Тест Леонгарда–Шмишека на акцентуации характера

Пройти онлайн и сразу узнать результат

Имя: _____

Дата: _____

Вам будут предложены утверждения, касающиеся вашего поведения и характера. Внимательно прочтите и выразите степень согласия, выбрав один из вариантов ответов: «да», «в некоторой степени», «нет». Не раздумывайте над вопросами долго, отвечайте так, как вам кажется в настоящий момент.

В каждой строке отметьте один вариант.

	Утверждение	Да	В некоторой степени	Нет
1	У Вас чаще бывает весёлое и беззаботное настроение.	2	1	0
2	Вы чувствительны к оскорблениям.	2	1	0
3	Бывает ли так, что у Вас на глаза навёртываются слёзы при трогательной беседе, чтении книги, слушании музыки, просмотре фильма?	2	1	0
4	Сделав что-либо, Вы сомневаетесь, всё ли сделано правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь ещё раз в этом.	2	1	0
5	В детстве вы были таким(-ой) же смелым(-ой), как другие Ваши сверстники.	2	1	0
6	Часто ли у Вас резко меняется настроение от состояния безграничного ликования до отвращения к жизни, к себе?	2	1	0
7	Являетесь ли вы обычно центром внимания в обществе, в компании?	2	1	0
8	Бывает ли так, что вы беспричинно находитесь в таком ворчливом настроении, что с Вами лучше не разговаривать?	2	1	0
9	Вы серьёзный человек.	2	1	0
10	Способны ли вы восхищаться, восторгаться чем-нибудь?	2	1	0
11	Предприимчивы ли Вы?	2	1	0
12	Вы быстро забываете, если Вас кто-то обидит.	2	1	0
13	Мягкосердечны ли Вы?	2	1	0
14	Вы скорее возьмёте работу на дом, чем оставите её недоделанной?	2	1	0
15	Стремитесь ли вы всегда считаться в числе лучших работников?	2	1	0

	Утверждение	Да	В некоторой степени	Нет
16	Бывало ли Вам в детстве страшно во время грозы или при встрече с незнакомой собакой (а может быть, такое чувство бывает и теперь)?	2	1	0
17	Вы стремитесь во всём и повсюду соблюдать порядок.	2	1	0
18	Ваше настроение зависит от внешних обстоятельств.	2	1	0
19	Любят ли вас ваши знакомые?	2	1	0
20	Часто ли у Вас бывает чувство внутреннего беспокойства, ощущение возможной неприятности, беды?	2	1	0
21	У вас часто бывает несколько подавленное настроение.	2	1	0
22	Переживали ли Вы хотя бы раз истерику или нервный срыв?	2	1	0
23	Трудно ли вам долго усидеть на месте?	2	1	0
24	Если по отношению к Вам несправедливо поступили, Вы обычно считаете нужным энергично отстаивать свои интересы.	2	1	0
25	Обычно вы уверены в себе и не беспокоитесь о том, что о вас подумают люди?	2	1	0
26	Вас раздражает, если дома занавес или скатерть висят неровно, и вы сразу же стараетесь поправить их.	2	1	0
27	Вы в детстве боялись оставаться в одиночестве дома.	2	1	0
28	Часто ли у вас бывают беспричинные колебания настроения?	2	1	0
29	Вы стремитесь быть высококвалифицированным работником в своей профессии.	2	1	0
30	Быстро ли Вы начинаете сердиться или впадать в гнев?	2	1	0
31	Можете ли Вы быть абсолютно беззаботным(-ой)?	2	1	0
32	Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает Вас?	2	1	0
33	Как Вы думаете, могли бы вы стать стендапером, юмористом?	2	1	0
34	Вы обычно высказываете своё мнение достаточно откровенно, прямо и недвусмысленно.	2	1	0
35	Вам трудно переносить вид крови, он вызывает у Вас неприятные ощущения.	2	1	0
36	Нравится ли Вам работа с большой личной ответственностью?	2	1	0
37	Вы склонны выступать в защиту лиц, по отношению к которым допущена несправедливость.	2	1	0
38	Было бы Вам страшно спускаться в тёмный подвал?	2	1	0

	Утверждение	Да	В некоторой степени	Нет
39	Вы предпочитаете работу, в которой надо действовать быстро, но требования к качеству выполнения невысоки.	2	1	0
40	Иногда Вы очень общительны, а порой не хотите никого видеть?	2	1	0
41	В школе вы охотно декламировали стихи.	2	1	0
42	Убегали ли Вы в детстве из дома?	2	1	0
43	Кажется ли Вам жизнь трудной?	2	1	0
44	Бывало ли так, что после конфликта, обиды Вы были до того расстроены, что идти на работу казалось просто невыносимым?	2	1	0
45	Можно ли сказать, что при неудаче Вы не теряете чувства юмора?	2	1	0
46	Если бы Вас кто-либо обидел, предприняли бы Вы первым шаги к примирению?	2	1	0
47	Вы очень любите животных.	2	1	0
48	Вы иногда возвращаетесь, чтобы убедиться, что оставили дом или рабочее место в порядке, и там ничего непредвиденного не случилось.	2	1	0
49	Вас иногда преследует неясная мысль, что с Вами или Вашими близкими может случиться что-то страшное.	2	1	0
50	Вы замечали, что иногда активны, полны энергии, а иногда совсем нет сил?	2	1	0
51	Трудно ли Вам выступать перед большим количеством людей?	2	1	0
52	Вы можете ударить обидчика, если он Вас оскорбит.	2	1	0
53	У Вас очень велика потребность в общении с другими людьми.	2	1	0
54	Вы относитесь к тем, кто при каких-либо разочарованиях впадает в глубокое отчаяние.	2	1	0
55	Вам нравится работа, требующая энергичной организаторской деятельности.	2	1	0
56	У Вас хватает настойчивости добиваться поставленной цели, несмотря на то, что на пути к ней приходится преодолевать много препятствий.	2	1	0
57	Трагический фильм может взволновать Вас так, что на глазах выступают слёзы.	2	1	0
58	Часто ли вам бывает трудно уснуть из-за того, что проблемы прожитого или будущего дня всё время крутятся в голове?	2	1	0
59	Вам важнее сохранить тёплые, дружеские отношения, чем доказать свою правоту.	2	1	0

	Утверждение	Да	В некоторой степени	Нет
60	Вам потребовалось бы большое напряжение воли, чтобы пройти ночью одному(-ой) через кладбище.	2	1	0
61	Тщательно ли Вы следите за тем, чтобы дома каждая вещь была всегда на своём месте?	2	1	0
62	Бывает ли так, что Вы ложитесь вечером спать в хорошем настроении, а наутро встаёте в подавленном, которое длится чуть ли не весь день?	2	1	0
63	Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?	2	1	0
64	Бывают ли у Вас головные боли?	2	1	0
65	Вы часто смеётесь.	2	1	0
66	Вы можете быть приветливым(-ой) даже с теми, кого Вы явно не цените и не уважаете.	2	1	0
67	Вы подвижный человек.	2	1	0
68	Вы очень переживаете из-за несправедливости.	2	1	0
69	Вы настолько любите природу, что можете назвать её своим другом.	2	1	0
70	Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, закрыт ли газ, погашен ли свет, заперты ли двери?	2	1	0
71	Вы очень боязливы.	2	1	0
72	Изменяется ли Ваше настроение при приёме алкоголя?	2	1	0
73	В юности Вы охотно участвовали в театральных постановках, коллективном творчестве, внеклассных мероприятиях?	2	1	0
74	Вы склонны к необдуманным действиям, поступкам, о которых потом сожалеете?	2	1	0
75	Испытывая радость, у вас появляются мысли, что это лишь миг и скоро всё будет по-прежнему?	2	1	0
76	Ваше настроение может изменяться так резко, что состояние радости вдруг сменяется угрюмостью и подавленностью.	2	1	0
77	Легко ли Вам удаётся поднять настроение друзей в компании?	2	1	0
78	Долго ли Вы переживаете обиду?	2	1	0
79	Долго ли Вы переживаете горести других людей?	2	1	0
80	Будучи школьником(-цей), Вы нередко переписывали страницу, если ошибались или замечали «грязь в тетради»?	2	1	0
81	Вы относитесь к людям скорее с осторожностью и недоверием, чем доверчивостью.	2	1	0
82	Часто ли Вы видите страшные сны?	2	1	0

	Утверждение	Да	В некоторой степени	Нет
83	Бывает ли, что вы остерегаетесь того, что броситесь под колёса проходящего поезда или выпадете из окна, расположенного на высоком этаже?	2	1	0
84	В весёлой компании Вы обычно веселы.	2	1	0
85	Способны ли Вы отвлечься от трудных проблем, требующих Вашего решения?	2	1	0
86	Вы становитесь менее сдержанным(-ой) и чувствуете себя свободнее под влиянием алкоголя.	2	1	0
87	В беседе вы скупы на слова.	2	1	0
88	Если бы Вам надо было играть на сцене, Вы смогли бы войти в роль настолько, чтобы забыть, что это только игра?	2	1	0

Характерологический опросник К. Леонгарда, Г. Шмишека (H. Schmieschek, 1970), модификация Г.Г. Павловой (2025), опубликована по лицензии CC BY-NC.

Для специалиста

Характерологический опросник К. Леонгарда — Г. Шмишека в модификации Г.Г. Павловой (2025): 88 пунктов, устаревшие формулировки заменены, ответы «да / в некоторой степени / нет» (2 / 1 / 0). Балл шкалы — сумма с коэффициентом шкалы, диапазон 0–48. Нормы по выборке 576 человек 18–36 лет: 0–17 — низкие значения, 18–37 — средние, 38 и выше — акцентуация. Валидность — корреляции со СМИЛ; надёжность — α Кронбаха.

Уровни: гипертимность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: застревание

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: эмотивность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: педантичность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: тревожность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: циклотимность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: демонстративность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: возбудимость

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: дистимность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Уровни: экзальтированность

0–17	Низкий уровень
18–37	Средний уровень
38–48	Акцентуация

Гипертимность: _____

Застревание: _____

Эмотивность: _____

Педантичность: _____

Тревожность: _____

Циклотимность: _____

Демонстративность: _____

Возбудимость: _____

Дистимность: _____

Экзальтированность: _____

Тест не ставит диагнозов. Онлайн-версия с подсчётом и пояснением результата: shilko.ru/metodiki/leonhard/

Источник

Павлова Г.Г. Модификация и стандартизация личностного опросника для определения типа акцентуаций К. Леонгарда, Г. Шмишека // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2, № 1. С. 106–122. DOI: 10.17759/epps.2025020108