**Текст опросника темперамента у подростков**

1. Ты неусидчив (а)

2. Ты вспыльчив и импульсивен.

3. Обычно ты нетерпелив.

4. Ты инициативна и решительна.

5. Ты упорна и даже упряма.

6. Ты находчива, быстро ориентируешься в споре.

7. Ритм твоей деятельности неравномерный, скачкообразный.

8. Ты любишь рисковать.

9. Ты легко прощаешь обиды.

10. Твоя речь отличается быстротой и эмоциональностью.

11. Ты часто страдаешь от своей неуравновешенности.

12. Ты не терпишь ничьих недостатков.

13. Тебя привлекает все новое.

14. У тебя часто меняется настроение.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_холерик\_\_\_\_

15. Ты веселый и жизнерадостный человек.

16. Ты всегда собранна, и энергия бьет ключом.

17. Ты часто бросаешь начатое дело на полпути.

18. Ты не всегда правильно оцениваешь свои силы.

19. Твои интересы и увлечения часто меняются.

20. Ты легко привыкаешь к новым обстоятельствам.

21. Тебе не трудно отвлекаться от своих дел, и ты быстро разбираешься с чужой проблемой.

22. Кропотливый труд, требующий терпения, не для тебя.

23. Ты общительна и отзывчива.

24. У тебя внятная и громкая речь.

25. У тебя отличное самообладание, и ты не паникуешь даже в сложных ситуациях.

26. Ты легко засыпаешь и быстро просыпаешься.

27. Тебе трудно сосредоточиться и принять обдуманное решение.

28. Ты рассеянна и невнимательна.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_сангвинник\_\_\_\_\_\_\_

29. Ты сдержанна и хладнокровна.

30. Ты последовательна в словах.

31. Ты осторожна и рассудительна.

32. Тебе свойственна выдержка, ты умеешь выжидать.

33. Ты не слишком разговорчива и не любишь пустой болтовни.

34. У тебя размеренная и спокойная речь.

35. Ты правильно распределяешь свои силы и никогда не выкладываешься полностью.

36. Ты планируешь свои дела придерживаешься четкого режима дня.

37. Ты спокойно воспринимаешь критику.

38. Тебе трудно с ходу переключиться на другую деятельность.

39. У тебя ровные, хорошие отношения с людьми.

40. Ты аккуратна даже в мелочах.

41. Тебе сложно приспособиться к новой обстановке.

42. Ты очень медлительна.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_флегматик\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

43. Ты застенчива.

44. Новая обстановка приводит тебя в замешательство.

45. Ты не уверена в себе, в своих силах.

46. Одиночество тебя не тяготит.

47. Неудачи и неприятности надолго выбивают тебя из колеи.

48. В сложные жизненные периоды ты замыкаешься в себе.

49. Ты не слишком вынослива, быстро устаешь.

50. У тебя тихая, иногда невнятная речь.

51. Ты автоматически перенимаешь черты характера собеседника и его манеру говорить.

52. Ты очень впечатлительна и чувствительна.

53. У тебя завышенные требования к себе и окружающему миру.

54. Тебе присущи некоторая мнительность и подозрительность.

55. Тебя легко обидеть.

56. Тебе приятно, когда окружающие тебе сопереживают.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_меланхолик\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В тесте 4 группы вопросов, в каждой группе 14 утверждений. В первой группе (с 1 по 14 утверждение) дается описание холерика. Во второй группе (с 15 по 28 утверждение) — характеристика сангвиника. В третьей группе (с 29 по 42 утверждение) — портрет флегматика. В четвертой группе (с 43 по 56 утверждение) — описание меланхолика.

Если в какой-то из групп ты получила ***больше 10 плюсов,*** то этот тип темперамента у тебя преобладает. Если количество плюсов — 5-9, то эти черты выражены у тебя в значительной мере. И если положительных ответов меньше 4, то черты такого типа темперамента у тебя слабо выражены.