

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Краснодарского края

«АРМАВИРСКИЙ МАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»



С.В. Нехно
20 23 г.

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ

Общие положения

Программа вступительного испытания в виде психологического тестирования, проводимого при поступлении на специальности 20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях», 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» и 43.02.17 «Технология Индустрии красоты» в ГБПОУ КК «Армавирский машиностроительный техникум», разработана на основе Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 02.09.2020 г. № 457 (с изменениями от 16 марта 2021 г., 30 апреля 2021 г. и 20 октября 2022 г.) и Правил приема в техникум на 2023-2024 учебный год.

Цель вступительного испытания – определить профиль личностных свойств (профессионально важных качеств) абитуриентов, наличие и выраженность которых необходимы для овладения будущей специальностью.

Программа состоит из трех разделов. В первом разделе сформулирован порядок проведения психологического тестирования. Второй раздел содержит информацию о содержании вступительных испытаний на разные специальности. В третьем разделе указаны критерии оценивания.

1. Порядок проведения вступительного испытания в виде психологического тестирования

- 1.1. Психологическое тестирование проводится на русском языке и направлено на выявление наличия у поступающих лиц соответствующих психологических качеств.
- 1.2. Вступительное испытание проводится в сроки, определенные приемной комиссией, согласно расписанию, утвержденному директором техникума.
- 1.3. Группы формируются в количестве 10 - 25 человек по мере подачи документов.
- 1.4. На вступительном испытании поступающий должен иметь при себе паспорт, экзаменационный лист и ручку.
- 1.5. При тестировании поступающих в аудитории находятся два члена экзаменационной комиссии.
- 1.6. Для выполнения психологического тестирования поступающим выдаются проштампованные титульные листы и листы-вкладыши.
- 1.7. Перед выполнением тестирования:
 - поступающие заполняют титульные листы, на которых вписывают следующие реквизиты:
 - фамилию, имя и отчество;

- номер экзаменационной группы;
- номер экзаменационного листа;
- вид работы (психологическое тестирование);
- дату проведения вступительного испытания.
- члены экзаменационной комиссии выдают каждому поступающему титульный лист, лист-вкладыш (протокол исследования) и опросник с инструкцией;
- ответственный секретарь приемной комиссии осуществляет кодирование листов: каждому абитуриенту присваивается условный код, который проставляется на титульном листе и листе-вкладыше, после чего забирает титульные листы и хранит их в сейфе до полной проверки работ.

1.8. Время оформления титульного листа не входит во время вступительного испытания.

1.9. Поступающие в течение 1 астрономического часа отвечают на вопросы теста на листе-вкладыше (протоколе исследования).

1.10. В случае необходимости, по устной просьбе, поступающий может произвести замену испорченного протокола исследования. При этом испорченный бланк изымается и уничтожается, время на выполнение задания не увеличивается, о чем поступающий предупреждается заранее.

1.11. После окончания тестирования поступающие сдают работы экзаменаторам.

1.12. Проверка работ проводится экзаменаторами только в помещении техникума.

1.13. При проверке работы не должно быть известно, кто из абитуриентов является ее автором.

1.14. Председатель экзаменационной комиссии дополнительно проверяет работы, имеющие баллы ниже порога успешности и наивысшие баллы, а также 5% остальных работ и удостоверяет правильность выставленных баллов своей подписью.

1.15. Проверенные работы передаются ответственному секретарю приемной комиссии, который производит декодирование письменных работ: для каждого листа-вкладыша подбирается соответствующий титульный лист.

1.16. Психологическое тестирование оформляется протоколом, в котором фиксируются результаты выполнения теста: «зачтено» / «не зачтено».

1.17. Повторное прохождение вступительного испытания при получении неудовлетворительного результата не допускается.

1.18. Лица, не явившиеся на вступительное испытание без уважительной причины, получившие отрицательный результат, а также забравшие документы в период проведения вступительных испытаний, выбывают из числа претендентов на зачисление.

1.19. Лица, не явившиеся на вступительное испытание по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к нему в параллельных группах или индивидуально в период до полного завершения вступительных испытаний.

1.20. За нарушение правил поведения во время тестирования поступающий может быть удален со вступительного испытания с составлением акта об удалении и проставлением результата «не прошел испытание», о чем делается запись в протоколе.

1.21. Поступающие, не согласные с результатом вступительного испытания, имеют право на апелляцию.

2. Содержание вступительного испытания

2.1. Психологическое тестирование для поступающих на специальность 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» состоит из двух этапов:

- ответы на вопросы анкеты В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2»;
- ответы на опросник Л.П. Калининского «Профиль личности».

2.1.1. Анкета В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2» (Приложение № 1) позволяет выявить отдельные признаки личностных нарушений, а также оценить вероятность возникновения нервно-психических срывов.

2.1.2 Опросник Л.П. Калининского «Профиль личности» (Приложение № 2) направлен на выявление организаторских и коммуникативных способностей и иных качеств: направленность, деловитость, доминирование, уверенность в себе, требовательность, упрямство, уступчивость, зависимость, психологический такт, отзывчивость.

2.2. Поступающие на специальность 20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях» отвечают на вопросы:

- анкеты В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2»;
- опросника К. Юнга «Тип личности».

Опросник К. Юнга «Тип личности» (Приложение № 3) предназначен для выявления типологических особенностей личности.

2.3. Поступающие на специальность 43.02.17 «Технология индустрии красоты» отвечают на вопросы двух тестов:

- тест на определение стрессоустойчивости личности (Приложение № 4);
- опросник В.Ф. Ряховского «Оценка уровня общительности» (Приложение № 5).

3. Критерии оценивания

3.1. Анкета В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2» содержит 86 вопросов, на каждый из которых обследуемый должен дать ответ «да» или «нет».

3.1.1. Обработка результатов выполнения теста производится с помощью специальных «ключей»:

- по шкале искренности;
- по шкале нервно-психической устойчивости (два ключа: для оценки положительных и отрицательных высказываний).

3.1.2. Обработку начинают со шкалы искренности, которая используется для оценки достоверности ответов. Если поступающий получает 10 и более баллов, то он считается неискренним и не прошедшим тестирование.

3.1.3. В случае достоверности ответов продолжается проверка по следующим двум ключам по шкале нервно-психической устойчивости: подсчитывается количество совпадений с ключами, полученные баллы переводятся в «стэны» (от 1 до 10) и выносятся заключение об уровне нервно-психической устойчивости и вероятности нервно-психических срывов: низкий (1 – 3); средний (4 – 6); высокий (7 – 10). Поступающие, показавшие низкий уровень, считаются не прошедшими тестирование.

3.2. Опросник Л.П. Калининского «Профиль личности» содержит 160 различных утверждений о свойствах личности. Если свойство подходит поступающему (проявляется в большинстве ситуаций), то он должен обвести в протоколе число, указывающее порядковый номер свойства.

3.2.1. Обработку протокола исследования начинают с определения достоверности ответов поступающего в соответствии со специальным ключом. При шести и более неискренних ответах результаты опроса считаются недостоверными, поступающий считается не прошедшим тестирование.

3.2.2. После проверки результата тестирования на искренность по определенному алгоритму проводится интерпретация результатов тестирования с учетом структуры протокола исследования: верхняя часть протокола делится на три блока (нижний, средний и верхний), включающих по пять показателей. Нижний блок любой шкалы составляют показатели, характеризующие адаптивное (нормальное) поведение; верхний блок – дезадаптивное поведение (зона конфликтного поведения). Выделяются четыре степени выраженности психологических свойств: номинальная (0 – 3 балла), потенциальная (4 – 7 баллов), перспективная (8 – 11 баллов) и суперзона (12 – 15 баллов).

3.2.3. Поступающие, которые по итогам теста имеют достоверные данные и по каждой шкале (психологическому свойству: направленность; деловитость; доминирование; уверенность; требовательность; упрямство, негативизм; уступчивость; зависимость; психологический такт; отзывчивость) набрали до 11 баллов (номинальная, потенциальная, перспективная зоны), обладают определенными психологическими качествами для обучения по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность». Поступающим, набравшим от 12 до 15 баллов (суперзона) более чем по пяти свойствам, по результатам тестирования выставляется незачет.

3.3. Опросник К. Юнга «Тип личности» содержит 20 вопросов, каждый из которых имеет два варианта ответа. Поступающему необходимо выбрать ответ, который подходит больше, и поставить в протоколе букву, обозначающую этот ответ.

3.3.1. Количество ответов, совпавших с ключом, суммируются и умножаются на 5. По подсчитанным баллам определяются типологические особенности личности: интроверсия (0 – 35); амбоверсия (36 – 65); экстраверсия (66 – 100).

3.3.2. Тестирование по данному опроснику проводится в целях получения дополнительных сведений о поступающих и не учитывается при выставлении отметки за вступительное испытание.

3.4. Тест на определение стрессоустойчивости личности содержит 18 вопросов, на каждый из которых возможны три варианта ответов: «редко» (1 балл), «иногда» (2 балла) и «часто» (3 балла).

3.4.1. Уровень стрессоустойчивости определяется в зависимости от суммы набранных баллов в соответствии со специальной таблицей: очень низкий; низкий; ниже среднего; чуть ниже среднего; средний; чуть выше среднего; выше среднего; высокий; очень высокий.

3.4.2. Поступающие, имеющие по результатам теста такие уровни стрессоустойчивости, как очень низкий, низкий или ниже среднего, считаются не прошедшими тестирование.

3.5. Опросник Ряховского содержит 16 простых вопросов, требующих однозначного ответа «да» (2 балла), «нет» (1 балл) или «иногда» (0 баллов).

3.5.1. Полученные баллы суммируются, и по классификатору определяется, к какой категории людей относится испытуемый:

- явно некоммуникабельный;
- замкнутый, неразговорчивый, предпочитающий одиночество;
- в известной степени общительный;
- имеющий нормальную коммуникабельность;
- весьма общительный;
- «рубаха-парень»;
- коммуникабельность носит болезненный характер.

3.5.2. Незачёт по данному тесту выставляется поступающему, попавшему по его итогам в одну из следующих категорий: явно некоммуникабельный; замкнутый, неразговорчивый, предпочитающий одиночество; коммуникабельность носит болезненный характер.

Анкета В.Ю. Рыбникова «Прогноз-2»

1. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что не справлюсь с ним.
2. Меня легко переспорить.
3. Я избегаю поправлять людей, которые высказывают необоснованные утверждения.
4. Люди проявляют ко мне столько сочувствия и симпатии, сколько я заслуживаю.
5. Иногда я бываю уверен, что другие люди знают, о чем я думаю.
6. Бывали случаи, что я не сдерживал своих обещаний.
7. Временами я бываю совершенно уверен в своей никчемности.
8. У меня никогда не было столкновений с законом.
9. Я часто запоминаю числа, не имеющие для меня никакого значения (например, номера автомашин и т.п.).
10. Иногда я говорю неправду.
11. Я впечатлительнее большинства других людей.
12. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей, это как бы придает мне вес в собственных глазах.
13. Определенно судьба не благосклонна ко мне.
14. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
15. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
16. Я легко теряю терпение с людьми.
17. У меня отсутствуют враги, которые по-настоящему хотели бы причинить мне зло.
18. Иногда мой слух настолько обостряется, что это мне даже мешает.
19. Бывает, что я откладываю на завтра то, что можно сделать сегодня.
20. Если бы люди не были настроены против меня, я достиг бы в жизни гораздо большего.
21. В игре я предпочитаю выигрывать.
22. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с человеком, которого я не желаю видеть.
23. Большую часть времени у меня такое чувство, будто я сделал что-то не то или даже плохое.
24. Если кто-нибудь говорит глупость или как-нибудь иначе проявляет свое невежество, я стараюсь разъяснить ему его ошибку.
25. Иногда у меня бывает чувство, что передо мной нагромодилось столько трудностей, что одолеть их просто невозможно.
26. В гостях я держусь за столом лучше, чем дома.
27. В моей семье есть очень нервные люди.
28. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.
29. Должен признать, что временами я волнуюсь из-за пустяков.
30. Когда мне предлагают начать дискуссию или высказать мнение по вопросу, в котором я хорошо разбираюсь, я делаю это без робости.
31. Я часто подшучиваю над друзьями.
32. В течение жизни у меня несколько раз менялось отношение к моей профессии.
33. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особенно не задумываясь, соглашался с мнением других.
34. Я часто работал под руководством людей, которые умели повернуть дело так, что все достижения в работе приписывались им, а виноватыми в ошибках оказывались другие.
35. Я без всякого страха захожу в комнату, где другие уже собрались и разговаривают.
36. Мне кажется, что по отношению именно ко мне особенно часто поступают несправедливо.
37. Когда я нахожусь на высоком месте, у меня появляется желание прыгнуть вниз.
38. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
39. Мои планы часто казались мне настолько трудновыполнимыми, что я должен был отказаться от них.

40. Я часто бываю рассеянным и забывчивым.
41. Приступы плохого настроения у меня бывают редко.
42. Я бы предпочел работать с женщинами.
43. Счастливей всего я бываю, когда я один
44. Иногда, когда я неважно себя чувствую, я бываю раздражительным.
45. Часто я вижу сны, о которых лучше никому не рассказывать.
46. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
47. Я человек нервный и легко возбудимый.
48. Меня очень раздражает, когда я забываю, куда кладу вещи.
49. Бывает, что я сержусь.
50. Работа, требующая пристального внимания, мне нравится.
51. Иногда я бываю так взволнован, что не могу усидеть на месте.
52. Бывает, что неприличная или даже непристойная шутка вызывает у меня смех.
53. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
54. Иногда я принимаю валериану, элениум или другие успокаивающие средства.
55. Человек я подвижный.
56. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
57. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
58. Бывало, что я отвечал на письма не сразу после прочтения.
59. Раз в неделю или чаще я бываю возбужденным и взволнованным.
60. Мне очень трудно приспособиться к новым условиям жизни, работы или учебы. Переход к новым условиям жизни, работы или учебы кажется мне невыносимо трудным.
61. Иногда случалось так, что я опаздывал на работу или свидание.
62. Голова у меня болит часто.
63. Я вел неправильный образ жизни.
64. Алкогольные напитки я употребляю в умеренных количествах (или не употребляю вообще).
65. Я часто предаюсь грустным размышлениям.
66. По сравнению с другими семьями в моей очень мало любви и тепла.
67. У меня часто бывают подъемы и спады настроения.
68. Когда я нахожусь среди людей, я слышу очень странные вещи.
69. Я считаю, что меня очень часто наказывали незаслуженно.
70. Мне страшно смотреть вниз с большой высоты.
71. Бывало, что я целыми днями или даже неделями ничего не мог делать, потому что никак не мог заставить себя взяться за работу.
72. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.
73. У меня бывали периоды, когда я что-то делал, а потом не знал, что именно я делал.
74. Когда я пытаюсь что-то сделать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
75. Думаю, что я человек обреченный.
76. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я даже не могу усидеть на месте.
77. Временами мне кажется, что моя голова работает медленнее.
78. Мне кажется, что я все чувствую более остро, чем другие.
79. Иногда совершенно безо всякой причины у меня вдруг наступает период необычайной веселости.
80. Некоторые вещи настолько меня волнуют, что мне даже говорить о них трудно.
81. Иногда меня подводят нервы.
82. Часто у меня бывает такое ощущение, будто все вокруг нереально.
83. Когда я слышу об успехах близкого знакомого, я начинаю чувствовать, что я - неудачник.

84. Бывает, что мне в голову приходят плохие, часто даже ужасные слова, и я никак не могу от них отвязаться.

85. Иногда я стараюсь держаться подальше от того или иного человека, чтобы не сделать или не сказать чего-нибудь такого, о чем потом пожалею.

86. Часто, даже когда все складывается для меня хорошо, я чувствую, что мне все безразлично.

Опросник Л.П. Калининского «Профиль личности»

1. Способен «заряжать» энергией других людей.
6. Способен к продвижению в сфере руководства людьми.
11. Деспотичный.
16. Очень люблю привлекать к себе внимание.
21. Неумолимый.
26. Крайне неуступчивый.
31. Проявляю излишнюю готовность к подчинению.
36. Зависимый, несамостоятельный.
41. Излишне снисходителен.
46. Способен поступиться своими интересами ради других людей.
151. Бывают такие мысли, когда не хотел бы, чтобы о них знали другие люди.
2. Пользуюсь доверием со стороны коллег по работе.
7. Отличаюсь большой работоспособностью.
12. Начальственно-повелительный.
17. Расчетливый, забочусь только о себе.
22. Крайне строгий, резкий.
27. Обидчивый, излишне принципиальный.
32. Робкий.
37. Склонен к слепому подражанию.
42. Нетребовательный.
47. Слишком снисходителен к окружающим.
158. Полностью свободен от всяких предрассудков.
3. Способствую продвижению своих товарищей (коллег).
8. Умею держать слово.
13. Произвожу впечатление значительности.
18. Ревнивый к успехам других.
23. В основном критичен к другим.
28. Мстительный.
33. Стыдливый.
38. Навязчивый.
43. Часто уступаю общественному мнению.
48. Склонен прощать все.
4. Поддерживаю дух сотрудничества.
9. Всегда отвечаю за свои решения.
14. Способен проявить высокомерие.
19. Эгоистически практичен, деловит.
24. Нетерпим к ошибкам других.
29. Не терплю, чтобы мною командовали.
34. Застенчивый.
39. Предоставляю право другим вместо себя принимать решения.
44. Нестрогий.
49. Порчу людей чрезмерной добротой.
154. За всю жизнь не сделал ни одного плохого поступка.
5. В случае необходимости способен воспитать себе заместителя.
10. Способен действовать с некоторым риском, не ожидая указаний.
15. Способен подчинять, попирая волю других.
20. Себялюбивый.
25. Язвительный, насмешливый.
30. Действую по прихоти и произволу.
35. Стеснительный.

40. Люблю прибегать к помощи других.
45. Чересчур считаюсь с мнением окружающих.
50. Переполнен чрезмерным сочувствием.
155. Иногда смеюсь при нескромных шутках.
51. Способен создавать вокруг себя благоприятный психологический климат.
56. Реалистически оцениваю других.
61. Властный.
66. Ответственный, добросовестный.
71. Безоговорочный, не допускаю отклонений.
76. Противодействую любому влиянию.
81. Кроткий.
86. Люблю поплакаться.
91. Всегда любезен в обращении.
96. Люблю заботиться о других.
52. Идеино убежден.
57. Отличаюсь точностью и организованностью ума.
62. Ожидаю восхищения и почтения от каждого.
67. Обязательный (выполняющий непременно и точно).
72. Раздражительный.
77. Недоверчивый, подозрительный.
82. Тихий.
87. Ищу опеки сильных лиц.
92. Общительный и уживчивый.
97. Бескорыстный, щедрый.
157. Бывает, что передаю слухи.
53. Преимущественно честный и правдивый.
58. Умею контролировать работу других.
63. Люблю ответственность.
68. Стремлюсь проявлять личную инициативу.
73. Бесчувственный, равнодушный.
78. На меня трудно произвести впечатление.
83. Смирный.
88. Охотно принимаю советы.
93. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи.
98. Стараюсь утешить каждого.
152. Не было случая, чтобы нарушил обещания.
54. Порядочен во всех отношениях.
59. Стремлюсь к повышению своих деловых и организаторских качеств.
64. Иногда пробуждается желание командовать, повелевать другими.
69. Способен убедить в правильности своих решений.
74. Резкий, грубоватый.
79. Часто разочаровываюсь.
84. Незлобивый.
89. Ищу одобрения.
94. Чуткий, внимательный.
99. Расположен ко всем.
159. Бывает, что говорю о вещах, в которых не совсем разбираюсь.
55. Придерживаюсь твердых принципов.
60. Сознательно и надежно выполняю свою работу.
65. Обладаю талантом организатора.
70. Требовательный и критичный к себе.
75. Способен быть суровым.

80. Склонен думать, что меня часто притесняют.
85. Покорный.
90. Мягкий, колеблющийся.
95. Деликатный.
100. Забочусь о других в ущерб себе.
160. Всегда и во всем согласен с решением руководителей.
101. Обладаю высоким культурным уровнем.
106. Повышаю свою деловую квалификацию.
111. Люблю быть во главе.
116. Обладаю чувством достоинства.
121. Склонен к дерзким ответам.
126. Прибегаю к упорству.
131. Критичен преимущественно по отношению к себе.
136. Склонен почитать авторитеты.
141. Проявляю чувство меры и такта во взаимоотношениях.
146. Добрый, вселяющий уверенность.
102. Обладаю широким кругозором.
107. Способен в большинстве случаев принять верное решение.
112. Стремлюсь к успеху.
117. Люблю соревноваться.
122. Строгий, но справедливый.
127. Несговорчивый.
132. Склонен к самобичеванию.
137. Почти никогда и никому не возражаю.
142. Умею расположить к себе.
147. Отзывчивый к призывам о помощи.
103. Общественно активен.
108. Дисциплинирован.
113. Стремлюсь распоряжаться другими.
118. Стремлюсь к известности.
123. Умею настоять на своем.
128. Упрямый.
133. Склонен чаще соглашаться.
138. Склонен ждать указаний.
143. Гибкий, умеющий приноровиться к обстоятельствам.
148. Ко всем проявляю симпатию.
104. Стремлюсь к самосовершенствованию.
109. Способен принять новое.
114. Люблю давать советы.
119. Независимый, надеющийся на себя.
124. Открытый и прямолинейный.
129. Стремлюсь добиться своего, иногда вопреки необходимости.
134. Уступчивый.
139. Люблю, чтобы меня опекали.
144. Способен в тактичной форме потребовать исполнения задачи.
149. Великодушен и терпим к недостаткам других.
156. Всегда высказываюсь в духе общепринятого, даже если знаю, что сказанное никогда не будет раскрыто.
105. Способен мобилизовать и направить совместные усилия людей на достижение общих целей коллектива.
110. Хотел бы, чтобы мой сын или дочь работали под руководством такого человека, как я.

- 115. Умею распоряжаться, приказывать.
- 120. Уверен в себе, напорист.
- 125. Категоричен, повелителен.
- 130. Проникнут духом противоречия.
- 135. Мягкотелый.
- 140. Послушный.
- 145. Прост и естествен в общении.
- 150. Нежный и мягкосердечный.
- 153. Случалось, что опаздывал на свидание или на работу.

Опросник К.Юнга на тип личности

1. Что вы предпочитаете?
а) немного близких друзей;
б) большую товарищескую компанию.
2. Какие книги вы предпочитаете читать?
а) с занимательным сюжетом;
б) с описанием переживаний героев;
3. Что вы скорее можете допустить в разговоре?
а) опоздание;
б) ошибки.
4. Если вы совершаете дурной поступок, то:
а) остро переживаете;
б) острых переживаний нет.
5. Как вы сходитесь с людьми?
а) быстро, легко;
б) медленно, осторожно.
6. Считаете ли вы себя обидчивым?
а) да;
б) нет.
7. Склонны ли вы хохотать, смеяться от души?
а) да;
б) нет.
8. Считаете ли вы себя?
а) молчаливым;
б) разговорчивым.
9. Откровенны ли вы или скрытны?
а) откровенен;
б) скрытен.
10. Любите ли вы заниматься анализом своих переживаний?
а) да;
б) нет.
11. Находясь в обществе, вы предпочитаете:
а) говорить;
б) слушать.
12. Часто ли вы переживаете недовольство собой?
а) да;
б) нет.
13. Любите ли вы что-нибудь организовывать?
а) да;
б) нет.
14. Хотелось бы вам вести интимный дневник?
а) да;
б) нет.
15. Быстро ли вы переходите от решения к исполнению?
а) да;
б) нет.
16. Легко ли вы меняете ваше настроение?
а) да;
б) нет.
17. Любите ли вы убеждать других, навязывать свои взгляды?
а) да;
б) нет.
18. Ваши движения:
а) быстры;
б) замедленны.
19. Вы сильно беспокоитесь о возможных неприятностях:
а) часто;
б) редко.
20. В затруднительных случаях:
а) спешите обратиться за помощью к другим;
б) не любите обращаться.

Вопросы теста на определение стрессоустойчивости личности

1. Я думаю, что меня недооценивают в коллективе
2. Я стараюсь работать, учиться, даже если бываю не совсем здоров
3. Я переживаю за качество своей работы
4. Я бываю, настроен агрессивно
5. Я не терплю критики в свой адрес
6. Я бываю раздражителен
7. Я стараюсь быть лидером там, где это возможно
8. Меня считают человеком настойчивым и напористым
9. Я страдаю бессонницей
10. Своим недругам я могу дать отпор
11. Я эмоционально и болезненно переживаю неприятность
12. У меня не хватает времени на отдых
13. У меня возникают конфликтные ситуации
14. Мне не хватает власти, чтобы реализовать себя
15. У меня не хватает времени, чтобы заняться любимым делом
16. Я все делаю быстро
17. Испытываю страх, что не поступлю в техникум
18. Я действую сгоряча, а затем переживаю за свои дела и поступки

Опросник В.Ф. Ряховского

1. Вам предстоит ординарная или деловая встреча. Выбивает ли Вас ее ожидание из колеи?
2. Вызывает ли у вас смущение 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 ни была (в магазине, библиотеке, кассе кинотеатра). Предпочитаете ли Вы отказаться от своего намерения или встанете в хвост и будет томиться в ожидании?
12. Боитесь 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 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 свою точку зрения (мнение, оценку) в письменной форме, чем в устной?