

## БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

## Айзенктің тұлғалық сауалнамасы (EPI)

ЖАРИЯЛАНДЫ  
25.11.2022СІЛТЕМЕ  
https://bilimger.kz/126885/**Сағынғалиева Ә.****Болтаева А.М.***Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ*

Айзенктің тұлғалық сауалнамасы (Eysenck Personality Inventory, немесе EPI) 1963 жылы жарияланған және 57 сұрақтан тұрады, оның 24 — і интроверсия-экстраверсияны анықтауға, 24-і тұрақсыздық (нейротизмнің) пен эмоционалды тұрақтылығын бағалауға бағытталған, қалған 9-ы бақылау тобын құрайды. Сауалнама субъектінің шынайылығын, оның тексеруге қатынасын және нәтижелердің дұрыстығын бағалауға арналған. Г. Айзенк осы әдістеменің екі нұсқасын жасады (А және В), олар тек сауалнама мәтінімен ерекшеленеді. Нұсқаулық, кілт және деректерді өңдеу қайталанатын. Екі форманың болуы психологқа қайта зерттеу жүргізуге мүмкіндік береді.

**Теориялық негіздері.** Г.Айзенк 700 невротикалық сарбаздың зерттеу материалдарын талдағаннан кейін, адамды сипаттайтын белгілердің барлық жиынтығын 2 негізгі фактор арқылы ұсынуға болады деген қорытындыға келді: экстраверсия (интроверсия) және нейротизм. Осы факторлардың біріншісі биополярлы және адамның жеке психологиялық сипаттамасын білдіреді, оның экстремалды полюстері адамның сыртқы объектілер әлеміне (экстраверсия) немесе субъективті ішкі әлемге (интроверсия) бағдарлануына сәйкес келеді.

**Шкалалардың сипаттамасы.** Экстраверттер көпшілдікпен, импульсивтілікпен, мінез-құлықтың икемділігімен, үлкен бастамашылықпен (бірақ аз табандылықпен) және жоғары әлеуметтік бейімділікпен сипатталады деп саналады. Экстравертті сипаттай отырып, оның қарым-қатынасы мен адамның сыртқы келбетін, танысудың кең ауқымын, байланыстардың қажеттілігін атап өтеді. Ол осы сәттің әсерінен әрекет етеді, импульсивті, ашуланшақ, алаңсыз, оптимистік, ақкөңіл, көңілді. Қозғалыс пен әрекетті жақсы көреді, агрессивтілікке бейім. Сезімдер мен эмоциялар қатаң бақылауға ие емес, қауіпті әрекеттерге бейім. Сіз оған әрдайым сене алмайсыз.

*Интроверттерге*, керісінше, қарым-қатынас, оқшаулану, әлеуметтік пассивтілік (жеткілікті үлкен табандылықпен), интроспекцияға бейімділік және әлеуметтік бейімделу қиындықтары тән. Олар өзін-өзі тексеруге бейім сабырлы, ұялшақ, интроективті адам. Жақын достарынан басқа барлық адамдардан ұстамды және алыс. Өз іс-әрекеттерін алдын-ала жоспарлайды және ойластырады, кенеттен шақыруларға сенбейді, шешім қабылдауға байыпты қарайды, барлық тәртіпті жақсы көреді. Өз сезімдерін басқарады, оны шығару оңай емес. Ол пессимистік, моральдық нормаларды жоғары бағалайды.

*Нейротизм-эмоционалды тұрақтылық*, мазасыздық, өзін-өзі бағалау деңгейі және ықтимал вегетативті бұзылулар жағынан адамды сипаттайтын кейбір қасиеттерді сипаттайды. Бұл фактор да биполярлы және бір полюсте өте тұрақтылықпен, жетілумен және жақсы бейімделумен сипатталатын адамдар, ал екіншісінде өте жүйке, тұрақсыз және нашар бейімделген түрі бар шкаланы құрайды. Адамдардың көп бөлігі осы полюстердің арасында, ортасына жақын орналасқан (қалыпты таралуына сәйкес). Эмоционалды тұрақтылықты немесе тұрақсыздықты сипаттайды. Нейротизм, кейбір мәліметтер бойынша, жүйке жүйесінің тұрақсыздық көрсеткіштерімен байланысты. Эмоционалды тұрақтылық-бұл әдеттегі және стресстік жағдайларда ұйымдасқан мінез-құлықты, ситуациялық фокусты сақтауды білдіретін қасиет. Ол жетілуімен, керемет бейімделуімен сипатталады, үлкен шиеленістің, алаңдаушылықтың, сондай-ақ көшбасшылыққа, көпшілікке бейімділіктің болмауы. Нейротизм өте жүйке, тұрақсыздық, нашар бейімделу, көңіл-күйдің тез өзгеруіне бейімділік (тұрақсыздық), кінә мен мазасыздық сезімі, алаңдаушылық, депрессиялық реакциялар, назар аудару, стресстік жағдайларда тұрақсыздық түрінде көрінеді. Нейротизм эмоционалдылыққа, импульсивтілікке сәйкес келеді; адамдармен байланыстағы бұзушылықтар, мүдделердің өзгергіштігі, өзіне деген сенімсіздік, айқын сезімталдық, әсер ету, мазасыздыққа бейімділік. Нейротикалық тұлға оларды тудыратын тітіркендіргіштерге қатысты жеткіліксіз күшті реакциялармен сипатталады. Қолайсыз стресстік жағдайларда нейротизм шкаласы бойынша жоғары көрсеткіштері бар адамдарда невроз дамуы мүмкін.

### **Нұсқаулық**

Сізге 57 сұраққа жауап беру ұсынылады. Сұрақтар сіздің әдеттегі мінез-құлқыңызды анықтауға бағытталған. Типтік жағдайларды елестетуге тырысыңыз және сіздің ойыңызға келетін алғашқы «шынайы» жауап беріңіз. Тез және дәл жауап беруге тырысыңыз. Есіңізде болсын, «жақсы» немесе «жаман» жауаптар жоқ. Егер сіз келіссеңіз оның нөмірінің жанына + (иә) белгісін қойыңыз, егер жоқ болса — белгі — (жоқ).

### **Айзенктің тұлғалық сауалнамасы (EPI), сауалнама мәтіні (А нұсқасы)**

1. Сіздің бұрын кездеспеген әсерлерге еліктеп, көңіл-күйіңізді құбылтып тұруға

- құмарлығыңыз бар ма?
2. Өзіңізді жақсы түсініп, ақыл айтып, істеген ісіңізді құптап, жұбатып тұратын достардың сізге қажеті бар ма?
  3. Сіз өзіңізді еш нәрсемен ісі жоқ адаммын деп есептейсіз бе?
  4. Өз ойыңыздан (алған беттен) қайту сізге қиын тимей ме?
  5. Сіз іске кірісер алдында көп ойланып, артын күтіп барып, іске кірісесіз бе?
  6. Істің ақыры нәтижесіз аяқталатынын көре тұра, сіз берген уәдеңізде тұрамысыз?
  7. Көңіл-күйіңіз жиі өзгере ме?
  8. Сіз кеп ойланып жатпай, тез сөйлеп, жиі қимылдайсыз ба?
  9. Алып бара жатқан себеп болмаса да, өзіңізді бақытсызбын деп сезінген кездеріңіз болды ма?
  10. Ерегісте сіз еш нәрседен тайынбайтыныңыз рас па?
  11. Ұнайтын адаммен сөйлескіңіз келгенде қымсынасыз ба?
  12. Қатты ашуланғанда, өзіңізді ұстай алмай кететін жағдай бола ма?
  13. Минуттық сезімнің әсерінде кететін жайыңыз жиі бола ма?
  14. Істеген ісіңіз бен айтқан сөзіңізді артынан ойлап, «әттеген-ай» дейтін уақыттарыңыз жиі кездесе ме?
  15. Жұртпен қатысып, сөйлескеннің орнына. оқығанды дұрыс көремісіз?
  16. Тез ашуланып қалатыныңыз рас па?
  17. Көпшіліктің ортасында жиі болғанды қалайсыз ба?
  18. Басқаға білдіргіңіз келмейтін ойларыңыз бола ма?
  19. Кейде бастаған істі жылдам орындап тастап, кейде ісіңіздің өнбейтін кездері бола ма?
  20. Жаныңызға жақын адамдардың аз болуын қалайсыз ба?
  21. Көп армандайсыз ба? (Арманыңыз көп пе?)
  22. Сізге біреу айғайлап жатса, сіз де айғаймен жауап беремісіз?
  23. Кінәлі екендігіңізді сезіп, мазаңыз кетпей ме?
  24. Өз істеріңіздің бәрі дұрыс және орынды деп білесіз бе?
  25. Көпшілік арасында сезім тізгінін босатып, қатты көңілденіп, еркінсіп кетесіз бе?
  26. Сіздің жүйке жүйеңіз қатты жұқарып кетті деуге бола ма?
  27. Сізді көңілді және пысық деуге бола ма?
  28. Біткен іске ойша қайта оралып, «дұрысырақ, жасауға болатын еді» дейтін кездеріңіз бола ма?
  29. Көпшілік ортасында сіз өзіңізді еркін сезінесіз бе?

30. Біреуден естігеніңізді біреуге жеткізетін әдетіңіз бар ма?
31. Әр нәрсені ойлап, ұйықтай алмайтын уақыттарыңыз бола ма?
32. Бір нәрсені білгіңіз келгенде, достарыңыздан сұрап алғаннан да, кітаптан оқып алғанды дұрыс көресіз бе?
33. Жүрегіңіздің қатты соғатын кездері бола ма?
34. Аса үлкен ықтиярлықты қажет ететін жұмыс сізге ұнай ма?
35. Қалтырап кететін жағдай сізде жиі бола ма?
36. Айталық, сіздің бұрын оңаша жерде артық айтқан сөзіңізді ешкім есіне алмай-ақ қойсын. Кейіннен, басқа ойда бола тұра, жұрттың дегеніне қосылып жүре беремісіз?
37. Бірін-бірі іліп-шалып, қалжыдап отыратын жұрт арасында болу сізге онша ынғайлы емес. Солай ма?
38. Ешқандай ауыр жұмыс жасамасаңыз да, алқынып қалатын кездеріңіз бола ма?
39. Жиі ашуланасыз ба?
40. Тез қимыл-әрекет қажет ететін жұмыс сізге ұнай ма?
41. Сәтті аяқталғанымен, әртүрлі кемшіліктері болған іс қайта оралып, мазаңызды ала ма?
42. Сіз асықпай, жай қимылдайсыз ба?
43. Жұмысқа, кездесуге кешіккен кездеріңіз болды ма?
44. Сіз сөзшеңсіз, ашықсыз, таныс емес адаммен де тез тіл табысып, сөйлесіп кетесіз, солай ма?
45. Жанға батып жүрген ауруыңыз бар ма?
46. Достарыңызды көп уақыт көрмесеңіз, өзіңізді «бақытсызбын» деп сезінесіз бе?
47. Сіз өзіңізді «жүйке жүйесі тозған адаммын» деп есептейсіз бе?
48. Өзіңіз танитындардың ішінде сізге ұнайтын адамдар бар ма?
49. Сіз өзіңізді «сенімді адаммын» деп есептейсіз бе?
50. Сіздің өзіңізді немесе қызметіңізді сынаған кезде тез ашуланып қаласыз ба?
51. Кешкі ойын-сауықтан ләззат алу қиын деп есептеймісіз?
52. Сіз өзіңізді өзгеден кем санап, мазасызданатын кездеріңіз бола ма?
53. Көпшілік ортасына келіп, әңгіме-думанды жандандырып жіберу сізге қиын емес пе?
54. Өзіңізге беймәлім мәселелер туралы сіз кейде әңгіме-дүкен құрасыз ба?
55. Сіз өз денсаулығыңызды сақтауға тырысасыз ба?
56. Сіз өзге адамды келемеждеуді ұнатасыз ба?
57. Ұйықтай алмай, мазасызданасыз ба?

### Нәтижелерін өңдеу:

Сұрақтар тізбегін қорытындылау үшін белгілер. 1) «Жалған» өлшемі: 6, 24, 36 — сұрақтарға «ИӘ» жауабы. 12, 18, 30, 42. 48, 54 — сұрақтарға «ЖОҚ» жауабы. Жалпы балл сандары қосылып есептелінеді (Ж): Ж — 9-ға тең болған жағдайда қорытынды жасалынбайды. Ж — саны көбейген сайын нәтижелер растығы төмендей түседі.

2) «Экстраверсия-интроверсия» өлшемі: Мына сұрақтарға «ИӘ» жауабы берілгенде: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

Мына сұрақтарға «Жоқ» жауабы берілгенде: 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51. Балл қосындысы шығарылады (Э). «Э» саны көбейген жағдайда (0-ден 24-ке дейін) адамның экстраверсиялық қасиеті өсе түсті.

3) «Эмоциялық тепе-теңдік — нейротизм» өлшемі: Мына сұрақтарға «ИӘ» жауабы болғанда: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28. 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 50, 52, 55, 57.

Жалпы (Н) — Нейротизм балл қосындылары шығарылады. (Н) саны көбейген жағдайда (0-ден 24-ке дейін) адамның эмоциялық тепе-теңдік қасиеті (нейротизм) көбейе түседі.

4. Төменде көрсетілгендей график жасалынады:

Нейротизм

Эмоциялық тепе-теңдік (тұрақтылық)

Бір-біріне перпендикуляр жүргізілген сызықтарға (өлшемдерге) қолдағы бар нәтижелер жазылады — Э және Н. Сызық шетіндегі нүктелер бір-біріне қосылады. Пайда болған (үшбұрыш, сызық, нүкте) фигура сынаққа түскен адамның классикалық қай темперамент түріне жататынын көрсетеді.

1-холерик, 2-сангвиник, 3-флегматик, 4-меланхолик.

Г. Айзенктің анықтамасына орай, қолдағы алынған нәтижелерге сүйене отырып, әр типтің

өзіне тән қасиеттері болатынын айта кеткен жөн. Мысалы:

1. *Холерик* — сезімтал, тынымсыз, агрессивті, шамданғыш, көңіл-күйі өзгергіш, басқамен қарым-қатынаста және сезім қатынасында тұрақсыз, әр түрлі жағдайларда соқпа мінезді, оптимист (болашаққа сеніммен қарайды), белсенді, пысық, байқам, сенгіш, ашуланшақ т.с.с.
2. *Сангвиник* — ашық, көпшіл, сөзшең, қайырымды, қысылып-қымтырылмайды, өмір сүйгіш, уайымсыз, беймаза емес, көтеріңкі көңілді, басшылыққа бейім, т.с.с.
3. *Флегматик* — сак, енжар, байыпты, өзгеге жақсылық тілегіш, ынтымақшыл, өз ісін ойлап істейтін, сенімді, тұрақты, бір қалыпты т.с.с.

2. *Меланхолик*— беймаза, ренжігіш, ойлампаз, қырағы, пессимист (өмірден түңілгіш), түйық, ұстамды, көп сөзі жоқ, ригидтік (керітартпа) қасиеті бар, т.с.с. Темперамент типінің (түрінін) салыстырмалы тұрақтылық, қасиеті жөнінде пікір қорытып, мінез және темперамент ара қатынасын ажыратып алған жөн. Оқушылар мен оқытушылардың мінез ерекшеліктерін анықтау жолындағы әр темпераменттік типтің атқарар ролі орасан зор.

### Жауап парағы

Т.А.Ә \_\_\_\_\_

Жасы \_\_\_\_\_ Мамандығы \_\_\_\_\_

Номер	Жауап		Номер	Жауап		Номер	Жауап	
№	Иә	Жоқ	№	Иә	Жоқ	№	Иә	Жоқ
1			20			39		
2			21			40		
3			22			41		
4			23			42		
5			24			43		
6			25			44		
7			26			45		
8			27			45		
9			28			47		
10			29			48		
11			30			49		
12			31			50		
13			32			51		
14			33			52		
15			34			53		
16			35			54		
17			36			55		
18			37			56		
19			38			57		
Σ:		Ә=			Н=			Л=

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimgger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.