



Замечайте своё поведение, раскрывайте свой потенциал

Понимайте своё поведение, раскрывайте свой потенциал

Рекомендуется заполнять данный документ в свободное рабочее время, вдали от отвлекающих факторов.

Замечайте своё поведение, раскрывайте свой потенциал

18.04.2026 18:24 | Aykut Yildirim | Общий анализ

---

## ЛИСТ САМООСОЗНАНИЯ

### Самооценка через структуры T1 – T9

Этот лист подготовлен для того, чтобы помочь людям заметить собственные поведенческие тенденции, лучше узнать себя и определить, к каким структурам они наиболее близки.

Внимательно прочитайте описание под каждым заголовком. Затем задайте себе вопрос:

**«Насколько это качество описывает меня?»**

Оцените себя по шкале от 1 до 10 для каждой структуры.

1 = Совсем не описывает меня

5 = Частично описывает меня

10 = Полностью описывает меня



**T1 – Структура, стремящаяся к правильным действиям и совершенству**

Я ценю свои обязанности. Я действую организованно, планомерно и дисциплинированно. Я замечаю ошибки и хочу их исправить. Для меня важно делать всё правильно, полностью и качественно.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:

---

---

---

---

---



**T2 – Структура, любящая эмоциональное общение и поддержку людей**

Мне нравится строить близкие отношения с людьми. Я готов помогать. Я стремлюсь быть тёплым, искренним и поддерживающим. Я стараюсь замечать потребности других людей.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

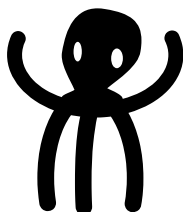
Моя заметка о себе:

---

---

---

---



**T3 – Структура, ориентированная на достижение целей и получение**

**результатов**

Мне нравится ставить цели. Я действую быстро. Для меня важно достигать результатов. Я хочу эффективно представлять себя. Успех и его видимость мотивируют меня.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

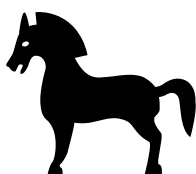
Моя заметка о себе:

---

---

---

---



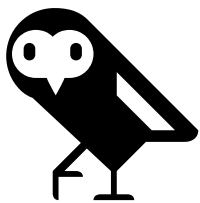
**T4 – Структура, стремящаяся к подлинности и эмоциональной глубине**

Я глубоко переживаю свои эмоции. Я хочу быть уникальным. Я хочу проживать жизнь осмысленно, а не обыденно. Глубина, чувствительность и эстетика важны для меня.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:



**T5 – Структура, исследующая, наблюдающая и стремящаяся понять**

Я действую обдуманно. Мне нравится собирать информацию и проводить исследования. Я придерживаюсь аналитического, наблюдательного и логического подхода.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:

---

---

---

---

---



**T6 – Структура, стремящаяся к безопасности и ясности**

Я думаю о рисках. Мне не нравится неопределённость. Я стараюсь быть осторожным при принятии решений. Правила, ответственность и чувство доверия важны для меня.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:

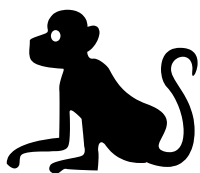
---

---

---

---

---



**T7 – Структура, любящая новизну и открытия**

Мне нравятся новые впечатления. Я могу быть энергичным и активным. Мне не нравится скука. Меня привлекают новизна, возможности и приятные переживания.

**Понимайте своё поведение, раскрывайте свой потенциал**

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:

---

---

---

---

**T8 – Структура, стремящаяся быть сильной и сохранять контроль**

Я действую решительно. Я стараюсь не отступать в сложных ситуациях. Я могу проявлять инициативу. Для меня важно выглядеть сильным и сохранять контроль.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

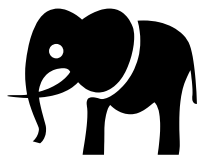
Моя заметка о себе:

---

---

---

---



**T9 – Структура, стремящаяся к миру и гармонии**

Я стараюсь сохранять спокойствие. Мне не нравятся конфликты. Комфорт и гармония важны для меня.

Насколько это качество описывает меня?

Моя оценка \_\_\_\_\_ / 10

Моя заметка о себе:

---

---

---

---

## РАЗДЕЛ ОБЩЕЙ ОЦЕНКИ

Три структуры, к которым я чувствую наибольшую близость:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Структура, которой я поставил(а) наивысший балл:

\_\_\_\_\_

Структура, которую я больше всего хочу развить:

\_\_\_\_\_

Самое важное, что я заметил(а) о себе по завершении этого листа:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Ваши вопросы на этом не заканчиваются

Этот лист подготовлен как отправная точка для вашего пути самопознания. Заголовки здесь помогают заметить ваши личные склонности. Однако человеческая природа гораздо глубже, многослойнее и более детализирована, чем представлено здесь.

Если вы хотите оценить себя более всесторонне, яснее увидеть свои сильные стороны, обнаружить области для развития и подробнее изучить структуру, которая формирует вас как личность, вы можете воспользоваться **инвентарём CharacterIX**.

Инвентарь CharacterIX предоставляет возможность оценить структуры характера, склонности, поведенческие модели, 136 потенциальных компетенций и многое другое с целостной точки зрения.

Если вам интересно узнать о себе больше, вы можете углубить этот путь вместе с **CharacterIX**.

---

## Информационное примечание

Вопросы в этом листе подготовлены с целью самонаблюдения и развития осознанности. Эти вопросы не являются научным инструментом измерения и оценки и не носят характера психометрического теста.

Для комплексной оценки, прошедшей процессы научной валидности и надёжности, рекомендуется использование стандартизированных методик.

Для более всесторонней, научно обоснованной и аналитически ориентированной оценки вы можете использовать **инвентарь CharacterIX**.