

## ОЦЕНКА УРОВНЯ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ (Тест В.Ф.Ряховского)

Тест содержит возможность определить уровень коммуникабельности человека. Отвечать на вопросы следует, используя три варианта ответов – «да», «иногда», «нет».

**Инструкция:** Вашему вниманию предлагается несколько простых вопросов. Отвечайте быстро, однозначно: «да», «иногда», «нет».

№	суждения	баллы
1	Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?	
2	Вызывает ли у вас смятение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на каком либо совещании, собрании или тому подобном мероприятии?	
3	Не откладываете ли вы визит к врачу до последнего момента?	
4	Вам предлагают выехать в командировку в город, где вы никогда не бывали. 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 (показать дорогу, назвать время, ответить на какой-то вопрос)?	
7	Верите ли вы, что существует проблема «отцов и детей» и что людям разных поколений трудно понимать друг друга?	
8	Постесняетесь ли вы напомнить знакомому, что он забыл вам вернуть деньги, которые занял несколько месяцев назад?	
9	В ресторане либо в столовой вам подали явно 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 не была (в магазине, библиотеке, кассе, кинотеатре). Предпочитаете ли вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост, и будете томиться в ожидании?	
12	Бойтесь ли вы участвовать в какой-либо комиссии по рассмотрению конфликтных ситуаций?	
13	У вас есть собственные сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете. Это так?	
14	Услышав где-либо в кулуарах 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 служебном вопросе или учебной теме?	
16	Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?	
17	<b>Итого</b>	

### Оценка ответов:

«да» - 2 очка, «иногда» - 1 очко, «нет» - 0 очков.

Полученные очки суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории относятся.

**30-31 очко.** Вы явно некоммуникабельны, и эта 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 очков.** Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у вас мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов если не ввергают вас в панику, то надолго выводят из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете не довольны собой. Но не ограничивайтесь только таким недовольством – в вашей власти переломит эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете вдруг полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

**19-24 очков.** 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, 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 вызывать 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 руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской и сомнениями. Задумайтесь над этими фактами.

**3 очка и меньше.** 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 работа не для вас. Людям – и на работе, 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.

## Методика «ЛИДЕР»

*Инструкция:* прочитав вопрос, выберите один вариант ответа – «а» или «б».  
Опросник

1. Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих?  
а) да, б) нет.
2. Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы?  
а) да, б) нет.
3. Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо?  
а) да, б) нет.
4. Когда вы были ребенком, нравилось ли вам быть лидером среди сверстников?  
а) да, б) нет.
5. Испытываете ли вы удовольствие, когда вам удается убедить кого-то в чем-то?  
а) да, б) нет.
6. Случается ли, что вас называют нерешительным человеком?  
а) да, б) нет.
7. Согласны ли вы с утверждением: «Все самое полезное в мире есть результат деятельности небольшого числа выдающихся людей»?  
а) да, б) нет.
8. Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советнике, который мог бы направить вашу профессиональную активность?  
а) да, б) нет.
9. Теряли ли вы иногда хладнокровье в разговоре с людьми?  
а) да, б) нет.
10. Доставляет ли вам удовольствие видеть, что окружающие побаиваются вас?  
а) да, б) нет.
11. Стараетесь ли вы занимать за столом (на собрании, в компании и т.п.) такое место, которое позволяло бы вам быть в центре внимания и контролировать ситуацию?  
а) да, б) нет.
12. Считаетесь ли вы, что производите на людей внушительное (импозантное) впечатление?  
а) да, б) нет.
13. Считаете ли вы себя мечтателем?  
а) да, б) нет.
14. Теряетесь ли вы, если люди, окружающие вас, выражают несогласие с вами?  
а) да, б) нет.

15. Случалось ли вам по собственной инициативе заниматься организацией рабочих, спортивных и других команд и коллективов?  
а) да, б) нет.

16. Если то, что вы наметили, не дало ожидаемых результатов, то вы:  
а) будете рады, если ответственность за это дело возложат на кого-то другого;  
б) возьмете на себя ответственность, и сами доведете дело до конца.

17. Какое из этих двух мнений вам ближе:  
а) настоящий руководитель должен уметь сам делать то дело, которым он руководит, и лично участвовать в нем;  
б) настоящий руководитель должен только уметь руководить другими и не обязательно делать дело сам.

18. С кем вы предпочитаете работать?  
а) с покорными людьми,  
б) с независимыми и самостоятельными людьми.

19. Стараетесь ли вы избежать острых дискуссий?  
а) да, б) нет.

20. Когда вы были ребенком, часто ли вы сталкивались с властностью вашего отца?  
а) да, б) нет.

21. Умеете ли вы в дискуссии на профессиональную тему привлечь на свою сторону тех, кто раньше был с вами не согласен?  
а) да, б) нет.

22. Представьте себе такую сцену: во время прогулки с друзьями по лесу вы потеряли дорогу. Приближается вечер, и нужно принимать решение. Как вы поступите?  
а) дадите возможность принять решение наиболее компетентному из вас;  
б) просто не будете ничего делать, рассчитывая на других.

23. Есть такая пословица: «Лучше быть первым в деревне, чем последним в городе». Справедлива ли она?  
а) да, б) нет.

24. Считаете ли вы себя человеком, оказывающим влияние на других?  
а) да, б) нет.

25. Может ли неудача в проявлении инициативы заставить вас больше никогда этого не делать?  
а) да, б) нет.

26. Кто, с вашей точки зрения, истинный лидер?  
а) самый компетентный человек;  
б) тот, у кого самый сильный характер.

27. Всегда ли вы стараетесь понять и по достоинству оценить людей?  
а) да, б) нет.

28. Уважаете ли вы дисциплину?

а) да, б) нет.

29. Какой из следующих двух руководителей для вас предпочтительнее?

а) тот, который все решает сам;

б) тот, который всегда советуется и прислушивается к мнению других.

30. Какой из следующих стилей руководства, по вашему мнению, наилучший для работы учреждения того типа, в котором вы работаете?

а) коллегиальный;

б) авторитарный.

31. Часто ли у вас создается впечатление, что другие злоупотребляют вами?

а) да, б) нет.

32. Какой из следующих двух «портретов» больше напоминает о вас?

а) человек с громким голосом, выразительными жестами, за словом в карман не полезет;

б) человек со спокойным, тихим голосом, сдержанный, задумчивый.

33. Как вы поведете себя на собрании и совещании, если считаете ваше мнение единственно правильным, но остальные с ним не согласны?

а) промолчу;

б) буду отстаивать свое мнение.

34. Подчиняете ли вы свои интересы и поведение других людей делу, которым занимаетесь?

а) да, б) нет.

35. Возникает ли у вас чувство тревоги, если на вас возложена ответственность за какое-либо важное дело?

а) да, б) нет.

36. Что бы вы предпочли?

а) работать под руководством хорошего человека;

б) работать самостоятельно, без руководителя.

37. Как вы относитесь к убеждению: «Для того, чтобы семейная жизнь была хорошей, необходимо, чтобы решение в семье принимал один из супругов»?

а) согласен, б) не согласен.

38. Случалось ли вам покупать что-либо под влиянием других людей, а не исходя из собственной потребности?

а) да, б) нет.

39. Считаете ли вы свои организаторские способности хорошими?

а) да, б) нет.

40. Как вы ведете себя, столкнувшись с трудностями?

а) у меня опускаются руки;

б) у меня появляется сильное желание их преодолеть.

41. Делаете ли вы упреки людям, если они этого заслуживают?

а) да, б) нет.

42. Считаете ли вы, что ваша нервная система способна выдержать жизненные нагрузки?  
а) да, б) нет.
43. Как вы поступите, если вам предложат произвести реорганизацию вашего учреждения?  
а) введу нужные изменения немедленно;  
б) не буду торопиться и сначала все тщательно обдумаю.
44. Сумеете ли вы прервать слишком болтливого собеседника, если это необходимо?  
а) да, б) нет.
45. Согласны ли вы с утверждением: «Для того чтобы быть счастливым, надо жить незаметно»?  
а) да, б) нет.
46. Считаете ли вы, что каждый человек должен сделать что-либо выдающееся?  
а) да, б) нет.
47. Кем вы предпочли бы стать?  
а) поэтом, художником, композитором, ученым;  
б) выдающимся руководителем, политическим деятелем..
48. Какую музыку вам приятнее слушать?  
а) могучую и торжественную,  
б) тихую и лирическую.
49. Испытываете ли вы волнение, ожидая встречи с важными и известными людьми?  
а) да, б) нет.
50. Часто ли вы встречали людей с более сильной волей, чем ваша?  
а) да, б) нет.

#### **Оценка результатов и выводы**

В соответствии со следующим ключом определяется сумма баллов.

**Ключ:** 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 49б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За каждый ответ, совпадающий с ключевым, поставьте 1 балл, в другом случае – 0 баллов.

**до 25 баллов** – качества лидеров выражены слабо.

**от 26 до 35** – качества лидера выражены средне.

**от 36 до 40** – лидерские качества выражены сильно.

**больше, чем 40** - данный человек, как лидер склонен к диктату.

## Тест на определение профессиональных интересов

*Инструкция:* предположим, что после соответствующего обучения вы можете выполнять любую работу. Но если бы вам пришлось выбирать только из двух возможностей (а или б), что бы вы предпочли? Вставьте в бланк ответов номера, обозначающие ваш выбор, с соответствующим знаком «+», если указанная деятельность вам нравится или «-», если выполнять данную деятельность вам не нравится.

1-а. Ухаживать за животными.	или	1-б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать).
2-а. Помогать больным людям, лечить их.	или	2-б. Составлять таблицы, схемы, программы вычислительных машин.
3-а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток.	или	3-б. Следить за состоянием, развитием растений.
4-а. обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.)	или	4-б. Доводить товары до потребителя (рекламировать, продать).
5-а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи.	или	5-б. Обсуждать художественные книги.
6-а. Выращивать молодняк – животных какой либо породы.	или	6-а. Тренировать сверстников (или младших) в выполнении каких либо действий (трудовых, учебных, спортивных).
7-а. Копировать рисунки, изображения, настраивать музыкальные инструменты.	или	7-б. Управлять каким-либо грузовым, подъемным транспортным средством (подъемным краном, машиной и т.п.)
8-а. Сообщать, разъяснять людям нужные для них сведения в справочном бюро, во время экскурсии и т.п.	или	8-б. Художественно оформлять выставки, витрины, участвовать в подготовке концертов, пьес и т.п.
9-а. Ремонтировать изделия, вещи (одежду, технику), жилище.	или	9-а. Искать и исправлять ошибки в текстах, текстах, рисунках.
10-а. Лечить животных.	или	10-б. Выполнять расчеты, вычисления.
11-а. Выводить новые сорта растений.	или	11-а. Конструировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома и т.п.)
12-а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, поощрять, наказывать.	или	12-б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13-а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности.	или	13-б. Наблюдать, изучать жизнь микробов.
14-а. Обслуживать, налаживать медицинские приборы и аппараты.	или	14-б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15-а. Составлять точные описания, отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.	или	15-б. Художественно описывать, изображать события наблюдаемые или представляемые.
16-а. Делать лабораторные анализы в больнице.	или	16-б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17-а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий.	или	17-б. Осуществлять монтаж здания или сборку машин, приборов.
18-а. Организовать культпоходы людей	или	18-б. Играть на сцене, принимать

в театры, музеи, на экскурсии, в туристические путешествия и т.п.		участие в концертах.
19-а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания.	или	19-б. Заниматься черчением, копировать карты, чертежи.
20-а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада.	или	20-б. Работать на машинах (пишущая машинка, компьютер, телетайп, телефакс и т.п.).

### Обработка и интерпретация результатов

За каждый выбор вы получаете по 1 баллу. Максимальное число баллов, которое можно набрать по одному типу профессий, равно 8.

Относительная степень склонности человека к тому или иному типу профессий определяется соотношением суммы набранных баллов к 8 (x100%) .

Типы профессий				
Человек-природа Ч-П	Человек-техника Ч-Т	Человек-человек Ч-Ч	Человек-знаковая система Ч-З	Человек-художественный образ Ч-Х
1а	1б	2а	2б	3а
3б	4а	4б	5а	5б
6а		6б		7а
	7б	8а		8б
	9а		9б	
10а			10б	
11а	11б	12а	12б	13а
13б	14а	14б	15б	15б
16а		16б		17а
	17б	18а	19б	18б
20а	19а		20б	
$\Sigma = ?$	$\Sigma = ?$	$\Sigma = ?$	$\Sigma = ?$	$\Sigma = ?$

**Ч-Т «Человек-техника».** Включает в себя обслуживание техники, ремонт, установку, наладку, управление, производство и обработку металлических и неметаллических изделий, механическую сборку, монтаж и т.д. (слесарь, токарь, шофер, инженер, водитель, электрик, радиотехник).

**Ч-Ч «Человек-человек».** Труд людей этих профессий направлен на воспитание и обучение, информирование, бытовое, трудовое и медицинское обслуживание людей (продавец, библиотекарь, журналист, врач, учитель, воспитатель, официант, администратор).

**Ч-П «Человек-природа».** К этому типу относятся профессии, связанные с объектами живой и неживой природы (фермер, лесник, биолог, садовник, зоотехник, агроном, геолог, пчеловод).

**Ч-З «Человек знаковая система».** Объединяет людей, объектом труда которых является устная и письменная речь, цифры, химические и физические знаки, символы,



ноты, схемы, карты, графики и т.п. (программист, машинистка, чертежник, оператор ЭВМ, экономист, бухгалтер, печатник).

**Ч-Х «Человек-художественный образ».** Включает занятия, связанные с различными видами искусства – прикладного, изобразительного, музыкального, литературного, театрального (артист, писатель, гравёр, архитектор, фотограф, музыкант, модельер).

## Тест на определение самооценки личности

Очень часто – 4 балла

Часто – 3 балла

Иногда – 2 балла

Редко – 1 балл

Никогда – 0 баллов

1. Я часто волнуюсь понапрасну.
2. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
3. Я боюсь выглядеть глупцом.
4. Я беспокоюсь за свое будущее.
5. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
6. Как жаль, что многие не понимают меня.
7. Чувствую, что я не умею как следует разговаривать с людьми.
8. Люди ждут от меня очень многого.
9. Чувствую себя скованным.
10. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
11. Мне не безразлично, как люди относятся ко мне.
12. Я чувствую, что люди говорят про меня за моей спиной.
13. Я не чувствую себя в безопасности.
14. Мне не с кем поделиться со своими мыслями.
15. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Подсчитать сумму баллов.

30 баллов – ты недооцениваешь себя.

10-30 баллов – правильная (адекватная) самооценка.

10 и ниже – завышенная самооценка.

**Методика «Сложные аналогии»  
(ОЦЕНКА ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ)**

*Инструкция:* перед вами 20 пар слов и таблица с названием «Шифр». Определите отношение между словами в паре, найдите аналогичную пару слов в квадрате «Шифр», обведя кружком соответствующую цифру. Время выполнения работы 3 мин. Оценка производится по количеству правильных ответов.

**Стимульный материал**

<b>Шифр</b>
<b>1. Овца – стадо</b>
<b>2. Малина – ягода</b>
<b>3. Море- океан</b>
<b>4. Свет – темнота</b>
<b>5. Отравление – смерть</b>
<b>6. Враг - неприятель</b>

1. Испуг – бегство -----1 2 3 4 5 6
2. Физика – наука -----1 2 3 4 5 6
3. Правильно – верно -----1 2 3 4 5 6
4. Грядка – огород -----1 2 3 4 5 6
5. Пара – два -----1 2 3 4 5 6
6. Слово – фраза -----1 2 3 4 5 6
7. Бодрый – вялый -----1 2 3 4 5 6
8. Свобода – воля -----1 2 3 4 5 6
9. Страна – город -----1 2 3 4 5 6
10. Похвала – брань -----1 2 3 4 5 6
11. Мечь – поджог -----1 2 3 4 5 6
12. Десять – число -----1 2 3 4 5 6
13. Плакать – реветь -----1 2 3 4 5 6
14. Глава – роман -----1 2 3 4 5 6
15. Покой – дыхание -----1 2 3 4 5 6
16. Смелость – геройство -----1 2 3 4 5 6
17. Прохлада – мороз -----1 2 3 4 5 6
18. Обман – недоверие -----1 2 3 4 5 6
19. Пение – искусство -----1 2 3 4 5 6
20. Тумбочка – шкаф -----1 2 3 4 5 6

**Ключ:** 5, 2, 6, 1, 6, 1, 4, 6, 3, 4, 5, 2, 6, 1, 4, 6, 3, 5, 2, 3.

## Исследование гибкости мышления

**Инструкция:** необходимо из набора букв составить слова, не пропуская и не добавляя ни одной буквы. Слова могут быть только существительными. Количество составленных слов – показатель гибкости мышления. Время выполнения задания 3 минуты.

ЙВО	ЯОДЛ	АИЦПТ	УАРДБЖ	ОАЕФМРС
ЙЛА	РУОТ	УАРГШ	УАККЖР	АИККРПС
АБЛ	ЕНОБ	ООСВЛ	ООАРБД	ОАИДМНЛ
АШР	АУКЛ	ОАЛМС	ААККЗС	ЕЕЪВДДМ
ОЗВ	ИАПЛ	БРЕОР	УАЪБДС	ЕЕДПМТР
УКБ	ААПЛ	ОТМШР	АИСЛПК	ОАЪТДРС
ИРМ	ОРЩБ	ОЕЛСВ	ЕУЗНКЦ	АААЛТПК
ОТМ	ОЕТЛ	ААШЛП	УАПРГП	ОАЕМЛСТ
АСД	ОЕРМ	ОЕСМТ	ОООЛТЗ	ААЪБДЕС
ОБЛ	ОКТС	АИЛДН	БОЕЧЛМ	ААОСКБЛ
Высокий Ур. Средний Ур. Низкий Ур.	26 и более 21 – 25 11 - 20			