

Проверь себя**Какой у тебя характер?****Ответь «да» или «нет»:**

1. Уважаешь ли ты дружбу? («да» — 1, «нет» — 0).
2. Привлекает ли тебя все новое? («да» — 0, «нет» — 1).
3. Предпочитаешь ли ты старую одежду новой? («да» — 1, «нет» — 0).
4. Притворяешься ли ты довольным безо всякой на то причины? («да» — 0, «нет» — 1).
5. Менял ли в детстве более трех раз выбор своей будущей профессии? («да» — 0, «нет» — 1).
6. Лишаешься ли ты уверенности в себе, когда предстоит решить трудное задание? («да» — 0, «нет» — 1).
7. Коллекционируешь ли ты что-нибудь? («да» — 1, «нет» — 0).
8. Часто ли ты меняешь свои планы в последний момент? («да» — 0, «нет» — 1).

Свыше 6 очков: Ты уравновешенный человек, редко создаешь хлопоты родителям, начальникам, друзьям.

От 3 до 6 очков: У тебя изменчивое настроение и характер. Не забывай, что, проявляя постоянство и настойчивость, ты будешь преуспевать в жизни.

Менее 3 очков: Внимание! Почему ты не веришь в свои силы? Нужно больше доверять своим родителям и поискать себе друзей среди сослуживцев.

Способны ли вы решить свои проблемы?**1. Рассказываете ли вы о своих проблемах, неприятностях?**

- а) нет, это мне не помогло бы (3).
- б) да, если есть подходящий собеседник (1).
- в) не всегда, людям хватает своих забот (2).

2. Сильно ли вы переживаете неприятности?

- а) всегда и очень тяжело (4)
- б) все зависит от обстоятельств (0).
- в) смиряюсь, ведь любой неприятности рано или поздно приходит конец (2).

3. Вы чем-то очень огорчены. Что вы делаете в таком случае?

- а) позволяю себе удовольствие, о котором долго мечтал (0).
- б) иду к хорошим друзьям (2).

в) «жалею» себя, отсиживаясь дома (4).

4. Близкий человек обидел Вас. Как вы поступите?

- а) «спрячусь в свою раковину» (3).
- б) потребую объяснений (0).
- в) расскажу любому, кто готов слушать (1).

5. В минуту счастья...

- а) не думаю о несчастье (1).
- б) не покидает тревога, что счастье быстро уйдет (3).
- в) не забываю о том, что и огорчений в жизни немало (5).

6. Как вы относитесь к психиатрам?

- а) не хотел бы стать их пациентом (4).
- б) многим людям они могли помочь (2).
- в) человек в силах помочь себе сам (3).

7. Судьба, по вашему мнению:

- а) постоянно испытывает Вас (5).
- б) несправедлива к Вам (2).
- в) благосклонна к Вам (1).

8. О чем Вы думаете после ссоры с любимым человеком, когда гнев проходит?

- а) о хорошем, что было у нас в прошлом (1).
- б) мечтаю о тайном мщении (2).
- в) о том, сколько вытерпел(а) от нее (него) (3).

7-15 очков: *Вы легко миритесь с неприятностями, даже бедами, так как способны верно оценить их. Ценно то, что вы не склонны жалеть себя (слабость, присущая многим). Ваше душевное равновесие достойно восхищения!*

16-26 очков: *Вы часто ропщете на свою судьбу. Предпочитаете выплескивать проблемы и неприятности на других. вам необходимо чье-то сочувствие. Может быть, лучше научиться владеть собой?*

27-36 очков: *Вы еще не справляетесь со своими бедами. Возможно, поэтому они так вас терзают. Вы замыкаетесь, нередко жалеете себя. Будь у вас волевой характер при хороших задатках, вы успешно справлялись бы с проблемами и неприятными ситуациями. Они подкарауливают в жизни не только вас.*