

Testy osobnosti 2

Tomáš Novák



psychologie pro každého

TESTY VÁŽNĚ I HRAVĚ

PRÉMIOVÝ TEST

POZNEJTE SVOU OSOBNOST

MUŽ A ŽENA – DVĚ RŮZNÉ OSOBNOSTI

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Používání elektronické verze knihy je umožněno jen osobě, která ji legálně nabyla a jen pro její osobní a vnitřní potřeby v rozsahu stanoveném autorským zákonem. Elektronická kniha je datový soubor, který lze užívat pouze v takové formě, v jaké jej lze stáhnout s portálu. Jakékoliv neoprávněné užití elektronické knihy nebo její části, spočívající např. v kopírování, úpravách, prodeji, pronajímání, půjčování, sdělování veřejnosti nebo jakémkoliv druhu obchodování nebo neobchodního šíření je zakázáno! Zejména je zakázána jakákoliv konverze datového souboru nebo extrakce části nebo celého textu, umisťování textu na servery, ze kterých je možno tento soubor dále stahovat, přitom není rozhodující, kdo takovéto sdílení umožnil. Je zakázáno sdělování údajů o uživatelském účtu jiným osobám, zasahování do technických prostředků, které chrání elektronickou knihu, případně omezují rozsah jejího užití. Uživatel také není oprávněn jakkoliv testovat, zkoušet či obcházet technické zabezpečení elektronické knihy.





Copyright © Grada Publishing, a.s.

PhDr. Tomáš Novák

TESTY OSOBNOSTI 2

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 220 386 401, fax: +420 220 386 400
www.grada.cz
jako svou 2267. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Alena Herbergová
Sazba a zlom Milan Vokál
Počet stran 136
Vydání 1., 2005
Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.
Husova ulice 1881, Havlíčkův Brod

© Grada Publishing, a.s., 2005
Cover Photo © profimedia.cz/CORBIS

ISBN 80-247-1164-8 (tištěná verze)
ISBN 978-80-247-6028-5 (elektronická verze ve formátu PDF)
© Grada Publishing, a.s. 2011



OBSAH

ÚVODEM	9
I. TESTY NEBO HRY?	10
Testy:	
Uvítací pro ženy: Máte sklon k psychosomatickým chorobám?	12
Uvítací pro muže: Uvažujete přímo brilantně?	12
Co nás čeká a nemine	13
II. JAKÝ BY ASI BYL VÁŠ PSYCHOGRAM	15
Testy:	
Podíváte se do zrcadla...	15
Gaussův dodatek nejen pro nespokojená manželství	19
Myslí smysly?	20
Jenom pět... víc už jich nikdy nebude!	22
Co je mimo smysly, nemusí být nesmyslné	26
Ne vše, co existuje, lze snadno rozumově vysvětlit	27
Jakou máte paměť?	29
Brýle, přes které je špatně vidět	31
Čibr test	35
Intro kontra extro	37
Co by o vás soudili Hippokratés, Galén, Pavlov, Jung, Eysenck?	40
Prémie: Co bude ve vašich „papírech na hlavu“, pokud je dostanete?	43
Testy:	
Kam vaši osobnost zařadit v rámci „periodické soustavy prvků“	44
Kudy vede vaše cesta?	47
Významný teolog a filosof kontra nevýznamný poradenský psycholog	49
Testy:	
Jste ohroženi nadměrnou „musturbací“?	50
Budete mít v životě úspěch?	51



Umíte odpouštět?	53
Velká pětka v praxi	54
Prémiový: Patříte mezi typ „meandro-utilitárně-žinantní“ nebo do skupiny „žinantně-evolučně-narativní abreakce“? . . .	56
Jste muž jedním slovem „super“?	58
Jste „superžena“?	60
Jste žena mužových snů?	61
Jste ideálním protějškem svého partnera (partnerky)?	63

III. TESTY HRAVĚ I VÁŽNĚJI 66

Testy:

Myslíte to upřímně?	66
Kam jste to v životě dotáhli?	68
Jaký je váš „morální věk“?	71
Žijete v podmínkách vysokého napětí?	73
Pane vrchní, prosím... 1-(3,4-dihydroxyfenyl)-2-methylaminoethanol (HO) ₂ C ₆ H ₃ . CHOH . CH ₂ NHCH ₃	75
Které řešení je to pravé?	78
Jakou cestou hodláte kráčet k úspěchu? aneb „Historia magistra vitae.“	79
Vážíte si své profese (a tím i sebe sama)?	83
Podléháte citům?	86
„Emhádé“ test pro pokročilé	87
Máte sklon k drogovým závislostem?	89
Jaký je váš vztah k penězům?	91
Kreslete dům	93
Zprávy z ložnice	95
Zájmový test k zamyšlení pro psychologické kutily	96
Jste na své zahradě závislí jako na droze?	98
Patříte mezi dědice Brillat-Savarina?	100
Ovlivňuje vaši náladu počasí?	103
Jste postava k podpírání?	105

IV. ROZUMÍTE SI SE SVÝM PSYCHOLOGEM? 107

Testy:

Rozumíte svému psychologovi?	107
Domluvíte se se svým psychologem?	113
Prémiový: pro rodiče a učitele dětí, které ač přiměřeně nadané, mají značné potíže v čtení, psaní, počítání, kreslení, jsou zvýšeně nešikovné, „jako živé stříbro“.	115



V. ROZUMÍ VÁM VÁŠ PSYCHOLOG? 117

Testy:

Měli byste vyhledat psychologa nebo
psychiatra? 117

Dříve než psychologa vyhledáte 124

Testy:

Jak zvolit dobrého psychologa? 126

Závidí kolegové vašemu psychologovi tak

báječného klienta, jakým jste vy? 129

MÍSTO ZÁVĚRU 133

PŘEČTĚTE SI JEŠTĚ 134



ÚVODEM

Těžko říci, kde se vzala, tu se vzala, legenda o psychologizích zachmuřeného pohledu a rentgenových očí. Pohlédnou, a ty nejskrytější záhyby lidských duší odhalí rychleji, než bys v soláriu košili svlékl. Jako většina nepravdivých legend je i tato pěkná, leč neopodstatněná. Přesněji, je na ní asi tolik pravdy jako ve zprávách Rádía Jerevan. Lidé s určitými problémy se chovají při návštěvě psychologa dosti podobně. Na první, docela obyčejný, pohled lze ledacos odhadnout a samozřejmě lze se také pořádně zmýlit. Zřejmě mentálním pučením z „rentgenové“ vznikla legenda další – psycholog vládne, samozřejmě tajnými, testy. Ty zadá, klient či pacient je vyplní a... opět zde jsou kýžené rentgenové oči, tentokrát posílené o tajemné brýle... testu. I s touto představou opatrně. Testy, zejména osobnostní, poskytují jen omezenou míru informace a sázet jen na jejich výsledky je pošetilé. Rozhovor, pozorování, rozbor produktů činnosti je více než doplňují. Někdy co do míry možné informace spíše dominují.

Faktem je, že lidé o sobě přijímají poměrně ochotně i nepříjemné pravdy poté, co jsou podány s odkazem na objektivní testy. S určitou nadsázkou možno tvrdit, že po několika hodinách testování již souhlasí málem se vším. Podobné dlouhodobé testování je vskutku za trest, byť je i uchazeč či zájemce draze platil.



I. TESTY NEBO HRY?

Psychologický vědecký test, hodný toho jména, by měl splňovat požadavky objektivity, standardizace, reliability a validity. Objektivita je nezávislost na osobě, která jej předkládá a vyhodnocuje. Měl by být k dispozici závazný manuál pro práci s testem, kde je přesně popsáno, co a jak. Standardizace znamená možnost srovnání vlastního výsledku s předem vytvořenými, statisticky zpracovanými normami. Normy tohoto typu nelze vytvořit sebelépe kvalifikovaným klinickým odhadem, ale posouzením výsledků u reprezentativních skupin zkoumaných osob. Reliabilita je spolehlivost. Typickým požadavkem tohoto typu je spolehlivost (shoda) výsledků v čase. A je zde validita – údaj, zda test měří to, co měřit má.

Na okraj možno poznamenat, že výše uvedené striktní požadavky nesplňují i některé v našich podmínkách běžně užívané testy – samizdatem v minulosti šířené a amatérsky přeložené z cizích pramenů. Jeden příklad za všechny – je vskutku smutné, pokud čteme soudní znalecký psychologický posudek, v němž je na výchovné schopnosti rodičů, což je vlastně to nejpodstatnější, oč zde běží, usuzováno z dotazníku PARI. Znalci to obvykle takříkajíc projde. Advokát, tím spíše jeho klient neví, že PARI je mizerně přeložený z angličtiny, přinejmenším nemá tuzemské normy a nezjišťuje, jak zkoumaná osoba koná, ale jak si myslí, že by bylo správné konat.

Pro úplnost dodejme, že existují testy konstruované tak rafinovaně, že poskytují „testátorům“ informace spíše určené k zneužití než k jinému využití. Recept je jednoduchý. Testíky (holenkové) vyplníte a dozvíte se, že jste na tom víc než bídě. Leč nezaoufejte, je zde přece XY, a ten vám nabídne odborný seminář či individuální vedení, a bude vám hned lépe. Zda vskutku lépe, to jisté není. Lehčeji (vaší peněženke) bude ovšem zcela jistě. Časem si na obdobné odlehčování peněženky navyknete...

A máme zde malou rozcvičku: Test „Smrdí peníze, ano nebo ne?“ Je to pouhá jedna věta: „Myslíte, že seriózní český časopis, vydávaný prestiž-



ním odborným nakladatelstvím, mimo jiné se zabývající i etikou psychologické práce, uveřejní placenou inzerci podobné firmy?“ Pokud odpovídáte ano, sdělujete tím řadu informací. Takříkajíc nejste dnešní, projevujete znalost tržního hospodaření, víte, že je u nás svoboda slova, a navíc je vám jasné, že peníze nesmrdí. Odpovídáte-li ne, pak rozhodně nejste stará struktura. Jste dnešní (tj. opak toho, co znamená tvrzení „nejsem dnešní“). Obáváme se však, že víra vaše vás mnohdy spíše klame než uzdravuje.

Zároveň tu ovšem demonstrujeme, jak obtížné to bývá (nejen u podobných testů-hříček) s validitou. Co vlastně onen testík měří? Něco z toho, co je zde uvedeno, něco jiného nebo... nic?

Pozornému čtenáři zvyklému alespoň občas číst mezi řádky jistě neuniklo, že autor této knihy nepatří mezi nekritické obdivovatele testů. Proč tedy na dané téma píše?

Prostě proto, že to, co zde nazýváme testy, jsou spíše **psychologické hry**. Jako takové mohou nastavit do jisté míry zrcadlo, nabídnout určitou informaci, podněcovat myšlení a sebeovlivňování. Mohou naznačit v jakém směru, na co, a možná i na koho si dát pozor. Rozhodně by měly pobavit. Sporné je, zda i potěšit. Seriozní sebepoznání mnohdy bolí.

Tato kniha by „bolet“ neměla. Testy v ní uvedené nelze přeceňovat, byť některé vycházejí z osobnostních koncepcí, vytvořených opravdu slavnými psychology. Snad by nám inspiraci a následné drastické zjednodušení prominuli. Čtenář třeba uvízne drápkem a pustí se následně sám do hlubšího studia.

Věřím, že čtenářky této knížky přijmou s pochopením autorovo tápání v gender problematice textu. Položky v testech by měly být zásadně uváděny v mužské i v ženské podobě. Tedy např.: „Rád bych pracoval na zahradě,“ jakož i „Ráda bych pracovala na zahradě.“ Nepřispívá to k přehlednosti a tak s omluvou obvykle užíváme jen mužskou variantu. Slabšímu pohlaví tuto skutečnost snad alespoň částečně kompenzuje následující test.



Uvítací pro ženy: Máte sklon k psychosomatickým chorobám?

Instrukce: Volte variantu, která nejlépe vystihuje váš názor:

- a) Na „mužské“ nebo „ženské“ formulaci nezáleží. Hlavně ať je text přehledný.
- b) Neříkám, že jde o záležitost podstatnou, ale i tak je preference „mužské“ formy položek projevem sexšovinismu autora.

Vyhodnocení:

Volíte a): Projevujete nadhled a racionálně optimistický přístup k životu. Tento typ lidí nemívá sklon k psychosomatickým onemocněním.

Volíte b): Jste ve vleku jisté skepse a pesimismu. Při dlouhodobé expozici podobného ladění se výrazně zvyšuje pravděpodobnost psychosomatického onemocnění.



Uvítací pro muže: Uvažujete přímo brilantně?

Instrukce: Zvolte variantu, která nejlépe vystihuje váš názor na uvítací test pro ženy:

- a) Správně jim to nandal!
- b) To si zase jednou Novák něco vymyslel!

Vyhodnocení:

Volíte a): „Vonásku, Vonásku, dej si pozor na lásku...“

Volíte b): Ano, máte pravdu.



Co nás čeká a nemine

Testy jsou v publikaci rozčleněny do několika kapitol. Všechny dávají podněty k zamyšlení.

Důležitý je například test Domluvíte se se svým psychologem? Přesněji pak prémiový test, který na něj navazuje. Je to pouhá hříčka. Obsahuje však přímo zlatou informaci. Pokud by autor této knížky měl uvést tři nejpodstatnější informace získané za takřka čtyři desetiletí psychologické praxe, jež by chtěl šířit, byly by to:

- ▶ Informace ve zmíněném prémiovém testu uvedená pod bodem Z. Nehynoucí zásluhu na její existenci má klasik české dětské psychologie Z. Matějček. Leč pozor! Vydal je úřad, a to hned centrální – Ministerstvo školství ČR.
- ▶ Zjištění, že přechod mezi normou a patologií je plynulý. Od toho, co je ještě normální, je k patologii jen krůček. Přitom ale rozdíly mezi dvěma ještě normálními způsoby chování mohou být ohromné. O tom do jisté míry pojednává prémiový test Co bude ve vašich „papírech na hlavu“, pokud je dostanete. Navíc podrobněji i Gaussův dodatek nejen pro nespokojené manželství.
- ▶ Výrok amerického rodinného terapeuta S. Shazera: „Dělej to, co funguje, nedělej, co nefunguje.“ Když to nefunguje, dělej něco jiného. Pokud se této knihy týče, věřte, že nefunguje, pokud budete testy v ní obsažené brát smrtelně vážně. Už vůbec nefunguje, pokud byste z nich chtěli vytvořit jakýsi bič na své bližní.

Závěrečná, V. část zahrnuje test nazvaný Jak zvolit dobrého psychologa? Jde o modifikovaný a rozšířený test, který jsem poprvé použil v publikaci: Sebedůvěra cesta k úspěchu (Praha, Grada 1999).

Lze jen věřit, že se po administraci čtenáři nevybaví známý Renčínův kreslený vtíp. K slečně sedící na lavičce přicházejí dva pánové se slovy: