

ТЕСТ

«Чи являєшся ти «капітаном» свого життя?» (для учнів дев'ятого класу та випускників школи)

Мета: оцінити рівень визначеності учнів у подальшому житті, рівень впевненості в своїх силах (так - «+», ні - «-», не знаю - «0»)

1. Я завжди відчуваю особисту відповідальність за все, що трапляється в моєму житті.
2. В моєму житті не було б стільки проблем, якби деякі люди змінили своє ставлення до мене.
3. Я надаю перевагу діям, а не роздумам про причини своїх невдач.
4. Інколи мені здається, що я народився якимось нещасливим.
5. Я вважаю, що алкоголіки самі винні в своїх хворобах.
6. Інколи я думаю, що за багато що в моєму житті відповідальні ті люди, під впливом яких я став таким, який я є.
7. Якщо я простудився, я стараюсь не пити ніякі ліки.
8. В тому що дівчатка (хлопчики) мають поганий характер винні не вони самі, а інші люди.
9. Будь-яку проблему можна вирішити, і я не розумію людей, у яких завжди виникають якісь життєві труднощі.
10. Я люблю допомагати людям, тому що відчуваю вдячність за те, що інші зробили для мене якщо трапляється конфлікт, то, роздумуючи про те, хто в ньому винен, я, зазвичай, починаю з себе.
11. Якщо чорна кішка перейде мені дорогу, я, в основному, переходжу на другу сторону вулиці.
12. Я впевнений, що кожна людина, незалежно від обставин повинна бути сильною і самостійною.
13. Я знаю свої недоліки, але хочу, щоб оточуючі ставились до них поблажливо.
14. За звичай, я мирюсь із ситуацією, вплинуть на яку я не в змозі.

Опрацювання тесту :

За кожен «+» на вислови з номерами 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 постав собі по 10 балів

За кожен «-» на вислови з номерами 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15, також поставте собі по 10 балів

За кожен «0» - по 5 балів.

Підрахуйте загальну кількість балів!

РЕЗУЛЬТАТИ :

100 – 150 балів - ти капітан свого життя. Ти відчуваєш відповідальність за все, що з тобою відбувається, багато береш на себе - долаєш труднощі, не перебільшуючи їх і роблячи із цього особливих проблем. Що ти при цьому відчуваєш і що відбувається в твоїй душі - для всіх, хто тебе оточує, загадка.

50-99 балів – ти із задоволенням буваєш керманичем на власному життєвому кораблі.

Якщо це необхідно, ти можеш передати штурвал у надійні руки. Оцінюючи власні труднощі, ти не помиляєшся. Гнучкість, розсудливість, чутливість – твої союзники. Бувають ситуації, які не зачіпають і за які ти не несеш відповідальності, але, якщо це потрібно, ти все таки береш відповідальність на себе. Ти умієш жити в гармонії з іншими людьми.

До 49 балів – ти часто буваєш «пасажиром» власного життя. Ти легко погоджуєшся з думкою більшості, маєш деяку схильність підкорятися зовнішнім силам, кажучи: «Це

доля, так склались обставини». В своїх проблемах ти звинувачуєш кого завгодно, весь білий світ, але тільки не себе. І все ж таки, ти вмієш мирно співіснувати, не турбуючись, які люди тебе оточують і як вони відносяться до тебе.