

Психодиагностический отчет

ОБСЛЕДОВАНИЕ YYYU И ZZZZ
Д. МАКАРЕНКОВ

Содержание

Вводные замечания	3
Тест ТЭММО	0
Тест Айзенка	0
Тест Кеттела.....	2
YYYY	2
Выводы (YYYY).....	3
ZZZZ	4
Выводы (ZZZZ).....	5
Общие выводы	5
Предварительные рекомендации	6
Тест Люшера.....	7
Тест Люшера: YYYY.....	8
ЖЕЛАЕМЫЕ ЦЕЛИ И СРЕДСТВА, УСТРЕМЛЕНИЯ И ЗАЩИТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа «+»).....	8
СУЩЕСТВУЮЩЕЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ, ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ, СОБСТВЕННО НАСТРОЙ, УМЕСТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа "x")	9
СДЕРЖИВАЕМЫЕ КАЧЕСТВА, ВРЕМЕННО УТРАЧЕННЫЕ СВОЙСТВА, ОТЛОЖЕННЫЕ, ОГРАНИЧИВАЕМЫЕ, ВОСПРИНИМАЕМЫЕ КАК НЕУМЕСТНЫЕ И НАХОДЯЩИЕСЯ В РЕЗЕРВЕ ВОЗМОЖНОСТИ (группа «=»).....	9
ИСТОЧНИКИ НЕОСОЗНАВАЕМОЙ ТРЕВОЖНОСТИ. ПОТРЕБНОСТИ, ЗАТОРМАЖИВАЕМЫЕ ВВИДУ НЕЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ (группа «-»).....	9
АКТУАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА (напряжение «+» и «-» групп, в порядке убывания значимости, интенсивности проблемы)	10
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (в порядке уменьшения актуальности проблемы)	11
Выводы	16
Тест Люшера: ZZZZ.....	18
ЖЕЛАЕМЫЕ ЦЕЛИ И СРЕДСТВА, УСТРЕМЛЕНИЯ И ЗАЩИТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа «+»)	18
СУЩЕСТВУЮЩЕЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ, ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ, СОБСТВЕННО НАСТРОЙ, УМЕСТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа "x")	19
СДЕРЖИВАЕМЫЕ КАЧЕСТВА, ВРЕМЕННО УТРАЧЕННЫЕ СВОЙСТВА, ОТЛОЖЕННЫЕ, ОГРАНИЧИВАЕМЫЕ, ВОСПРИНИМАЕМЫЕ КАК НЕУМЕСТНЫЕ И НАХОДЯЩИЕСЯ В РЕЗЕРВЕ ВОЗМОЖНОСТИ (группа «=»).....	19
ИСТОЧНИКИ НЕОСОЗНАВАЕМОЙ ТРЕВОЖНОСТИ. ПОТРЕБНОСТИ, ЗАТОРМАЖИВАЕМЫЕ ВВИДУ НЕЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ (группа «-»).....	19

АКТУАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА (напряжение «+» и «-» групп, в порядке убывания значимости, интенсивности проблемы)	20
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (в порядке уменьшения актуальности проблемы)	21
ЭВОЛЮЦИЯ ЖЕЛАЕМЫХ ЦЕЛЕЙ И СРЕДСТВ, УСТРЕМЛЕНИЙ И ЗАЩИТНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ (группа «+»).....	27
Выводы	28
Заключение	30

Вводные замечания

Супруги YYYY (34 года, М, образование высшее) и ZZZZ (37 лет, Ж, образование высшее) обратились за консультацией по поводу проблем в семейных отношениях.

В качестве первоначального психодиагностического обследования был рекомендован следующий набор тестов:

1. ТЭММО – Тест эмоциональных мотиваций и межличностных отношений, по А. Лэнгле;
2. Тест Айзенка – вариант EPQ-R;
3. Тест Кеттела – вариант С;
4. Тест Люшера – расшифровка по двум восьмицветовым выборкам.

Тесты были выполнены супругами в течение одного дня, в субботу, 03.10.2020, в спокойной домашней обстановке, на психодиагностическом портале www.dmpsy.club. Ниже приводится анализ полученных результатов.

Тест ТЭММО

Результаты теста приведены в таблице ниже:

Имя	Возр.	Образ.	Опора (3-18)	Защищенность (3-18)	Пространство (3-18)	ДОВЕРИЕ (9-54)	Соотнесенность (3-18)	Время (3-18)	Близость (3-18)	ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ (9-54)	Внимание (3-18)	Справедливое отношение (3-18)	Признание ценности (3-18)	АУТЕНТИЧНОСТЬ (9-54)	Возможности для деятельности (3-18)	Включенность во взаимоотношения (3-18)	Совместное будущее (3-18)	СМЫСЛ (9-54)	ВСЕГО (36-216)	ВСЕГО, %
YYYY	34	Высш.	13	12	14	39	13	14	12	39	11	12	14	37	13	12	13	38	153	65
ZZZZ	37	Высш.	10	13	8	31	12	15	9	36	7	10	13	30	11	11	12	34	131	53

Для влюбленных пар, молодоженов и истинно гармоничных браков суммарный процент обычно стремится к 80-90%, в данном случае, как видим, отношения гораздо более спокойные; тем не менее, показатели ниже 50% могут считаться достаточно тревожными, это обычно говорит о недопонимании и препятствиях к реализации личностных устремлений человека в браке.

В данном случае, неудовлетворенность текущей ситуацией наблюдаются со стороны ZZZZ (53%). В первую очередь, это затрагивает планы ДОВЕРИЯ, ЦЕННОСТИ ЖИЗНИ и АУТЕНТИЧНОСТИ. С точки зрения респондентки, ей недостает личного пространства (8 из 18), теплоты отношений (Близость, 9 из 18), а также заинтересованного внимания (9 из 18) со стороны “второй половины”. Помимо этого, ZZZZ не чувствует в супруге достаточно надежной опоры (10 из 18) и справедливого отношения к себе (10 из 18). Впрочем, последний показатель также невысок и у YYYY, что может быть следствием некоторого охлаждения отношений. К слову, ZZZZ старше YYYY, и это также может быть основанием ее тревог относительно верности и надежности мужа (есть ли у них дети?).

В то же время, надо отметить, что определенный оптимизм внушают высокие показатели планов на совместное будущее (13 и 12 из 18, соответственно).

Ниже проанализируем темперамент, характеристики личности и оценим текущее психоэмоциональное состояние респондентов с тем, чтобы попытаться найти возможные источники выявленных проблем.

Тест Айзенка

Результаты теста Айзенка (вариант EPQ-R) приведены ниже.

Имя	Психотизм (P)	Экстраверсия (E)	Нейротизм (N)	Неискренность (L)	Темперамент по Суходольскому	Темперамент
YYYY	4 ... низкий уровень психотизма	13 ... амбиверт	14 ... средний уровень нейротизма	9	N...Нормальный тип (Н) – без акцентуаций темперамента	Холерик, СН
ZZZZ	3 ... низкий уровень психотизма	12 ... амбиверт	10 ... средний уровень нейротизма	10	N...Нормальный тип (Н) – без акцентуаций темперамента	Сангвиник, S

Профили темпераментов пары весьма схожи: нет выраженных акцентуаций по Суходольскому (находятся в центральной части, а не на периферии шкал), что, совместно с низким уровнем психотизма, говорит об определенной уравновешенности субъектов. Отмечается также общая амбивертность по шкале Экстраверсии – Интроверсии. Следует обратить внимание на завышенные показатели по шкале неискренности ответов (9 и 10), что заставляет с некоторой осторожностью подходить к результатам теста.

Более высокий уровень нейротизма YYYY обуславливает его холерический темперамент:

Холерик - отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, аффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

В этом плане импульсивность YYYY может служить катализатором семейных проблем.

Природа ZZZZ – сангвиническая:

Сангвиник - быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

Стремление ZZZZ к новым впечатлениям, разбросанность и некоторая бессистемность, мечтательность и непрактичность, могут вызывать раздражение мужа. В то же время, ZZZZ может воспринимать это как ограничение ее свободы действий, личного пространства и проявление невнимания.

Тест Кеттелла

Результаты теста Кеттелла приводим ниже:

Имя	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q1	Q2	Q3	Q4	MD	F1	F2	F3	F4
YYYY	4	10	8	3	7	4	5	5	2	6	4	8	10	7	8	6	6	4.8	4.5	6.3	7.8
ZZZZ	1	7	7	4	4	6	2	7	1	7	2	4	3	5	7	3	4	3.2	1.9	5.1	5.4

Рассмотрим акцентуированные (завышенные или заниженные) характеристики личностей респондентов.

YYYY

Интеллект (B=10), максимально возможный показатель, высокий уровень абстрактного мышления:

быстро воспринимает и усваивает новый учебный материал. Имеется некоторая корреляция с культурным уровнем, а также с реактивностью. Высокие баллы указывают на отсутствие снижения функций интеллекта в патологических состояниях.

Эмоциональная нестабильность – Эмоциональная стабильность (C=8), высокая эмоциональная устойчивость:

Эмоционально зрелый, устойчивый, невозмутимый. Высокая способность к соблюдению общественных и моральных норм. Иногда смиренная покорность перед нерешенными эмоциональными проблемами. Хороший уровень «С» позволяет адаптироваться даже при психических расстройствах.

Подчиненность – Доминантность (E=3), определенная склонность к роли ведомого:

Мягкость, уступчивость, тактичность, кротость, любезность, зависимость, безропотность, услужливость, почтительность, застенчивость, готовность брать вину на себя, скромность, экспрессивность, склонность легко выходить из равновесия.

Сдержанность – Экспрессивность (F=7), эмоциональная значимость социальных контактов:

Жизнерадостность, импульсивность, восторженность, беспечность, безрассудность в выборе партнеров по общению, эмоциональная значимость социальных контактов, экспрессивность, экспансивность, эмоциональная яркость в отношениях между людьми, динамичность общения, которая предполагает эмоциональное лидерство в группах

Доверчивость – Подозрительность (L=2), открытость миру, не лидерство, коллективизм:

склонен к свободе от тенденции ревности, приспособляемый, веселый, не стремится к конкуренции, заботится о других. Хорошо работает в группе. Открытость, уживчивость, терпимость, покладистость; свобода от зависти, уступчивость. Может быть чувство собственной незначительности.

Спокойствие – Тревожность (O=8), высокий уровень внутренней тревоги и неуверенности в себе:

депрессивен, плохое настроение преобладает, мрачные предчувствия и размышления, беспокойство. Тенденция к тревожности в трудных ситуациях. Чувство, что его не принимает группа. Озабоченность, ранимость, ипохондрия, подверженность сиюминутному настроению, страх, неуверенность в себе,

склонность к предчувствиям, самобичеванию, к депрессиям, чувствительность одобрению окружающих, чувство вины и недовольство собой.

Консерватизм – Радикализм (Q1=10), очень высокий уровень радикализма, свободомыслие, интеллектуал-аналитик, не принимающий ничего на веру.

поглощен интеллектуальными проблемами, имеет сомнения по различным фундаментальным вопросам; скептичен и старается вникнуть в сущность идей старых и новых. Он часто лучше информирован, менее склонен к морализированию, более - к эксперименту в жизни, терпим к несообразностям и к изменениям. Свободомыслие, экспериментаторство, наличие интеллектуальных интересов, развитое аналитическое мышление (подтверждается V=10), восприимчивость к переменам, к новым идеям, недоверие к авторитетам, отказ принимать что-либо на веру, направленность на аналитическую, теоретическую деятельность.

Конформизм – Нонконформизм (Q2=7), существенная доля нонконформизма, как проявление V=10, Q1=10:

независим, склонен идти собственной дорогой, принимать собственные решения, действовать самостоятельно. Он не считается с общественным мнением, но не играет доминирующую роль в отношении других (см. фактор E=3). Нельзя считать, что люди ему не нравятся, он просто не нуждается в их согласии и поддержке. Независимость, ориентация на собственные решения, самостоятельность, находчивость, стремление иметь собственное мнение.

Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль (Q3=8), высокий уровень самоконтроля, согласуется с эмоциональной стабильностью (C=8)

имеет тенденцию к сильному контролю своих эмоций и общего поведения. Социально внимателен и тщателен; проявляет то, что обычно называют «самоуважением», и заботу о социальной репутации. Иногда, однако, склонен к упрямству. Целенаправленность, сильная воля, умение контролировать свои эмоции и поведение.

Выводы (YYYY)

1. Обладая высоким интеллектом и сильной волей, YYYY выработал, по-видимому, отличное умение контролировать проявления эмоций своей холерической натуры.
2. YYYY явно не является лидером по природе, он, скорее, тайный оппозиционер, ему присущ нонконформизм и радикализм, ниспровержение авторитетов в сочетании с мечтательностью и недостаточной практичностью.
3. Предыдущие пункты дают основание объяснить постоянно накапливающуюся тревогу и депрессию, которая может найти выход в семейных конфликтах. При этом, как будет показано ниже, его глобальные новаторские идеи, скорее всего, не найдут поддержки у консервативной, осторожной, но внутренне твердой в своих убеждениях ZZZZ.
4. YYYY – социально-ориентированная личность, ему требуется общение, не чуждо быть душой компании, что также может быть воспринято более “домашней” ZZZZ негативным образом.

ZZZZ

Замкнутость - общительность (A=1), отгороженность от мира, холодность:

Склонна к ригидности, холодности, скептицизму и отчужденности. Вещи ее привлекают больше, чем люди. Предпочитает работать сама, избегая компромиссов. Склонна к точности, ригидности в деятельности, личных установках. Иногда склонна быть критически настроенной, негибкой, твердой, жесткой.

Интеллект (B=7), весьма высокий уровень абстрактного мышления:

интеллектуально развитая, абстрактно мыслящая личность, обладает высокой способностью к обучению.

Эмоциональная нестабильность – Эмоциональная стабильность (C=7), достаточно высокая эмоциональная устойчивость:

Эмоционально устойчива, трезво оценивает действительность, активная, зрелая личность.

Робость – Застенчивость (H=2), робость, застенчивость, боязнь социальных контактов:

Застенчива, уклончива, держится в стороне, «тушется». Обычно испытывает чувство собственной недостаточности. Речь замедлена, затруднена, высказывается трудно. Избегает профессий, связанных с личными контактами. Предпочитает иметь 1-2 близких друзей. Робость, застенчивость, эмоциональная сдержанность, осторожность, социальная пассивность, деликатность, внимательность к другим, повышенная чувствительность к угрозе, отдает предпочтение индивидуальной деятельности и общению в малой группе (2-3 человека).

Жесткость – Чувствительность (I=7), повышенная ранимость, чувствительность, утонченность:

Слабый, зависимый, недостаточно самостоятельный, беспомощный, сензитивный. Чувствительность, впечатлительность, богатство эмоциональных переживаний, склонность к романтизму, художественное восприятие мира, развитые эстетические интересы, артистичность, женственность, склонность к эмпатии, сочувствию, сопереживанию и пониманию других людей, утонченная эмоциональность.

Доверчивость – Подозрительность (L=1), открытость миру, не лидерство, коллективизм:

склонна к свободе от тенденции ревности, приспособляемая, веселая, не стремится к конкуренции, заботится о других. Хорошо работает в группе. Открытость, уживчивость, терпимость, покладистость; свобода от зависти, уступчивость. Может быть чувство собственной незначительности.

Практичность – Мечтательность (M=7), мечтательность, романтизм, житейская непрактичность:

личность с развитым воображением, погруженная во внутренние потребности, мало заботится о практических вопросах. Богатое воображение, поглощенность своими идеями, внутренними иллюзиями («витают в облаках»), легкость отказа от практических суждений, умение оперировать абстрактными понятиями, ориентированность на свой внутренний мир, мечтательность.

Консерватизм – Радикализм (Q1=3), приверженность традициям, неизменность взглядов:

убеждена в правильности того, чему ее учили, принимает все как проверенное, несмотря на противоречия. Склонна к осторожности и компромиссам в отношении новых людей. Имеет тенденцию препятствовать и противостоять изменениям и откладывать их, придерживается

традиций. Консервативность, уважение к традициям, сомнение в отношении новых идей и принципов, склонность к морализации и нравоучениям, сопротивление переменам, узость интеллектуальных интересов.

Низкий самоконтроль – Высокий самоконтроль (Q3=7), повышенный уровень самоконтроля, согласуется с эмоциональной стабильностью (C=7):

Самоконтролируемая, социально точная, следующая «Я» - образу (высокая интеграция). Целенаправленность, сильная воля, умение контролировать свои эмоции и поведение.

Расслабленность – Напряженность (Q4=3), вялость, апатичность, низкая мотивация:

склонна к расслабленности, уравновешенности, удовлетворенности. В некоторых ситуациях это может говорить о лени. Расслабленность, вялость, апатичность, спокойствие, низкая мотивация.

Выводы (ZZZZ)

1. Аналогично YYYU, ZZZZ использует высокий интеллект и сильную волю для полного контроля эмоций своей, в данном случае, сангвинической природы.
2. ZZZZ также явно не годится на роль лидера по природе, что может вызывать проблемы: ни муж, ни жена не готовы сыграть первую скрипку в семейных отношениях.
3. В отличие от YYYU, ZZZZ испытывает трудности в установлении отношений с миром, застенчивость, робость и неуверенность в своих силах в сочетании с мечтательностью и непрактичностью, по-видимому, создают препятствия к общению и на семейном фронте.
4. Не способствует взаимопониманию и крайний консерватизм ZZZZ, внутренняя незыблемость ее убеждений.
5. ZZZZ по собственной воле заключила себя в некоторый кокон, в котором скрывается ее истинная женственность, ранимость и готовность к сопереживанию глубоких эмоций и чувств. Возможно, здесь просматривается некий негативный опыт из детства или ранней юности, связанный с неудачным проявлением исходной открытости миру, приведший к появлению “ограждения” как защитной реакции (На мой взгляд, может быть рекомендована работа со “внутренним ребенком”).
6. Эмоциональный дефицит постепенно проявляется также в вялости, апатичности и низкой мотивации.

Общие выводы

1. Складывается впечатление, что супруги живут каждый в своем мире, подавляя и контролируя свои эмоции: YYYU копит тревогу от неисполнения глобальных новаторских идей, а ZZZZ – от внутреннего запрета на проявление своей женственности, недостатка внимания от социально-ориентированного супруга.
2. Не способствует успеху семейных отношений общая непрактичность и отсутствие лидерской жилки у обоих респондентов, умения взять на себя ответственность за принятие решений. Это – один из поводов “разбить семейную лодку о быт”.
3. Отрицательную роль могут сыграть две разнонаправленные акцентуации (по величине разброса):
 - a) Q1 (10 – 3 = 7) Крайний радикализм YYYU vs. Консерватизм ZZZZ;
 - b) O (8 - 4 = 4) Тревожность, депрессивность YYYU vs. Спокойствие, отстраненность ZZZZ.

4. Отметим высокие показатели по шкале неискренности теста Айзенка: можно предположить, что респонденты настолько подавляют свои эмоции и подсознание, что невольно лукавят даже сами с собой.

Предварительные рекомендации

В первую очередь, можно порекомендовать выход из коконов самоконтроля и тотального подавления эмоций навстречу друг другу, тем или иным способом. ZZZZ отдельно – проработка «Внутреннего ребенка».

Тест Люшера

Ниже оценим текущее психоэмоциональное состояние четы по двум восьмицветовым выборкам, первая из которых относится к недавнему прошлому и текущему моменту, а вторая соответствует развитию ситуации на ближайшую перспективу.

Тест Люшера: YYYU

ФОРМУЛА:	1																			
	0	2	6	5	3	7	4	1	0	6	2	5	3	7	4					

	С	С(!)		А(!)А	А(!!!)					
	+	+	х	х	= - - -					
	<u>1</u>	<u>0</u>	<u>2</u>	<u>6</u>	<u>5</u>	<u>3</u>	<u>7</u>	<u>4</u>		
	<u>1</u>	<u>0</u>	<u>6</u>	<u>2</u>	<u>5</u>	<u>3</u>	<u>7</u>	<u>4</u>		
	+	+	+	х	= - - -					
	С	С(!)	С(!)	А(!) А	А(!!!)					

Основные цвета: 1,2,3,4 Дополнительные цвета: 0,6,7

Профиль весьма стабилен в отношении цветопар и их расположения; разворот центральной пары 2-6 – единственное изменение, происходящее при переходе от первой выборке ко второй.

Профиль устойчив относительно группы желаемых целей и устремлений, отвергаемая триада 3-7-4 также неизменна. Разворот группы 2-6 прогнозирует усиление стрессовой ситуации в ближайшем будущем, поскольку дополнительный цвет 6 перемещается на третью позицию. Это добавляет компенсацию «Регрессии к физическим потребностям».

ЖЕЛАЕМЫЕ ЦЕЛИ И СРЕДСТВА, УСТРЕМЛЕНИЯ И ЗАЩИТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа «+»)

+ 1 + 0 * (внутренний конфликт)

Потребность в покое + социальное отчуждение

Вы стремитесь освободиться от источника тревоги и обрести чувство покоя и удовлетворенности. Хотели бы отдохнуть от обессиливающих напряжений. Тоскуете по непоколебимым и полным удовлетворения гармониям. Вы настоятельно требуете освобождения от стресса, жаждете мира и уравновешенности.

+ 6 * (внутренний конфликт)

Регрессия к физическим потребностям

Вы стремитесь уйти от проблем, расслабиться и восстановить силы. Ищете безмятежного состояния физической легкости и освобождения от тягот. Вы стремитесь к приносящей покой физиологической удовлетворенности, регрессируете к настойчивому удовлетворению телесных и жизненных нужд.

СУЩЕСТВУЮЩЕЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ, ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ,
СОБСТВЕННО НАСТРОЙ, УМЕСТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа "х")

х 2

Вы спокойны и тверды, самостоятельно отстаиваете свои притязания. Уверены в обоснованности своих претензий окружению. Вы настойчивы и требуете лишь того, что Вам действительно причитается, пытаетесь таким образом оградить себя от посягательств и утвердить свое положение в группе. Вы стремитесь получать реальные плоды своей деятельности для того, чтобы уверенно удерживать занятые позиции.

СДЕРЖИВАЕМЫЕ КАЧЕСТВА, ВРЕМЕННО УТРАЧЕННЫЕ СВОЙСТВА, ОТЛОЖЕННЫЕ,
ОГРАНИЧИВАЕМЫЕ, ВОСПРИНИМАЕМЫЕ КАК НЕУМЕСТНЫЕ
И НАХОДЯЩИЕСЯ В РЕЗЕРВЕ ВОЗМОЖНОСТИ (группа «=»)

= 5

Вы направляете чувствительность на собственные эмоции и крайне тонки в реагировании на нюансы, поэтому Вас воспринимают как щепетильного и деликатного человека. Вы резервируете чувственную восприимчивость для интимной связи и не расходуете ее на необязательные контакты. Эгоцентричны, а потому легко обижаетесь. Вы крайне чувствительны и сентиментальны, что склонны скрывать ото всех, кроме разве что очень близких людей.

ИСТОЧНИКИ НЕОСОЗНАВАЕМОЙ ТРЕВОЖНОСТИ. ПОТРЕБНОСТИ, ЗАТОРМАЖИВАЕМЫЕ
ВВИДУ НЕЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ (группа «-»)

– 3 – 7 * (внутренний конфликт)

Перегрузка способности воспринимать переживаемое + отклонение помех и неприятие ограничений

Первичное действие: стресс вызван разочарованиями, вошедшими в жизнь вместе с какой-то нежелательной ситуацией.

Психологически: Вы чувствуете, что попали в неприятную ситуацию, мучительную и тяжкую, исправить которую Вы бессильны. Вы рассержены и раздражены из-за сомнений в возможности достижения собственных целей. Вы фрустрированы вплоть до нервного истощения. Хотите освободиться от этого мучительного состояния, чтобы избежать помех и свободно действовать согласно собственным убеждениям. Вы хотите выпутаться из создавшейся ситуации и обрести возможность свободно принимать решения. (Цветопары группы ++ указывают на характер компенсации.)

Коротко: фрустрированное желание независимости.

– 7 – 4 * (внутренний конфликт)

Отклонение ограничений + напряженное ожидание и тематически фиксированная озабоченность

Первичное действие: стресс вызван разочарованиями и настороженной самозащитой от дальнейших неудач.

Психологически: несбывшиеся надежды привели к неуверенности и настороженности. Не исполненные ожидания породили волнующую неопределенность. Вы хотите действовать свободно и не готовы терпеть отказ или соглашаться с какими бы то ни было ограничениями, если они не соответствуют Вашим собственным убеждениям. Вы не желаете обходиться без чего бы то ни было или в чем-то себе отказывать и требуете гарантий безопасности как панацеи от дальнейших неудач и потери положения и престижа. Вы сомневаетесь в том, что в будущем положение хоть сколько-нибудь изменится к лучшему, и эта негативная установка заставляет Вас завышать свои притязания и отказываться от разумных компромиссов. (Цветопары группы ++ характеризуют компенсацию.)

Коротко: Вы нуждаетесь в чувстве уверенности, чтобы оградить себя от разочарований, потери авторитета и посторонних влияний. Повышенные требования основаны на чрезмерных ожиданиях.

АКТУАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА (напряжение «+» и «-» групп, в порядке убывания значимости, интенсивности проблемы)

+ 1 – 4 (1-й цвет – 8-й цвет)

Тревога, вызванная разочарованием в несбывшихся надеждах и опасением новых неудач, приводит к поиску спокойных и гармоничных отношений, ограждающих Вас от недостатка признания и разочарований.

+ 1 – 7 (1-й цвет – 7-й цвет)

Вы не желаете вовлекаться в чьи-либо разногласия, предпочитаете оставаться в стороне.

+ 0 – 4 (2-й цвет – 8-й цвет)

Тревога, вызванная разочарованием в несбывшихся надеждах и опасением, что новые цели приведут к неудачам, побуждает Вас замыкаться в себе и быть осмотрительным из соображений самозащиты.

+ 0 – 7 (2-й цвет – 7-й цвет)

Опасение за возможное ограничение независимости вызывает у Вас желание оградить себя от внешних воздействий.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (в порядке уменьшения актуальности проблемы)

+ 1

Вы стремитесь к полному отдыху и абсолютному равновесию сил и желаний. По мере возможностей проявляете максимально возможный дипломатизм и избегаете каких бы то ни было столкновений и конфликтов. Вы стремитесь к пробуждению высших адаптационных возможностей, хотя и сейчас успешно приспосабливаетесь к наличным ситуациям. В конце концов, Вы искренно рады всему тому, чем располагаете и что можете использовать в своих интересах. Более всего Ваше текущее состояние определяет сентенция: "От добра добра не ищут". Как бы там ни было, в настоящее время Вас вполне удовлетворяет синица в руках, а о журавле в небе Вы даже не помышляете.

Вы интуитивно чувствуете, что занимаете именно свое место и находитесь именно там, где хотели бы и должны были бы находиться. Вы согласны на разумные компромиссы, с удовольствием погружаетесь в воспоминания о безоблачных днях раннего детства, хотите углубиться в приятное расслабление вплоть до переживания абсолютной безмятежности. В настоящее время более всего Вы цените покой и гармоничное ощущение полнейшей беспроblemности потока существования. Вы жаждете прямо-таки физиологически ощущать глубочайшую гармонию, присущую уравновешенной и симфонически сбалансированной жизни, что обеспечило бы Вам переживание интимной сопричастности и общности с жизнью значимых для Вас людей и гарантированно привело бы к желанному удовлетворению собой и миром. Вы прямо-таки грезите о мирной тишине и удовлетворяющей уравновешенности, хотя в немалой степени эти черты присущи и Вашему теперешнему состоянию.

Вас привлекает плавность движений, преданность верного друга, задумчивость спящего моря и вечные гармонии ночного неба. Вы грезите о таинстве самопожертвования, слегка завидуєте защищенности улитки в раковине и тяготеете к сообщению и соединению с тем, что Вас окружает, бесконфликтным и музыкально-прекрасным. Символически Вам бы хотелось раствориться в безбрежных просторах ночного эфира или погрузиться в нежные и теплые воды забвения, умиротворенно и кротко.

Ваше состояние можно охарактеризовать совокупностью ключевых слов: мягкость, отзывчивость, сострадательность, миролюбие, заботливость, скромность, жажда согласия, художественность, довольство, спокойствие, удовлетворенность, романтизм, молитвенность и доверие. Вы не просто стремитесь к достижению этих переживаний, но и в значительной мере преисполнены ими уже сейчас, хотя и жаждете большего. Душевность, целостность, самоотдача, восприимчивость, ранимость, акцент на ненасилии, возвышенность, священность, блаженство, текучесть, плавность, радостность, исцеленность, погружение в прекрасное, хрупкость и глубокая мягкая тишина - вот то, без чего Вы не желаете обходиться и к чему Вы устремляетесь, словно магнитная стрелка к Северу.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **если возникло чувство глубокого одиночества и брошенности из-за того, что взаимоотношения не позволяют исполниться надеждам и сбыться мечтам об обретении сердечности и душевного единения, если любовная привязанность не приносит желанного удовлетворения, все же ни в коем случае нельзя допускать проявлений обидчивости и сверхчувствительной раздражительности. Постарайтесь решительно отказаться от саможаления, станьте трезвее и серьезнее. Для того, чтобы ситуация смогла Вас удовлетворить, ее необходимо формировать силой собственной инициативы.**

– 4

В настоящее время Вы всеми силами защищаетесь от разочарований, потерь и угрожающей изоляции. Ни в коем случае не желаете оказаться потерянными и забытыми, не хотите сталкиваться ни с какими утратами и погружаться в какие бы то ни было заботы. Вы даже не желаете думать о будущем, так как оно Вас по вполне понятным причинам пугает, и прежде всего - возможными потерями и утратами. Более всего Вы боитесь потерять то, что придает уверенность и позволяет самоутвердиться - гарантии личного развития и благорасположение значимых для Вас людей. Любое расширение возможностей, обновление перспектив и резкое изменение ситуации в целом немедленно приводит Вас в замешательство, в результате чего Вы тушуетесь, теряетесь и стараетесь поскорее замкнуться в себе. Периодически Вы ощущаете довольно-таки острый страх перед кажущейся совершенно непредсказуемой и такой обманчивой реальностью. Ваша потребность в гарантированной безопасности слишком велика для того, чтобы Вы могли оставаться свободным и спокойным.

Вы крайне зависимы от признания другими, хотя излишняя внимательность к мнениям и суждениям окружающих порой оказывается прямо-таки изнуряющей. Вас до глубины души огорчает всякая критика, особенно несправедливая, поэтому Вы чувствуете настоятельную необходимость постоянно подтверждать собственную значимость ощутимыми успехами и достижениями. Но их, по Вашему мнению, все время недостает для того, чтобы гарантировать надежность Вашего положения. Потому-то Вы и испытываете странную зависть к тем, кто кажется Вам более удачливым и успешным. Спектр переживания этого весьма широк - от легких покальваний ревности и мимолетных разочарований самим собой до навязчивого желания во что бы то ни стало отомстить ближнему только за то, что у него, как Вам кажется, что-то получается лучше, чем у Вас. Время от времени Вы испытываете острый страх перед возможной изоляцией, которая грозит наступить вследствие утраты партнерских связей и разрыва дружеских отношений, а потому все это Вы хотите как можно жестче контролировать. Одним словом, Вы находитесь в позиции отчаянной обороны, чувствуя себя загнанным в угол, периодически погружаясь в пессимистические переживания, полные ощущения закрытости и безнадежности. Будущее Вас не радует и не влечет, хотя и весьма интересует, но лишь с точки зрения прогнозирования возможных неудач и поиска способов хоть как-то защититься от их малоприятных последствий.

Вы настолько чрезмерно заботитесь о собственном будущем, что в настоящее время напряжение ожидания неприятного достигло немыслимых размеров и стало ужасным и невыносимым. Предъявляя себе и окружению чрезмерные претензии и наотрез отказываясь идти на компромиссы, Вы сами себя замуровали в пещеру страха перед будущим. Возбужденный пессимизм сочетается в Вас с боязнью потери престижа, продолжает накапливаться страх перед разочарованиями и потерей влияния на ситуацию. Вы уже и так перевозбудились постоянными размышлениями о худшем грядущем, но тем не менее продолжаете "накачивать" себя неверием в благоустроение дел и недоверием к разуму жизненного потока. Вы опасаетесь постоянного изменения действительности потому, что не желаете настраиваться на постоянно обновляющиеся ситуации, не раскрепощаете свои потенциалы и не разворачиваете дарованные Вам способности, одним словом, даже не стремитесь шире и полнее реализовать себя в соответствии с новыми возможностями, возникающими вместе с переменами.

Вам не хватает мужества открыто выразить свои желания и далее действовать в полном соответствии с ними. Вы не должны оставаться таким зажатым и закрытым. Вам надлежит разрядить внутреннее давление неуверенности и страха отказом от

завышения притязаний, открыться новым возможностям и использовать наиболее приемлемые и подходящие из них в интересах собственного свободного развития. Переживаемое Вами сейчас перевозбуждение, приводящее к потере равновесия и время от времени прорывающееся наружу раздражениями и эмоциональными взрывами, порождено несбывшимися ожиданиями. Однако жизнь продолжается, и нет никаких оснований предполагать обязательность неудач в будущем, если в недавнем прошлом Вам и пришлось испытать таковые. Вполне естественно то, что вызванный разочарованиями стресс привел к возбуждению и породил страх перед возможными неудачами в будущем.

Несбывшиеся надежды вызвали у Вас чувство опасности перед возможными неприятностями и неуверенности в себе. Они породили озабоченную настороженность и недоверие всем и вся. Разумеется, в настоящее время Вы испытываете острую потребность в ощущении безопасности и хотите во что бы то ни стало избежать каких-либо разочарований в будущем и в дальнейшем гарантировать себе защиту от страха потерять положение, влияние или престиж. Вполне понятно и то, что Вы сейчас, как никогда ранее, нуждаетесь в надежности и гарантиях, сомневаясь в том, что в ближайшем будущем ситуация хоть сколь-нибудь станет лучше. Не будучи уверены в малых победах и небольших успехах, Вы невольно настраиваете себя на ожидание чего-то огромного и значительного, в результате чего неосознанно завышаете требования к себе и другим, подсознательно ощущая, что шансов сбыться у таких ожиданий не так уж много. Это еще глубже погружает Вас в депрессию, из которой можно выбраться лишь малыми победами да крошечными шажками удовольствий и радостей.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **Вам необходимо осознать, что постоянное изменение действительно попросту невозможно игнорировать, на перемены в жизненной ситуации необходимо отвечать всегда новыми переориентациями и проектированием предпочтительного будущего, исходя из имеющихся ресурсов и возможностей. Важно стараться во что бы то ни стало оставаться в любой изменившейся ситуации твердым и самостоятельным, не ставя себя в какую бы то ни было зависимость от привходящих внешних обстоятельств, иллюзорных ожиданий и желания любым путем получить подтверждение исполнимости своих надежд. Человек должен уметь рисковать, и сколь бы надежным ни казался расчет предполагаемой будущей ситуации, все же элемент неопределенности неизбежно присутствует в каждом мгновении жизненного продвижения, и к этому попросту нужно привыкнуть, научившись стремительно**

реагировать собственными обновлениями на все те возможные сдвиги, что постоянно происходят и в окружении, и в нас самих.

– 7

Вы совершенно не согласны отказываться от всего того, что считаете доступным и достойным себя, тем более, что в настоящее время Вас существенно угнетает опасение перед вероятными лишениями и нехваткой всего необходимого для полной удовлетворенности жизнью и самим собой. Вы не желаете терпеть какие бы то ни было ограничения и стеснения, нехватки и недостатки, а потому относитесь к окружающим и жизненным ситуациям весьма активно и решительно выдвигаете высокие авторитарные требования. Никакие препятствия и помехи Вы не желаете принимать в расчет, а тем более не допускаете даже мысли о том, чтобы отказаться от их активнейшего преодоления. Не исключено, что теперешнее перевозбужденное состояние связано со стрессом из-за чрезмерно высокого энергетизма и большой интенсивности проживания Вами дней и месяцев. Вы всеми силами стараетесь обрести полную независимость и ничем не ограничиваемую свободу достижений и самовыражения. Вы с ходу отменяете любые переговоры с ограничивающими Вас институтами и лицами, не хотите даже обращать внимание на запреты. Разумеется, Вы допускаете возможность самодисциплинирования и самоограничения, но лишь при одном условии - они целиком должны опираться на Вашу собственную инициативу и Ваш самоконтроль. Вы стремитесь обладать полнотой свободы принятия решений и совершения выборов. Беспрепятственность неразрывно связана в Вашем представлении о надлежащем действовании с высокой личной активностью. Кстати, именно с таким восприятием себя в настоящий момент могут быть связаны интонации властности и императивности, которые то и дело прорываются наружу и, возможно, не вызывают восторга у Ваших противников и партнеров.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **для того, чтобы быть независимым не только внешне, но и внутренне, следует отказаться от некоторых второстепенных претензий и быть готовым к тому, чтобы умело приспособиться к необходимости, которую в данное время невозможно изменить.**

+ 0

Вы стремитесь оградить и обезопасить себя от любых треволнений и внешних влияний, чтобы контролировать собственную возбудимость и не разрешать ни людям, ни обстоятельствам перевозбуждать себя. Вы намеренно не позволяете другим проникнуть в собственный внутренний мир и познать динамику Вашей душевной

жизни - так проявляется защитно-оградительная реакция на переутомление. Вы перенасыщены будоражащими и вызывающими влияниями окружения и стремитесь защититься от них. Стараетесь тщательно и глубоко спрятать свои подлинные переживания и видения, чтобы никто не смог даже догадаться о действительном характере Ваших мнений и настроений. Вы не хотите ни в чем участвовать и всячески избегаете всевозможных раздражающих воздействий. Много, слишком много за последнее время измотало и даже опустошило Вас, поэтому развилось стойкое неприятие любых процессов и контактов, требующих от Вас хоть какого бы то ни было проявления личной активности.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **если ситуация кажется Вам неудовлетворительной, то ее следует прежде всего прояснить, уточнить и конкретизировать. Необходимо запастись мужеством там, где речь идет об открытой защите своих интересов и необходимости действовать последовательно и решительно.**

Выводы

1. Результаты хорошо согласуются с предыдущими тестами
2. В динамике наблюдается нарастание внутренней тревожности YYYU, вызванной, как вариант,
 - нереализованностью его новаторских идей;
 - отсутствием желаемого прогресса на работе;
 - непониманием и холодностью со стороны супруги.Формально, тест дает следующую оценку текущего состояния:
 - Отклонение ограничений и напряженное ожидание из-за несбывшихся надежд. Повышенные требования, основанные на чрезмерных ожиданиях
 - Фрустрированное желание независимости из-за испытанных разочарований
3. Средством компенсации тревоги становятся потребность в покое, социальное отчуждение, возникает регрессия к физическим потребностям:
 - Поиск спокойных и гармоничных отношений, ограждающих от разочарований и недостатка признания;
 - Избегание споров и разногласий;
 - Недоверчивость и уход в себя;
 - Ограждение себя от внешних воздействий.
4. При этом YYYU, как волевой и цельный человек, остается твердым в своей позиции, стремится утвердить и отстоять свое положение в коллективе

5. Важно отметить, что YYYY также скрывает свою чувствительность, ранимость и сентиментальность, не допуская их проявления из деликатности, а, возможно, и из опасения натолкнуться на холодность и непонимание жены.

Тест Люшера: ZZZZ

ФОРМУЛА:	0	6	7	1	5	2	4	3	6	5	0	7	1	2	4	3
----------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

	C(!!!)C(!!)	C(!)	A(!)	A(!!)A(!!!)
	+	+	+	x = - - -
	[0]	6	7	1 [5] 2 4 3
	[6]	5	[0]	7 1 2 4 3
	+	+	+	x x - - -
	C(!!!)C	C(!)	A(!)	A(!!)A(!!!)

Основные цвета: 1,2,3,4 Дополнительные цвета: 0,6,7

Профиль стабильно альтернативен: отвергаются основные цвета в первых позициях и дополнительные – в крайне правых, что говорит об устойчивом конфликтном внутреннем эмоциональном состоянии. “Аффективная” триада 2-4-3 сохраняется неизменной при переходе от первой выборке ко второй, что сохраняет источники конфликта и на ближайшее будущее. При этом, перегруппировка ведущих цветопар (0-6 → 6,0; 0,5 → 5-0) и сдвиг пары 7-1 вправо перемещает в нейтральный цвет 5 из группы резерва (=) в третью позицию (желаемых целей), что несколько снижает градус внутреннего конфликта на ближайшую перспективу: от ограждения и активного протеста совершается постепенный переход к поиску выхода из конфликта, стремлению получить участие, опору и защиту со стороны супруга.

ЖЕЛАЕМЫЕ ЦЕЛИ И СРЕДСТВА, УСТРЕМЛЕНИЯ И ЗАЩИТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа «+»)

+ 6 * (внутренний конфликт)

Регрессия к физическим потребностям

Вы стремитесь уйти от проблем, расслабиться и восстановить силы. Ищете безмятежного состояния физической легкости и освобождения от тягот. Вы стремитесь к приносящей покой физиологической удовлетворенности, регрессируете к настойчивому удовлетворению телесных и жизненных нужд.

+ 5 + 0 * (внутренний конфликт)

Чувствительность + защита

Ваше поведение направлено на удовлетворение потребности в симбиотическом сосуществовании с другими. Ваша агрессивность мала, активно стремление к избеганию конфликтных ситуаций. Вы жаждете тонкого и сочувственного понимания и стремитесь оградить себя от споров, конфликтов и обессиливающих стрессов.

Нуждаетесь в нежном участии и глубоком понимании. Вы ведете себя дипломатично и осторожно.

СУЩЕСТВУЮЩЕЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ, ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ, СОБСТВЕННО НАСТРОЙ, УМЕСТНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (группа "х")

х 7 х 1 * (внутренний конфликт)

Для обретения действительного спокойствия Вы нуждаетесь в верной и надежной связи с преданным партнером. Вы предъявляете высокие требования к ближнему, принуждая его проявлять к Вам напряженное эмоциональное внимание. Испытываете настоятельную потребность в тишине и покое. Жаждете несомненной привязанности и особого внимания, участия со стороны близкого и все понимающего партнера. При неудовлетворении этих требований Вы склонны полностью замыкаться в себе. (Цветопары группы ++ указывают на характер компенсации).

СДЕРЖИВАЕМЫЕ КАЧЕСТВА, ВРЕМЕННО УТРАЧЕННЫЕ СВОЙСТВА, ОТЛОЖЕННЫЕ, ОГРАНИЧИВАЕМЫЕ, ВОСПРИНИМАЕМЫЕ КАК НЕУМЕСТНЫЕ И НАХОДЯЩИЕСЯ В РЕЗЕРВЕ ВОЗМОЖНОСТИ (группа «=»)

Группа "резерва" отсутствует во второй выборке.

ИСТОЧНИКИ НЕОСОЗНАВАЕМОЙ ТРЕВОЖНОСТИ. ПОТРЕБНОСТИ, ЗАТОРМАЖИВАЕМЫЕ ВВИДУ НЕЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ (группа «-»)

- 2 - 4 * * * (критичный внутренний конфликт)

Ограничение самопроявления + тематически фиксированное беспокойство

Первичное действие: стресс и тревога, порожденные конфликтом между надеждой и необходимостью, вызвали острое разочарование.

Психологически: несбывшиеся надежды и ожидания породили неуверенность. Сомнения в том, что в будущем положение хоть сколь-нибудь улучшится, ведут к тому, что все важные решения откладываются "на потом". Этот конфликт между надеждой и необходимостью создает значительное давление. Вместо того, чтобы поставить себя перед необходимостью принять существенно важные решения и тем самым разрешить этот конфликт, Вы склонны заниматься пустяками, видя в них средство избавления (Цветопары группы "++" определяют характер компенсации). Вместо принятия разумного решения Вы прибегаете к самообманам и примитивным иллюзиям.

Коротко: нерешительность вызвана разочарованиями.

– 4 – 3 * *

Тематически фиксированная озабоченность + перераздражение способности воспринимать переживаемое

Первичное действие: вызванные разочарованиями стрессы привели к возбуждению и тревоге.

Психологически: Вы стремитесь производить хорошее впечатление и хотите, чтобы Ваша деятельность оказывала на окружающих глубокое воздействие. Однако Вы сильно озабочены неопределенностью относительно возможности достижения успеха и сомневаетесь в собственной состоятельности. Считаете, что Вы вправе получить то, на что питаете надежды. Чувствуете себя беспомощным и страдающим, когда обстоятельства оборачиваются против Вас. Ожидание перерастает в безусловное требование и бескомпромиссное притязание. Возникает мучительное чувство собственной беспомощности при возникновении помех и препятствий. Сама возможность неудачи не только крайне огорчает, но может привести на грань нервного истощения. Вы видите в себе жертву, которую ввели в заблуждение и чьим доверием злоупотребили. Принимаете эти вымышленные драматизированные чувства за действительность и пытаетесь убедить себя в том, что в Вашей неудаче достичь желанного положения и признания виноваты другие (Цветопары группы “++” рассматриваются как компенсация).

Коротко: неадекватное самооправдание.

АКТУАЛЬНАЯ ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА (напряжение «+» и «-» групп, в порядке убывания значимости, интенсивности проблемы)

+ 6 – 3

Упадок сил делает невыносимым всякую дальнейшую деятельность или выполнение обязанностей и определяет потребность в безопасной, устойчивой обстановке, позволяющей расслабиться и восстановить силы.

+ 6 – 4

Тревога и опасение в том, что дальнейшая деятельность бессмысленна, а окружающие Вас не понимают и недооценивают, определяют стремление погрузиться в безопасную обстановку, позволяющую восстанавливать силы и с удовольствием расслабляться.

+ 5 – 3

Упадок сил делает невозможным активные действия или исполнение каких-либо обязанностей и определяет стремление создать вокруг себя искусственный мир иллюзий, где вещи и отношения приближаются к желаемым.

+ 5 – 4

Тревога и опасение, что дальнейшая деятельность не имеет смысла, а имеющиеся отношения недостаточны, определяют Ваше стремление найти убежище в искусственном идеализированном мире.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (в порядке уменьшения актуальности проблемы)

+ 6

Вы в значительной мере центрированы на необходимости полноценно и последовательно удовлетворять все свои физические потребности. Вам хочется замкнуться, изолироваться и наконец полностью защититься от многочисленных проблем для того, чтобы расслабиться и восстановить даром потраченные силы. Более всего сейчас Вы цените полную свободу от тревог и забот и возможность ограничить круг своих интересов поисками наиболее полного удовлетворения телесных нужд. Физическая удовлетворенность необходима Вам как воздух, так как Вы слишком устали для того, чтобы успешно продолжать сопротивление неблагоприятным социальным влияниям. Вам бы хотелось обрести глубокие и прочные связи с группой так же настроенных личностей, чтобы помогать друг другу в восстановлении сил, истощенных в результате затяжного психосоматического перенапряжения. Вам необходима самая что ни на есть простая и естественная жизнь, полноценное питание и обилие времени для сна и ничегонеделания. Конфликтные ситуации измотали Вас вконец, Вы жаждете действительно беспроblemного существования и стремитесь к полноте спокойствия и гарантированной защиты от неприятностей и стрессов. Вы даже слышать не желаете ни о каких преодоленьях и схватках, Вам невыносимо надоели любые тяготы и лишения. В широком удовлетворении своих телесных потребностей Вы ищете убежища от всего того, что привело Вас к сегодняшнему состоянию.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **вместо того, чтобы попустительствовать самой себе и распускаться в процессе бесхитростного удовлетворения собственных потребностей, необходимо обрести ясное понимание стоящих перед Вами проблем. Вам придется принять вполне определенные решения и исполнить то, что**

они подразумевают, разрешив, таким образом, подлинные душевные проблемы, без чего удовлетворенность не может быть достигнута.

– 3

Вы ощущаете явный недостаток жизненной силы и всеми силами пытаетесь усилить торможение раздражений. Избыток излишних возбуждений Вас крайне переутомил, и Вы хотели бы уменьшить мучительные, ослабляющие Вас многочисленные и частые перераздражения. Сейчас Вы проявляете высокую обидчивость и ранимость, находитесь на грани физического и психоэмоционального истощения. Всякие необязательные раздражения ужасно надоели и даже вызывают открытое отвращение, а любое излишнее возбуждение попросту препятствует возможности осуществлять свои намерения. Таким образом, в настоящее время чрезмерное возбуждение воспринимается Вами как беспокоящая угроза, и Вы стараетесь что есть сил предусмотрительно избегать ослабляющих волнений и поводов к беспокойству. Вы уже всем этим сыты по горло - Вам все до лампочки!

Досада и даже гнев на избыток будоражащих внешних стимулов столь велики, что удовлетворение самых насущных и настоятельных потребностей представляется Вам в настоящее время совершенно невозможным - прямо-таки приходится признавать собственное бессилие, активно избегать столкновений с проблемами и всячески стремиться к наиболее полной разгрузке и отдыху. Вы сдерживаете и подавляете возбуждение из-за попыток любой ценой сопротивляться всяким дополнительным сторонним воздействиям, которых в общем-то на сегодня оказалось слишком много. Ваша усталость обусловлена прежде всего психологически, а периодические приступы недовольства и тревоги Вы пытаетесь заглушить сном или алкоголем.

Вы вынуждены откладывать на потом или отодвигать в сторону выполнение ранее задуманных и предлагаемых сейчас программ и проектов. Приходится с грустью сожалеть о несбывшемся, но сложившаяся ситуация действительно угрожает недоступностью желанных целей и чревата множеством проблем и препятствий. Успех в осуществлении стратегически намеченных целей поставлен под угрозу, а причиняющее немалые страдания ощущение собственного бессилия и невозможности лично повлиять на ход дел и что-либо изменить добивает Вас вконец. Сейчас Вы вовсе не уверены в достаточности собственных сил, да и способностям своим временно не доверяете. Вы настолько склонны занижать требования к самому себе, что даже допускаете возможность признания собственной несостоятельности и необходимости объединения с более могущественным и удачливым партнером.

Углубляющееся саможаление связано с изнеможением и депрессией. Время от времени Вы прямо-таки упиваетесь жалостью к собственной неспособности, охотно позволяя себе переложить весь груз ответственности на других.

Вы без долгих пререканий позволяете окружающим помогать себе и согласны принимать заботу других о себе даже тогда, когда все способны сделать совершенно самостоятельно. Вину за неудачи и провалы Вы спешите приписать партнерам и обстоятельствам, кому и чему угодно, лишь бы не обсуждать собственные промахи и ошибки. Нарочито избегаете силовых конфликтов с окружением, уходите от борьбы и столкновений, хотя вся эта неприятная ситуация и возмущает Вас до глубины души. Вы переполнены страхом перед помехами, препятствующими осуществлению Ваших требований и намерений. Существенно страдаете от невозможности дерзко и твердо отстаивать собственные интересы, при этом и не хотите, и не можете настаивать или доказывать. Всячески избегаете любых самодемонстраций, в полной мере ощущая себя "загнанным в угол". Даже порой описываете возникшую ситуацию как положение волка, обложенного со всех сторон красными флажками да стрелками. Ваше наличное состояние может быть определено совокупностью следующих черт: раздражительность, склонность к вспышкам гнева, истощение, изнурение, постылость, бессилие, утрата интереса к достижениям, пресыщение и неверие в себя.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **если затруднительные обстоятельства таковы, что их невозможно привести в порядок за короткий срок, то необходимо стремиться к внутреннему покою, укрепляя чувство собственного достоинства. Постарайтесь не принимать близко к сердцу обстоятельства и неудачи. Не следует считать их настолько важными, чтобы позволять им выводить себя из состояния равновесия вплоть до утраты самоконтроля, пусть даже на непродолжительное время.**

– 4

В настоящее время Вы всеми силами защищаетесь от разочарований, потерь и угрожающей изоляции. Ни в коем случае не желаете оказаться потерянными и забытыми, не хотите сталкиваться ни с какими утратами и погружаться в какие бы то ни было заботы. Вы даже не желаете думать о будущем, так как оно Вас по вполне понятным причинам пугает, и прежде всего - возможными потерями и утратами. Более всего Вы страшитесь потерять то, что придает уверенность и позволяет самоутвердиться - гарантии личного развития и благорасположение значимых для Вас людей. Любое расширение возможностей, обновление перспектив и резкое

изменение ситуации в целом немедленно приводит Вас в замешательство, в результате чего Вы тушуетесь, теряетесь и стараетесь поскорее замкнуться в себе. Периодически Вы ощущаете довольно-таки острый страх перед кажущейся совершенно непредсказуемой и такой обманчивой реальностью. Ваша потребность в гарантированной безопасности слишком велика для того, чтобы Вы могли оставаться свободным и спокойным.

Вы крайне зависимы от признания другими, хотя излишняя внимательность к мнениям и суждениям окружающих порой оказывается прямо-таки изнуряющей. Вас до глубины души огорчает всякая критика, особенно несправедливая, поэтому Вы чувствуете настоятельную необходимость постоянно подтверждать собственную значимость ощутимыми успехами и достижениями. Но их, по Вашему мнению, все время недостает для того, чтобы гарантировать надежность Вашего положения. Потому-то Вы и испытываете странную зависть к тем, кто кажется Вам более удачливым и успешным. Спектр переживания этого весьма широк - от легких покалываний ревности и мимолетных разочарований самим собой до навязчивого желания во что бы то ни стало отомстить ближнему только за то, что у него, как Вам кажется, что-то получается лучше, чем у Вас. Время от времени Вы испытываете острый страх перед возможной изоляцией, которая грозит наступить вследствие утраты партнерских связей и разрыва дружеских отношений, а потому все это Вы хотите как можно жестче контролировать. Одним словом, Вы находитесь в позиции отчаянной обороны, чувствуя себя загнанным в угол, периодически погружаясь в пессимистические переживания, полные ощущения закрытости и безнадежности. Будущее Вас не радует и не влечет, хотя и весьма интересуется, но лишь с точки зрения прогнозирования возможных неудач и поиска способов хоть как-то защититься от их малоприятных последствий.

Вы настолько чрезмерно заботитесь о собственном будущем, что в настоящее время напряжение ожидания неприятного достигло невыносимых размеров и стало ужасным и невыносимым. Предъявляя себе и окружению чрезмерные претензии и наотрез отказываясь идти на компромиссы, Вы сами себя замуровали в пещеру страха перед будущим. Возбужденный пессимизм сочетается в Вас с боязнью потери престижа, продолжает накапливаться страх перед разочарованиями и потерей влияния на ситуацию. Вы уже и так перевозбудились постоянными размышлениями о худшем грядущем, но тем не менее продолжаете "накачивать" себя неверием в благоустройство дел и недоверием к разуму жизненного потока. Вы опасаетесь постоянного изменения действительности потому, что не желаете настраиваться на постоянно обновляющиеся ситуации, не раскрепощаете свои потенциалы и не

разворачиваете дарованные Вам способности, одним словом, даже не стремитесь шире и полнее реализовать себя в соответствии с новыми возможностями, возникающими вместе с переменами.

Вам не хватает мужества открыто выразить свои желания и далее действовать в полном соответствии с ними. Вы не должны оставаться таким зажатым и закрытым. Вам надлежит разрядить внутреннее давление неуверенности и страха отказом от завышения притязаний, открыться новым возможностям и использовать наиболее приемлемые и подходящие из них в интересах собственного свободного развития. Переживаемое Вами сейчас перевозбуждение, приводящее к потере равновесия и время от времени прорывающееся наружу раздражениями и эмоциональными взрывами, порождено несбывшимися ожиданиями. Однако жизнь продолжается, и нет никаких оснований предполагать обязательность неудач в будущем, если в недавнем прошлом Вам и пришлось испытать таковые. Вполне естественно то, что вызванный разочарованиями стресс привел к возбуждению и породил страх перед возможными неудачами в будущем.

Несбывшиеся надежды вызвали у Вас чувство опасности перед возможными неприятностями и неуверенности в себе. Они породили озабоченную настороженность и недоверие всем и вся. Разумеется, в настоящее время Вы испытываете острую потребность в ощущении безопасности и хотите во что бы то ни стало избежать каких-либо разочарований в будущем и в дальнейшем гарантировать себе защиту от страха потерять положение, влияние или престиж. Вполне понятно и то, что Вы сейчас, как никогда ранее, нуждаетесь в надежности и гарантиях, сомневаясь в том, что в ближайшем будущем ситуация хоть сколь-нибудь станет лучше. Не будучи уверены в малых победах и небольших успехах, Вы невольно настраиваете себя на ожидание чего-то огромного и значительного, в результате чего неосознанно завышаете требования к себе и другим, подсознательно ощущая, что шансов сбыться у таких ожиданий не так уж много. Это еще глубже погружает Вас в депрессию, из которой можно выбраться лишь малыми победами да крошечными шажками удовольствий и радостей.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **Вам необходимо осознать, что постоянное изменение действительно попросту невозможно игнорировать, на перемены в жизненной ситуации необходимо отвечать всегда новыми переориентациями и проектированием предпочтительного будущего, исходя из имеющихся ресурсов и возможностей. Важно стараться во что бы то ни стало оставаться в любой изменившейся ситуации твердым и самостоятельным, не ставя**

себя в какую бы то ни было зависимость от привходящих внешних обстоятельств, иллюзорных ожиданий и желания любым путем получить подтверждение исполнимости своих надежд. Человек должен уметь рисковать, и сколь бы надежным ни казался расчет предполагаемой будущей ситуации, все же элемент неопределенности неизбежно присутствует в каждом мгновении жизненного продвижения, и к этому попросту нужно привыкнуть, научившись стремительно реагировать собственными обновлениями на все те возможные сдвиги, что постоянно происходят и в окружении, и в нас самих.

+ 5

Вы стремитесь к конструированию имиджа загадочной личности и тяготеете ко всему таинственному и необычному. Вы жаждете глубоких и разноплановых утонченностей и желаете проявлять изысканный художественный вкус. В любой ситуации общения перво-наперво Вы стремитесь использовать собственное обаяние и открыто демонстрируемую доброжелательность и миролюбие. Имеет место повышенная эмоциональная чувствительность, отчего Вы чувствуете себя не очень уютно в атмосфере грубости и сарказма. Вы стремитесь сущностно отождествиться с теми, кто близок Вам и по духу, и по стилю внешнего самовыражения. Вам бы хотелось объединяться со своими единомышленниками и вместе с ними умиротворенно изолироваться от окружающего социального мира в ауре особой приветливости и взаимоочарования. Вообще, все чувственное, сказочно-фантазийное и заведомо эротическое привлекает Вас еще и потому, что Вы настроены весьма сентиментально и испытываете немалое томление по глубоко романтическим и ласковым отношениям с теми, кому Вы могли бы всецело доверять. Потому-то Вы только и ждете подходящей ситуации для того, чтобы не раздумывая броситься в поток разнообразнейших чувств и отдаться стихии эмоциональных игр. Вас отличает явно повышенная эротическая возбудимость и высокая чувствительность к нежной чуткости. Вы весьма интуитивны в понимании проблем и настроений ближних, обладаете прямо-таки колдовской силой в целенаправленном (хотя и ненавязчивом) привлечении к себе тех, в ком душевно нуждаетесь.

Если Вам действительно хочется обрести покой и умиротворяющее равновесие, постарайтесь принять к сведению наш совет: **тайное опасение перед тем, что без приятных переживаний Вы будете чувствовать себя одиноким, не должно завести на ложный путь не критического подхода к новым связям и их идеализации. Очень опасно подменять трезвую оценку действительности субъективными ожиданиями, основанными на мечтаниях и иллюзиях.**

ЭВОЛЮЦИЯ ЖЕЛАЕМЫХ ЦЕЛЕЙ И СРЕДСТВ, УСТРЕМЛЕНИЙ И ЗАЩИТНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ (группа «+»)

Как уже говорилось выше, при переходе от первой выборке ко второй в профиле ZZZZ происходит перегруппировка головной группы «+» желаемых целей и компенсаторного поведения. Первая выборка отражает недавнее прошлое, вторая дает прогноз на ближайшее будущее.

Первая выборка (недавнее прошлое)

+ 0 + 6 * * (существенный внутренний конфликт)

Ограждение + регрессия

Вы хотите освободить себя от изматывающих нагрузок и оградиться от взвинчивающих нервы раздражителей. Тоскуете по бесконфликтному течению жизни и беспроblemному достижению целей. Искренно жаждете уюта и физического отдыха. Стремитесь к свободному от волнений существованию, к спокойному и безопасному ощущению полного физического комфорта. Ищете защиту от всего, что может опустошить и утомить Вас. Желаете чувствовать себя очень легко и свободно в физическом отношении.

+ 7 * * (существенный внутренний конфликт)

Позиция протеста + агрессивные требования

Вы воспринимаете наличную ситуацию как непосильную превратность. Не желаете, чтобы какие бы то ни было влияния настроили Вас на иной лад. Всеми силами пытаетесь отстаивать собственную позицию. Существующее положение расцениваете как крайне неприятное. Требования ситуации и окружающих к себе Вы считаете необоснованно завышенными.

Вторая выборка (ближайшее будущее)

+ 6 * (внутренний конфликт)

Регрессия к физическим потребностям

Вы стремитесь уйти от проблем, расслабиться и восстановить силы. Ищете безмятежного состояния физической легкости и освобождения от тягот. Вы стремитесь к приносящей покой физиологической удовлетворенности, регрессируете к настойчивому удовлетворению телесных и жизненных нужд.

+ 5 + 0 * (внутренний конфликт)

Чувствительность + защита

Ваше поведение направлено на удовлетворение потребности в симбиотическом сосуществовании с другими. Ваша агрессивность мала, активно стремление к избеганию конфликтных ситуаций. Вы жаждете тонкого и сочувственного понимания и стремитесь оградить себя от споров, конфликтов и обессиливающих стрессов. Нуждаетесь в нежном участии и глубоком понимании. Вы ведете себя дипломатично и осторожно.

Итак, от ограждения и активного протеста ZZZZ эволюционирует в регрессию к физическим потребностям, нуждается в разрешении конфликта, нежном и глубоком понимании, защите и опоре со стороны супруга, ведя себя дипломатично и осторожно. Пожалуй, это дает повод для оптимистического развития внутрисемейной ситуации.

Выводы

1. Результаты хорошо согласуются с предыдущими тестами.
2. В динамике наблюдается переход от ограждения и активного протеста к поиску путей “мирного” разрешения конфликта, ожидания нежного и глубокого понимания, опоры и защиты со стороны супруга.
Формально, тест дает следующую оценку текущего состояния:
 - Регрессия к физическим потребностям, спокойствию, уходу от проблем, удовлетворению телесных и бытовых нужд;
 - Чувствительность и защита, потребность в симбиотическом сосуществовании в семейном дуэте, в хорошем смысле этого слова.
3. Источники тревоги, в данный момент:
 - Ограничение самопроявления и фиксированное беспокойство, конфликт между надеждой и необходимостью, желаемым и действительностью, нерешительность и уход в мечты, вызванные разочарованием;
 - Тематически фиксированная озабоченность: вызванные разочарованием стрессы порождают возбуждение и тревогу; неадекватное самооправдание.
4. Средства компенсации тревоги, в данный момент:
 - Принуждение супруга к напряженному эмоциональному вниманию;
 - Реализация потребности в тишине и покое;
 - При отсутствии знаков внимания, участия, привязанности со стороны мужа – уход в себя, ограждение, холодность.
5. Актуальные эмоциональные проблемы:
 - Упадок сил, апатия, низкая мотивация – потребность в безопасной, бесконфликтной обстановке, позволяющей расслабиться и восстановить силы;

- Представление о том, что окружающие не понимают, недооценивают, а дальнейшая деятельность - бессмысленна;
- Невозможность активных действий из-за упадка сил, как следствие – уход в мир иллюзий;
- Представление о том, что существующие отношения недостаточны.

Заключение

Просуммируем результаты обследования:

Выявленные проблемы (тест ТЭММО)

- Недостаточно экзистенциально исполненные отношения, супруги не реализуются в них;
- Дефицит личного пространства, теплоты отношений, внимания, опоры и близости супруга, с точки зрения ZZZZ.
- **Позитив:** высокие показатели планов на совместное будущее.

Анализ темпераментов супругов (тест Айзенка)

- темпераменты близки, без акцентуаций, достаточно уравновешенные, низкий показатель психотизма, амбиверты, средний уровень нейротизма, YYYU – холерик, ZZZZ – сангвиник;
- **Негатив:** импульсивность YYYU может служить катализатором семейных конфликтов;
- **Позитив:** супруги – уравновешенные люди с низкими показателями по шкале психотизма.

Анализ личностных характеристик супругов (тест Кеттелла)

- YYYU: высокий интеллект, сильная воля, контроль эмоций, неконформизм, радикализм, “тайный оппозиционер”, командный игрок, социально-ориентированная личность, не лидер, непрактичный, мечтатель, погруженный в свои идеи, подвержен депрессии, накапливает тревогу в себе.
- ZZZZ: высокий интеллект, сильная воля, контроль эмоций, не лидер, испытывает трудности в установлении взаимоотношений с миром, застенчивость, робость, неуверенность в своих силах, мечтательность, непрактичность, консерватизм, твердость и незыблемость убеждений, ранимость, глубокие чувства, заключенные в кокон холодности и отгороженности (вероятно, защитная реакция на негативный опыт из ранней юности или детства), вялость, апатичность, низкая мотивация.

Негатив:

- Отсутствие лидерских качеств у обоих супругов, мечтательность, непрактичность;
- Социально-ориентированная направленность YYYU vs. “Домашность”, ранимость ZZZZ;
- Радикализм, неконформизм YYYU – твердость консервативных позиций ZZZZ;
- Депрессивность, тревожность YYYU – спокойствие, отстраненность ZZZZ;

Проблема: Супруги живут каждый в своем мире, подавляя эмоции и контролируя свое поведение при общении.

Текущее психоэмоциональное состояние и прогноз развития ситуации (тест Люшера):

- YYYU: нарастание внутренней тревожности из-за нереализованности идей, отсутствия прогресса или карьерного роста на работе, эмоциональной холодности со стороны супруги, фрустрированное желание независимости, как следствие – социальное отчуждение, уход в себя, избегание споров и разногласий при сохранении решимости отстаивать свою позицию; маскировка своей внутренней чувствительности, ранимости и жажды доверительных отношений из опасения натолкнуться на холодность и непонимание жены.

- ZZZZ: переход от ограждения и активного протеста к поиску путей “мирного” разрешения конфликта, ожидание, в результате, нежного и глубокого понимания, опоры и защиты со стороны супруга, регрессия к физическим потребностям, реализации потребности в тишине, уюте и покое; в текущей же ситуации – уход в себя, ограждение, холодность, упадок сил, апатия, низкая мотивация, уход в идеализированный мир иллюзий, представление о том, что существующие отношения недостаточны, представление о том, что ее не понимают и недооценивают.

Рекомендации по результатам диагностики

В настоящий момент, ситуация развивается по негативному сценарию: супруги отгорожены друг от друга стеной эмоциональной холодности и непонимания (Консерватизм vs. Радикализм, нонконформизм). Не исключено, что к этому добавляются и проблемы на работе у YYYY, чисто бытовые неурядицы, вызванные непрактичностью и отсутствием лидерских качеств, неумением взять на себя инициативу и ответственность за принятие решения: все это ведет к дальнейшему замыканию ZZZZ и YYYY в своем внутреннем мире, и это видится главной проблемой их отношений.

Тем не менее, существенный оптимизм вызывает тот факт, что оба супруга в своей сердцевине – ранимые, чувствительные, эмоционально и душевно богатые люди ищущие той самой ***встречи***, но опасющиеся встретить холодный отпор. При этом, как можно заметить, ZZZZ уже продвигается в направлении “мирного” разрешения конфликта, готова сделать шаг навстречу супругу при условии, что в ответ почувствует опору, защиту, глубокое и нежное понимание и принятие ее как самоценной Личности во всей ее полноте.

Иными словами, можно порекомендовать постепенный выход из коконов самоконтроля, тотального подавления эмоций, застенчивости, сверх-деликатности, в конце концов, эгоизма, навстречу друг другу, тем или иным способом, коих множество. ZZZZ отдельно – проработка «Внутреннего ребенка» на предмет выявления невротических детских или подростковых периодов.