

Маргарита Шевченко

РИСУНОЧНЫЕ ТЕСТЫ  
на определение личности  
и характера



Издательство АСТ  
Москва

УДК 159.923  
ББК 88.37  
Ш37

*Все права защищены.  
Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена  
или использована в какой-либо форме, включая электронную,  
фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения  
и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения  
правообладателя.*

**Шевченко, Маргарита Александровна.**

Ш37 Арт-терапия. Рисуночные тесты на определение личности и характера / М. А. Шевченко. – Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2024. – 96 с.: ил. – (Рисуночные тесты).

ISBN 978-5-17-164733-9

В книге представлены различные методики, которые помогут вам проанализировать характер и лучше понять скрытую личность.

Через рисуночные тесты и упражнения вы узнаете:

- Тип личности и ее отличительные черты
- Особенности характера и мышления
- Что происходит в вашей жизни
- Как выявить скрытые эмоции
- Как лучше понять внутренние ценности

Исследуйте и открывайте новые границы своей личности!

**УДК 159.923  
ББК 88.37**

ISBN 978-5-17-164733-9

© Шевченко М. А., текст, 2024  
© Шевченко М. А., изображения, 2024  
© ООО «Издательство АСТ», 2024

# Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ. . . . .	5
Техника проведения психологических рисуночных тестов. . . . .	6
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РИСУНОЧНЫЕ ТЕСТЫ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ И ХАРАКТЕРА. . . . .	8
Тест «Дом – дерево – человек» . . . . .	8
Тестовые показатели (показатель психомоторного тонуса). . . . .	10
Тест «Нарисуй свой характер». . . . .	18
Интерпретация рисунков. . . . .	20
Тест «Рисунок человека» Карен Махвер . . . . .	22
Тест «Куб в пустыне» . . . . .	33
Интерпретация рисунка . . . . .	35
Тест «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур» . . . . .	36
Интерпретация рисунка . . . . .	38
Тест «Несуществующее животное» . . . . .	41
Тест «Счастливое животное» . . . . .	51
Интерпретация рисунка . . . . .	53
Тест «Несчастное животное» . . . . .	53
Интерпретация рисунка . . . . .	55
Тест «Злое животное» . . . . .	55
Интерпретация рисунка . . . . .	57
Тест «Нарисуй круг». . . . .	58
Интерпретация рисунка . . . . .	60
Психогеометрический тест Сьюзен Деллингер. . . . .	61
Тест «Семья за столом» Светланы Букачевой . . . . .	66
Интерпретация рисунка . . . . .	68
Тест «Тайны внутреннего мира» . . . . .	69
Интерпретация рисунков. . . . .	71

Тест «Фундамент вашей личности» . . . . .	.72
Интерпретация рисунка . . . . .	.74
Тест «Незаконченные рисунки» Эрика Вартегга . . . . .	.75
Интерпретация рисунков (значения квадратов). . . . .	.78
Тест «Слон». . . . .	.80
Интерпретация рисунка . . . . .	.82
Тест «Четыре рисунка» . . . . .	.83
Интерпретация рисунков. . . . .	.85
Тест «Куда бежит олень» . . . . .	.86
Интерпретация рисунка . . . . .	.88
Метафорический тест «Музыкальные инструменты» . . . . .	.89
Интерпретация рисунка . . . . .	.91
Психологический тест на определение типа личности . . . . .	.92

# Предисловие

Каждый из нас уверен, что знает о себе почти все. Но так ли это на самом деле? Разве вы не задавали себе хотя бы раз в жизни вопросы вроде «Кто я?», «Чем мне заниматься, чему научиться, кем работать?», «Как использовать свои возможности максимально интересно?», «Чего я на самом деле хочу?» и т. п.

В данной книге приводится ряд психологических рисуночных тестов, которые помогут вам получить ответы на эти и многие другие вопросы и, таким образом, лучше и глубже познать себя как личность, узнать и понять свой характер.

В настоящее время самопознание с помощью различных методик очень популярно, но, пожалуй, самыми интересными, прикладными и увлекательными из них считаются проективные.

**Проективные методики** — это рисуночные тесты и упражнения, в которых человек переносит, то есть проецирует свои чувства, свою модель поведения, свои эмоции на рисунок (или другие объекты). Их придумал американский психолог Лоуренс Франк в 1939 году. При кажущейся простоте такие тесты дают не менее точные результаты, чем самые замысловатые диагностические и профессиональные опросники.

Главным в рисуночных тестах является сам рисунок, который никогда не соврет. Дело в том, что наши рисунки аналогичны анализу ДНК, так как в них сокрыта вся информация из нашего подсознания. При тестировании каждый человек может получить ответы на все интересующие его вопросы и нарисовать только то, что свойственно ему, проецируя на бумагу свой внутренний мир, характер, ценности, а также что беспокоит его в данный момент, какие чувства или страхи он испытывает и многое другое. Следовательно, рисунок может рассказать о нас абсолютно все и является не чем иным, как отображением нашего мироощущения, мыслей, чувств, средством проникновения в наше подсознание и во внутреннее духовное пространство.

Сознание и подсознание человека тесно взаимосвязаны, что обязательно находит отражение в особенностях взаимодействия с внешним миром, в поведении, реагировании на те или иные события, индивидуальном стиле, ориентирах и ценностях. В свою очередь, проективные методики — это рисуночные техники, позволяющие диагностировать при помощи анализа «всплывающих» из подсознания ассоциаций эти особенности.

«Познав себя, познаешь Вселенную» — именно эта надпись много тысяч лет назад украшала вход в древнегреческий храм Аполлона в Дельфах, а в 1890 году стала эпиграфом к первой в истории публикации о психологических тестах. Статья называлась «Умственные тесты и изменения» и была напечатана в британском журнале *Mind* («Разум»). С тех пор интерес к психологическим тестам, возникшим в то время, не угасает.

Существует много интересных проективных методик для исследования себя, своей личности и характера, например рисуночный тест «Несуществующее животное», «Рисунок человека» и др.

Всегда помните: главный человек в вашей жизни — это вы сами, и как сложится ваша жизнь, зависит от вас. Никогда не останавливайтесь на достигнутом, двигайтесь вперед, постоянно развивайте себя. Не ищите виноватого, если вдруг что-то пойдет не так, потому что главный режиссер своей жизни — это вы.

Психологические рисуночные тесты — один из самых распространенных методов в клинической психологии. Они широко применяются как в психологическом консультировании, психотерапии (семейная, детско-родительская и др.), так и для самостоятельного тестирования.

## Техника проведения психологических рисуночных тестов

Основные рекомендации по технике проведения психологических рисуночных тестов сводятся к следующим:

1. Тестируемому необходимо дать чистый лист формата А4, простой карандаш (не очень твердый, ТМ, чтобы можно было оценить степень нажима исследуемого) и ластик. Желательно не применять для проведения диагностики фломастеры и шариковые ручки, так как в этом случае рисунок будет отличаться от изображений, выполненных карандашом, и затруднит интерпретацию.
2. Инструкцию к тесту и задание следует произносить четко и понятно.

### **ВАЖНО!**

**Не следует забывать, что для детей младшего возраста рисование воспринимается как игра, следовательно, для них психологический рисуночный тест можно и нужно проводить в игровой форме.**

3. При первой консультации лучше всего предложить выполнить такие рисуночные тесты, в которых тестируемый мог бы проявить максимум свободы в исполнении рисунка. К таковым можно отнести «Рисунок на свободную тему», «Автопортрет» и «Несуществующее животное».

4. Проводящему тест нужно обращать внимание на следующие факты:
  - расположение листа при выполнении рисунка;
  - время, затраченное на рисование;
  - последовательность изображения различных деталей и частей рисунка;
  - содержание ответов на вопросы.

5. Важно отметить, что по окончании рисования испытуемому обязательно следует задавать вопросы о том, что он нарисовал: можно попросить описать изображение или составить по нему рассказ. Ответы необходимо фиксировать.

6. Как бы ни был выполнен рисунок, не следует его критиковать – в любом случае стоит высказать одобрение.

7. Работу надлежит подписать, указав имя и фамилию автора рисунка, возраст и причину, по которой тестируемый (или его родители, если это ребенок) обратился за консультацией.

# Психологические рисуночные тесты для определения личности и характера

## Тест «Дом — дерево — человек»

Этот метод, предложенный Джоном Буком в 1948 году, является одним из самых популярных, применяемых для индивидуальной оценки личности и выявления степени ее адаптированности.

Тест «Дом — дерево — человек» предназначен как для взрослых, так и для детей. Изображение этих трех объектов дает человеку большую свободу выражения себя через рисунок, а также выявляет отношение к жизни и миру в целом. Именно дом, дерево и человека чаще всего рисуют дети. У взрослых этот тест выявляет множество различных эмоций.

Считается, что взаимодействие между домом, деревом и человеком представляет собой то, что действительно происходит в нашей жизни.

### **Задание:**

**Возьмите мягкий карандаш и коробку с цветными карандашами, затем нарисуйте на следующей странице дом, дерево и человека. После готовности рисунка можно приступить к интерпретации рисунка.**

**Немаловажную роль в этом играет порядок выполнения задания. Например, если первым рисуется дерево, значит, большое значение для человека имеет жизненная энергия; а если дом, то главным в жизни автора рисунка является его личная безопасность, семейные отношения, успех. Правда, иногда это означает и радикально противоположные понятия.**

**Нарисуй!**

## Тестовые показатели (показатель психомоторного тонуса)

### Степень нажима:

- **Слабый нажим** – пассивность, депрессия.
- **Сильный нажим** – импульсивность.
- **Очень сильный нажим** – гиперактивность, иногда агрессивность.

### Размещение на рисунке дома – дерева – человека:

- **В центре листа** – прямолинейность и незащищенность.
- **Выше центра листа** – недостижимость цели, удовлетворение в фантазиях.
- **Ниже центра листа** – депрессивное состояние и тревога.
- **Размещение рисунка в левой стороне листа** – акцентирование на прошлом.
- **Размещение рисунка в правой стороне листа** – акцентирование на будущем.
- **Размещение рисунка на краю листа** – чувство неуверенности, опасности.

## Дом

### 1. Перспектива рисунка дома:

- **Дом в перспективе, вид сверху** – отрицание домашней ситуации.
- **Дом в перспективе, вид снизу** – потребность в домашнем очаге, в некоторых случаях – достижение желаемого видится недостижимым.
- **Дом вдали** – чувство отверженности.
- **Дом вблизи** – открытость, чувство теплоты и гостеприимства.
- **Дом расположен в левом верхнем углу листа** – склонность избегать новых переживаний, незащищенность.
- **Дом расположен в правом верхнем углу листа** – склонность избегать неприятных чувств, связанных с переоценкой будущего.
- **Дом как бы подвешен в пространстве** – склонность отклонять земные аспекты жизни.

### 2. Общий вид:

- **В норме считается, когда в изображении дома имеется хотя бы одна дверь, одно окно, одна стена, крыша и труба.**
- **Дом очень маленький** (по сравнению с деревом и человеком на рисунке) – домашняя обстановка, а иногда брак, не соответствует требованиям испытуемого.