

Тест В. Ф. Ряховского «Уровень вашей общительности»

Оценивайте свои ответы следующим образом: «да» — 2 балла, «иногда» — 1 балл, «нет» — 0 баллов.

1. Вам предстоит ординарная деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?
2. Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?
3. Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом на каком-либо совещании, собрании или конференции?
4. Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не были. Приложите ли вы максимум усилий, чтобы избежать этой командировки?
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, например, показать дорогу, назвать время?
7. Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понять друг друга?
8. Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть 10 рублей, которые занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане или в столовой вам подали недоброкачественное блюдо. Промолчите ли вы, лишь рассерженно отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, 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, библиотеке, кассе театра. Предпочтете ли вы отказаться от своего намерения, чтобы не стоять в очереди?
12. Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?
13. У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, и никаких других мнений на этот счет вы не приемлете?
14. Услышав где-либо в кулуарах высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете ли вы промолчать, не вступая в спор?
15. Вызывает ли у вас досаду чья-либо просьба помочь разобраться в том или ином служебном вопросе или учебной теме?
16. Охотнее ли вы излагаете свое мнение или точку зрения в письменной форме, чем устной?

Ключ:

32—30 баллов.

Вы явно некоммуникабельны, и это ваша беда, так как страдаете от этого больше всего вы сами. Но и близким вам людям нелегко. На вас трудно положиться в деле, которое требует групповых усилий. Старайтесь стать общительнее, контролируйте себя.

29—25 баллов. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество и поэтому у вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если и не ввергнет вас в панику, то надолго выведет из

равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недо вольны собой. Но не ограничивайтесь только своим недовольством. В вашей власти перело мить эти особенности характера. Разве не быва ет, что при какой-то полной увлеченности вы приобретаете вдруг полную коммуникабель ность?

Стоит только встряхнуться.

24—19 балла. Вы в известной степени общительны и в знако мой обстановке чувствуете себя вполне уверен но. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми вы сходитесь с оглядкой, в спорах и диспутах участвуете неохотно. В ваших выс казываниях порой слишком много сарказма без всякого на то основания.

Эти недостатки испра вимы.

18—14 баллов. У вас нормальная коммуникабельность. Вы любознательны, охотно слушаете интересного собеседника, достаточно терпеливы в общении с другими, отстаиваете свою точку зрения без вспыльчивости. Без неприятных переживаний идете на контакт с новыми людьми. В то же вре мя не любите шумных компаний, экстравагант ные выходки и многословие вызывают у вас раз дражение.

13—9 баллов. Вы весьма общительны (порой, быть может, даже излишне). Любопытны, разговорчивы, любите высказываться по разным вопросам, что порой вызывает раздражение окружающих. Охотно знакомитесь с новыми людьми. Любите быть 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 заставить себя не отступить.

8—4 балла. Вы, должно быть, «рубаха-парень». Общительность бьет из вас ключом. Вы всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие во всех дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас мигрень и 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 далеко не всегда можете довести его до конца. По этой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнением.

Задумайтесь над этими фактами!

Менее 4 баллов. Ваша коммуникабельность носит болезненный характер. Вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, в которых совершенно не компетентны. Вольно или невольно вы часто бываете причиной разного рода конфликтов в вашем окружении. Вспыльчивы, обидчивы, нередко бываете необъективны. Серьезная работа не для вас. Людям на работе и дома трудно с вами.. Да, вам надо поработать над собой и своим характером. Воспитывайте в себе сдержанность, терпимость, уважительнее относитесь к людям, наконец, подумайте и о вашем здоровье — такой стиль жизни не проходит бесследно.