|  |
| --- |
| 1. **Оценка уровня общительности (тест В.Ф. Ряховского, для подросткового возраста и более)).** |

|  |
| --- |
| Уважаемые ребята! |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  | | --- | |  | | Для каждого человека в жизни важно общение. Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Просим ответить вас на перечисленные ниже вопросы. Отвечайте быстро, конкретно: «да», «нет», «иногда».  Оценка ответов: «да» – 2 балла; «иногда» – 1балл; «нет» – 0 баллов.   1. Вам предстоит деловая встреча со сверстниками. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи? 2. Вызывает ли у Вас тревога или неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком-либо мероприятии в школе или в объединении. 3. Не откладываете ли Вы визит к врачу до последнего момента? 4. Вам предлагают выехать на соревнования конкурс, экскурсию в город, где Вы никогда не бывали. Приложите ли Вы максимум усилий, чтобы избежать этойпоездки? 5. Любите ли Вы делиться своими переживаниями с кем бы то ни было? 6. Раздражаетесь ли Вы, если незнакомый человек на улице обратится к Вам с просьбой (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)? 7. Верите ли Вы, что существует проблема "родителей и детей" и что людям разных поколений трудно понимать друг друга? 8. Постесняетесь ли Вы напомнить другу, что он забыл Вам вернуть деньги, которые занял не так давно? 9. В столовой Вам подали явно недоброкачественное блюдо. Промолчите ли Вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку? 10. Оказавшись один на один с незнакомым сверстником, Вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это? 11. Вас приводит в ужас любая длинная очередь, где бы она ни была (в магазине, кассе кинотеатра, в кафе). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будете томиться в ожидании? 12. Боитесь ли Вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций (например, в примиренческой комиссии по разрешению конфликтов в школе)? 13. У Вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений искусства и культуры и никаких чужих мнений на этот счет Вы не приемлете. Это так? 14. Услышав где-либо высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному Вам вопросу, предпочитаете ли Вы промолчать и не вступать в разговор? 15. Вызывает ли у Вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином вопросе на учебную тему? 16. Вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) охотнее в письменной форме, чем в устной?   Полученные баллы суммируются.  **30-31баллов.** Вы явно некоммуникабельны, и это Ваша беда, так как больше всего страдаете от этого Вы сами. Но и близким Вам людям нелегко. На Вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь быть общительнее, контролируйте себя.  **25-29 баллов.** Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у Вас мало друзей. Новый коллектив и необходимость новых контактов если и не ввергают Вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в Вашей власти переломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности Вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.  **19-24 балла.** Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы Вас не пугают. И все же с новыми людьми сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В Ваших высказываниях порой слишком много сарказма, иронии без всякого на то основания. Эти недостатки исправимы.  **14-18 очков.** У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний; экстравагантные выходки и многословие вызывают у Вас раздражение.  **9-13 очков.** Вы весьма общительны (порой, быть может, даже сверх меры). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите бывать в центре внимания, никому не отказываете в просьбах, хотя не всегда можете их выполнить. Бывает, вспылите, но быстро отходите. Чего Вам недостает, так это усидчивости, терпения и отваги при столкновении с серьезными проблемами. При желании, однако, Вы можете себя заставить не отступать.  **4-8 очков.** Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из Вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Вы любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у Вас мигрень или даже хандру. Охотно берете слово по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Всюду чувствуете себя в своей тарелке. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. По этой самой причине педагоги и сверстники относятся к Вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.  **3 очка и менее**. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к Вам никакого отношения. Беретесь судить о проблемах, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно Вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в Вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная учеба не для Вас. Людям – в учебе, и дома, и вообще повсюду – трудно с Вами. Да, Вам надо поработать над собой и своим характером! Прежде всего, воспитывайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительно относитесь к людям, наконец, подумайте о своем здоровье – такой стиль жизни не проходит бесследно. | | |