение условностями. Трудности социальной адаптации. Склонность к протестным поведенческим реакциям. Агрессивность.

+4

Потребность в действии, эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении. Оптимистичность, эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в

привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности.

+4+0

Потребность в действии, эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении сталкивается с препятствиями, что создает чувство повышенной усталости, затруднения в контактах с окружающими. Эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим. — Все эти характерные черты акцентированы в связи с повышенной зависимостью от средовых воздействий, поисками признания и стремлением к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности. Все это — вопреки трудностям, отсутствию поддержки и помощи со стороны окружающих, неопределенности ситуации. Смутное ощущение тревожности, вытеснение проблем. Эмоциональная напряженность, причины которой практически не осознаются.

+4+1

Неустойчивость фона настроения, противоречивость реакций, непосредственно связанная с противодействием разнонаправленных тенденций. Потребность в действии, эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении. Оптимистичность, эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности сочетаются с такими свойствами? как потребность в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Дружелюбие, конформность установок. Потребность в понимании? любви и поддержке является ведущей и поэтому наиболее легко травмируемой мишенью. Отсюда некоторая избирательность в контактах, аналитический склад ума, менее беспечный подход к решению проблем, временами стремления к покою, уединенности, всплески активности быстро сменяются фазой пассивности — что создает почву для внутреннего конфликта, в ситуации лично значимой ведущими являются тенденции стенического круга и проявляется повышенная эмотивность. В социально значимой ситуации эти свойства успешно контролируются. Склонность к перепадам в настроении — от приподнятого, экзальтированного до грустного. Выраженная зависимость от средовых воздействий и от ситуации успеха-неуспеха.

+4+2

Надежда на успех и выраженная эмотивность сочетаются с педантизмом. Преобладают такие характеристики как потребность в действии, эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении, оптимистичность, эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии, тенденция к избеганию ответственности, в выборе вида деятельности ориентированность на то, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности. Эти черты усиливаются такими тенденциями, как упрямство, практичность, потребность в отстаивании собственных установок, упорство, агрессивность, которая носит защитный характер. Трезвость суждений, рационализм, тенденция к системному подходу при решении проблем. Опора на накопленный опыт.

Ориентировка на собственное мнение, сопротивление внешне-средовым воздействиям. Зрелость жизненной платформы. Чувство соперничества. Значимость собственной социальной позиции. Тропизм к конкретным видам деятельности, сфере точных знаний и положению лидера в социальном окружении. Неустойчивость и ригидность в сочетании могут взаимно уравнивать друг друга при хорошем контроле достаточно высокого интеллекта. Широта диапазона интересов и высокая поисковая активность в содружестве с тенденцией к планомерности в принятии решений и действиях способствуют эффективной деятельности. При недостаточной личностной интеграции — повышенная конфликтность. Проблема личности, "ищущей признания".

+4+3

Такие характеристики, как потребность в действии, в эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении, оптимистичность и легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, стремление нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии, тенденция к избеганию ответственности, стремление придавать наибольшее значение тому, чтобы сам Процесс деятельности приносил удовольствие, трудности адаптации в условиях жесткого регламента, привыченной эмоциональной переключаемости и непостоянстве в привязанностях, непосредственности чувств, пристрастия к забавам и игровому компоненту в деятельности усиливаются такими свойствами; как активность позиции, высокая мотивация достижения, потребность в обладании жизненными благами, стремление к доминированию, нормальная эротичность, непосредственность и раскрепощенность поведения, высокая самооценка, потребность в самореализации, противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности, черты стеничности и мужественности, склонность к риску. Непоследовательность, своеволие, повышенное чувство авторитарности. Тенденция к самореализации при повышенной эмотивности, склонности разбрасываться, браться сразу за несколько дел.

+4+5

Эмоциональная неустойчивость, повышенная эмотивность. Потребность в общении* эмоциональной вовлеченности, в переменах, в признании. Оптимистичность, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремление к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности — все это усугубляется ирреальностью притязаний, чертами эмоциональной незрелости, трудностями социальной адаптации. Художественный склад мышления, элементы артистизма в поведении, потребность в сильных переживаниях, богатое воображение, повышенная ранимость, впечатлительность, мечтательность. Склонность к выбору занятий в сфере искусства и избеганию рамок режимных видов деятельности и формальностей.

+4+6

Реакция эмоциональной неустойчивости в ситуации переутомления или утраты привычного жизненного стереотипа. Потребность в общении, эмоциональной вовлеченности, в переменах усилена в связи с ситуацией, в которой ощущается общий дискомфорт и чувство приниженности. Оптимистичность, эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремления к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности. Состояние эмоциональной напряженности, физическая усталость, дискомфорт.

Эмоциональная неустойчивость усугубляется недомоганием, опасениями за свое здоровье, тревожными ощущениями надвигающейся опасности. Потребность в избавлении от проблем. Вытеснение психологических причин и соматизация конфликта. Напряженность физиологических потребностей.

+4+7

В силу неприемлемых обстоятельств, вызывающих протест и негативизм, резко усилены такие свойства личности, как потребность в общении, эмоциональной вовлеченности, в переменах, поиски признания. Оптимистичность, эмоциональная неустойчивость, легкое вживание в разные социальные роли, демонстративность, потребность нравиться окружающим, зависимость от средовых воздействий, поиски признания и стремление к сопричастности в межличностном взаимодействии. Тенденция к избеганию ответственности. В выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Любые формальные рамки тесны и плохо переносятся. Выраженная эмоциональная переключаемость без глубины переживаний и непостоянство в привязанностях. Непосредственность чувств, пристрастие к забавам, игровому компоненту в деятельности. Выраженная эмоциональная напряженность. Стремление уйти от проблем и ответственности сталкивается с серьезным препятствием, вызывающим чувство протеста. Непосредственность поступков и высказываний может быть поспешной и опережать их продуманность. Активные поиски выхода из ситуации избыточно суетливы, непоследовательны, непланомерны.

+5

Неустойчивость, трудности социальной адаптации, эмоциональность и субъективность пристрастий превалирует над рассудочностью. Нешаблонный, самобытный подход к решению проблем, оригинальность мышления, богатое воображение, недостаток практицизма, реалистичности. Индивидуалистичность, создающая трудности в попытках завязывания контактов. Ранимость, сензитивность. Трудно вырабатываются навыки общепринятых норм поведения. Тонкая нюансированность чувств, своеобразие интересов, суждений.

+5+0

Трудности социальной адаптации у личности своеобразной, избирательной в контактах, оторванной от реальности повседневной жизни. Пассивно-созерцательная позиция, иррациональный способ защиты от стресса и межличностных конфликтов. Потребность в отстаивании своего индивидуального стиля путем пассивного сопротивления с уходом в мир идеальных субъективных представлений и переживаний, в мир фантазий и мечты.

+5+1

Неустойчивость, трудности социальной адаптации, эмоциональности и субъективность пристрастий превалирует над рассудочностью. -Нр шаблонный, самобытный подход к решению проблем, оригинальности мышления, богатое воображение, недостаток практицизма, реалистичности. Индивидуалистичность, создающая трудности в попытках завязывания контактов. Ранимость, сензитивность. Трудно вырабатываются навыки общепринятых норм поведения. Тонкая нюансированность чувств, своеобразие интересов, суждений сочетается с такими особенностями, как потребность в прочной и глубокой привязанности, эмоциональном комфорте и защите от внешних воздействий. Дружелюбие, конформность установок. Потребность в понимании, любви и поддержке является ведущей и поэтому наиболее легко травмируемой мишенью. Замкнутость, избирательность в контактах, аналитический склад ума, вдумчивый подход к решению проблем, инертность в принятии решений. Тормозимые черты, преобладание стремления к покою, уединенности, всплески активности быстро сменяются фазой пассивности. Эстетическая ориентированность, уход от житейских проблем в мир искусства, поэзию, мир фантазий.

+5+2

Трудности социальной адаптации. Повышенная обидчивость. Трудности межличностных отношений, смешанный тип реагирования, сензитивность к критическим замечаниям со стороны окружающих, недоверчивость. Изобретательный склад ума, нешаблонность решений сочетается с тенденцией к систематизации, иррациональность чувств с трезвостью суждений. Подозрительность, повышенное чувство справедливости, стремление настоять на своем. Потребность в признании своего авторитета в глазах окружающих. Плановость действий сочетается с осторожностью и чуткой реакцией на изменения в ситуации. Восприимчивость к эстетике.

+5+3

Трудности социальной адаптации в силу повышенной сензитивности и выраженной индивидуалистичности. Неустойчивость мотивационной направленности. Повышенная эмотивность, потребность в самореализации при недостаточно развитом контроле. Экзальтированность. Нешаблонный подход к решению проблем, склонность к расширению сферы интересов, увлеченность. Стремление привлечь внимание окружающих, высокий уровень притязаний, избирательность в контактах, своеобразие интересов. Адаптация затрудняется в жестко регламентированной ситуации и в контактах с людьми категоричными и нетерпимыми.

+5+4

Трудности социальной адаптации в силу повышенной чувствительности и выраженного индивидуализма. Выраженная эмоциональная неустойчивость, быстрая переключаемость внимания, легкое вживание в разные социальные роли. Артистизм, экзальтированность, иррациональность притязаний. Высокий, но неустойчивый уровень самооценки, на которую оказывает влияние мнение окружающих, отсюда повышенная потребность в признании, элементы демонстративности. Развитое воображение, богатая фантазия, художественный стиль восприятия. Черты эмоциональной незрелости. Благоприятная почва для развития творческой одаренности.

+5+6

Состояние тревожное, неустойчивое, обостренная чувствительность к средовым воздействиям, трудности адаптации, связанные с индивидуальным своеобразием и известным идеализмом. Выраженная избирательность в отношении жизненных ценностей, в контактах с людьми. Сужена зона жизненного комфорта: потребность в щадящих условиях, прихотливость вкуса. Повышенная мнительность, болезненная сосредоточенность на своих ощущениях, склонность к страхам.

+5+7

Протестно-негативная иррациональная реакция на ситуацию. Эмоциональная напряженность, трудности адаптации, чувство неудовлетворенности в связи с обстоятельствами, субъективно оцениваемыми как навязанные и нежелательные. Потребность в сохранении собственного стиля самореализации фрустрирована, способы решения проблем носят иррациональный характер, однако поступки и высказывания не столь агрессивны, сколь своеобразны. Ощущение диссонанса с окружением, неэтичности происходящего вокруг. Столкновение идеальных представлений с грубой реальностью.

+6

Неудовлетворенность потребности в физиологическом комфорте, повышенная тревожность, эмоциональная напряженность с тенденцией к биологизации тревоги (плохое самочувствие). Опасения, связанные с недомоганием, усталостью, перенапряжением. Потребность в отдыхе, щадящем режиме, восстановлении сил.

+6+0

Выраженная потребность в отдыхе, состояние тревоги, беспокойство, переживание конфликта, усталость, перенапряжение. Тревожные

опасения за свое здоровье. Проблемы субъективно переживаются как трудно преодолимые. Страх перед будущим. Потребность в понимании и защите от стрессов, в покое и расслаблении. Повышенная чувствительность к средовым воздействиям. Стремление освободиться от избыточной и обременительной ответственности, снижение социальной активности. Страх перед надвигающейся опасностью и трудностями.

+6+1

Потребность в избавлении от усталости и конфликтов. Повышенная тревожность, страх одиночества. Потребность в помощи, понимании, теплых отношениях и поддержке. Физическое переутомление, ухудшение самочувствия. Избыточный самоконтроль, гиперсоциальность установок, ориентация на общепринятые нормы поведения как защита от конфликтов с окружающими. Зависимость от объекта аффилиативной привязанности. Зжатость, отсутствие спонтанности поступков и высказываний. Повышенные требования к себе и окружающим в вопросах морали.

+6+2

Проблема сдерживаемой раздражительности. Предрасположенность к физиологическим расстройствам. Повышенная утомляемость, перенапряжение контролирующих систем. Потребность в расслаблении и отдыхе, избавлении от напряженных отношений, переживаемых как враждебный настрой окружающих лиц, недоброжелательность с их стороны. Большие усилия затрачиваются на сдерживание собственных эмоций раздражения и обиды. Раздражает отсутствие привычного стереотипа.

+6+3

Напряженность физиологических потребностей, неудовлетворенная чувственность. Проблема сдерживания спонтанной (непосредственной) самоактуализации, собственной авторитарности во избежание нарастания конфликта и для сохранения объекта привязанности. Повышенная нервозность, неуверенность в себе. Непривычная обстановка, выбивающая из колеи.

+6+4

Состояние эмоциональной напряженности, неустойчивость фона настроения, повышенная тревожность. Стремление уйти от сложностей, избавиться от гнетущего чувства ответственности. Потребность в ограничении круга обязанностей, страх перед трудностями, опасения за свое здоровье; потребность в расслаблении и отдыхе, удобной и комфортной обстановке.

+6+5

Напряженность физиологических потребностей, неудовлетворенность, дискомфорт. Выраженная избирательность в вопросах вкуса, потребность в особых условиях, разборчивость, причудливость выбора. Трудности адаптации к новым условиям. Повышенная чувствительность к средовым воздействиям.

+6+7

Эмоциональная напряженность, физиологический дискомфорт, потребность в покое. Ситуация воспринимается как трудно разрешимая. Горечь разочарования, неудовлетворенность собой, избыточная самокритичность. Пассивный протест против сложившихся обстоятельств.

+7

Протестная реакция на сложившуюся ситуацию. Отстаивание собственной точки зрения. Субъективная оценка обстоятельств, непримиримое отношение к позиции окружающих, нетерпимость к мнению других. Противодействие внешнему давлению, средовым воздействиям, протест против судьбы.

+7+0

Негативно-протестная реакция, напряженность, стресс. Пессимистическая оценка ситуации. Сопротивление внешним обстоятельствам, давлению средовых воздействий. Стремление отстоять собственную позицию ограничением контактов, пассивным противодействием. Аутичность, отход от привычного круга контактов. Неудовлетворены ведущие потребности.

+7+1

Состояние характеризуется выраженной неустойчивостью. Протестная реакция на обстоятельства, нарушающие покой, затрудняющие самореализацию личности, не может в полной мере проявиться в поведении и высказываниях из-за подключившегося контроля над эмоциями. Вегето-эмоциональная неустойчивость усиливается в связи с блокированностью потребностей, которые обозначены ниже. Раздражительная слабость, функциональные нарушения психосоматического круга.

+7+2

Протестная реакция в ответ на убежденность в недоброжелательности значимых окружающих или их попытки ограничить действия и самостоятельность обследуемого лица. Упорство в отстаивании собственного мнения и своей независимости. Внешнеобвиняющий тип реагирования. Акцентируются черты недоверчивости. Склонность к формированию жесткой субъективной схемы конфликтных межличностных отношений.

+7+3

Протестная реакция на средовые воздействия с избыточной возбудимостью. Повышенная импульсивность. Склонность к неожиданным своевольным поступкам в состоянии аффекта. Возможны деструктивные агрессивные тенденции.

+7+4

Протестная реакция в ситуации выраженной эмоциональной напряженности. Негативизм в отношении средовых воздействий сочетается с эмоциональной неустойчивостью, иррациональными страхами. Потребность в избавлении от непереносимой ситуации может спровоцировать необдуманные импульсивные высказывания. Отчаянные поиски выхода из ситуации трудно прогнозируемы и могут проявиться в аутоагрессивной (направленной на себя) форме и других иррациональных поступках на фоне сниженного инстинкта самосохранения.

+7+5

Негативная реакция на ситуацию личности своеобразной, ориентированной лишь на собственное субъективное мнение. Ирреальные требования к жизни, потребность в идеалах, которые не могут быть воплощены в реальность. Категоричность и необычность суждений, жесткость позиции, невозможность каких-либо компромиссов в отношениях с окружающими, убежденность в своей исключительности, пренебрежение к общепринятым канонам. Склонность к иррациональным решениям. Проявления социальной дезадаптации.

+7+6

Состояние выраженной социально-психологической дезадаптации. Ощущение разочарования, диссонанса между идеальными представлениями и грубой реальностью. Потребность в покое и

расслаблении, освобождении от стресса. Неприятие ситуации, протест, непримиримость.
Перенапряжение физическое и душевное. Тревожная и болезненная оценка своего самочувствия.

"XX"

x0

x0x1

Пассивность в данный момент связана с обстоятельствами, затрудняющими завязывание взаимно удовлетворяющих отношений.

x0x2

Несмотря на сложность ситуации, предпринимаются упорные попытки для достижения целей. Действия планомерны, продуманы, осторожны.

x0x3

Мотивация достижения блокирована препятствиями и трудностями. Напряженность контролирующих спонтанность "тормозных" механизмов проявляется повышенной тревожностью и раздражительностью.

x0x4

Неустойчивость состояния, затрудняющая целенаправленность поведения, создает эмоциональную напряженность.

x0x5

Пассивность и осторожность мешают гармонизации отношений, которым придается идеальная окраска.

x0x6

Пассивность, зависимость от значимых других, ощущение приниженности. Потребность в большей безопасности, в теплых отношениях, избавлении от проблем.

x0x7

Состояние стресса в связи со сложившейся ситуацией. Трудности самореализации, ограничение независимости, стеснение свободы выбора решений. Стремление освободиться от помех.

x1

Выраженный контроль над проявлениями чувств и поступков, раскованность в узком кругу близких контактов.

x1x0

Дружелюбие и конформность, контролируемость чувств и поступков, избирательность в контактах, необходима спокойная обстановка.

x1x2

Упорядоченность, методичность и самостоятельность действий. Потребность в сочувствии и понимании, самоуважении и уважении со стороны значимых окружающих.

x1x3

Склонность к плодотворному сотрудничеству без притязаний на лидирующую позицию. Умение сглаживать конфликты, сдерживать собственные непосредственные реакции. Хороший самоконтроль при достаточной активности.

x1x4

Подверженность средовым влияниям, потребность в сопричастности. Стремление к вживанию в разные социальные роли. Колебания настроения в зависимости от степени принятия окружением, успешности своих действий.

x1x5

Сензитивность, эстетическая ориентированность, потребность в гармоничных отношениях, теплой привязанности.

x1x6

Потребность в избегании лишних усилий, уюте, безопасности и теплых отношениях. Необходим покой и защищенность.

x1x7

Неустойчивость. Осознанный контроль над спонтанными реакциями создает известную напряженность. Неуверенность в себе, в связи с этим повышенная ранимость, болезненное чувство уязвленного самолюбия делают поведение неровным.

x2

Поведение настойчивое, требовательное, упорство в достижении целей, отстаивание своих позиций.

x2x0

Оборонительная реакция в связи с ощущением угрозы, затруднениями в реализации своих планов. Тревожные опасения усиливают решимость довести дело до конца.

x2x1

Аккуратность, методичность и самостоятельность в деятельности. Потребность в самоуважении и уважении со стороны значимых других.

x2x3

Актуализация лидерских тенденций, упорство в преодолении трудностей, напряженность и чувство соперничества.

x2x4

Обстоятельства способствуют неустойчивости самооценки, требуют самоутверждающегося поведения. Стремление повысить свою значимость в глазах окружающих.

x2x5

Стремление преодолеть предубеждение и недоброжелательность окружающих; настороженность и недоверчивость во взаимоотношениях в связи с тенденцией к преувеличению значимости их мнения,

сензитивность к критическим замечаниям. Упрямство и своеволие, возводимые в принцип. Изобретательность и богатство фантазии.

x2x6

Раздражительность, мнительность в отношении высказываний окружающих на свой счет, упрямство в сочетании с обидчивостью. Проблема уязвленного самолюбия и нарушенного равновесия в отношениях с окружающими.

x2x7

Упорство в отстаивании своей позиции, отсутствие склонности к компромиссам, упрямство и несговорчивость.

x3

Активность в достижении поставленной цели, однако достигнутое в значительной степени обесценивается по мере приближения к желанной цели и становится жаль потраченных усилий.

x3x0

Повышенная импульсивность, раздражительность. Состояние, близкое к стрессу. Активность не приводит к решению проблем и усугубляет конфликт.

x3x1

Высокая активность успешно контролируется сознанием. Внешняя сбалансированность дается ценой известного напряжения и может быть почвой для развития соматических дисфункций.

x3x2

Активность в преодолении трудностей, доминантность в отношениях с окружающими, стремление к лидирующей позиции, вспыльчивость в конфликтных ситуациях.

x3x4

Общительность, непостоянство в привязанностях, легкая переключаемость на другие виды деятельности, что может привести к поверхностности. Откликаемость на средовые воздействия, чувствительность к изменениям микроклимата в социуме.

x3x5

Стремление к независимой позиции, оригинальность суждений, своеобразие интересов, увлеченность, потребность в "особых" переживаниях и отношениях, которым отдается предпочтение перед конкретными реальными целями.

x3x6

Нежелание проявлять предприимчивость и практицизм, стремление к безопасности и комфорту, отсутствие выраженного честолюбия.

x3x7

Самореализация и достижение цели затруднены из-за существенных препятствий, что способствует усилению стеничности.

x4

Оптимистический настрой, стремление к ярким впечатлениям, поиски перемен и новизны, приключений и ярких переживаний.

x4x0

Трудности выбора пути решения проблем, известная напряженность, причины которой не осознаются.

x4x1

Податливость влиянию окружающих, изменчивость настроения в зависимости от реакций находящихся рядом людей. Стремление к установлению дружеских контактов. Самооценка зависит от успеха и мнения значимых других.

x4x2

Актуальность надежды на повышение социального статуса и материальной обеспеченности.

x4x3

Активность, переходящая в разбросанность, торопливость. Раздражительность, вызванная медленным ходом событий. Переменчивость и недостаток целенаправленной настойчивости в достижении целей.

x4x5

Богатое воображение, яркость чувств, потребность в необычных приключениях, интересных знакомствах, волнующих событиях, вызывающих заинтересованность и энтузиазм.

x4x6

Неустойчивость, неуверенность в себе, боязливость, тревожные опасения непреодолимости существующих проблем; истинная причина конфликта — внутренняя — не осознается.

x4x7

Активные, но недостаточно целенаправленные поиски разрешения конфликтной ситуации, истоки которой не полностью осознаны. Избыточная эмотивность мешает рассудочно подойти к проблеме. Поступки лишены планомерности и продуманности, решения могут быть опрометчивы, иррациональны.

x5

Своеобразие самореализации, индивидуальный стиль решения проблем, трудности адаптации, связанные с индивидуалистичностью; нешаблонность подхода к решению проблем. Потребность в определенной "социальной нише" и тонком понимании со стороны окружающих. Сензитивность к средовым воздействиям.

x5x0

Тревожная настороженность, пассивное выжидание, уход от конфликтов и непонимания окружающими в мир внутренних переживаний, мечты и фантазий, бегство от повседневности, стремление быть собой, сохранить индивидуальность. Избирательность в контактах.

x5x1

Потребность в теплых отношениях, любви и понимании. Сентиментальность, идеализация объекта привязанности, эстетическая ориентированность. Застенчивость, бегство от житейских проблем в мир искусства и теплых межличностных отношений.

x5x2

Недоверчивость, переживание чувства обиды, стремление улучшить впечатление о себе в глазах значимых окружающих. Сензитивность в отношении критических замечаний в свой адрес. Иррациональные способы противодействия недоброжелательности окружающих. Склонность преувеличивать враждебность отношения к себе других. Изобретательность и богатство фантазии. Стремление упрочить свою позицию.

x5x3

Экспансивность высказываний и поведения, эмоциональная вовлеченность, стремление к переживанию сильных ощущений. Оригинальность и творческий подход в решениях. Настойчивость в отстаивании собственной индивидуальности, что несколько усложняет адаптацию.

x5x4

Стремление к независимости позиции, оригинальность суждений, своеобразие интересов. Потребность в "особых" переживаниях и отношениях, которым отдается предпочтение перед конкретными и реальными целями.

x5x6

Обостренная чувствительность к средовым воздействиям. Сужена зона жизненного комфорта. Потребность в дифференцированном, щадящем подходе. Избирательность, капризность, стремление к удовлетворению своих прихотливых вкусов.

x5x7

Категоричность и субъективизм суждений в оценке ситуации, настойчивость в нереальных требованиях. Бескомпромиссность в отстаивании своеобразных убеждений. Ощущение своей непонятости, одиночества.

x6

Чувство тревоги и неуверенности, физического перенапряжения. Страхи, обостренная мнительность, дискомфорт, потребность в отдыхе и расслаблении.

x6x0

Пассивность, зависимость от значимых других, ощущение приниженности. Потребность в большей безопасности, теплых отношениях, избавлении от проблем.

x6x1

Потребность в избегании лишних усилий, в уюте, безопасности и теплых отношениях. Необходим покой и защищенность.

x6x2

Раздражительность, мнительность в отношении высказываний окружающих на свой счет, упрямство в сочетании с обидчивостью. Проблема уязвленного самолюбия и нарушенного равновесия в отношениях с окружающими.

х6х3

Ощущение избытка трудностей и бесполезности дальнейших усилий. Стремление к безопасности и комфорту. Отказ от реализации честолюбивых планов ценою потери спокойствия.

х6х4

Неустойчивость состояния, неуверенность в себе, боязливость, тревожное ощущение непреодолимости препятствий. Стремление к устойчивому положению, уюту и спокойствию за счет активности других лиц, без затраты собственных усилий.

х6х5

Чувственен. Желает наслаждаться предметами, доставляющими удовольствие, но отвергает всё безвкусное, вульгарное и грубое

х6х6

Обостренная чувствительность к средовым воздействиям. Сужена зона жизненного комфорта. Потребность в индивидуализированном и бережном подходе. Избирательность, капризность, стремление к удовлетворению своих прихотливых вкусов.

х6х7

Эмоциональное и физическое перенапряжение, тенденция к самоуничтожению, чувство приниженности. Потребность в покое и помощи.

х7

Конфликт или неудовлетворенность ситуацией.

х7х0

Противодействие сложившейся ситуации, пессимистический настрой, стремление освободиться от напряженности, отстоять собственную позицию ограничением контактов.

х7х1

Неустойчивость состояния, раздражительность в ответ на ситуацию, нарушающую покой и затрудняющую контакты. Чувствительность к средовым воздействиям; потребность в понимании, затрудненная выраженной избирательностью в межличностных контактах, обидчивостью.

х7х2

Упорное отстаивание своего мнения, неуступчивость, категоричность в отстаивании собственной независимости, уверенность в своей правоте. Внешнеобвиняющая реакция на неблагоприятную ситуацию.

х7х3

Самореализация и действия, направленные на достижения цели, затруднены из-за существенных препятствий, что вызывает усиление стенических реакций.

х7х4

Активность носит недостаточно целенаправленный характер, что затрудняет разрешение конфликтной ситуации, истоки которой не полностью осознаются. Избыточная эмотивность мешает рассудочному овладению ситуацией. Поступки лишены планомерности и продуманности, решения могут быть опрометчивы, иррациональны.

x7x5

Субъективизм и категоричность в оценке ситуации, неуступчивость в отстаивании своей независимости, своеобразных убеждений. Ощущение своей непонятости, одиночества.

x7x6

Эмоциональное и физическое перенапряжение, чувство приниженности. Потребность в покое и помощи.

"=="

=0

Известная напряженность в контактах с окружающими, стремление уйти от конфликта и избежать излишних волнений.

=0=1

Избирательность в контактах, обособленность, стремление избегать глубоких привязанностей, чтобы не испытывать разочарования. Сосредоточенность на своих проблемах.

=0=2

Настороженность, выжидательная позиция, попытка примириться с существующей ситуацией и найти в ней новые возможности.

=0=3

Тревожные опасения, вынужденная сдержанность, контроль над поведением, стремление к избеганию конфликта.

=0=4

Во избежание конфликтов проявляется тенденция к сдерживанию непосредственных реакций и ярких эмоциональных всплесков, позволительных лишь в контактах узкого круга.

=0=5

Повышенная обидчивость, связанная с эгоцентричностью.

=0=6

Потребность в большей эмоциональной вовлеченности, эротичность.

=0=7

Вынужденная необходимость пойти на компромисс ради сохранения добрых отношений с окружающими.

=1

Потребность в теплых контактах не является актуальной.

=1=0

Потребность в эмоциональной вовлеченности, носящей поверхностный характер.

=1=2

Неудовлетворенная потребность в самоуважении и уважении со стороны значимых других.
Напряженность взаимоотношений с близкими людьми.

=1=3

Трудности в достижении сотрудничества и гармоничных отношений.

=1=4

Затруднения в попытке контролировать повышенную эмотивность, недостаточно учитывается ситуация и мнение окружающих.

=1=5

Трудности в межличностных контактах из-за повышенной ранимости и сосредоточенности на своих проблемах.

=1=6

Застенчивость и пассивность, затрудняющие чувственную раскованность.

=1=7

Уступчивость и пассивность, мешающие сохранить эмоциональную привязанность. Уступчивость.
Самолюбивое отстаивание своих позиций в данный момент не актуально, оборонительные тенденции смягчены доверием к окружающим.

=2

=2=0

Тенденция скрыть свою неуверенность и стремление к избеганию конфликтов.

=2=1

Уступчивость, обусловленная тем, что проявление упорства не уместно при сложившихся обстоятельствах. Напряженность в контактах узкого круга.

=2=3

Стремление к сохранению миролюбивых отношений с окружающими, несмотря на внутренний протест.

=2=4

Несмотря на трудности и препятствия, гибкость позиции способствует целенаправленности действий.

=2=5

Тщательно скрываема обидчивость, стремление занять гибкую и уступчивую позицию.

=2=6

Стремление примириться с трудностями и найти оптимальную зону комфорта.

=2=7

Сдержанность в эмоциональных проявлениях, отказ от своих притязаний, уступчивость, обусловленная сложившимися обстоятельствами.

=3

Потребность в расслаблении и покое в связи с предшествовавшей избыточной активностью. Раздражительная слабость.

=3=0

Ощущение непреодолимости препятствий, что вызывает потребность в покое.

=3=1

Трудности достижения гармоничных отношений с окружающими создают чувство изолированности, дистресса.

=3=2

Препятствия и трудности вызывают чувство несчастья и вынуждают примириться с ситуацией.

=3=4

Потребность в поддержке и одобрении, спокойной обстановке, что позволило бы расширить сферу контактов и надеяться на лучшее в будущем.

=3=5

Эгоцентрическая сосредоточенность на своих огорчениях и обидах.

=3=6

Поиски выхода из сложной ситуации. Удовлетворенность физиологических потребностей.

=3=7

Ситуация вынуждает к сдержанности и подавлению сиюминутных потребностей.

=4

Потребность в ободрении и поощрении для сохранения надежды на улучшение ситуации в будущем. Осмотрительность в межличностных контактах во избежание разочарований.

=4=0

Потребность в общении при выраженной избирательности в межличностных контактах. Неуверенность в себе и стремление к избеганию конфликтов.

=4=1

Избирательность в межличностных контактах, особенно — близких, интимных. Диссонанс между идеалом и реальностью приносит разочарование.

=4=2

Упорство в достижении целей, рационализация, гибкость позиции несмотря на неудачи и трудности, субъективно переживаемые как избыточные.

=4=3

Потребность в покое и ободрении для избавления от субъективно переживаемой неудовлетворенности; это связано с опасениями новых трудностей, мешающих реализации собственных намерений и расширению сферы деятельности.

=4=5

Убежденность в реалистичности своих надежд, потребность в ободрении и поддержке. Обидчивость и сосредоточенность на своих проблемах.

=4=6

Выраженная избирательность в межличностных отношениях, особенно в сфере близких, интимных отношений. Ирреальность притязаний.

=4=7

Убежденность и упрямство в отстаивании своих намерений несмотря на противодействие внешних обстоятельств. Нетерпимость к слабостям других в межличностных контактах узкого круга.

=5

Стремление не обнаружить свою сентиментальность и обидчивость, эгоцентрическая сосредоточенность на своих проблемах.

=5=1

Ощущение изолированности и одиночества. Потребность в ярких эмоциональных переживаниях, эгоцентрическая сосредоточенность на своих проблемах, обидчивость.

=5=2

Сдержанность, за которой скрывается обида и неудовлетворенность. Защитный механизм рационализации уменьшает напряженность.

=5=3

Эгоцентрическая обидчивость, ощущение изолированности и непонятности окружающими, отсутствия поддержки.

=5=4

Эгоцентрическая обидчивость; убежденность в том, что надежды и замыслы осуществимы, требующая поддержки и ободрения.

=5=6

Эгоцентрическая обидчивость, эмоциональная сдержанность. Физиологические потребности в зоне комфорта.

=5=7

Чувства подменяются рассуждательством.

=6

Физиологические потребности в зоне комфорта.

=6=0

Стремление к бесконфликтному общению и физиологическому комфорту.

=6=1

Затруднения в межличностных контактах узкого круга, физиологические потребности в зоне комфорта.

=6=2

Защитный механизм рационализации задействован в связи с неудовлетворенностью своей социальной позицией. Физиологические потребности в зоне комфорта.

=6=3

Блокирована потребность в самореализации и достижении цели, стремление оградить себя от дополнительных волнений. Физиологические потребности в зоне комфорта, но не окрашены позитивными переживаниями.

=6=4

Выраженная разборчивость и избирательность в межличностных контактах. Нереальные требования к объекту влечения.

=6=5

Эгоцентрическая обидчивость. Эмоциональная сдержанность. Физиологическая сфера не блокирована.

=6=7

Вынужденная уступчивость. Физиологические потребности в зоне относительного комфорта. Трудности вынуждают проявить уступчивость и временно отказаться от реализации своих намерений.

=7

=7=0

Для сохранения социальных связей и теплых отношений проявляется уступчивость.

=7=1

Эмоциональная заторможенность. Сдержанность в притязаниях и надеждах, вынужденный отказ от реализации некоторых потребностей.

=7=2

В связи с обстоятельствами, ограничивающими свободу действий, вынужденный отказ от реализации намерений и упорства в отстаивании своей позиции.

=7=2

В связи с обстоятельствами, ограничивающими свободу действий, вынужденный отказ от самореализации.

=7=4

Убежденность в реальности своих планов и упорство в их достижении несмотря на давление обстоятельств, вынуждающих идти на компромиссные решения. Избыточная критичность в оценке лиц ближайшего окружения.

=7=5

Сложность ситуации искажает непосредственность чувств, подменяя их интеллектуальной переработкой, тенденцией к раздумьям.

=7=6

Вынужденная установка на компромиссное поведение и временный отказ от реализации некоторых намерений. Физиологические потребности не блокированы.

"_ _"

-0

Выраженная общительность, активность, обращенность в мир окружающих явлений жизни.

-0A

(Имеется в виду цветовой ряд, в котором 0-й цвет помечается как "Тревога" при наличии на первых позициях ароматических или смешанных цветов - 6, 7 или если перед 0 стоит один из ярких эталонов).

-0-1

Отказ от расслабления и уступок, стремление сохранить активность, овладеть эмоциями. Нет возможности реализовать потребность в любви, понимании, дружелюбных отношениях, беспокойная неудовлетворенность, связанная с осознанием своей зависимости от объекта привязанности. Раздражительность и трудности концентрации внимания.

-0-2

Нет возможности для реализации потребности в отстаивании своей позиции и права на уважение. Противодействие средовому давлению вызвало перенапряжение.

-0-3

Болезненно переживается отсутствие возможности реализовать потребность в самореализации и достижении желаемых целей, что является почвой для гневных вспышек, невротизации, психосоматических расстройств (кардиалгии). Ощущение бессилия перед существующими препятствиями. Чувство страха, нервное истощение, беспокойная раздражительность.

-0-4

Состояние стресса в связи с блокировкой непосредственного поведения, невозможностью реализовать потребность в радостном общении, беззаботном существовании. Неуверенность, тревожная настороженность. Болезненно переживается неудовлетворенное тщеславие, потребность нравиться окружающим. Отказ от компромиссов, упорство в ирреальных притязаниях.

-0-5

Стресс, контролируемый тонкостью суждений и контролем рассудка над эмоциями. Тенденция к излишней доверчивости в качестве защитного механизма вызывает повышенную требовательность к искренности окружающих, особенно в контактах узкого круга. Контролируемая сензитивность.

-0-6A

Подавление физиологических потребностей. Неудовлетворенная потребность в отношениях, полных взаимопонимания, с тенденцией сохранить свое превосходство.

-0-7A

Повышенная чувствительность к внешним раздражителям. Потребность в преодолении ограничений, в том числе дистанции, отделяющей от окружающих; стремление к самостоятельности в принятии решений.

-1

Стремление справиться с угнетенностью, овладеть собой, сохраняя активность. Блокирована потребность теплых межличностных отношениях, зависимость от объекта глубокой привязанности. Озабоченность и раздражительная несдержанность могут ухудшить концентрацию внимания. Беспокойная неудовлетворенность.

-1-0

Нетерпеливость, беспокойство, угнетенность. Блокирована потребность в теплых отношениях и любви; стремление избежать отношений, обязывающих к ответственности. Неустойчивость состояния, беспокойные попытки изменить ситуацию, что может отразиться на концентрации внимания, работоспособности.

-1-2

Стресс, ослабляющий волю и настойчивость. Стремление избавиться от ситуации, оказывающей чрезмерное давление. Перенапряжение от усилий, направленных на преодоление существующих трудностей, воспринимается как избыточное и бесполезное. Разлад в сфере значимых межличностных контактов.

-1-3

Чувство несчастья, вызванное разладом в сфере значимых межличностных контактов. Гневные реакции. Блокированность сексуальной потребности или иной значимой сферы самореализации. Возможность кардиалгии. Беспомощность с проявлениями раздражительности. Нарушен баланс между тенденцией к активности и контролем.

-1-4

Состояние стресса, переживание разочарованности. Противоречивое сочетание разнонаправленных тенденций — стремление уйти от обременительных отношений и страх потерять объект привязанности.

-1-5

Болезненно переживается отсутствие возможности реализовать потребность в любви и теплых отношениях; стремление избавиться от гнетущего состояния, нетерпеливость; потребность в понимании и доброжелательных отношениях неудовлетворена. Напряженность вызывает чувство раздражения, ощущение непонятости значимыми окружающими.

-1-6

Стресс, выраженная неудовлетворенность, которая вызвана чувством приниженности и проявляется ограничительным поведением. Зависимость позиции, неуверенность, повышенная чувствительность к средовым воздействиям. Выраженный контроль рассматривается как единственная гарантия самоутверждения и отстаивания своих позиций. Основные проблемы — недостаток признания и повышенный самоконтроль.

-1-7

Стресс. Блокирована потребность в независимости. Ситуация вызывает неудовлетворенность. Повышенный самоконтроль помогает скрыть свою ранимость. Сложившиеся отношения тягостны, однако потребность в свободе действий сталкивается с опасениями в разрыве контактов, создающих атмосферу доброжелательности и сотрудничества. Беспокойство, нарушающее продуктивную концентрацию внимания.

-2

Угнетена способность к отстаиванию своей позиции. Неудовлетворенность своим социальным статусом, трезвая, рассудочная оценка происходящего, однако ослабление воли мешает изменить ситуацию. Нежелание предпринять что-либо.

-2-0

Блокирована потребность в отстаивании своих позиций. Способность к сопротивлению противодействующим внешним факторам исчерпана, однако установка на достижение целей остается устойчивой. Субъективное отношение к ситуации мешает оценить ее трезво, что создает внутренний конфликт между ригидностью установки и неразрешимостью проблемы.

-2-1

Блокирована потребность в позитивной самооценке и уважении со стороны референтной группы. Противодействие среды воспринимается как враждебное. Ощущение утраты воли и жизнестойкости, потребность в избавлении от данной ситуации. Стресс и разлад межличностных отношений.

-2-3

Состояние гневливой раздражительности в связи с субъективным ощущением враждебности окружающих, высокий уровень невротизации, возможны кардиалгии. Давление внешних обстоятельств воспринимается как невыносимое, требования — как неразумные. Ощущение собственного бессилия перед лицом несправедливости.

-2-4

Стресс, вызванный конфликтом между надеждой и необходимостью (желаниями и реальностью), в связи с состоянием выраженного разочарования. Тревожная неуверенность усиливает стремление уйти от ответственных решений, переключиться на малозначимые, но отвлекающие от проблем занятия. Нерешительность, вызванная разочарованием.

-2-5

Нет возможности реализовать потребность в уважении и понимании. Субъективное переживание униженности, отсутствия доверия и расположения к себе; в связи с этим страдает самоуважение. Без поддержки и признания трудно принять необходимое решение и избавиться от унижающей достоинство ситуации.

-2-6

Эмоциональная напряженность связана с перенапряжением избыточного самоконтроля, используемого как инструмент для завоевания расположения и уважения других. Несмотря на недостаток признания ригидно сохраняется установка на исключительность своей позиции. Желание избавиться от неприятной ситуации не может служить поводом для компромиссных решений. Упорство в притязаниях вопреки печальной реальности.

-2-7

Блокирована потребность в независимости. Стремление избавиться от ограничений. В противодействии сильному давлению внешних обстоятельств не достает целенаправленности.

-3

Блокирована потребность в самореализации и достижении целей, вызвавшая перевозбуждение. Повышенная раздражительность, гневные реакции, неврастенические проявления (кардиалгии). Ощущение нависшей угрозы. Чувство собственного бессилия и переутомления перед лицом препятствий, стоящих на пути к реализации собственных намерений.

-3-0

Проблема сдерживания противодействия обстоятельствам, вызванного блокировкой потребности к самореализации и достижению целей. Стремление к сдерживанию гипертимных реакций. Нетерпеливость и раздражительность. Эмоциональное напряжение может проявиться психосоматическим вариантом дезадаптации (гипертония, кардиалгия). Страх потерь, субъективизм в оценке ситуации. Бессилие перед лицом препятствий, стоящих на пути к реализации собственных намерений.

-3-1

Подавленное противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности и достижению целей. Неспособность к релаксации. Нетерпеливость, раздражительность. Противоречие между разнонаправленными тенденциями (высокой спонтанностью и повышенным самоконтролем) приводит к избыточной эмоциональной напряженности. Физиологический вариант дезадаптации (гипертония, кардиалгия). Нарушена гармония в сфере значимых межличностных отношений. Чувство несчастья, чувство бессилия что-либо исправить, наладить.

-3-2

Выраженный стресс в связи с блокированностью самореализации. Нет возможности реализовать потребность достижения успеха, утрачена лидирующая позиция в сложившейся ситуации. Проблема уязвленного самолюбия, неудовлетворенность своим социальным статусом. Ощущение собственного бессилия перед лицом препятствий, которые субъективно воспринимаются как неодолимые, и враждебностью окружающих. Выраженное общее перенапряжение с тенденцией к функциональным нарушениям в сердечно-сосудистой системе. Негодование и беспомощность, которые могут компенсироваться за счет преобладающих установок (см. первые строки интерпретации).

-3-4

Стресс, проявляющийся выраженной эмоциональной неустойчивостью и тревогой, связан с разочарованием. Защитный механизм — вытеснение истинных причин конфликта. Стремление сохранить хорошее впечатление о себе в кругу значимых межличностных контактов. Высокие притязания сталкиваются с невозможностью реализации своих намерений и надежд. Чувство обманутого доверия, ощущение своего положения как жертвы злой воли окружающих людей. Своя доля вины в конфликте перекладывается на других.

-3-5

Болезненно переживается отсутствие возможности реализовать потребность в сохранении собственной индивидуальности и "социальной ниши", создающей ощущение понимания и безопасности. Состояние крайней разочарованности, неудовлетворенности. Потребность в сочувствии и ощущение собственного бессилия.

-3-6

Напряженность, связанная с блокированностью физиологических потребностей, чрезмерно ограничиваемых. Сложившаяся ситуация ущемляет чувство независимости. Выраженный самоконтроль в сфере чувственности приводит к изоляции. Стремление к завоеванию признания и уважения со стороны значимых других. Неуверенность усугубляется недостатком внимания к своей персоне.

-3-7

Стресс, вызванный разочарованиями и препятствиями на пути к реализации своих намерений. Противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности и раздражение сочетаются с неуверенностью. Потребность в избавлении от ограничений и в обретении свободы принятия решений. Фрустрирована потребность в независимости.

-4

Стресс, вызванный неудовлетворенной потребностью в активном взаимодействии с окружающими и избегании серьезной ответственности. Чувство страха, связанное с опасениями потерять престижность собственной-позиции. Защитный механизм — вытеснение истинных причин конфликта. Завышенные требования к окружающим, отсутствие гибкости, нет установки на разумный компромисс. Беспокойство, дистресс, сниженный фон настроения.

-4-0

Беспокойная напряженность. Неудовлетворена потребность в непосредственной самореализации в активном взаимодействии с окружающими и без обременяющей ответственности. Вытеснение истинных причин неудовлетворенности. Убежденность в том, что надежды и желания должны быть реализованы сами собой, без применения собственных усилий. Потребность в признании и помощи со стороны окружающих, чувство страха и неуверенности.

-4-1

Тревожное беспокойство, базирующееся на внутренне конфликтном сочетании разнонаправленных тенденций: стремления к непосредственной самореализации без обременяющей ответственности сталкивается с тенденцией к повышенному самоконтролю. Колебания настроения, проблема уязвленного самолюбия, неудовлетворенность тщеславия. Переживание нарушенных конгруэнтных отношений со значимыми окружающими. Стремление к подавлению неустойчивости эмоциональных проявлений. Дистресс. Выраженная подверженность средовым воздействиям, зависимость от реакции значимых других.

-4-2

Состояние стресса, вызванное неудовлетворенностью потребности в спонтанной самореализации без обременительной ответственности, противоречиво сочетающейся с ригидностью рациональных установок на удержание собственных позиций. Конфликт между беспечной уверенностью в саморешаемости проблем и трезвой оценкой реально существующей ситуации. Тревожная неуверенность, пессимистический фон настроения, трудности в принятии решений, бездеятельность.

-4-3

Блокирована потребность в самореализации, дистресс, тревожность и беспокойство. Высокий уровень притязаний и потребность в признании сталкиваются с противодействием, вызывающим неуверенность в возможности успеха. Вытеснение истинных причин конфликта, стремление переложить ответственность за сложившуюся ситуацию на других. Склонность видеть себя в роли жертвы собственной доверчивости.

-4-5

Неудовлетворенная потребность в спонтанной самореализации без обременительной ответственности и в сохранении собственной индивидуальности. Состояние характеризуется уходом от межличностных контактов в мир собственных переживаний. Сдержанность в проявлении чувств, недоверчивость; ирреальность притязаний маскируется замкнутостью. Настороженность, сензитивность. Подавлены творческие наклонности; экзальтация чувств под контролем.

-4-6

Неудовлетворенная потребность в признании, беспокойство, тревога, комплекс собственного несовершенства маскируется демонстративностью поведения. Высокий уровень притязаний сталкивается с ощущением собственной изолированности. Жажда одобрения и успеха неудовлетворена. Состояние характеризуется переживанием чувства одиночества и неуверенности, маскируемых напускным безразличием, презрительным отношением к критике в свой адрес.

-4-7

Стресс, связанный с блокировкой потребности в независимости и спонтанной самореализации. Напряженность, настороженность, настойчивая потребность в избавлении от каких бы то ни было ограничений. Неуверенность в возможности улучшения ситуации не снижает уровень притязаний и не приводит к компромиссным решениям.

-5

Напряженность, связанная с тенденцией к сдерживанию эмоциональных проявлений. Выраженная избирательность в межличностных контактах, тонкость вкуса и повышенная сензитивность к внешним воздействиям диктует необходимость повышенного самоконтроля. Повышенные требования к окружающим как защита от собственной излишней доверчивости.

-5-0

Нетерпеливость и напряженность, высокая мотивация достижения сочетается с чувством недостаточности понимания и сочувствия со стороны окружающих. Настороженная критичность в межличностных отношениях. Повышенные требования к окружающим как защита от собственной излишней доверчивости.

-5-1

Неудовлетворенность в связи с блокировкой аффилиативной потребности в сфере значимых межличностных контактов. Беспокойная неудовлетворенность, раздражительность и нетерпеливость, вызывающие трудности концентрации внимания.

-5-2

Блокирована потребность в уважении и понимании. Субъективное переживание униженности, отсутствие доверия и расположения к себе со стороны значимых окружающих. В связи с этим страдает самоуважение. Без поддержки и признания трудно принять необходимое решение и избавиться от унижающей достоинство ситуации.

-5-3

Нет возможности реализовать потребность в сохранении собственной индивидуальности и той "социальной ниши", которая бы создавала ощущение понимания и безопасности. Возможны явления нервного переутомления, кардиологических функциональных нарушений. Состояние крайней разочарованности, потребность в сочувствии, ощущение собственного бессилия в стремлении к достижению цели.

-5-4

Блокирована потребность в спонтанной самореализации без обременительной ответственности и в сохранении собственной индивидуальности. Состояние характеризуется уходом от межличностных контактов в мир собственных переживаний. Сдержанность в проявлении чувств, недоверчивость. Ирреальность притязаний маскируется замкнутостью. Настороженность, сензитивность. Подавлены творческие наклонности; экзальтация чувств под контролем.

-5-6

Напряженность, вызванная трудностями в межличностных контактах, имеющих большую значимость. Высокий уровень притязаний вносит разлад в отношения. Ограничительные тенденции проявляются как мера защиты сензитивной личности, критичной, разборчивой, с независимостью суждений. Избирательность в контактах, интеллектуальная и эстетическая чувствительность.

-5-7

Напряженность, вызванная ограничением собственной независимости внешними воздействиями. Выраженный субъективизм в оценке явлений окружающей жизни, избирательность в межличностных контактах, категоричность и бескомпромиссность в принятии самостоятельных решений. Потребность в независимости.

-6

-6A

(Имеется в виду цветовой ряд, в котором 6-й цвет помечается как "Тревога" при наличии на первых позициях ахроматических или смешанных цветов — 6, 0 или если перед 6 стоит один из ярких эталонов.)

Стресс, вызванный подавлением физиологических потребностей. Самоограничение, которое субъективно воспринимается как вынужденная необходимость для самоутверждения в связи с неудовлетворенной потребностью конгруэнтных отношений.

-6-0A

Стресс, вызванный подавлением физиологических потребностей. Неудовлетворенное желание найти признание и общность интересов в кругу значимых окружающих вызывает повышенную напряженность самоконтроля. Сдерживаемая чувственность, потребность в уважении и внимательном отношении.

-6-1

Неудовлетворенность и отсутствие взаимопонимания в сфере значимых межличностных контактов вызывает усиление контроля над чувственностью; подавление физиологических потребностей; неуверенность в себе. Стремление к конгруэнтным отношениям вступает в противоречие с тенденцией к отстаиванию своей индивидуальности.

-6-2

Стресс вызван неудовлетворенностью потребности в сохранении личностной позиции, в уважении со стороны значимых окружающих. Высокий уровень притязаний находится в конфликтном соотношении с реальными обстоятельствами, ущемляющими самолюбие. Упорство сталкивается с собственной неуверенностью.

-6-3

Стресс, связанный с подавлением физиологических потребностей. Сложившаяся ситуация ущемляет чувство независимости. Выраженный самоконтроль в сфере чувственности приводит к изоляции. Стремление к завоеванию признания и уважения со стороны значимых других. Неуверенность усугубляется недостатком внимания к своей персоне.

-6-4

Нет возможности реализовать потребность в признании. Стремление скрыть неуверенность и тревогу демонстративностью поведения. Высокий уровень притязаний сталкивается с ощущением собственной изолированности. Жажда одобрения и успеха неудовлетворена. Состояние характеризуется переживанием чувства одиночества и неуверенности, маскируемых напускным безразличием, презрительным отношением к критике в свой адрес.

-6-5

Напряженность, вызванная трудностями в межличностных контактах, имеющих большую значимость. Высокий уровень притязаний создает почву для разлада в отношениях. Ограничительные тенденции проявляются как мера защиты сензитивной личности, критичной, разборчивой, с независимостью суждений. Избирательность в контактах, интеллектуальная и эстетическая чувствительность. Защитный механизм сублимации.

-6-7

Протест в отношении запретов и нежелательных ограничений. Потребность распоряжаться своей судьбой.

-7

-7A

(Имеется в виду цветовой ряд, в котором 7-й цвет помечается как "Тревога" при наличии на первых позициях ароматических или смешанных цветов — 6,0 или перед 7 стоит один из ярких эталонов.) Интенсивность тенденции, выявляемой другими цветами. Потребность самостоятельно решать свои проблемы и распоряжаться своей судьбой.

-7-0A

Потребность в ярких переживаниях, общении, неистовая увлеченность, уверенность в себе, стремление достичь большего, неумная активность.

-7-1

Эмоциональная неустойчивость, связанная с неудовлетворенностью сложившихся отношений. Попытка контролировать свои чувства, чтобы скрыть свою ранимость, усиливает обостренную чувствительность к средовым воздействиям. Установка на компромиссное поведение. Беспокойство, сказывающееся на ослаблении функции внимания.

-7-2

Нет возможности реализовать потребность в независимости. Стремление избавиться от ограничений. В противодействии сильному давлению обстоятельств не хватает целенаправленности.

-7-3

Стресс, вызванный разочарованиями и препятствиями на пути к реализации своих намерений. Противодействие обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности и раздражительность сочетаются с неуверенностью. Потребность в избавлении от ограничений и обретении свободы принятия решений. Фрустрирована потребность в независимости.

-7-4

Стресс, связанный с блокированностью потребности в независимости и спонтанной самореализации. Напряженность, настойчивая потребность в избавлении от каких бы то ни было ограничений. Неуверенность в возможности улучшения ситуации не снижает уровень притязаний и не приводит к компромиссным решениям.

-7-5

Стресс, вызванный ограничением собственной независимости внешними преградами. Чувствительность, впечатлительность, взыскательность в межличностных отношениях. Недоверчивость. Обособленность и требовательность к другим.

-7-6A

Стресс, вызванный ограничениями или запретами. Потребность распоряжаться своей судьбой. Протест против однообразия и заурядности. Настойчивость в отстаивании своего мнения, авторитарность. Повышенное чувство независимости.

"+-"

+0

+0-0

(Эта функция появляется при сравнении двух выборов, когда в одном из выборов 0 находится на первом месте, а в другом — на последнем.) Противоречивость тенденций в сфере коммуникативной и общей активности. (Стремление к общению и боязнь общения одновременно.)

+0-1

Тревожность и напряжение нивелируются пассивностью и отходом от эмоционально значимых контактов.

+0-2

Эмоциональная напряженность нивелируется попыткой уйти от ответственных решений.

+0-3

Усталость и ощущение бессилия болезненно переживаются и вызывают защитную реакцию ограничительного поведения, несмотря на решимость добиться своего.

+0-4

Несбывшиеся надежды и тревога за будущее вызвали реакцию "ухода". Подавленность, страх перед неизвестностью.

+0-5

Застенчивость и недоверчивость, повышенная требовательность к другим в межличностных контактах.

+0-6

Проблема уязвленного самолюбия, повышенная застенчивость при выраженной потребности в общении.

+0-7

Стремление оградить себя от посягательств на свою независимость, потребность в покое.

+1

+1-1

Противоречивость отношения к объекту привязанности от удовлетворенной до тревожно-неудовлетворенной.

+1-2

Чувство собственного несовершенства, развившееся в результате неуспеха. Стремление уйти от ситуации, успокоиться, контролировать свои эмоции.

+1-3

Беспокойство в связи с бессмысленностью дальнейшей борьбы на пути к достижению цели; потребность в доброжелательных отношениях и безопасности побуждает усилить самоконтроль.

+1-4

Разочарования и страх перед будущим создают тревожный фон настроения. Потребность в гармонизации отношений с окружающими и повышении самоконтроля для избавления от чувства уязвленного самолюбия.

+1-5

Потребность в глубокой привязанности не полностью удовлетворена, нет необходимого взаимопонимания, что приводит к повышению самоконтроля.

+1-6

Потребность в повышении собственной позиции за счет усиления самоконтроля.

+1-7

При выраженной самостоятельности и независимости стремление к избеганию конфликта за счет повышения самоконтроля.

+2

+2-0A

Настойчивость в отстаивании своей позиции из опасения, что могут возникнуть препятствия на пути к достижению цели.

+2-1

Эмоциональная неудовлетворенность в связи с ситуацией, ущемляющей самолюбие. Стремление избавиться от тревожного беспокойства, скрывая его подчеркнутой уверенностью и самостоятельностью.

+2-2

Противоречивое соотношение между потребностью в самоутверждении и желанием избавиться от противодействия среды.

+2-3

Переутомление и ощущение бессилия перед лицом трудностей, раздражение и горечь обиды. Повышенная чувствительность к критическим замечаниям в свой адрес.

+2-4

Неудовлетворенность, бесперспективность, тревожные опасения, уязвленное самолюбие создают почву для беспокойства. Стремление отстаивать свои позиции через упорство и требовательность к окружающим, сопротивляемость внешним обстоятельствам.

+2-5

Рассудочный, пассивно-созерцательный подход, используемый для укрепления своих позиций и самоутверждения.

+2-6

Потребность в самоуважении реализуется через признание своей значимости референтной группой.

+2-7

Стеничное отстаивание своей самостоятельности, стремление к независимости и упрочению своих позиций.

+3

+3-0

Напряженная, лихорадочная активность, направленная на достижение цели в связи с опасением препятствий и помех.

+3-1

Неудовлетворенность в связи с переживанием утраты или разлада в сфере глубокой привязанности. Стремление забыться в напряженной деятельности.

+3-2

Трудности в преодолении препятствий породили тревогу и неуверенность в себе. Напряженность и стремление реализовать свои намерения могут привести к гневным реакциям.

+3-3

Противоречивое соотношение между потребностью в самостоятельном принятии решений и желанием обрести покой.

+3-4

Огорчения и чувство бесперспективности являются почвой для стресса. Трудности самореализации и разлад в межличностных контактах компенсируются напряженной деятельностью, направленной на достижение цели.

+3-5

Спонтанность (свобода) самореализации ограничивается стремлением рассудочно взвесить все обстоятельства.

+3-6

Спонтанная самореализация, доставляющая удовлетворение и повышающая собственную ценность в глазах других.

+3-7

Стеничность в борьбе с ограничениями и препятствиями на пути самореализации, самостоятельность, потребность в независимости.

+4

+4-0

Опасения встретить препятствия на пути к достижению желаемых целей вызывает беспокойную активность, направленную на малопродуктивную деятельность.

+4-1

Напряженность, вызванная неудовлетворенной потребностью в любви, теплых отношениях, ощущение непонятности. Беспокойные поиски новых взаимоотношений, которые могли бы принести радость и спокойствие.

+4-2

Блокирована потребность в сохранении своих позиций и в уважении со стороны значимых окружающих. Активные поиски средств, которые могли бы повысить репутацию личности. Внешнеобвиняющий тип реагирования. Склонность к навязчивым проявлениям.

+4-3

Возбуждение, поведенческие реакции, импульсивность и повышенная раздражительность на фоне выраженного переутомления, нетерпимость к предъявляемым обстоятельствами требованиям. Ощущение собственного бессилия сочетается с надеждой на избавление от нависшей угрозы.

+4-4

Противоречивое соотношение между оптимистичностью и пессимизмом. Неустойчивое настроение.

+4-5

Категоричность в критической оценке ситуации, которая воспринимается как непродуманная и дезорганизирующая. Потребность в ясности и полном понимании происходящего в целях упорядоченности и планомерности дальнейших действий.

+4-6

Стремление изменить ситуацию, ущемляющую самолюбие, и произвести должное впечатление в сфере значимых межличностных контактов.

+4-7

Стремление избежать любых ограничений, стесняющих свободу дальнейшего роста, повышения престижа личности.

+5

+5-0

Опасения помех на пути к достижению цели побуждает к интенсивному использованию интуитивно найденных способов самоактуализации.

+5-1

Бегство в мир иллюзий, эстетики и искусства от печальной реальности и разочарований в сфере значимых межличностных контактов.

+5-2

Спад усилий, направленных на достижение цели и повышение собственного статуса. Бегство в мир иллюзий.

+5-3

Переутомление, стремление избежать возбуждения и новых усилий, бегство в мир иллюзий, более соответствующего собственным представлениям и требованиям.

+5-4

Состояние разочарованности и бесперспективности, сопровождающееся тревогой и чувством беспомощности. Бегство в мир иллюзорных представлений, отвечающих собственному настроению и желаниям.

+5-5

Противоречивое соотношение между иррациональной чувствительностью и рассудочной критичностью.

+5-6

Впечатлительность. Стремление к своеобразным увлечениям, оригинальность и субъективизм в ценностной ориентации, чувствительность к средовым воздействиям и потребность в щадящей "социальной нише".

+5-7

Ранимость в отношении критических замечаний, повышенное чувство независимости, потребность в свободе принятия решений и действий. Опора на интуицию и сугубо индивидуальный способ самореализации.

+6

+6-0

Тревожные опасения угрозы, усиливающие потребность в спокойствии и безопасности. Поиски условий, создающих чувство устойчивости и возможность расслабления.

+6-1

Блокирована потребность в любви и теплых отношениях. Стремление к избеганию конфликтов и восстановлению душевных сил.

+6-2

Тревожность и неуверенность в себе. Чувство приниженности, скрываемое из самолюбия, ощущение собственного бессилия перед лицом непреодолимых обстоятельств. Потребность в спокойной и безопасной обстановке, в расслаблении.

+6-3

Переутомление, чувство бессилия, развившееся в процессе противодействия неблагоприятным обстоятельствам, создает ощущение беспомощности и несчастья. Потребность в отдыхе и расслаблении.

+6-4

Тревога и горькая убежденность в том, что бессмысленно надеяться на лучшее. Ощущение утраты сочувствия и признания со стороны значимых окружающих. Потребность в устойчивости собственной позиции и избавлении от страхов и напряженности.

+6-5

Повышенная ранимость в конфликтных ситуациях при повышенной требовательности к социальному окружению.

+6-6

Противоречивое соотношение между потребностью в безопасности и жадой признания.

+6-7

Потребность в спокойствии и безопасности.

+7

+7-0

Опасение возможных помех на пути реализации своих намерений вызывает критическое отношение к жизненным ценностям, защитную иронию и цинизм, за которыми скрывается беспомощность, чувство несостоятельности.

+7-1

Неудовлетворена потребность в любви и понимании. Внешнеобвиняющая реакция на стресс, протестные формы поведения и высказываний.

+7-2

Перенапряжение усилий, направленных на преодоление препятствий, вызвавшее тревогу и ощущение утраты престижности собственной позиции, тщательно скрываемое. Внешнеобвиняющая реакция, прикрывающая собственное бессилие.

+7-3

Переутомление, непереносимость к сильным внешним воздействиям, бегство в мир иллюзий, ирреальность требований к окружению, ощущение несчастья, протестные формы высказываний и поведения, потребность в самостоятельности принятия решений. Возможны импульсивные разрушительно-агрессивные поступки.

+7-4

Страх, чувство бесперспективности, ощущение утраты личностной позиции, самоуничижение, скрываемое от окружающих и маскируемое нарочитой беспечностью.

+7-5

Субъективизм и индивидуалистичность утрированы и проявляются • в виде негативизма и категоричного критиканства по отношению к любым мнениям и ценностям.

+7-6

Императивная потребность в уважении, завышенные притязания, стремление претендовать на исключительность, отказ от обыденности и подчиненной позиции.

+7-7

Противоречивое соотношение между отстаиванием собственной индивидуалистичности и негативным отношением ко всему окружающему.