

## ТИП ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ



Паттерны поведения человека в различных жизненных ситуациях у каждого свои и уникальные. Существует такое понятие «поведенческая активность» – это совокупность всех видов внешнего проявления поведения, включая бездействие.

Л.И.Вассерман и Н.В.Гуменюк определили пять основных личностных типов в зависимости от модели

поведенческой активности:

- Тип А (крайне энергичный, импульсивный, несдержанный)
- Тип А1 (довольно энергичный, соревновательный)
- Тип АБ (уравновешенный, уверенный, стабильный в эмоциональном плане)
- Тип Б1 (осторожный, взвешенный, нерасторопный)
- Тип Б (пассивный, анализирующий, неуверенный)

Методика диагностики типа поведенческой активности предназначена для выявления типов поведения человека, уровня его общей активности, и, вытекающих из этого, особенностей личности. А зная свои положительные и отрицательные стороны, гораздо проще строить межличностные отношения и добиваться успехов в деятельности.

### ***Процедура проведения теста***

Предлагается ряд вопросов и утверждений, касающихся особенностей жизни, активности в делах и общении или поведения в эмоционально-напряженных ситуациях. Необходимо выбрать вариант ответа, который наиболее соответствует Вашему поведению.



Результаты и интерпретации, полученные без участия специалистов, не следует воспринимать слишком серьезно. Диагностическую ценность имеют только исследования, проведенные профессиональным психологом.