

ТЕСТЫ



ТВОЙ ХАРАКТЕР * ЛЮБИТ-НЕ ЛЮБИТ * СЕМЬЯ *
НАШИ ДЕТИ * ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Что может быть интереснее для человека, чем он сам? «Познавая себя, ты познаешь мир», - утверждали древние философы. Но это сделать совсем непросто. Разве можно предугадать, как поведет себя человек в определенной ситуации, как он относится к тому или иному вопросу, легко ли он вольется в новый коллектив, хороший ли будет из него супруг? Конечно же, нельзя, но дать довольно-таки точный прогноз можно. Вы спросите как? Ответ прост –с помощью тестов, оценивающих психоэмоциональный уровень человека.

Тесты пришли к нам с Запада, где они уже завоевали должную популярность. В каждом солидном учреждении, будь то детский сад, школа, маленькая фирма или концерн-гигант, есть штатный психолог. Его работа заключается в тестировании кандидата, составлении его психологического портрета, подборе сотрудников по принципу психологической совместимости, решении производственно-личностных конфликтов в коллективе. Тут и приходят на помощь тесты. Ведь, несмотря на то, что каждый из нас индивидуален, существует множество признаков, по которым людей можно разделить на группы с некоторыми общими свойствами –например, интроверты и экстраверты; холерики, сангвиники, меланхолики, флегматики и т.д. Люди, принадлежащие к одной подгруппе, будут идентично реагировать на определенную ситуацию. Для того чтобы понять, что от кого можно ожидать, и существуют тесты. Без них трудно обойтись тем, кто работает с людьми –адвокатам, менеджерам, руководителям всех рангов.

В нашем издании мы предлагаем вам тесты, нацеленные на познание самого себя, взаимоотношений с окружающими людьми, которые в игровой форме помогут вам «выявить» скрытые от вас же проблемы. Тесты разбиты по тематическим разделам - «КАКОЙ У ТЕБЯ ХАРАКТЕР» (тесты, открывающие различные грани личности человека), «ТАКАЯ РАЗНАЯ ЛЮБОВЬ», «СЕМЬЯ КАК НА ЛАДОНИ» (любовные и семейные отношения), «МЫ И НАШИ ДЕТИ» (раскрытие личности ребенка, ваши взаимоотношения), «САМ СЕБЕ ПСИХОЛОГ» (оригинальные и веселые тесты, позволяющие дать характеристику человека по его неосознанному поведению).

Одних они заставят над чем-то задуматься, поразмыслить, других, возможно, предостерегут от поспешных выводов, ну, а третьих, как знать, спасут от опрометчивых поступков. Но если этого и не случится, не беда, ведь тест - не теорема с вескими доказательствами, а всего лишь увлекательная игра. Правда, с достаточно серьезным намеком... Тесты не дают готовых ответов на все вопросы, волнующие вас. Они как пища для размышлений и последующих выводов. Они также являются как бы начальной, отправной точкой на пути самопознания и самосовершенствования. Ведь трезво оценив свои достоинства и недостатки, мы сможем развивать первые и попытаться избавиться от вторых. К тому же, результаты одного теста не являются 100%-ным показателем, поэтому если результаты вас огорчили, не расстраивайтесь - вполне возможно, вы довольно сложная, многогранная (а, следовательно, интересная) личность, для оценки которой требуется целая серия профессиональных тестов.

КАКОВ ВАШ ХАРАКТЕР?

Возьмите лист бумаги, затем, отвечая на поставленные вопросы, сверяйтесь по шкале оценки ответов о числе очков и записывайте их. После ответов на все вопросы по сумме набранных баллов вы узнаете, к какой из четырех групп, перечисленных в конце теста, вы можете себя отнести.

1. Часто ли вы задумываетесь над тем, какое влияние оказывают ваши поступки на окружающих:
 - а) очень редко;
 - б) редко;
 - в) достаточно часто;
 - г) очень часто?
2. Случается ли вам говорить что-либо такое, во что вы сами не верите, - из-за упрямства, наперекор другим либо из «престижных» соображений? (Да, нет).
3. Какие из нижеперечисленных качеств вы более всего цените в людях:
 - а) настойчивость;
 - б) широту мышления;
 - в) эффективность, умение «показать себя»?
4. Имеете ли вы склонность к педантизму? (Да, нет).
5. Быстро ли забываете о неприятностях, которые случаются с вами? (Да, нет).
6. Любите ли анализировать свои поступки? (Да, нет).
7. Находясь в кругу лиц, хорошо вам известных:
 - а) стараетесь сохранить тон, принятый в этом кругу;
 - б) остаетесь самим собой?
8. Приступая к трудному заданию, стараетесь ли не думать об ожидающих вас трудностях? (Да, нет).
9. Какое из перечисленных ниже определений, по вашему мнению, более всего подходит вам:
 - а) мечтатель;
 - б) «рубаха-парень»;
 - в) усерден в труде;
 - г) пунктуален, аккуратен;
 - д) «философ» в широком смысле этого слова;
 - е) суетный человек?
10. При обсуждении того или иного вопроса:
 - а) высказываете свою точку зрения, хотя, быть может, она отличается от мнения большинства;
 - б) считаете, что в данной ситуации лучше промолчать, хотя и имеете иную точку зрения;
 - в) поддерживаете большинство, оставаясь при своем мнении;
 - г) не утруждаете себя раздумьями и принимаете точку зрения, которая преобладает?
11. Какое чувство вызывает у вас неожиданный вызов к руководителю:
 - а) раздражение;
 - б) тревогу;
 - в) озабоченность;
 - г) равнодушие?

12. Если в пылу полемики ваш оппонент «сорвется» и допустит личный выпад против вас, как вы поступите:
 - а) ответите ему в том же тоне;
 - б) проигнорируете этот факт;
 - в) демонстративно оскорбитесь;
 - г) предложите сделать перерыв?
13. Если ваша работа забракована, это вызовет у вас:
 - а) досаду;
 - б) стыд;
 - в) гнев?
14. Если вы попадаете впросак, кого вините в первую очередь:
 - а) себя самого;
 - б) «фатальное невезение»;
 - в) прочие «объективные обстоятельства»?
15. Не кажется ли вам, что окружающие - будь то руководители, коллеги или подчиненные - недооценивают ваши способности и знания? (Да, нет).
16. Если ваши друзья или коллеги начинают над вами подтрунивать, то вы:
 - а) злитесь на них;
 - б) стараетесь ретироваться;
 - в) не раздражаясь, начинаете подыгрывать им;
 - г) отвечаете смехом и, как говорится, «ноль внимания»;
 - д) делаете безразличный вид и даже улыбаетесь, но в душе негодуете?
17. Если вы спешите и вдруг на обычном месте не находите свой портфель (зонт, перчатки и т.п.), то вы:
 - а) будете продолжать поиск молча;
 - б) будете искать, обвиняя своих домашних в беспорядке;
 - в) уйдете без нужной вам вещи?
18. Что скорее всего выведет вас из равновесия:
 - а) длинная очередь в приемной;
 - б) толчея в общественном транспорте;
 - в) необходимость приходиться в определенное место несколько раз по одному и тому же вопросу?
19. Закончив спор, продолжаете ли вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения? (Да, нет).
20. Если для выполнения срочной работы вам представится возможность выбрать себе помощника, кого из возможных кандидатов вы выберете:
 - а) человека исполнительного, но безынициативного;
 - б) человека знающего, но упрямого и спорщика;
 - в) человека одаренного, но с ленцой?

Ключ к тесту

- | | | |
|-----------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| 1. а-0, б-1, в-2, г-3 | 8. Да-0, нет-2 | 14. а-2, б-0, в-0 |
| 2. Да-0, нет-0 | 9. а-0, б-1, в-3, г-2, д-2, е-0 | 15. Да-0, нет-2 |
| 3. а-1, б-1, в-0 | 10. а-2, б-0, в-0, г-0 | 16. а-0, б-1, в-2, г-0, д-0 |
| 4. Да-2, нет-0 | И. а-0, б-1, в-2, г-0 | 17. а-2, б-0, в-1 |
| 5. Да-0, нет-2 | 12. а-0, б-2, в-1, г-3 | 18. а-1, б-0, в-2 |
| 6. Да-2, нет-0 | 13. а-2, б-1, в-0 | 19. Да-0, нет-2 |
| 7. а-2, б-0 | | 20. а-0, б-1, в-2 |

Если вы набрали меньше 15 баллов - увы, человек вы слабохарактерный, неуравновешенный и, пожалуй, беззаботный. В случающихся с вами неприятностях готовы винить кого угодно, кроме себя. И в дружбе, и в работе на вас трудно положиться (задумайтесь над этим!);

от 15 до 25 баллов. У вас достаточно твердый характер. Вы обладаете реалистическими взглядами на жизнь, но не все ваши поступки равноценны. Бывают у вас и срывы, и заблуждения. Вы добросовестны и вполне терпимы в коллективе. И все же вам есть еще над чем подумать, чтобы избавиться от некоторых недостатков;

от 26 до 38 баллов. Вы принадлежите к числу людей настойчивых и обладающих достаточным чувством ответственности. Цените свои суждения, но и считаетесь с мнением других. Правильно ориентируетесь в возникающих ситуациях и в большинстве случаев умеете выбрать правильное решение. Это говорит о наличии у вас черт сильного характера. Избегайте только самолюбования и всегда помните: сильный - это не значит жестокий;

свыше 38 баллов. Простите, но мы ничего вам не можем сказать. Почему? Потому что просто не верится, что есть люди с таким идеальным характером. А может быть, это результат не совсем объективной оценки своих поступков и поведения?

КТО ВЫ - КАПИТАН? РУЛЕВОЙ? ПАССАЖИР?

Характер человека, как известно, проявляется в поступках, в отношении к людям, в выборе, который каждый из нас делает в той или иной ситуации. Если вы хотите лучше узнать себя, проставьте около каждого из 15 предлагаемых вариантов ответов: «да», «нет», «не знаю».

1. Я всегда чувствую ответственность за все, что происходит в моей жизни.
2. В моей жизни не было бы столько проблем, если бы некоторые люди изменили свое отношение ко мне.
3. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач.
4. Иногда мне кажется, что я родился (родилась) под «несчастливой звездой».
5. Я считаю, что алкоголики сами виноваты в своей болезни.
6. Иногда я думаю, что за многое в моей жизни ответственны те люди, под влиянием которых я стал (стала) таким (такой), как я есть.
7. Если я простужаюсь, предпочитаю лечиться самостоятельно, а не вызывать врача.
8. Я считаю, что во вздорности и агрессивности, которые так раздражают в женщине, чаще всего виноваты другие люди.
9. Считаю, что любую проблему можно решить, и не очень понимаю тех, у кого вечно возникают какие-то жизненные трудности.
10. Я люблю помогать людям, потому что чувствую благодарность за то, что другие сделали для меня.
11. Если происходит конфликт, то, размышляя, кто в нем виноват, я обычно начинаю с (самого, самой) себя.
12. Если черная кошка перейдет мне дорогу, я перехожу на другую сторону улицы.
13. Я считаю, что каждый человек независимо от обстоятельств должен быть сильным и самостоятельным.
14. Я знаю свои недостатки, но хочу, чтобы окружающие относились к ним снисходительно.

15. Обычно я мирюсь с ситуацией, повлиять на которую не в состоянии.

Подведем итоги. За каждый ответ «да» на вопросы 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13 и ответ «нет» на вопросы 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 15 поставьте себе по 10 баллов. За ответы «не знаю» - по 5 баллов. Подсчитайте общее количество баллов.

100 – 150 баллов. Вы капитан собственной жизни, чувствуете ответственность за все, что с вами происходит, многое берете на себя, преодолеваете трудности, не преувеличивая их, не возводя в ранг жизненных проблем. Вы видите перед собой задачу и думаете над тем, как ее можно решить. Что при этом вы чувствуете, что происходит в вашей душе — для окружающих загадка.

50 - 99 баллов. Вы охотно бываете рулевым, но можете, если это необходимо, передавать штурвал в верные руки. При оценке причин собственных трудностей вы вполне реалистичны. Гибкость, рассудительность и чуткость всегда бывают вашими союзниками. Случаются ситуации, которые никак вас не касаются, вы не несете за них никакой ответственности и тем не менее, если это требуется, все-таки берете ответственность на себя. И вы обычно знаете, когда это нужно сделать. Вы умеете жить в добром согласии с другими людьми, не нарушая внутреннего согласия с самим собой.

До 49 баллов. Вы часто бываете пассажиром в своей жизни, легко подчиняетесь внешним силам, говоря: так сложились обстоятельства, судьба и т.п. В своих трудностях вы обвиняете кого угодно, но только не себя. Настоящая независимость кажется вам недостижимой. Но вы умеете мирно сосуществовать с другими.

ДОВОЛЬНЫ ЛИ ВЫ СОБОЙ?

Попробуйте, ответив на вопросы этого теста, разобраться, насколько вы подвержены комплексу неполноценности и неудовлетворенности самим собой.

1. Мечтаете ли вы родиться заново и начать жизнь с начала?
2. Есть ли у вас хобби?
3. Когда у вас что-то не ладится, способны ли вы сказать: «Такое может случиться только со мной»?
4. Радуетесь ли вы, узнав о том, что кто-то вам завидует?
5. Страдает ли ваше самолюбие, если кто-то отзовется о вас, как о скучном, несимпатичном человеке?
6. Находите ли вы какое-либо утешение, узнав о том, что что с вашим знакомым произошли те же неприятности, что и с вами?
7. Переживаете ли вы, убеждаясь, что какое-либо дело идет гораздо лучше без вашего участия?
8. Часто ли к вам приходит желание выиграть большую сумму в лотерею?
9. Учащается ли ваш пульс, когда вы узнаете о том, что ваши родственники или друзья сделали дорогую покупку?
10. Любите ли высказываться в присутствии большого количества слушателей?

Ключ к тесту

| № вопроса | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Да | 4 | 18 | 6 | 16 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 16 |
| Нет | 16 | 5 | 12 | 2 | 12 | 16 | 16 | 20 | 20 | 3 |

Подсчитав количество набранных баллов, расшифруйте полученную сумму.

Более 120 баллов. Вы исключительно довольны самим собой. Думается, однако, что вам изрядно не хватает самокритичности, способности к реальной самооценке. Попытайтесь разобраться и оценить это обстоятельство с помощью друзей и близких.

От 60 до 120. Вы в достаточной степени уверены в своих силах, однако избавлены от крайнего самодовольства и самовлюбленности.

Менее 60. Вы себе не нравитесь. Возьмите себя в руки и наберитесь уверенности. Оглянитесь вокруг себя и поразмыслите - не исключено, что вы себя просто недооцениваете.

КТО ВЫ - ЭКСТРАВЕРТ, ИНТРАВЕРТ ИЛИ ДАЖЕ АМБАВЕРТ?

В книге швейцарского учёного Карла Г. Юнга «Психологические типы» впервые для психологической характеристики были использованы понятия «экстраверт» (буквально: «направленный вовне») и «интраверт» («направленный вовнутрь»). Экстраверты стремятся к расширению деловых контактов, использованию всех возможностей. Интраверты, напротив, контакты ограничивают, замкнуты в себе, отгораживаются от окружающих, делают впрок необходимые запасы, не допускают лишних расходов, берегут силы. Попробуйте определить, к какому психологическому типу вы принадлежите.

Вы относитесь к группе экстравертов, если:

1. В один и тот же день запросто можете посмотреть два кинофильма, концерта, пьесы и др., назначить несколько встреч и успеть только на одну-две.
2. Число ваших приятелей, знакомых с каждым днем увеличивается.
3. У вас неважное настроение, когда телевизор и радиоприемник неисправны. Вы чувствуете себя одиноким и оторванным от мира, если телефон отключен.
4. Вы легко запоминаете лица, случаи, биографии, но труднее формулы и чужие высказывания.
5. Вы любите поесть, повеселиться в компании. Избегаете одиночества. Вы относитесь к категории жизнерадостных людей и ищете контакта с себе подобными, избегаете замкнутых людей.
6. Любите имитировать других, рассказывать анекдоты, веселые истории. У вас легкий характер.
7. Любите говорить речи, тосты. В компании любите быть на виду.
8. Знаете, где, когда и что делать.
9. Быстро входите в контакт с незнакомыми людьми и легко ориентируетесь в новой обстановке, без особых затруднений выходите из сложных ситуаций.
10. Быстро принимаете решения, способны на риск, хотя он не всегда оправдан. Командировки для вас - развлечение, и вы их принимаете с радостью.
11. В каждой конкретной ситуации оцениваете, что лучше предпринять, и поступаете в зависимости от обстоятельств.
12. У вас всегда много планов, заданий, проблем и идей, но вы в состоянии осуществить только часть из них.
13. Вы не понимаете и не сочувствуете людям, которые непрестанно жалуются на свое здоровье.
14. Вас интересует, какое впечатление вы производите на окружающих.

Вы относитесь к группе интравертов, если:

1. Даже незначительного события достаточно, чтобы вы приостановили принятие важного решения.
 2. Иногда одного большого мероприятия для вас достаточно на целый месяц.
 3. Часто вами овладевают воспоминания.
 4. У вас друзей немного. Вы трудно сближаетесь с людьми.
 5. Вы лучше запоминаете основную идею, чем подробности.
 6. Вы предпочитаете иметь дело с меньшим, но отреферированным объемом информации, чем со всем потоком сообщений.
 7. Вы не любите суеты, громкой музыки, шумных компаний.
 8. У вас немного вещей, но они образуют с вами единое целое.
 9. Вы любите фотографироваться.
 10. Любите есть в одиночку. Вы чувствуете себя более свободно и непринужденно в домашней обстановке. Избегаете незнакомых компаний.
 11. Трудно приспосабливаетесь к новой обстановке, коллективу, ситуации.
 12. Вы принципиальный человек и стараетесь строго следовать своим принципам.
 13. Вы внимательно следите за своим здоровьем, считаете, что лучше лишний раз принять профилактическое лекарство, чем потом лечить болезнь.
 14. Вам частенько говорят, что нужно проще смотреть на некоторые вещи.
- Подсчитав положительные ответы, вы сможете определить, к какому психологическому типу больше склонны. Если признаков «экстра» и «интра» окажется поровну, то вы - амбаверт, каковым типом является большинство из людей.

СИЛЬНЫЙ ЛИ У ВАС ХАРАКТЕР?

Болгарский тест предлагает читателям ответить на несколько вопросов: как вы поступили бы в той или иной ситуации? Каждый ответ оценивается определенным количеством очков, в зависимости от которого вы сможете определить свой характер... Вряд ли надо воспринимать это всерьез, но ведь в любой шутке есть доля истины...

1. **В день рождения вы получили подарок - вазу для цветов. Она вам не нравится. Что вы сделаете?**
 - а) подарите другому - 2;
 - б) дадите понять гостю, принесшему подарок, что он мог бы выбрать и лучше - 6;
 - в) уберете подальше, чтобы не видеть - 10.
2. **Почтальон по ошибке опустил в ваш ящик открытку с адресом соседа. Как поступите?**
 - а) прочтете открытку и лишь после этого отдадите адресату - 6;
 - б) сразу же опустите в ящик соседу - 10;
 - в) выбросите как ненужную - 2.
3. **Вам предложили работу - малоинтересную, но хорошо оплачиваемую. Примете ли вы предложение?**
 - а) нет; вы считаете, что это не самый лучший вариант - 10;
 - б) соглашаетесь, но убеждены, что могли бы рассчитывать на большее - 2;
 - в) соглашаетесь, не раздумывая - 6.

4. В компании рассказывают случай, который вам уже известен.
- вновь внимательно выслушиваете его – 10;
 - сделаете ироническое замечание: «А, это мы давно знаем...» – 6;
 - прервете рассказчика и начнете рассказывать сами – 2.
5. Случайно вы нашли способ, как разговаривать по телефону-автомату без монеты. Что вы сделаете?
- сообщите на телефонную станцию – 10;
 - сохраните это в тайне – 2;
 - расскажете близким приятелям – 6.
6. В парке мальчишки мучают птичку с перебитым крылом. Как вы прореагируете на это?
- прогоните мальчишек – 6;
 - постараетесь помочь птице – 10;
 - не обращая внимания, продолжите путь – 2.

Подсчитаемочки

50 и более очков: вы чрезвычайно терпимы. Говорят, у вас открытое сердце. Вы способны подружиться с каждым. Правда, иногда вам не хватает принципиальности. Вы это понимаете, но не находите достаточно сил, чтобы быть критичным к окружающим и к себе.

30 – 49 очков: вы убеждены, что обладаете максимумом добродетелей, прилагаете много усилий, чтобы убедить в этом и своих друзей.

18–29 очков: ваше поведение меняется в зависимости от обстановки, в которой вы находитесь. Иногда вы внимательны, иногда мелочны и подозрительны.

17 и менее очков: про вас говорят, что вы педант, а ещё чаще – и эгоист. Вы беспринципны, недоверчивы к людям. И все же, если отдадите себе отчет в своих недостатках, не отчаивайтесь: их еще можно исправить.

РЕШИТЕЛЬНЫ ЛИ ВЫ?

Не все из нас одинаково подходят к принятию решения. Если одни действуют без долгих раздумий, как говорится, рубят с плеча, то другие руководствуются правилом «семь раз отмерь – один отрежь». Что лучше? Видимо, должна быть «золотая середина», но как ее найти? А что вы можете в этой связи сказать о себе? Является ли решительность сильной стороной вашего характера? Скоропалительны ли ваши решения? Или, наоборот, вы нерешительны? Найдите ответ на эти вопросы, надеемся, вам поможет этот тест.

Ответьте «да» или «нет» на следующие вопросы:

- Сможете ли вы легко приспособиться на старом месте работы к новым правилам, новому стилю, существенно отличающимся от привычных вам?
- Быстро ли адаптируетесь в новом коллективе?
- Способны ли высказать свое мнение публично, даже если знаете, что оно противоречит точке зрения вышестоящего руководства?
- Если вам предложат должность с более высоким окладом в другом учреждении, согласитесь ли вы без колебаний перейти на новую работу?
- Склонны ли вы отрицать свою вину в допущенной ошибке и отыскивать подходящую для данного случая отговорку?

- Объясняете ли вы обычно причину своего отказа от чего-либо истинными мотивами, не прикрывая их разными «смягчающими» и камуфлирующими причинами и обстоятельствами?
- Сможете ли вы изменить свой прежний взгляд по тому или иному вопросу в результате серьезной дискуссии?
- Вы читаете чью-то работу (по долгу службы или по просьбе), мысль ее верна, но стиль изложения вам не нравится – вы бы написали иначе. Станете ли править текст и настойчиво предлагать изменить его в соответствии с вашим мнением?
- Если увидите в витрине вещь, которая вам очень нравится, купите ли ее, если даже эта вещь не так уж и необходима?
- Можете ли изменить свое решение под влиянием обаятельного человека?
- Планируете ли заранее свой отпуск?
- Всегда ли выполняете данные вами обещания?

Ключ к тесту

| Вопрос | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| «Да» | 3 | 4 | 3 | 2 | 0 | 3 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1 | 2 |
| «Нет» | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 2 | 3 | 0 | 0 |

От 0 до 9 баллов. Вы очень нерешительны. Постоянно и по любому поводу долго и мучительно взвешиваете все «за» и «против». Если удастся переложить принятие решения на плечи другого, чувствуете огромное облегчение. Прежде чем решиться на какой-то шаг, долго советуетесь и... часто принимаете половинчатое решение. На собраниях и совещаниях предпочитаете отмалчиваться, хотя в кулуарах обретаєте смелость и красноречие. Но не пытаетесь оправдать все тем, что это ваша «прирожденная» осмотрительность. Нет, чаще всего это трусость. С вами сложно жить и работать. И пусть вы обладаете знаниями, эрудицией, опытом, такая черта характера, как нерешительность, намного снижает ваш «коэффициент полезности». На вас трудно положиться, вы можете и подвести. Конечно, перековать характер непросто, но можно. Начните дело. В конце концов, рискните принять решение по собственному разумению – оно не подведет вас.

От 10 до 18 баллов. Вы принимаете решения осторожно, но не пасуете перед серьезными проблемами, которые нужно решить сию минуту. Колеблетесь обычно тогда, когда для решения у вас есть достаточно времени. Вот тогда вас начинают одолевать разные сомнения, появляется соблазн все «утрасти», «согласовать» с вышестоящими руководителями, хотя вопрос этот – вашего уровня. Больше полагайтесь на свой опыт, он подскажет вам, как правильно решить дело. В конце концов, посоветуйтесь с кем-нибудь из коллег, своих подчиненных (но для того, чтобы проверить себя).

От 19 до 28 баллов. Вы достаточно решительны. Ваша логика, последовательность, с которой вы подходите к изучению проблемы, и главное – опыт, помогают вам решать вопросы быстро и большей частью правильно. Полагаясь на себя, вы не игнорируете советов других, хотя и прибегаете к ним не так уж часто. Принятые решения отстаиваете до конца, но если выявится их ошибочность, не продолжаете упрямо отстаивать «честь мундира». Все это хорошо. Но старайтесь всегда оставаться объективным. Не считайте зазорным консультироваться по тем вопросам, в которых вы недостаточно компетентны.

От 29 баллов и выше. Нерешительность — неведомое для вас понятие. Вы считаете себя компетентным во всех аспектах вашей деятельности и не считаете нужным выяснять чье-то мнение. Единоначалие понимаете как право на единоличные решения, критические замечания по их поводу вызывают у вас раздражение, которое вы даже не пытаетесь порой скрыть. Вам импонирует, когда вас называют человеком решительным и волевым, хотя воля — это вовсе не то, о чем было сказано в ваш адрес выше. Чтобы утвердиться в таком мнении у окружающих, бывает, отвергаете разумные предложения других. Ошибки переживаете болезненно, глубоко веря, что в них виноват кто-то другой, но не вы. Вера в непогрешимость своих мнений — серьезный недостаток. Такая черта характера, такой метод работы подавляет инициативу подчиненных, их стремление к самостоятельным действиям, воспитывает в них нерешительность. Все это наносит серьезный ущерб психологическому климату коллектива, мешает работать. Вам нужно неотложно менять стиль своей работы!

НАСКОЛЬКО ВЫ ОПТИМИСТИЧНЫ?

Этот тест составлен группой американских психологов и социологов. Вопросы его совсем просты, а результаты, которые вы получите, достоверны. Эти результаты составляют целую шкалу: начиная с болезненного пессимизма и кончая безграничным оптимизмом.

1. Ваши сны:

- а) кошмарны;
- б) туманны, неясны;
- в) приятны;
- г) эротичны.

2. О чем вы думаете утром, только что проснувшись:

- а) какая будет погода;
- б) о работе, которую любите;
- в) о работе, которая вам не нравится;
- г) о любимом человеке;
- д) о человеке, который вам неприятен.

3. Как вы обычно завтракаете:

- а) выделяете необходимое время, сервируете стол;
- б) во время завтрака ворчите, что не выспались;
- в) любите поговорить;
- г) часто опаздываете и потому спешите.

4. Когда вы читаете газету, то на чем прежде всего останавливаете внимание:

- а) на политических и экономических новостях;
- б) на материалах о спорте;
- в) на статьях о культуре.

5. Как вы реагируете, прочитав о каком-то ЧП, преступлении, скандале:

- а) вам безразлично;
- б) беспокоитесь, чтобы такое же не случилось с вами;
- в) возмущаетесь, что органы правосудия не могут навести порядок;
- г) понимаете, что и такие вещи бывают на свете.

6. Как вы ведете себя при первой встрече с незнакомым человеком:

- а) сразу же доверяетесь ему;
- б) ждете, когда он что-то спросит вас;

в) с интересом наблюдаете за ним;

г) следите за ним, но не делаете каких-либо выводов.

7. Что вы делаете, если замечаете, что кто-то разглядывает вас (в театре, в кино, на улице...):

- а) прежде всего вам кажется, что в вас есть что-то смешное;
- б) вам это даже приятно;
- в) смотрите на себя в какую-нибудь витрину, зеркало;
- г) не обращаете на это внимания, вам все равно.

8. Вы ищете какой-то адрес в незнакомом городе:

- а) предпочитаете взять такси;
- б) будете расспрашивать знакомых;
- в) попытаетесь найти сами;
- г) все время будете бояться, что не сможете найти.

9. С какими мыслями вы начинаете рабочий день:

- а) надеетесь, что он будет успешным;
- б) ждете, чтобы рабочее время быстрее прошло;
- в) на работе вам приятно поведаться, поболтать с коллегами;
- г) надеетесь, что в этот день вас не подстерегают проблемы и неприятности.

10. Вы проигрываете в какую-нибудь игру:

- а) это вас расстраивает - видимо, «для меня это плохой день»;
- б) будете играть и дальше, пока не начнете выигрывать;
- в) что игра есть игра - кто-то ведь должен проигрывать, так почему не вы;
- г) пытаетесь придумать способ выиграть.

11. Когда вы сидите за столом и вам подают небольшую порцию чего-то особенно вкусного:

- а) набрасываетесь на нее с аппетитом;
- и) боитесь, как бы вам не поправиться;
- и) съедаете ее, но с угрызением совести;
- г) боитесь, что «даст сбой» ваш желудок.

12. Когда вы ссоритесь с кем-то, кто вам симпатичен, то:

- а) боитесь, как бы не поругаться с ним окончательно;
- о) относитесь к этому спокойно, и в этом есть свой смысл;
- в) считаете, что наверняка вы быстро помиритесь и все будет в порядке;
- г) слишком «гладкие» отношения скучны.

13. Когда в ванной вы смотрите на свою фигуру:

- а) «в общем, впечатление хорошее, хотя для совершенства нет пределов»;
- б) «надо сбросить лишний вес, но для этого надо столько трудиться!»;
- в) «фигура как фигура, как у всех, ничего особенного»;
- г) сразу же решаете, что надо заняться гимнастикой.

14. Непосредственны ли вы в любви:

- а) «я полностью отдаюсь увлечению, даже кратковременному»;
- б) «ловлю себя на мысли - а приятно ли проявление моих чувств партнеру?»;
- в) «меня все время что-то угнетает постоянно насторожен, встревожен, беспокон»;
- г) «ни о чем не беспокоюсь, чувствую себя хорошо».

15. Вы прошли медицинский осмотр и пока ждете результатов:

- а) боитесь, как бы у вас не нашли чего-то серьезного;

- б) знаете, что врач вам все равно не скажет правду;
в) думаете, что раз у вас ничего нет, то чего же вам бояться;
г) думаете, что каждому лучше вовремя узнать всю правду.

16. Каждый день, общаясь с людьми, вы:

- а) держитесь приветливо или прохладно - в зависимости от обстоятельств;
б) часто чувствуете себя неловко, не знаете, как себя вести с незнакомыми людьми;
в) внимательно оцениваете, что скажут другие о вашем поведении;
г) нередко вам кажется, что вы выше других.

17. Вам предстоит длительное путешествие. Как вы готовитесь к нему:

- а) тщательно планируете;
б) не сомневаетесь, что наверняка произойдет какой-нибудь сбой;
в) все утрясается как-то само собой, поэтому к поездке вы особенно не готовитесь;
г) до самого отъезда находитесь в сильном возбуждении и только потом успокаиваетесь.

18. Какой из перечисленных цветов вы предпочитаете:

- а) красный;
б) серый;
в) зеленый;
г) синий.

19. Когда вы принимаете решение, на что рассчитываете:

- а) «все зависит от того, будет ли у меня везение, счастье, удача»;
б) «только на самого себя»;
в) «я в состоянии объективно оценить свои шансы»;
г) «обращаю внимание на предзнаменования (встречу с черной кошкой и т.д.)»;
д) «у каждого своя судьба».

20. У вас есть возможность выбора, что вы предпочитаете:

- а) получить большое наследство;
б) достичь стабильных успехов в профессии;
в) создать что-то значительное в искусстве, науке;
г) встретить большую любовь, познакомиться с хорошим другом.

Теперь подсчитайте очки по таблице:

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| а | 1 | 2 | 5 | 2 | 3 | 5 | 1 | 1 | 5 | 2 | 5 | 1 | 5 | 3 | 2 | 5 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| б | 4 | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 5 | 1 |
| г | 5 | 4 | 1 | 4 | - | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 2 | 5 | 3 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 |
| д | 1 | | | | | | | | | | | | • | | | | | | | 2 |

24 - 35 очков: вы неизлечимый, болезненный пессимист. Вам надо что-то предпринять! Так ли уж плох оптимизм?

36 - 47 очков: хотя у вас время от времени и появляются какие-то проблески оптимизма, пессимизм чаще всего берет верх. Постарайтесь порадовать себя, сделать что-то приятное самому себе.

48 - 60 очков: у вас очень трезвый взгляд на мир, но вы не можете отказаться и от пессимистических настроений.

61 — 75 очков: у вас четкие, реалистические взгляды на жизнь, обычно в любой ситуации вы сохраняете оптимизм.

76 — 90 очков: вы оптимист от рождения. Bravo! Но то ваше качество в известной мере мешает вам исправлять свои ошибки. А жаль!

91 - 100 очков: это уже не оптимизм, а необузданное легкомыслие.

НАСКОЛЬКО У ВАС РАЗВИТА ИНТУИЦИЯ?

Узнать это поможет вам популярный английский тест.

- Быстро ли вы угадываете ответы, играя в различные игры?
- Везло ли вам несколько раз подряд при игре на деньги?
- Чувствовали ли вы когда-нибудь, что дом ваш уютный и счастливый?
- Хотелось ли вам ближе узнать человека после того, как видели его всего мгновение?
- Случалось ли так, что вы чувствовали, кто звонит по телефону, еще не сняв трубку?
- Слышали ли вы когда-нибудь голос, который говорил, что вам делать?
- Верите ли вы в судьбу?
- Бывает ли так, что вы знаете заранее, что собирается сказать человек?
- Снился ли вам когда-нибудь плохой сон, оказавшийся потом вещим?
- Знали ли вы когда-нибудь заранее, что содержится в письме, не вскрывая его?
- В разговоре оканчиваете ли вы предложение за собеседника?
- Случалось ли, что вы думали о человеке, с которым давно не общались, а потом вдруг неожиданно получили от него открытку, письмо или просто встретились?
- Бывает ли так, что вы по необъяснимым причинам не доверяете некоторым людям?
- Обладаете ли вы способностью определять характер человека с первого взгляда?
- Испытывали ли вы когда-нибудь чувство, что вы это уже видели?
- Отказывались ли вы лететь на самолете из боязни, что он может разбиться?
- Просыпались ли вы ночью в беспокойстве о здоровье и безопасности друга или родственника?
- Бывает ли так, что вам без особой причины не нравятся некоторые люди?
- Случалось ли, что вы видели какой-то аксессуар или одежду и чувствовали, что непременно должны это иметь?
- Верите ли вы в любовь с первого взгляда?

Подсчитайте очки. Ответ «да» — 1 очко, ответ «нет» - 0 очков.

10 - 20 очков: у вас очень сильно развита интуиция. Вы обладаете необычайными способностями и не боитесь доверять своей интуиции/

1-9 очков: у вас развита интуиция, но вы не всегда полностью используете свои интуитивные способности. Старайтесь чаще использовать интуицию при принятии решений. Принимая не очень важные решения, научитесь следовать первой пришедшей в голову мысли. Если вам нужно решить трудную проблему, то постарайтесь расслабиться, например, подышите свежим воздухом или примите ванну. И дайте таким образом возможности появиться новым мыслям и идеям. Вы будете удивлены тому, сколько возможных решений и ответов придет вам в голову. Запишите все эти возможные ответы и внимательно их просмотрите. Вы увидите, что лучшие решения сразу выделяются.

О очков: вы совсем не развили свою интуицию. Но она находится глубоко в вашем подсознании. Постарайтесь чаще позволять ей проявляться и активнее используйте ее. Вполне возможно, что вы почувствуете преимущества развитой и сильной интуиции.

КОММУНИКАБЕЛЬНЫ ЛИ ВЫ?

Предлагаем вам 16 вопросов, на каждый из которых следует ответить однозначно: «да», «нет», «иногда».

1. Вам предстоит ordinaria деловая встреча. Выбивает ли вас из колеи ее ожидание?
2. Не откладываете ли вы визит к врачу до тех пор, пока станет уже невозможно?
3. Вызывает ли у вас смутение и неудовольствие поручение выступить с докладом, сообщением, информацией на какую-либо тему на совещании, собрании или тому подобном мероприятии?
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, сказать, который час, и т.д.)?
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 10 гривен, 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 тягаться, 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, нежели встать в очередь и 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 приемлите. Это так?
14. Услышав где-то в «кулуарах» высказывание явно ошибочной точки зрения по хорошо известному вам вопросу, предпочтете 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 письменном виде, чем в устной форме?

Подведите итоги.

«Да» - 2 балла, «иногда» - 1 балл, «нет» - 0. Затем просуммируйте общее число баллов и узнаете, к какой категории людей вы относитесь.

30 - 32 балла. Вы явно не коммуникабельны, 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.

25 - 29 баллов. Вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, и поэтому у вас, наверное, мало друзей. Новая работа и необходимость новых контактов, если и не ввергает вас в панику, то надолго выводит из равновесия. Вы знаете эту особенность своего характера и бываете недовольны собой. Но не ограничивайтесь только таким неудовольствием, в вашей власти преломить эти особенности характера. Разве не бывает, что при какой-либо сильной увлеченности вы приобретаете «вдруг» полную коммуникабельность? Стоит только встряхнуться.

19 - 24 балла. Вы в известной степени общительны и в незнакомой обстановке чувствуете себя вполне уверенно. Новые проблемы вас не пугают. И все же с новыми людьми вы 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 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 встречу с новыми людьми. В то же время не любите шумных компаний. Экстравагантные выходки и многословие вызывают у вас раздражение.

9 - 13 баллов. Вы общительны (порой, может быть, 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 и 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 сможете себя заставить не отступать.

4 - 8 баллов. Вы, должно быть, очень общительны, всегда в курсе всех дел. Любите принимать участие в дискуссиях, хотя серьезные темы могут вызвать у вас головную боль. Охотно высказываетесь 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 успешно довести его до конца. По этой причине руководители и коллеги относятся к вам с некоторой опаской. Задумайтесь над этими фактами!

3 балла и менее. 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 некомпетентны. 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. Вам нужно поработать над собой и своим характером! Прежде всего воспитайте в себе терпеливость и сдержанность, уважительнее относитесь к людям. Наконец, подумайте и о своем здоровье - такой «стиль» жизни не проходит бесследно.

КАКОЙ ВЫ ДРУГ?

Вспоминают ли ваши знакомые в связи с вами старинную поговорку «Старик «другом» и враги не нужны»? Или же вы настоящий друг, готовый помочь в беде? Доверяете ли вы друзьям? Доверяют ли они вам? А может быть, вы нашли надежное общее равновесие, которое нарушается в ту или иную сторону по мере изменения обстоятельств? Возможно, наш тест и не сообщит вам то, что вы хотели бы услышать. Но он может помочь вам войти в контакт с самим собой, если вы осмелитесь сделать это.

1. **Вспомните вашего лучшего друга. Какие из перечисленных ниже качеств вы цените в нем (ней) больше всего:**
 - а) надежность - он (она) никогда вас не подведет;
 - б) солидарность —он (она) всегда будет только на вашей стороне;
 - в) чуткость —он (она) знает о вашем настроении раньше, чем вы о нем поведаете;
 - г) верность - он (она) всегда с вами, что бы вы ни сделали;
 - д) совместимость - вам хорошо в его (ее) компании.
2. **Если друг пришел к вам поздно вечером в слезах, что вы сделаете:**
 - а) угостите кофейком и успокоите;
 - б) не откроете дверь, сделаете вид, что вас нет дома;
 - в) дадите понять, будто вам сейчас нужно уходить;
 - г) пригласите его (ее) войти, но скажете, что вам надо рано утром вставать;
 - д) извинитесь, что вы не можете с ним (ней) поговорить сейчас, но пообещаете встретиться завтра?
3. **Вы выслушиваете длинную историю бед одного друга, и в это время появляется другой, который тоже нуждается в вашем сочувствии. Что вы сделаете:**
 - а) предложите второму другу присоединиться к беседе;
 - б) объясните первому другу, что вас сейчас ждут в другом месте;
 - в) объясните второму другу, что заняты проблемами первого;
 - г) оставите их вдвоем, чтобы они поддерживали друг друга;
 - д) откажетесь выполнить просьбы, с которыми они к вам обратятся.
4. **Сколько у вас было друзей в первые десять лет жизни:**
 - а) ни одного;
 - б) один;
 - в) двое;
 - г) трое;
 - д) четверо и больше.
5. **Сколько ваших друзей знакомы друг с другом:**
 - а) все;
 - б) почти все;
 - в) не все;
 - г) немногие;
 - д) двое или никто.
6. **Если друг захочет одолжить у вас новый костюм, прежде чем вы его успели хоть раз надеть, что вы сделаете:**
 - а) согласитесь без всяких задних мыслей;
 - б) согласитесь, но неохотно;
 - в) согласитесь, но только если просит человек, которому вы доверяете;

- г) скажете, что вы сами сегодня собирались его надеть;
 - д) признаетесь, что хотели бы быть первым, кто его наденет, но предложите что-нибудь взамен.
7. **Если друг, которого вы пригласили на ужин, сообщает вам, что он (она) на диете, что вы сделаете:**
 - а) скажете, что хоть разок можно есть что хочется;
 - б) то же, но затем обидитесь, если он (она) попросит те или иные блюда;
 - в) спросите, хочет он (она), чтобы вы приготовили специальное блюдо;
 - г) сделаете специальное блюдо, не спрашивая;
 - д) предложите блюдо, подходящее его (ее) диете, а также всем остальным.
 8. **Если один друг попросит вас солгать ради него другому, вы:**
 - а) наотрез откажетесь;
 - б) откажетесь брать на себя обязательства, пока не разузнаете всех обстоятельств;
 - в) откажетесь и сообщите второму другу о просьбе первого;
 - г) предложите вместо этого посредничество с условием сказать правду;
 - д) согласитесь, но поясните, что ненавидите такие дела и занимаетесь ими в первый и последний раз.
 9. **Если вам кажется, что друг испытывает материальные затруднения, что вы сделаете:**
 - а) попытаетесь выяснить, правы ли вы в своих догадках;
 - б) сделаете то же, но затем постараетесь выяснить причину;
 - в) спросите, не нужна ли помощь;
 - г) дадите совет;
 - д) отнесетесь к этому, словно вас это не касается, если он (она) не упомянет сам (сама).
 10. **К вам обращаются с просьбой одолжить деньги. Получит ли он (она):**
 - а) деньги наличными;
 - б) деньги наличными плюс сочувствие;
 - в) деньги наличными плюс нравоучение;
 - г) только нравоучение;
 - д) ваши отговорки по поводу невозможности помочь.
 11. **Какое из следующих животных наиболее вам симпатично:**
 - а) панда;
 - б) кошка;
 - в) собака;
 - г) обезьяна;
 - д) слон.
 12. **Ваши друзья:**
 - а) люди примерно одного типа, но отличающиеся от вас; •
 - б) все похожи друг на друга;
 - в) разные - кто любит вас, кто не любит.
 13. **Считаете ли вы коллег, с которыми работаете:**
 - а) настоящими друзьями;
 - б) друзьями на время, пока вы на этой работе;
 - в) кого друзьями, а кого нет, в зависимости от конкретной личности;
 - г) вы редко заводите дружбу с коллегами;
 - д) никогда не заводите дружбу с ними.

14. Какое качество, на ваш взгляд, является главным для того, чтобы быть другом:

- внимательно выслушивать ваши жалобы;
- избавлять от одиночества;
- доставлять удовольствие от общения;
- всегда быть на вашей стороне;
- оказывать вам практическую помощь или давать совет всякий раз, когда вы в этом нуждаетесь.

15. Что вы считаете наиболее важным в дружбе:

- оказывать поддержку в любой ситуации, какой бы она ни была;
- изъявлять желание дать совет, когда вы считаете, что в нем есть потребность;
- изъявлять желание давать совет, когда об этом просят;
- следить за тем, чтобы никогда не давать советов;
- всегда быть готовым выслушать.

Ключ к тесту

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| а | 10 | 20 | 15 | 0 | 15 | 20 | 5 | 15 | 10 | 15 | 5 | 0 | 0 | 10 | 15 |
| б | 5 | 0 | 10 | 5 | 20 | 10 | 0 | 10 | 5 | 20 | 0 | 5 | 10 | 15 | 0 |
| в | 15 | 5 | 10 | 10 | 10 | 10 | 0 | 15 | 10 | 10 | 10 | 20 | 20 | 5 | |
| г | 0 | 15 | 5 | 15 | 5 | 0 | 15 | 5 | 0 | 0 | 20 | — | 15 | 0 | 10 |
| д | 20 | 10 | 0 | 20 | 0 | 15 | 20 | 0 | 20 | 5 | 15 | — | 5 | 5 | 20 |

0-70. Вы уверены, что способны быть наилучшим из друзей, вот только надо убедить в этом других. Но в глубине души вы понимаете, что настоящих друзей у вас не очень много. Их привлекает ваша сила. Вас согревает их уважение. Но вы человек, который берет все, но ничего не дает другим. А если они намереваются вас о **чем-нибудь** попросить, вы «уходите в кусты» либо заводите новую дружбу.

75-140. Ваши друзья не так уж плохи, но вы порой проявляете эгоизм, когда сталкиваются ваши и их интересы. Представьте себя на их месте. Если вы подводите друзей, то, как правило, это происходит потому, что вы не разделяете их точку зрения. Если вы стремитесь к подлинной дружбе, вы должны быть готовы к самопожертвованию ради друзей.

145-215. Вы самый лучший из возможных друзей - внимательный, великодушный, верный, полный сочувствия, но не рабски преданный. Ваши друзья знают, что на вас всегда можно положиться и вы готовы уделить время, чтобы попытаться их понять. Вам по душе основополагающая идея взаимопомощи. Ваши дружеские отношения напоминают улицу с двусторонним движением и выдерживают испытание временем.

220-280. Вероятно, вы хотели бы считать себя самым лучшим из возможных друзей, но вы таковым не являетесь. Вы хороший, настоящий друг, но вашей дружбе не хватает взаимной поддержки. Вы заходите слишком далеко, удовлетворяя нужды и просьбы других, ибо хотите им нравиться. Вы легки на подъем. Попробуйте больше понравиться самому себе и осмейтесь хоть раз отказать **кому-нибудь** в просьбе. Вы можете лишиться нескольких друзей, зато окрепнет ваша дружба со всеми остальными.

ТАКАЯ РАЗНАЯ ЛЮБОВЬ...

Ученые мужи всех времен и народов тщетно билась над формулой любви. А если формулы нет, то как проверить, есть ли любовь, или это все так, детский лепет на лужайке? Не отчаивайтесь, не все так грустно. Если у вас есть немного времени, лист бумаги, ручка (или, в крайнем случае, карандаш), чувство юмора (этот пункт списка обязателен) и, конечно же, наш тест, то вы справитесь с этой задачей. Не придавайте результатам чересчур уж серьезное значение. Запомните, это всего лишь игра!*

ХОРОШАЯ ЛИ ВЫ ПАРА?

Для того, чтобы помочь вам разобраться в этом, и был придуман этот тест. На вопросы отвечайте по очереди (либо «да», либо «нет»). Если ответ утвердительный, то можете переходить к следующему вопросу, а если отрицательный или неопределенный (ни «да», ни «нет») - пропускаете очередь. Игра заканчивается тогда, когда один из игроков ответил на последний вопрос вне зависимости от того, на каком номере остановился его партнер. Играть можно и парами, однако в этом случае юноша и девушка должны находить компромиссный вариант ответа. А вот и сами вопросы:

- Вы доверяете ему (ей) лишь маленькие неприятности?
- Влюбленные **всегда** немножко сумасшедшие...
- Если подарок вашего партнера вам не нравится, скажете ли об этом?
- Секрет стабильности вашей пары заключается в сильной любви?
- Можно ли догадаться лишь взглянув на вас, что вы влюбленные?
- Являетесь ли вы центром интересов друг друга?
- Любовью лучше всего заниматься в кровати?
- Стало ли большинство друзей вашего партнера вашими друзьями?
- Способны ли вы оценить иронию и юмор своего партнера?
- Идете ли вы время от времени на маленькую ложь, чтобы избежать ненужных конфликтов?
- Прислушиваетесь ли к его (ее) советам при покупке вашей одежды?
- Способны ли вы оценить маленькие жертвы вашего партнера?
- Считаете ли вы, что поехать отдельно в отпуск - значит подчеркнуть свою независимость?
- Как вы полагаете, для счастья достаточно одной любви?
- Правда ли, что для женщины домашний очаг - трон, с которого она управляет миром?
- Согласны ли вы, что главное в жизни взаимопонимание?
- Теряете ли вы интерес к партнеру сразу после полового акта?
- Приходилось ли вам совершать в отношении своего партнера поступки, которые вы осудили бы сами, если бы они касались вас?
- Согласны ли вы, жизнь пары - постоянный поиск согласия, а не отстаивание собственной правоты?
- Если при вас за глаза критикуют вашего партнера, вступитесь ли за него?
- Допускаете ли вы мысль о том, что ваш партнер поддерживает отношения с друзьями, которых вы не знаете?
- Ваш любимый (любимая) — часть вас самих?

Подведем итоги

1. Вы закончили игру одновременно. Ваша пара под стать классическим образам - Ромео и Джульетта, Тристан и Изольда. Похоже, что в любовной лотерее вы выиграли главный приз. Но, к сожалению, ваше счастье и гармония могут стать предметом зависти.

2. На финише вас разделили 1-2 пункта. Вы, безусловно, любите друг друга, но на любовь ваши взгляды различны. Вашей любви сопутствуют пики и спады. И некоторые проблемы могут стать испытанием для отношений. В целом жизнь будет соответствовать африканской поговорке: любовь, как дождь, и редкие капли могут взбаламутить воду.

3. Разница на финише 3-5 пунктов. Похоже, что у вас нет особых иллюзий и сантиментов. Но в целом вы удовлетворены отношениями, хотя ощущение «седьмого неба» прошло. Во всяком случае, если вы решите расстаться, это произойдет без драмы.

4. Разница более 5 пунктов. Конфликты неизбежны, и поэтому лучше не загонять их внутрь. Вероятнее всего, что любой ваш спор превращается во взаимную демонстрацию силы и форму самоутверждения. Но не забывайте, что каждый из вас имеет право на расслабление. Наш совет: заройте топор войны и сделайте паузу в своих отношениях. Такая манера общения также является частью отношений внутри пары.

При игре пара на пару (итоги те же, что и в предыдущем случае)

1. Вы не только гармоничны в своих личных отношениях, но у вас еще есть все основания для искренних дружеских привязанностей в вашей маленькой компании.

2. Проигравшие должны, наконец, для себя решить, хотят ли они и впредь оставаться парой, поскольку даже если им приятно быть вместе, это не значит, что в их совместной жизни нет серьезных проблем.

3. Взаимные чувства у победителей явно более стойкие. Однако у проигравшей пары может быть другая прочная основа для стабильной семейной жизни.

4. Поздравления победителям. Что же касается проигравших, то их хочется спросить: «Считаете ли вы себя парой?». У нас на этот счет большие сомнения. Постарайтесь доказать, в первую очередь, себе, что мы ошиблись.

ЛЮБИТ – НЕ ЛЮБИТ?

Мы не будем для проверки этого утверждения-вопроса пользоваться ро-машкой. Давайте обратимся к тесту. Этот тест вы можете предложить своим мужьям, женам, друзьям или просто знакомым, если вы хотите узнать, как они к вам относятся.

На каждое из следующих четырнадцати утверждений вы должны дать только один из возможных ответов: Да, это так — 4 очка. Вероятно, это так — 3 очка. Вряд ли это так — 2 очка. Это совсем не так — 1 очко.

1. Я чувствую, что могу доверить ему (ей) абсолютно все.
2. Я уверена (уверен), что он (она) хорошо ко мне относится.
3. Я могу сказать, что он (она) принадлежит только мне.
4. Он один из самых обаятельных мужчин (она одна из самых обаятельных женщин), которых я знаю.
5. Для него (нее) я готова (готов) абсолютно на все.

6. Мне хотелось бы быть похожим на него (нее).
7. Когда мне плохо, то хочется поделиться только с ним (с ней).
8. Я думаю, что мы с ним (с ней) внутренне похожи друг на друга.
9. Я чувствую себя в ответе за то, чтобы ему (ей) было хорошо.
10. В большинстве случаев он (она) нравится людям при первом же знакомстве.
11. Мне приятно, что он (она) доверяет мне больше других.
12. Он (она) очень умный человек.
13. Мне было бы очень тяжело, если бы пришлось жить без него (нее).
14. Когда мы вместе, у нас всегда схожее настроение.

Подсчитаем сумму очков.

Максимальная оценка - 56, минимальная - 14 очков. При низкой оценке - от 14 до 28 - говорить о сильных чувствах даже не приходится. Зато в диапазоне от 43 до 56 очков царит любовь и симпатия. Что же касается середины - от 29 до 42 очков - то это возможно, доказывает, что счастье не только в любви.

НАСКОЛЬКО ТЫ РЕВНИВА?

Ревность - страшное чувство, способное отравить жизнь не только тому, кто ревнует, но и тому, кого ревнуют. Кстати, этим иногда умело пользуются так называемые «манипуляторы» (люди, которые используют других людей в своих, далеко не бескорыстных, целях). Помните, чем закончилось коварство Яго для ревниваца Отелло и несчастной Дездемоны? К тому же, ревность — одна из самых несложных, но довольно — таки действенных уловок, на которые идут влюбленные. На которую, между прочим, многие так легко попадают! А знакомо ли тебе чувство ревности?

1. **Как ты реагируешь, если твой любимый улыбается какой-то другой девушке?**
 - а) Нормально, если улыбка не будет слишком уж откровенной.
 - б) Спокойно - пусть улыбается, кому хочет, ведь он-то со мной!
 - в) Мне будет очень неприятно это видеть.
2. **Становится ли тебе неприятно, если твой любимый пустится в воспоминания о своих прежних увлечениях?**
 - а) Конечно! Я закачу ему такую сцену!
 - б) Нет, так он еще не разу не поступал.
 - в) Нет, но мне это неприятно.
3. **Боишься ли ты знакомить любимого со своими подругами?**
 - а) Нет, я попытаюсь, чтобы они подружились.
 - б) Мне все равно.
 - в) Можно сказать, да. Конечно, у подружки уже есть свой парень, но мало ли...
4. **Твой бойфренд говорит, что пойдет на вечеринку (презентацию, день рождения, сауна) без тебя. Какой может быть твоя реакция?**
 - а) Что ж, главное, чтобы ему было хорошо.
 - б) Потребую, чтобы мы пошли туда вдвоем.
 - в) Ничего, он еще пожалеет - я ему отвечу тем же.
5. **Читаешь ли ты его письма (интернет-почту, бумаги и открытки на его столе)?**
 - а) Нет, это его личное дело.
 - б) Я мягко попытаюсь выяснить, не замешано ли тут ничего «личного».
 - в) Конечно, я должна быть в курсе всех его дел!

6. **Интересуешься ли ты (на всякий случай) его знакомыми девушками?**
 а) Нет - насильно мил не будешь...
 б) Ну, если он сам заведет разговор.
 в) Да, конечно, лучше я лишний раз проконтролирую ситуацию.
7. **Спокойно ли ты реагируешь на то, что твой друг вызывает повышенный интерес у других девушек?**
 а) Да, я ведь все равно вне конкуренции!
 б) Что уж тут поделаешь, он ведь такой симпатичный!
 в) Меня это жутко раздражает.
8. **Согласна ли ты с древней мудростью, что источник ревности таится в нас самих?**
 а) Да, я полностью с этим согласна.
 б) Нет, я ревную, когда он дает мне повод.
 в) Не все так однозначно...

За каждый выбранный вариант «а» прибавляйте себе по 6 очков, «б» –3 очка, «в» - ничего. А теперь проверим результат.

От 0 до 18 баллов. Да ты страшная ревнивица! Ревность полностью ослепляет тебя и способна свести с ума почти без малейшего повода с его стороны. Пойми, это может стать большой проблемой для вашей любви, ведь этим ты можешь просто толкнуть своего бойфренда на те поступки, которые ты уже заранее приписала ему в своем воображении. Какой выход? Научись ценить себя, и тогда он тоже наверняка сможет поверить, что ты - лучшая!

21-33 балла. Ревность нет-нет да и добавит щедрую ложку дегтя к бочонку вашей любви. Почему ты не всегда можешь с ней совладать? Может, ты сама подсознательно ищешь повод для ревности, потому что когда-то с тобой уже «такое» случилось? Хватит жить прошлыми обидами, запомни - самые прочные отношения строятся на взаимопонимании и доверии.

34-48 баллов. Наши аплодисменты! Ты уверена в себе и своих силах и ревность никогда не омрачала твоего существования. Ты не изводишь своего избранника глупыми разборками и не устраиваешь ему истерик из-за взгляда, которым проводила его незнакомка в метро. Ведь ты-то знаешь, что у него есть самое лучшее, что ему нужно - это ты!

НАСКОЛЬКО ТЫ СЕКСУАЛЬНА?

Конечно, этот немецкий тест не даст 100% ответа на вопрос «есть ли место сексу в твоей жизни», но обрисовать общую тенденцию вполне может. Итак,

1. **Прежде чем строить с этим человеком серьезные отношения, ты должна удостовериться, что он тебе подходит в сексуальном плане.**
 а) именно так;
 б) если люди любят друг друга, у них нет проблем и с сексом;
 в) секс все равно не самое важное в жизни.
2. **У тебя нет времени и ты просишь подругу (друга) сходить на вечеринку с твоим парнем (девушкой). «Доброжелатели» рассказали тебе, что они там целовались. Какой будет твоя реакция?**
 а) не может быть, мои друзья не могли нанести мне такой удар;
 б) какая подлость! Знать их обоих больше не хочу!
 в) я сам виноват, что создал такую ситуацию.

3. **Выбери, не раздумывая, три занятия, которые тебе по душе;**
 а) посплетничать;
 б) посидеть за компьютером;
 в) заняться ответственным делом;
 г) пошуметь;
 д) пофлиртовать;
 е) романтическое времяпровождение;
 ж) поспать подольше;
 з) поспорить;
 и) помогать кому-то;
 к) сидеть за рулем хорошей машины.
4. **В какой группе находятся твои любимые цвета?**
 а) зеленый, желтый, оранжевый;
 б) черный, красный, синий;
 в) розовый, бежевый, голубой;
5. **Какие способы контрацепции ты считаешь более приемлемыми?**
 а) таблетки;
 б) презервативы;
 в) паста или спринцевание;
 г) «быть начеку».
6. **Ночью ты любишь спать...**
 а) при включенном ночнике;
 б) в полной темноте;
 в) с открытыми шторами.
7. **Где ты будешь хранить фотографию любимого (любимой)?**
 а) в письменном столе;
 б) в портмоне;
 в) под подушкой.
8. **«Нет бесчувственных женщин, есть только неуклюжие мужчины». Что ты думаешь по этому поводу?**
 а) правильно;
 б) неправильно;
 в) видимо, что-то в этом есть.
9. **Как ты используешь слово «любовь»?**
 а) я говорю своему партнеру «я тебя люблю»;
 б) я еще никогда в жизни не произнес этого слова;
 в) часто употребляю это слово применительно и к другим вещам.
10. **Говоришь ли ты с кем-нибудь о прошлых привязанностях?**
 а) только с моим партнером;
 б) никогда;
 в) только с близкими друзьями.
11. **В каком из перечисленных мест ты хотел бы прожить целый год:**
 а) в ярком и шумном Сан-Франциско;
 б) на самом «сексуальном» острове - Ибице;
 в) в городе влюбленных - Флоренции.
12. **Откуда, по твоему мнению, лучше всего получать информацию по вопросам, связанным с сексом?**

- а) из книг;
- б) из журналов;
- в) из порнофильмов;
- г) из бесед с друзьями;
- д) из собственного опыта.

13. Можешь ли ты заниматься любовью при ярком освещении?

- а) нет;
- б) да;
- в) только при свете свечей.

14. Как ты относишься к экстрим-сексу (в парке, на пляже, обочине дороги, дамской комнате кинотеатра)?

- а) да, это так обостряет ощущения!
- б) ни в коем случае нет;
- в) только в том случае, если поблизости никого нет.

15. Пьешь ли ты перед сексуальной близостью алкогольные напитки, например, «для храбрости»?

- а) совсем не пью;
- б) от случая к случаю могу выпить пива;
- в) довольно часто.

16. Считаешь ли ты, что самоудовлетворение – это:

- а) замена интимной близости;
- б) полезная физическая и душевная разрядка;
- в) вредная привычка, болезнь.

17. Где, по-твоему, в организме находится «центр», отвечающий за эротическое восприятие:

- а) выше пояса;
- б) ниже пояса;
- в) в голове.

18. Если бы волшебник мог превратить тебя на день в какое-нибудь животное, что бы ты выбрал?

- а) слон;
- б) лев;
- в) кошка;
- г) змея;
- д) попугай;
- е) медведь.

19. Что больше возбуждает:

- а) эротическое фото;
- б) собственное тело, когда видишь его в зеркале;
- в) обнаженное тело мужчины (женщины).

20. Где находятся твои «самые эрогенные» зоны?

- а) на шее;
- б) на животе;
- в) на внутренней стороне бедер;
- г) на спине;
- д) на ягодицах;
- е) на всем теле.

Ключ к тесту:

- | | | |
|--|---|--|
| 1) а-6, б-3, в-0. | 7) а-1, б-3, в-5. | 15) а-1, б-3, в-5. |
| 2) а-5, б-1, в-4. | 8) а-3, б-5, в-2. | 16) а-1, б-3, в-2. |
| 3) а-6, б-1, в-1, г-5, д-7, е-4, ж-2, з-3, и-2, к-5. | 9) а-3, б-1, в-5. 10) а-3, б-1, в-4. | 17) а-6, б-2, в-3. 18) а-4, б-6, в-5, г-1, д-2, е-3. |
| 4) а-2, б-5, в-3. | 11) а-6, б-4, в-2. | 19) а-5, б-1, в-3. |
| 5) а-4, б-3, в-2, г-1. | 12) а-1, б-2, в-5, г-4, д-3. | 20) а-3, б-1, в-6, г-4, д-5, е-2. |
| 6) а-4, б-2, в-4. | 13) а-1, б-4, в-3. | |
| | 14) а-7, б-1, в-5. | |

24 - 50 очков: удивительно, что ты вообще заинтересовалась этим тестом. Секс для тебя абсолютно не важен. Правда, твое любопытство выдает, что он вызывает у тебя интерес, но ты боишься секса, как собственной слабости. Ты сама не отваживаешься проявить инициативу, а тем более не можешь допустить, чтобы это сделал кто-то другой. Может быть, ты просто еще слишком молода? Тогда не спеши. Радость любви, нежности, интимной близости еще откроется тебе. А может быть, дело в том, что ты пережила в прошлом разочарование? Тогда убеди себя, что никто другой не может испортить тебе дело. Не бойся! В конце концов все зависит от тебя самой.

51 - 77 очков: у тебя все о'кей. Ты придаешь сексу не слишком большое и не слишком маленькое значение. Ты кое-что поняла в этой жизни, а именно то, что такие уж мы, люди, существа – не бесполое... В этой области для тебя нет запретных тем, ты признаешь за каждым право на индивидуальность. Ты уже знаешь, что тебе нужно. Любовь без секса для тебя слишком уныла; секс без любви ты не признаешь, потому что отсутствует чувство. Только, чур, не почитать на лаврах! В таких деликатных делах мастерами не рождаются. И тебе еще много-много надо узнать, научиться понимать, где секс, а где любовь. Ведь это тоже очень интересно...

78 - 102 очка: да, в твоей жизни над всем господствует секс. Но главным образом - в твоих фантазиях. Чья-то улыбка, взгляд, ни к чему не обязывающий флирт вызывают у тебя самые безудержные фантазии. Тебе стоит пересмотреть свое отношение к сексу. Подумай вот о чем: идеальный секс - это еще не идеальный партнер. Для тебя это что-то вроде спорта: ставишь перед собой цель и достигаешь ее. Стоп! Конечно, секс важен, но тот, кто его переоценивает, как это делаешь ты, рискует всю жизнь гоняться за ложными ценностями. Секс - это нечто прекрасное, но ему непременно должна сопутствовать любовь, чувственность, страсть, доверие, нежность, взаимопонимание.

КАК СИЛЬНО ТВОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ?

В этом, довольно-таки деликатном вопросе вам поможет этот английский тест. Не стесняйтесь и не «приукрашайте» ответы, ведь никогда не вредно (да и к тому же абсолютно безопасно) быть откровенным перед самим собой.

1. Вы занимаетесь любовью хотя бы раз в день?
2. Могли бы вы нормально жить, вообще не занимаясь любовью?

3. Вы занимаетесь любовью только в том случае, когда этого хочет ваш партнер?
4. Вам нравится надевать эротичное нижнее белье?
5. Вы стремитесь возбудить партнера прежде, чем заняться любовью?
6. Нравится ли вам экспериментировать и использовать новые сексуальные позы?
7. Вас привлекают порнографические журналы?
8. Смотрите ли вы порнографические фильмы?
9. Согласились бы вы пойти на оргию, если бы вас пригласили?
10. Занимались ли вы когда-нибудь любовью с человеком, с которым только что познакомились?
11. Вас возбуждает желание иметь разных сексуальных партнеров каждую ночь?
12. Является ли секс самым большим удовольствием в вашей жизни?
13. Вас беспокоит, что вы слишком много думаете о сексе?
14. Думаете ли вы о сексе хотя бы раз в день?
15. Вам трудно сохранять платонические отношения с представителем противоположного пола?
16. Ваши сны обычно о сексе?
17. Выбирая одежду, вы думаете о том, чтобы привлечь внимание представителей противоположного пола?
18. Вы много флиртуете?
19. Вам когда-нибудь приходилось воображать, что вы занимаетесь любовью с друзьями или знакомыми?
20. Вы мечтаете о том, чтобы вашими сексуальными партнерами были знаменитые люди?
21. Считаете ли вы, что секс без любви не имеет смысла?
22. Вам случалось бороться с собой, чтобы заглушить мысли о сексе?
23. Хотели бы вы посмотреть, как ваш партнер занимается любовью с кем-нибудь другим?

Подсчитайте очки.

Каждый положительный ответ приносит 1 очко, каждый отрицательный - 0 очков. Однако в вопросах 2, 8 и 21 все наоборот: положительный ответ - 0, отрицательный - 1 очко.

23 очка. Поздравляем! Вы полнокровный, беззастенчивый сексуальный маньяк, опасный для любого движущегося (и даже замершего) одушевленного предмета.

15-22 очка. О, вы так жутко сексуальны! У вас очень сильное сексуальное влечение, лишь немногие вещи имеют для вас столь же большое значение, как секс. А другие стороны жизни - работа, хобби, семья - играют, как правило, второстепенную роль.

5-14 очков. Вы - изысканно сексуальны, у вас также сильное сексуальное влечение, которое играет большую роль в вашей жизни.

5 и менее очков: вам удастся держать сексуальные инстинкты и влечения «в узде». В вашей жизни есть и более важные вещи, чем просто секс.

0 очков. Извините, а вы случайно не Папа Римский?

СЕМЬЯ, КАК НА ЛАДОНИ...

ТЕСТ ДЛЯ ЖЕНИХА И НЕВЕСТЫ

Смогут ли ваши чувства выдержать испытание семейной жизнью?

Вы влюблены и уверены, что ваше чувство «вечно», но достаточно ли только сильного эротического влечения для вступления в брак, чтобы потом быть любящим, преданным, отзывчивым другом и помощником в реальной семейной жизни?! «Любить — это значит смотреть в одном направлении, а не друг на друга». Готовы ли вы так любить? Как сложится ваша семейная жизнь?

Вопросы для невесты:

1. **Сколько вам лет?**
 - а) младше 19;
 - б) от 20 до 23;
 - в) старше 24.
2. **Где вы познакомились?**
 - а) у родственников, знакомых или друзей;
 - б) на работе (учебе);
 - в) на отдыхе, в клубе, на улице.
3. **Как подруги относятся к вашему будущему мужу?**
 - а) к сожалению, он им не нравится;
 - б) он им очень нравится;
 - в) меня это не волнует.
4. **Вы договорились куда-то пойти с подругами, но позвонил жених и предложил с ним встретиться. Ваши действия:**
 - а) пойду на встречу с подругами, ведь я уже договорилась;
 - б) отложу встречу с подругами на потом;
 - в) предложу ему пойти вместе.
5. **Какая у вас в детстве была любимая игрушка?**
 - а) коляска, домик, машинка;
 - б) кукла;
 - в) игрушечный зверек.
6. **Кто, по-вашему мнению, должен больше зарабатывать?**
 - а) жена;
 - б) у кого лучше получается, ведь это - общий семейный бюджет;
 - в) конечно, муж!
7. **Если у вас с женихом разные мнения, Вы ...**
 - а) не смотря ни на что, отстаиваете свою точку зрения;
 - б) это непринципиально, возможно, он и прав;
 - в) отступаете, но знаете, что он не прав.
8. **Как долго вы были знакомы до решения подать заявление в ЗАГС?**
 - а) менее полугода;
 - б) от 6 месяцев до 1 года;
 - в) свыше 1 года.
9. **Когда вы сравниваете жениха с другими мужчинами, он кажется вам привлекательным?**
 - а) да, он самый лучший;

- б) он, конечно, хорош, но я знаю мужчин и лучше его,
в) иногда кажется, что он просто ужасен.

10. Ваше отношение к друзьям вашего будущего супруга?

- а) они мне не нравятся;
б) мне они безразличны;
в) у него очень интересная компания.

11. Рассказывали ли вы жениху о мужчинах, с которыми встречались раньше?

- а) нет, и не буду;
б) да;
в) это его не интересует.

Вопросы для жениха

1. Где вы собираетесь жить после свадьбы?

- а) у нас будет отдельная квартира, комната;
б) у моих родственников;
в) у родственников невесты.

2. Каково ваше финансовое положение?

- а) имею постоянный заработок;
б) учусь;
в) не имею постоянного заработка.

3. Интересуют ли вас стремления вашей невесты?

- а) нет;
б) да, конечно;
в) если это касается меня, или наших взаимоотношений.

4. Какие чувства вы испытываете при карьерном росте невесты?

- а) я радуюсь вместе с ней;
б) меня это не интересует;
в) меня это раздражает.

5. Признаете ли вы свои ошибки в споре с невестой, если вы не правы?

- а) да, конечно, тогда я прошу извинения;
б) нет, никогда;
в) стараюсь замаять этот вопрос.

6. Рассказываете ли вы своей невесте о своих успехах, неудачах на работе, учебе?

- а) да;
б) никогда, это мой бизнес, моя учеба;
в) иногда, от случая к случаю.

7. Советуетесь ли вы со своей будущей женой по вопросам вашей карьеры?

- а) по очень серьезным вопросам;
б) нет;
в) очень часто.

8. Сравниваете ли вы вашу невесту с другими женщинами?

- а) никогда;
б) да, конечно;
в) редко, но бывает.

9. Какие качества невесты вам нравятся?

- а) ум;

- б) характер;
в) внешность.

10. Вы чувствуете себя лидером в вашем союзе с невестой?

- а) да, конечно;
б) нет;
в) нет, семья - это союз двух равноправных супругов.

11. Готовы ли поступиться прелестями холостяцкой жизни ради семейного счастья?

- а) да;
б) я не намерен ничего менять в своей жизни;
в) наверное, придется чем-то пожертвовать.

Ключ к тесту

Для нее

| | | | | | | | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| а | 0 | 5 | 0 | 5 | 10 | 0 | 0 | 0 | 10 | 5 | 10 |
| б | 10 | 10 | 5 | 0 | 5 | 10 | 10 | 5 | 0 | 0 | 0 |
| в | 5 | 0 | 10 | 10 | 0 | 5 | 5 | 10 | 5 | 10 | 5 |

Для него

| | | | | | | | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| а | 10 | 10 | 0 | 10 | 10 | 10 | 10 | 0 | 0 | 10 | 10 |
| б | 5 | 5 | 10 | 5 | 0 | 0 | 5 | 10 | 10 | 0 | 0 |
| в | 0 | 0 | 5 | 0 | 5 | 5 | 0 | 5 | 5 | 5 | 5 |

Теперь подсчитайте общее количество баллов, полученных вами двумя.

Менее 75 очков. «Как часто выразить любовь мою хочу, но ничего сказать я не умею». Пожалуй, этими словами, к сожалению, можно охарактеризовать и ваши отношения. Вы любите друг друга и решили вступить в брак, но между вами иногда возникают ссоры, недоразумения приводят к конфликтам, которые легко можно было бы разрешить, да вот слов не хватает... А надо учиться говорить друг другу о своей любви, проявлять нежность и понимание, стараться разяснить возникшее недоразумение, ведь конфликты требуют от любящих компромиссов. Да и к своим настроениям, к себе нельзя уж чересчур серьезно относиться, во всем видеть обиду. Гордость — сомнительная добродетель, если за ней не стоят истинные чувства и благородные действия, а только высокомерие и тщеславие. Научитесь управлять своими эмоциями, чтобы потом не думать: «А счастье было так близко, так возможно!».

75 – 150 очков. «Вас ревность мучает, а доказательств нет!». Вот в чем ваши проблемы, но будьте же благоразумны, не дайте этой «ржавчине» отравить вашу любовь. Вы прекрасная, любящая пара! Займитесь решением своих «насущных» счастливых проблем: как обустроить ваше новое жилище, заработать денег для отдыха, обсудите, сколько вы хотите иметь детей и как вы их назовете. Удачи вам!

Более 150 очков. Любовь, благоразумие, чуткость по отношению к любимому человеку и, конечно, самообладание - вот, пожалуй, основные составляющие сча-

стливого брака. И судьба наградила вас обоих этими качествами и подарила счастье встречи. Что ж, это прекрасно, вас ждет удивительное будущее. Вы готовы к полноценным гармоничным семейным отношениям. Но... иногда к этим качествам примешивается холодный рационализм - не допустите, чтобы он уничтожил романтику вашей любви!

ЗАМУЖ – НЕ НАПАСТЬ (вступающим в законный брак посвящается)

Тем, кто ищет семейного счастья, пригодится этот тест. Он полезен и для тех, кто уже скрепил свой союз брачными узами, и для тех, кто только готовится к этому решительному шагу, а также для тех, кто и не строит ближайших планов на женитьбу. Одних он заставит над чем-то поразмыслить, других, возможно, предостережет от поспешных выводов, ну, а третьих, как знать, спасет от опрометчивых поступков.

Но если этого и не случится, не беда, ведь тест - не теорема с вескими доказательствами, а всего лишь увлекательная игра. Правда, с достаточно серьезным намеком...

Хоть день, но счастья!

1. Чем обусловлен ваш выбор будущей супруги (супруга)?

- а) внешностью, умением говорить, быть «душой компании»;
- б) чертами характера и поступками, внушающими доверие;
- в) чувствую, что пришла пора жениться (выходить замуж), а лучшей кандидатуры, кажется, не предвидится.

2. Какие «чары» вы пускаете в ход, чтобы упрочить свои взаимоотношения?

- а) раскованность, доступность в общении, уступчивость;
- б) немного интриги, кокетства, чуточку лести и обожания;
- в) образованность, интеллигентность, начитанность, скрытую заинтересованность.

3. Как бы вы охарактеризовали чувства, которые охватывают вас в ожидании предстоящей встречи?

- а) тепло, нежность, волнение - где он (она), как он (она)?
- б) удовлетворение тем, что именно тебя ждут, только о тебе и думают;
- в) любопытство, тяга к разнообразию.

4. Упорны ли вы и настойчивы в достижении поставленной цели?

- а) не останавливаюсь ни перед чем, чтобы добиться своего, хотя и не проявляю назойливости мухи, надоедающей на дню по сто раз;
- б) знаю, что первое очарование может длиться недолго, и потому требую доказательств любви, клятвенных заверений и обещаний;
- в) цену молчаливости, сдержанности в проявлении эмоций, внимательность, предупредительность, романтическую окрашенность чувств, склонность к преклонению, понимаю.

5. При каких обстоятельствах созрело у вас решение жениться (выйти замуж)?

- а) вынуждены пожениться, т.к. ожидаем ребенка, заставляют родители, по ряду других причин;
- б) устали скитаться по подъездам, кинотеатрам и решили узаконить свои взаимоотношения;
- в) поняли, что не можем жить друг без друга.

Из двух зол выбираю... Замужество

6. Какой цели хотели бы вы достичь, вступая в брак?

- а) взаимной любви, домашнего уюта, семейного тепла и прочности чувств;
- б) решения квартирного вопроса, финансового благополучия – иными словами, в материальном отношении жить, как за каменной стеной;
- в) только одного - поскорее вырваться из одиночества.

7. Предполагаете ли вы взять большую часть семейных обязанностей на себя?

- а) отнюдь не намерен (намерена) погрязнуть в семейных заботах;
- б) полагаю, что нужно с самого начала четко разграничить семейные функции - по уборке, уходу за детьми, хождению в магазины, прачечную и т.д., чтобы каждый знал, за что конкретно отвечает;
- в) разумеется, считаю это своим супружеским долгом.

8. Планируете ли вы в будущем заниматься кухонными делами?

- а) непременно постараюсь овладеть искусством кулинарии;
- б) считаю это для себя зазорным, не желаю делать из себя «раба желудка»;
- в) иногда можно и «побарствовать», хотя можно полагаться и на общепит.

9. Стремитесь ли вы иметь детей?

- а) ни в коем случае, абсолютно не испытываю такой потребности;
- б) непременно;
- в) только при условии, если их захочет «вторая половина», тогда, вероятней всего, пойду навстречу и соглашусь на такую обузу.

10. Взыскательны ли вы к самому себе?

- а) чрезмерно;
- б) иногда;
- в) нет, хотя я бываю недоволен (недовольна) собой, но при этом не сужу себя слишком строго — и без меня хватает охотников это сделать.

11. Если вы ссоритесь, готовы ли уступить первым (первой)?

- а) крайне редко вижу себя виноватым (виноватой);
- б) в большинстве случаев стремлюсь сгладить возникший конфликт;
- в) чаще всего выясняем отношения, анализируем причины ссоры и пусть не сразу, но все же приходим к обоюдному согласию.

Любить - значит понимать

12. Что, с вашей точки зрения, должно укреплять семью?

- а) гармония чувств, взаимопонимание;
- б) материальные блага;
- в) интимная жизнь.

13. Есть ли у вас сокровенные мысли и желания, которыми вы не считаете нужным поделиться со «второй половиной»?

- а) стараюсь всегда быть предельно откровенным (откровенной) до конца, не терплю даже малейшей фальши;
- б) вся жизнь – игра, а тайны придают ей еще большую загадочность;
- в) естественно, есть темы, о которых в интересах друг друга лучше не распространяться, хотя это вовсе не значит, что за ними непременно кроется что-то нехорошее.

14. Считаете ли вы нормальным, что будущая супруга (супруг) до вступления в брак имела (имел) интимную связь?

- а) пожалуй, это необходимо, так сказать, для обретения некоторого опыта;
 б) по-моему, такое не прощается;
 в) для меня это не имеет принципиального значения - в конце концов каждый волен поступать по своему усмотрению.

15. Как вы относитесь к так называемому пробному, или фиктивному, браку?

- а) нужно трезво смотреть на вещи и извлекать выгоду из всего, что можно;
 б) не допускаю и мысли о подобном;
 в) почему бы и нет - иногда это неплохая возможность добиться хотя и не полного, но счастья или его подобия.

16. Ревнивы ли вы?

- а) знаю, надо больше доверять друг другу и не давать повода для подозрений;
 б) иногда, когда есть веские к тому основания;
 в) да. Знаю, что это большой недостаток, но ничего не могу с собой поделать.

17. Как вы будете реагировать, заметив неверность?

- а) это меня разочарует, но не покажу вида, постараюсь вновь переключить внимание на себя;
 б) разумеется, устрою бурную сцену;
 в) незамедлительно начну флиртовать.

Ключ к тесту

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|
| а | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 |
| б | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 |
| в | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 |

До 25 очков: кажется, придется вас огорчить и предостеречь относительно уверенности в любви. Вы — не Ромео, она — не Джульетта. Хотя друг другом и увлечены, но до прочного чувства вам, похоже, далеко. Для вас ценен не внутренний мир, а его внешние данные и материальный достаток. Вам хочется кем-то обладать — точно так же, как и иметь дорогую вещь, подчас даже не отдавая себе отчета, зачем она. Ваши пылкие клятвы в верности, упреки, бурные объяснения не таят в себе ничего серьезного. Это все слова, которые лишь с первого взгляда зачаровывают, выглядят романтично. Только надолго ли хватит пороку? Семейная жизнь — не очаровательная сказка, но и не базарные торги: не пришелся по вкусу один вариант, выбрал другой, потом сменил его на третий, а почему бы и не на четвертый?

На ошибках учатся... Но вы не волшебник и не принц, живущий в мире грез, а ваша избранница — не всемогущая фея и не Золушка, а даже, скорее всего, наоборот: ей легче из принцессы превратиться в рабыню — посудомойку, домработницу, няню для детей, которых вы не желаете иметь. И в данном случае из-за собственного эгоизма, надеясь хотя бы относительной свободой обрести себе драгоценный «обломок счастья». Иллюзии напрасны! Никаким — пусть сверхматериальным — благополучием и обилием всевозможных благ не заполнить в руки Жар-птицу — истинное чувство. Возможно, наступит время, и вы измените свой взгляд. Сама жизнь заставит отнестись ко многому мудрее. Но

пока вы слишком себялюбивы, чтобы осчастливить другого. Обретайте взвешенность в поступках и умеренность в потребностях, почаще оглядывайтесь вокруг. Всерьез ищите, и только тогда поиск окажется не напрасным!

25 - 40 очков: вам кажется, что вы уже достигли желаемого — цель почти близка. Но, увы, это еще розовый туман, обман зрения. Вы делаете лишь первые робкие шаги к познанию друг друга. Между вами пока мир и согласие — царит светлый, радужный праздник, не омраченный ни совместными заботами, ни тяжким бытом, съедающим львиную долю времени, предназначенного для двоих. Разумеется, не стоит заранее сгущать краски, однако нельзя и забывать, что впереди отнюдь не идиллическая жизнь.

Хватит ли у вас обеих сил и уверенности, чтобы преодолеть все трудности? Готовы ли вы к тому, что совместная жизнь потребует изменения психологии, неизбежной корректировки прежде привычного поведения и, конечно, гораздо большей ответственности — и за себя, и за «вторую половину»? Здесь не выбрать короткой прямой, тропы к вершине слишком извилисты. Но при желании любая вершина покорима. Дорогу осилит идущий. Задатки у вас есть, есть и стремление к лучшему — теперь остается запастись нужным терпением, помня только об одном: семейное счастье дается нелегко, оно не снизойдет с небес, его еще надо отвоевать. Так постигайте же это мудрое искусство жизни для двоих.

Более 40 очков: счастлив тот, кому вы скажете «да», потому что вы взвешиваете отнеслись к своему выбору и в дальнейшем, наверняка, постараетесь не допустить облаков над совместной жизнью. Ваша взвешенность, продуманность и мудрый компромисс — тому хороший залог. Это, однако, не значит, что вы станете послушной игрушкой и, обожая супругу (супруга), будете выполнять все ее (его) прихоти. Такое безмолвие нравится только сначала, а потом утомляет — точно так же, как тягостна назойливая навязчивость, постоянные изливания в любви и ревность. Нет. У вас есть свои пристрастия, своя жизненная позиция. Вы достаточно разумны, чтобы предоставить возможность не только себе, но и другому иметь собственные интересы, сохраняя известную независимость, которая отнюдь не помеха удачному браку. Ведь интимная жизнь — всегда двунаправлена: это две уравновешивающие величины, равно далекие и от эгоизма, и от альтруизма. На вас можно положиться, так как вы обладаете тонким чутьем, полезной практичностью, а главное — желанием иметь надежный домашний очаг, который согревает своим дыханием дети. Только не переусердствуйте: крайняя серьезность может быть столь же пагубна, как и чрезмерная легкомысленность. А потому — ищите «золотую серединку»!

ХОРОШО ЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ СВОЕГО СУПРУГА?

Логично предположить, что самый близкий вам человек — ваш супруг или супруга. Естественно ожидать, что этого человека вы знаете лучше любого другого. Но так ли это на самом деле? Приблизительный ответ на этот вопрос дает предлагаемый вам тест. Он не претендует на абсолютную истину. Можете отнестись к нему как к шутке и одновременно как к поводу для размышлений. Ответьте на каждый вопрос «да» или «нет».

1. Делится ли ваш супруг (супруга) личными тайнами с вами?
2. Знаете ли вы его (ее) любимый цвет?
3. Знаете ли, как предпочитает снимать стресс ваш партнер по браку?

4. Знаете ли, сколько весит ваш супруг (супруга)?
5. Знаете ли, что больше всего нравится в вас вашему партнеру?
6. Знаете ли, что больше всего его раздражает в вас?
7. Знаете ли любимое блюдо вашего партнера?
8. Известно ли вам слабое место супруга (супруги)?
9. Знаете ли вы что-нибудь об общественной деятельности партнера?
10. Знаете ли вы, чего больше всего он боится?

После того как вы честно ответили на все вопросы, отметьте каждое «да» 5 точками, а каждое «нет» –0. Теперь можете читать дальше.

40-50 точек: поздравляем вас! Вы действительно знаете своего супруга (супругу). А это серьезная предпосылка для долгой и счастливой семейной жизни.

30-35 точек: результат хороший. Нельзя не признать, что вы достаточно знаете своего партнера по браку. Однако неплохо бы обратить внимание и на другие стороны его личности.

20-25 точек: вы знаете своего партнера по браку довольно хорошо, но далеко не полно. Следовало бы уделять ему побольше внимания.

Менее 20 точек: вы плохо знаете своего партнера по браку. Вам надо проявлять к нему больше интереса, чтобы найти лучшие способы общения.

НАСКОЛЬКО ПРОЧЕН ВАШ БРАК

Тест для жен предлагает американка М. Лассвелл. Она же советует вам на вопросы отвечать честно и быстро, не задумываясь.

1. Можете ли вы с уверенностью предсказать, как ваш муж будет реагировать в большинстве случаев?
 - а) да, как правило;
 - б) часто;
 - в) иногда;
 - г) случайно;
 - д) маловероятно: он полон неожиданностей.
2. Иногда муж ведет себя замечательно, иногда - ужасно. Какое поведение - хорошее или плохое - вы назвали бы характерным для подлинной, внутренней природы вашего мужа?
 - а) хорошее;
 - б) плохое.
3. Если бы можно было назвать только одно из нижеперечисленных качеств вашего мужа, что бы вы выбрали?
 - а) он хороший отец;
 - б) он хорошо обеспечивает семью;
 - в) он хороший человек;
 - г) он хороший любовник;
 - д) ничего подобного, он ничтожество.
4. Жаловался ли когда-нибудь ваш муж на ваши интимные супружеские отношения?
 - а) да, часто. Я думаю, что он считает секс самой большой проблемой нашего брака;

- б) иногда действительно жалуется;
 - в) он никогда не жалуется, но я предполагаю, что он может быть ими неудовлетворен;
 - г) напротив, он говорил мне, что вполне доволен этой стороной нашего брака.
5. Можете ли вы сказать, что у вас с мужем есть согласие по вопросам воспитания детей?
 - а) да;
 - б) нет.
 6. Можете ли вы сказать, что одинаково оцениваете с мужем основные жизненные проблемы, явления, события, поведение людей?
 - а) да;
 - б) нет;
 - в) отчасти: мы солидарны в одних вопросах и расходимся в других.
 7. С каким из заявлений вы скорее всего могли бы согласиться?
 - а) в хорошем браке внешний вид женщины не очень существенный фактор. Если супруги живут много лет, муж не обращает особого внимания на то, насколько следит за собой его жена;
 - б) мужчинам в любом возрасте нравятся привлекательные женщины. Даже если они давно женаты, им все равно приятно видеть, что их жены хотят им нравиться.
 8. Какое из утверждений наиболее близко отражает ваше отношение ко времени?
 - а) я всегда чувствую недостаток времени. Заботы не имеют конца. Я никогда не могу расслабиться;
 - б) как правило, я не ощущаю давления времени. Большая часть действительно важных дел рано или поздно делается. Иногда лучше расслабиться, чем беспокоиться из-за того, что не успеваешь что-то сделать.
 9. Удовлетворяет ли муж ваши сексуальные потребности?
 - а) да;
 - б) в какой-то мере;
 - в) нет.
 10. Как вы думаете, достаточно ли вы контролируете принятие решений и распределение обязанностей в вашей семье?
 - а) да;
 - б) нет.
 11. Охарактеризуйте свой темперамент и темперамент вашего супруга:
 - а) мы оба горячие спорщики;
 - б) я легко вспыхиваю, он довольно спокойный;
 - в) он любит поспорить, я спокойная;
 - г) как правило, мы оба спокойны и сдержанны.
 12. Ласков ли ваш муж? Например, целует ли он вас по утрам? Обнимает ли «просто так»? Берет ли за руку?
 - а) да;
 - б) да, но не так часто, как мне бы хотелось;
 - в) очень редко.
 13. Можете ли вы верить тому, что муж рассказывает вам о себе?

- а) да;
б) иногда;
в) как правило, нет.
- 14. Ладите ли вы с его родственниками?**
а) да, очень хорошо;
б) вполне;
в) не очень;
г) наши контакты минимальны, поскольку мой муж не близок со своей семьей.
- 15. Как сложились отношения между вашим мужем и вашими родственниками?**
а) прекрасно;
б) нормально;
в) не очень хорошо;
г) мы редко видимся, так как я не очень близка со своей родней.
- 16. С каким из перечисленных заявлений вы согласились бы охотнее всего:**
а) у нас с мужем совершенно различные интересы;
б) у нас много общих интересов.
- 17. Как реагирует ваш муж, если вы расстроены или у вас неприятности?**
а) как правило, он мне сочувствует и поддерживает меня;
б) обычно он даже не замечает этого;
в) иногда сочувствует, иногда нет;
г) он ведет себя так, будто думает, что я сама во всем виновата.
- 18. Долго ли вы встречались перед тем, как пожениться?**
а) значительно меньше года;
б) примерно около года;
в) два года или более.
- 19. Кто распоряжается вашим семейным бюджетом?**
а) я;
б) муж;
в) я занимаюсь повседневными покупками, решения о крупных приобретениях принимаем вместе;
г) мой муж занимается повседневными покупками, крупные приобретения мы обсуждаем вместе.
- 20. Тратите ли вы с мужем значительную часть вашего бюджета на электронику (телевизор, видеомагнитофон, пр.)?**
а) да;
б) нет.
- 21. Активно ли вы участвуете в религиозной жизни?**
а) да;
б) нет;
в) я - да, он - нет;
г) он - да, я - нет.
- 22. Можете ли вы расквитаться с мужем в сложной ситуации?**
а) да;
б) нет;
в) не уверена.

- 23. Предпринимаете ли вы с мужем какие-либо шаги для укрепления вашего брака?**
а) Да;
б) не часто;
в) я - да, он - нет;
г) он - да, а я - реже, чем следовало бы.
- 24. После тяжелой ссоры уходит ли кто-нибудь из вас из дома?**
а) да;
б) нет.
- 25. Когда вы больны или очень заняты, пример ли ваш муж (без просьбы, самостоятельно) на себя ваши обязанности?**
а) да;
б) да, но будет ворчать;
в) только если его попросить;
г) нет, если я не сделаю, не сделает никто.

Ключ к тесту

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | И | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| а | 5 | 5 | 3 | 1 | 5 | 5 | 1 | 1 | 5 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 | 1 | 4 | 1 | 5 | 5 | 5 | 1 | 5 |
| б | 4 | ! | 3 | 3 | 1 | 1 | 5 | 5 | 3 | 1 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 1 | 3 | 1 | 5 | 1 | 1 | 1 | 5 | 3 |
| в | 3 | | 5 | 2 | | 3 | | | 1 | | 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 3 | 5 | 5 | | 2 | 2 | 3 | | 2 |
| г | 2 | | 3 | 5 | | | | | | | 2 | | | 3 | 3 | | 1 | | 3 | | 2 | | 3 | | 1 |
| д | 1 | | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

100 - 125 очков: поздравляем! У вас крепкая семья. Но это не значит, что ваша жизнь — «вечная весна». Скорее, результаты теста показывают, что вы с мужем имеете достаточно веры друг в друга и в свой союз, чтобы справиться с жизненными трудностями. Эти трудности как камертон, с помощью которого вы регулируете отношения. Хорошему браку необходимы: общение, вера и способность творчески решать проблемы. Ваш, как видно, в достатке обладает этими достоинствами.

75 - 99 очков: ваш брак, быть может, не идеален, но значительно лучше многих. Ваши ответы в целом демонстрируют хороший уровень удовлетворенности супружеской жизнью. И поскольку вы в общем довольны своей жизнью, то, возможно, ничего не пытаетесь в ней изменить. Между тем хороший брак всегда можно улучшить. То, что в вашей жизни нет особенных проблем, не значит, что вам не следует постараться сделать друг друга еще счастливее. Может быть, вы несколько холодноваты; может быть, слишком предсказуемы. Если бы вы стали чуть повнимательнее, выразили бы чуть больше желания поднять «планку» своего поведения, вы смогли бы убедиться, что отношения приобретают новую свежесть.

50-74 очка: может, все и выглядит нормально в повседневной текучке, но ваш брак не кажется слишком счастливым. Из ваших ответов видно, что жизнь вас не удовлетворяет, и эта неудовлетворенность действует, как вирус: поражая разные аспекты взаимоотношений, все более их ослабляет. Нет быстроедействующего лекарства для союза людей, резервы доверия и привязанности которых почти исчерпаны. Обдумайте те вопросы, на которые вы ответили «наедине». Обсудите их с мужем. Не ссорьтесь, не обвиняйте - разговаривайте!

Вероятно, это непросто, поскольку могут быть задеты весьма болезненные вопросы и обиды, о которых вы раньше не говорили. Помните только, что вы любите друг друга и именно потому поженились. Вниманием и заботой вы можете воскресить чувство, соединившее вас.

25 - 49 очков: этот нехитрый вопросник отнюдь не окончательный диагноз состояния здоровья вашего брака. Но он выявляет болезненные зоны ваших супружеских отношений. Ответ за ответом вы выбирали варианты, которые указывают на низкий уровень удовлетворенности браком. Советы, предложенные предыдущей категорией тестируемых (50 - 74), в вашем случае еще более необходимы. Вам с мужем надо искать дорогу к любви и пониманию. Если вы не можете открыто и душевно поговорить друг с другом, привлечите на помощь третью сторону - специалиста-психолога. Иначе следующим профессионалом, к которому вам придется обратиться, будет юрист, специалист по бракоразводным процессам.

МЫ И НАШИ ДЕТИ

Как мы относимся к своим детям? Первое, что приходит на ум — мы их любим. Это, конечно, хорошо, но... Знаем ли мы, чем они сейчас живут, как живет им в этом сложном мире, какие у них отношения со сверстниками, приоритеты в жизни, к чему есть склонности. На эти и другие вопросы помогут ответить тесты, представленные в этом разделе.

КАКИЕ ВЫ РОДИТЕЛИ?

Часто ли мы задумываемся над тем, хорошие ли мы родители для наших детей и справляемся ли с нашими обязанностями воспитателей? Проверьте себя, ответив на вопросы: «да», «нет», «иногда». Этот тест предлагают чешские специалисты. За каждый положительный ответ напишите 2 очка, за ответ «иногда» - 1, за отрицательный ~ 0.

1. Следите ли вы за статьями в журналах, программами по телевидению и радио на тему о воспитании? Читаете ли время от времени книги на эту тему?
2. Ваш ребенок совершил проступок. Задумаетесь ли вы в таком случае, не является ли его поведение результатом вашего воспитания?
3. Единодушны ли вы с вашим супругом в воспитании детей?
4. Если ребенок предлагает вам свою помощь, примете ли вы ее, даже если при этом дело может задержаться, а то и вовсе остановиться?
5. Исползуете ли вы форму запрета или приказа только тогда, когда это действительно необходимо?
6. Считаете ли вы, что последовательность есть один из основных педагогических принципов?
7. Создаете ли вы, что среда, окружающая ребенка, оказывает на него существенное влияние?
8. Признаете ли вы, что спорт и физкультура имеют большое значение для гармоничного развития ребенка?
9. Сумеете ли вы не приказывать, а попросить о чем-либо своего ребенка?
10. Чувствуете ли вы, что ли вам «отдельваться» от ребенка фразой типа: «У меня нет времени» или «Подожди, пока я закончу работу»?

Менее 6 очков: о настоящем воспитании вы имеете довольно смутное представление. И хотя говорят, что начать никогда не поздно, советуем вам не уповать на эту поговорку и, не мешкая, заняться повышением своего образования в этой области.

7- 14 очков: вы не делаете крупных ошибок в воспитании, но все же кое в чем над собой и своими итогами в этой области вам следовало бы задуматься. А начать можно с того, что ближайший выходной полностью посвятить детям, забыв на время приятелей и производственные проблемы. И будьте уверены - дети вас полностью за это вознаградят.

Более 15 очков: вы вполне справляетесь со своими родительскими обязанностями. И тем не менее не удастся ли еще кое-что немного улучшить?

КТО ВЫ СВОЕМУ РЕБЕНКУ: ВОСПИТАТЕЛЬ ИЛИ ПРИЯТЕЛЬ?

Многие психологи считают, что родители, пытающиеся играть роль приятеля в отношениях с детьми, забывают о том, что самой природой им предназначено быть опорой своему ребенку. Родитель, воспитатель или приятель? Попробуйте найти для себя ответ в этом английском тесте.

1. **Дочь требует переключить телевизор с фильма, который вам очень нравится, на музыкальную шоу-программу. Что вы делаете?**
 - а) выполняете просьбу и смотрите шоу вместе ней;
 - б) отвечаете, что ей придется подождать, пока закончится фильм;
 - в) обещаете купить для нее портативный телевизор;
 - г) записываете фильм на видео, а дочери позволяете смотреть шоу.
2. **Вы видите в своих детях:**
 - а) людей, равных себе?
 - б) тех, кто может помочь вам заново пережить свою молодость?
 - в) маленьких взрослых?
 - г) тех, кто постоянно нуждается в ваших добрых советах?
3. **Вы родитель средних лет и гордитесь своей шевелюрой. Какую прическу вы носите?**
 - а) которая больше всего вам подходит?
 - б) которая отвечает последней моде?
 - в) которая копирует прическу любимой «звезды»?
 - г) которая копирует стиль сына (дочери)?
4. **Поговорим о вашем возрасте:**
 - а) знают ли дети, сколько вам лет?
 - б) вы предпочитаете не признавать и не подчеркивать разницу в возрасте между вами и детьми?
 - в) скрываете ли вы свой возраст от детей?
 - г) настаиваете ли вы на том, что знаете больше, тому что старше?
5. **Как вы одеваетесь?**
 - а) подражаете стилю «звезды», любимой сыном (дочерью)?
 - б) стараетесь следовать стилю сына (дочери), полагая, что это поможет установить более тесную связь между вами?

- в) выбираете ту одежду, которая лучше всего вам подходит?
 г) следуете молодежной моде, потому что так вы почувствуете себя моложе?
6. **Как вы поступите, если заметите, что сын-подросток вдел в ухо серьгу?**
 а) посчитаете, что это его личное дело?
 б) станете подшучивать над его женственностью?
 в) скажете, что это модно, не желая, чтобы он счел вас старомодным?
 г) купите такую же серьгу и нацепите ее, чтобы составить сыну компанию?
7. **Сын (дочь) заводят музыку на полную громкость, а вы:**
 а) затыкаете уши ватой и делаете свои деда?
 б) уменьшаете громкость?
 в) миритесь с этим, раз уж ему (ей) так хочется?
 г) говорите, что это потрясающе, хотя на самом деле музыка буквально бьет вас по голове?
8. **При споре с детьми вы:**
 а) редко говорите, что они ошибаются, опасаясь, как бы они не стали отвергать вас вовсе?
 б) соглашаетесь изменить позицию, потому что дальнейший спор бесполезен?
 в) позволяете им иметь последнее слово, потому что жизнь ведь так коротка?
 г) признаете, что они правы, если они действительно правы?
9. **Дети пригласили в гости сверстников, а вы:**
 а) предоставляете их самим себе - пусть делают, что хотят?
 б) составляете им компанию, стремясь держаться на равных?
 в) спрашиваете гостей, считают ли они своих родителей тоже такими веселыми, как вы?
 г) ни во что не вмешиваетесь, но даете понять, что вы всегда рядом на случай, если что-то произойдет?
10. **Дети собираются в ночной клуб, но без вас, ваша реакция:**
 а) не удивляетесь, потому что они знают, как вам трудно выдержать эти новые танцы?
 б) печалитесь, потому что хотели потанцевать вместе с ними?
 в) обижаетесь, потому что они не хотят разделить с вами свое веселье?
 г) расстраиваетесь, потому что готовились к такому случаю пощеголять в облегающих джинсах и металлических побрякушках?
11. **Когда вы пытаетесь вести себя так, будто вы не старше своих детей, почему вы так делаете?**
 а) чтобы быть с детьми в хороших отношениях?
 б) потому что это позволяет сократить разницу в возрасте?
 в) потому что это может довольно дольше удержать семью вместе?
 г) потому что для вас это естественно?
12. **В отношениях со своими детьми вы:**
 а) обращаетесь с ними как со взрослыми?
 б) обращаетесь с ними как с маленькими?
 в) стремитесь быть их приятелем?
 г) ведете себя так, как должно родителям?

Ключ к тесту:

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| а | 3 | 3 | 0 | 1 | 2 | 0 | 1 | 3 | 1 | 0 | 3 | 2 |
| б | 6 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 0 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 |
| в | 2 | 1 | 1 | 2 | 0 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 |
| г | 1 | 0 | 3 | 0 | 1 | 3 | 3 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 |

25 - 36 очков: вы, наверное, думаете, что весело проводить время с детьми, стараясь быть с ними на равных во всем. Но это сейчас. Позднее вы можете поплатиться. Вы слишком переигрываете, взяв на себя роль приятеля собственных детей, ставя их на одну доску с вами. Ведь большинство детей прекрасно это понимают, а в результате, как считают эксперты, подспудно возрастает их нервозность. Быть просто приятелем недостаточно. Дети нуждаются в руководстве. Вам надо понять, что с разницей в возрасте ничего поделаться нельзя; и важно осознать, что именно вы призваны обеспечить своим детям чувство перспективы и преемственности, знание общественных корней и выбор места в жизни.

24 - 14 очков: ваши дети, похоже, так и не знают в точности, как же им с вами правильно держаться. Вы явно стараетесь им потакать, а затем, когда вам это нужно, пытаетесь войти в роль родителя. Рано или поздно вы захотите настоять на своем в чем-то важном, и это вызовет в детях гнев, растерянность и неповиновение. Но вы зашли еще не так далеко и можете перестать играть в приятеля, чтобы явить детям образец зрелого и ответственного поведения. И пусть вас не беспокоит опасение, что дети перестанут любить вас, если вы станете утверждать себя в родительской роли.

13 - 0 очков: так держать, мистер (или миссис) средний родитель! Вы отчаянно пытаетесь понять и оценить вечно меняющиеся настроения и нужды своих детей, иногда поддаетесь соблазну уступить им. В этом нет ничего плохого, потому что, судя по всему, вы достаточно разумны и знаете, как строить отношения с детьми на ваших, а не на их условиях. Ссоры неизбежны, однако дети вас любят, уважают и - главное - видят в вас любящего и надежного родителя. При удаче вас ожидает такое семейное счастье, какое позволяет нам выдерживать современную жизнь с ее стрессами и разочарованиями.

А ВАШ РЕБЕНОК ВУНДЕРКИНД?

Каждый ребенок имеет свои, только ему присущие черты, которые распознаются в самом раннем возрасте, и долг родителей - заметить и развить скрытые способности и задатки. Вот тут-то и может оказать родителям услугу предлагаемый тест. Все зависит от того, сколько очков получится при подсчете. Следует учесть, что объективность тестирования напрямую зависит от точных ответов на вопросы. Итак, отвечаем «да» или «нет» на все вопросы, кроме первого

- Ваш ребенок научился читать рано, до шестилетнего возраста:
 - самостоятельно - 7. очков, б) с помощью кого-то -5 очков.
- Читает много книг, причем быстро.

3. Сам или с чьей-то помощью заинтересовался словарями и энциклопедиями.
4. Легко научился читать, но испытывает трудности при чтении.
5. Занимается за закрытыми дверями, а друзья у него, как правило, старше его.
6. Предпочитает беседовать со старшими как разный с равным.
7. Задаёт много разных каверзных вопросов, ставя подчас взрослых в тупик.
8. У него готовы ответы даже, казалось бы, на самые неожиданные вопросы.
9. Иногда рассеян, но всегда умеет сделать удивительно находчивые обобщения (скажем, после просмотра кинофильма, телевизионной передачи или наблюдая за чем-то).
10. С удовольствием вступает в беседу об окружающем нас мире, даёт свою оценку явлениям.
11. Со скукой относится к однообразным, ставшим привычными делам - мытьё полов, посуды, выполнение учебных упражнений, не требующих больших усилий.
12. **Весьма** чувствителен к любой несправедливости, если даже это не касается его самого.
13. **Любит** шутить и обладает чувством юмора.
14. **Имеет** богатый словарный запас и умело использует в разговоре различные термины.
15. **Любит** сложные игры (шахматы и другие), требующие определенной смекалки.
16. В раннем возрасте интересуется тем, что изучают старшеклассники.
17. **Предпочитает** различные занятия, причем хочет делать все самостоятельно.
18. **Его** занимает Вселенная, он интересуется вопросами мироздания и всем, что касается праистории, то есть нашего изначального бытия.
19. В школе учится без особых усилий, быстро схватывает материал и имеет свое мнение по многим вопросам.
20. **Весьма** развито чувство восприятия музыки, прикладного искусства, окружающей среды и во всем ищет гармонию.

Ключ к тесту

Вопрос 1 - а) 7 очков, б) 5 очков.

Для остальных вопросов смотрите таблицу:

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20. |
| да | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| нет | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

Итак, приступаем к самому ответственному моменту - подсчету очков. Затем суммируйте полученные очки.

Если вы их набрали от 10 до 13 - это говорит о том, что ваш ребенок обладает определенными способностями, следовательно, вам надо позаботиться о том, чтобы организовать его обучение и развить их.

КАКОЙ ХАРАКТЕР У ВАШЕГО РЕБЕНКА?

Этот болгарский тест поможет вам, а заодно и вашему ребенку лучше понять его характер. Конечно, это игра, ведь нельзя так быстро, а главное, так легко познать самого себя. Но каждый вопрос заставит его сосредоточиться, проанализировать свои поступки, чувства. А это всегда полезно. Предложите своему малышу ответить «да» или «нет» на следующие вопросы.

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

Ключ к тесту

| № | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|----|
| да | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0. |
| нет | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 |

Теперь подсчитайте набранные очки.

Свыше 6 очков: ваш ребенок - уравновешенный человек, который редко создает хлопоты родителям, учителям, друзьям.

От 3 до 6 **очков:** у вашего ребенка очень изменчивое настроение и характер. Постарайтесь объяснить ему, что только проявляя постоянство и настойчивость, он будет преуспевать в жизни.

Менее 3 **очков:** внимание, родители! Ваш ребенок очень раним и чрезмерно чувствителен, поэтому он очень замкнут. Хочется сказать вашему малышу: «Почему ты не веришь в свои силы? Нужно больше доверять своим родителям и искать себе друзей среди своих соучеников!».

ВЫБИРАЕМ ПРОФЕССИЮ!

Это один из самых трудных вопросов в жизни. От правильного его решения зависит очень многое. Может быть, этот тест поможет вашему ребенку выбрать профессию?

Существует пять типов профессий.

1. Если главный; ведущий предмет труда - это растения, животные или микроорганизмы, то перед нами тип «П» - «человек - природа».

2. Если **главный**; ведущий предмет труда - технические системы, вещественные объекты, материалы, виды энергии - это будет тип «Т» - «человек - техника».

3. Тип «З» - «человек - знак» - характеризуется такими ведущими предметами труда, как условные знаки, цифры, коды, естественные или искусственные языки.

4. Тип «Х» — «человек - художественный образ» связан с условиями построения художественного образа.

5. Тип «Ч» - «человек - человек». Для этого типа главным предметом труда являются люди группы, коллективы, общность людей.

Итак, начнем с того, что либо соглашаемся с пунктами программы самооценки, либо не соглашаемся. Если соглашаешься, напиши карандашом знак «+», если нет — «-».

Пройдя все 30 пунктов, подсчитайте сумму очков в каждом из столбцов. Самое большое число будет в столбцах, соответствующих наиболее подходящим для вас типам профессий.

| | Тип специальности (по признаку предмета труда) | «П» | «Т» | «З» | «Х» | «Ч» |
|---|--|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1 | Легко (без внутренней скованности) вступаю в общение с новыми людьми | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 2 | Охотно и подолгу могу что-нибудь мастерить (или чинить, шить, вязать) | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 3 | Стараюсь придать окружающей меня среде черты красоты (говорят, что это мне удается) | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| 4 | Охотно и постоянно ухаживаю за растениями (или животными) | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Охотно и подолгу могу что-нибудь подсчитывать, вычислять или чертить | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 6 | Охотно провожу время со сверстниками или младшими, когда их нужно чем-то занять, увлечь делом или помочь | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 7 | Охотно и часто помогаю старшим по уходу за животными (растениями) | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| 8 | Делаю мало ошибок в письменных работах | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 9 | Мои изделия (то, что я делаю своими руками в свободное от учебы время) обычно вызывают интерес у товарищей, старших | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 10 | Взрослые считают, что у меня есть способности к определенному виду искусства | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 |
| 11 | Охотно читаю о растительном (или животном) мире | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 12 | Активно участвую в художественной самодеятельности | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| 13 | Охотно читаю об устройстве и работе механизмов, машин, приборов | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 14 | Подолгу могу разгадывать головоломки или сидеть над трудными задачами, кроссвордами, ребусами, мне нравится это | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 |
| 15 | Легко улавливаю разногласия между сверстниками или младшими | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 16 | Взрослые считают, что у меня есть способности к работе с техникой | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 |
| 17 | Результаты моего творчества одобряют и незнакомые мне люди | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 |
| 18 | Старшие считают, что у меня есть способности к работе с биологическими объектами (растениями или животными) | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 19 | Мне удается подробно и ясно для других излагать мысль в письменной форме | 0 | 0 | 2 | 6 | 0 |
| 20 | Почти никогда ни с кем не ссорюсь | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |

| | | | | | | |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 21 | Результаты моего технического творчества одобряют незнакомые люди | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 22 | Без особого труда усваиваю иностранные слова | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 23 | Я часто помогаю незнакомым людям | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| 24 | Подолгу, не уставая, могу заниматься любимым занятием (музыкой, рисованием и т.п.) | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| 25 | Стараюсь повлиять на ход развития растений (живых организмов), улучшить, изменить их | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 26 | Люблю разбираться в устройстве механизмов машин, приборов | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 27 | Мне обычно удается убедить сверстников или младших в целесообразности того или иного плана действий | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 28 | Охотно наблюдаю за животными или растениями | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 29 | Люблю читать литературу, которую многие считают скучной (научно-популярную, публицистику, литературную критику) | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 30 | Стараюсь понять секреты мастерства работников искусства и воспроизводить их действия (делать, как они) | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| ВАШИ РЕЗУЛЬТАТЫ: | | | | | | |

САМ СЕБЕ... ПСИХОЛОГ

А теперь перейдем к очень интересной категории тестов - тестов, определяющих характер по неосознанному поведению.

Для того чтобы «протестировать» интересующего человека, вовсе не обязательно заставлять его отвечать на предложенные вопросы, достаточно просто понаблюдать за ним, его манерой поведения, разговора, почерком, картинками, нарисованными машинально при разговоре, а после интерпретировать полученные результаты. Поступки, которые мы не осознаем (а, значит, и не контролируем), могут рассказать о нас порой гораздо больше, чем... мы этого хотим. Поэтому, для начала, можно «протестировать» самого себя или близких. А затем проанализировать полученные результаты. Если ответ покажется вам неожиданным или тем более не очень приятным, не смущайтесь. Ведь это всего лишь приятное времяпровождение!

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СЕБЯ?

Ученые установили, что два полушария нашего мозга работают совсем не одинаково. И если из двух полушарий ведущим является правое полушарие мозга, то у человека эмоции преобладают над логикой, а если «главным» оказывается левое полушарие, то у человека аналитический склад ума, т.е. здравый смысл преобладает над эмоциональностью. Предлагаемый тест как раз и позволяет выявить ведущее полушарие. Это является признаком врожденным и, как правило, не меняется до конца жизни. Правда, нужно учитывать, что при сильном волнении «главенство» полушарий может измениться: левое на правое и наоборот.

Задание 1. Переплетите перед собой пальцы рук.

Если сверху всегда оказывается левый палец - вы человек эмоциональный, правый - у вас аналитический склад ума.

Задание 2. Попробуйте «прицелиться», выбрав себе мишень и глядя на нее через своеобразную мушку - карандаш или ручку.

Правый ведущий глаз говорит о твердом, настойчивом, более агрессивном характере, левый - о мягком и уступчивом.

Задание 3. Примите «позу Наполеона» - переплетите руки на груди.

Если при этом наверху оказывается левая рука, то вы способны к кокетству, правая - склонны к простоте и простодушию.

Задание 4. Поаплодируйте.

Если удобнее хлопать правой рукой, можно говорить о решительном характере, левой - вы часто колеблетесь, прежде чем принять решение.

КЛЮЧ К ТЕСТУ

А теперь запишите руку, «ведущую» каждое из заданий.

ПППП - для вас характерен консерватизм, ориентация на общепринятое мнение (на стереотип). Вы не любите конфликтовать, спорить и ссориться.

ГОШЛ — определяющая черта вашего характера — нерешительность.

ПЛП - для вас характерны кокетство, решительность, чувство юмора, артистизм. При общении с вами необходимы юмор и решительность. Очень контактный тип характера. Этот тип у женщин встречается наиболее часто.

ППЛЛ - редкий тип характера. Мягкий. Наблюдается некоторое противоречие между нерешительностью (левое аплодирование) и твердостью характера (правый ведущий глаз).

ПЛПП - тип характера, сочетающий аналитический склад ума и мягкость. Чаще встречается у женщин — тип «деловой женщины». Медленное привыкание, осторожность, в отношениях терпимость и некоторая холодность.

ПЛЛЛ - слабый и самый редкий тип характера. Обладатели такого характера беззащитны, подвержены различному влиянию. Встречается, как правило, у женщин.

ЛППП — такое сочетание встречается очень часто. Основная черта - эмоциональность, сочетающаяся с недостаточной настойчивостью.

ЛПЛЛ - для вас характерны мягкость, наивность. Требуete особого, внимательного отношения к себе — тип «маленькой королевы».

ЛЛПП - вам присущи дружелюбие и простота, некоторая разбросанность интересов, склонность к самоанализу.

ЛЛЛЛ - в вашем характере преобладают простодушие, мягкость, доверчивость. Очень редкий тип характера, практически не встречается у мужчин.

ЛЛПП - вы эмоциональный, энергичный и решительный человек, но часто наспех принимаете решения, которые приносят серьезные осложнения. Очень важен дополнительный тормозной механизм. Мужчины с таким характером менее эмоциональны.

ЛЛЛЛ - у вас антиконсервативный тип характера. Способны на старые вещи взглянуть по-новому. Характерны эмоциональность, эгоизм, упрямство, иногда переходящее в замкнутость.

ЛЛПП - самый сильный тип характера. Вас трудно в чем-либо убедить. Вы с трудом меняете свою точку зрения. Но в то же время вы энергичны, упорно добиваетесь поставленных целей.

ЛПЛЛ - вы настойчивы в достижении поставленных целей. Обладатели такого характера — люди неуступчивые, переубедить их порой оказывается невозможно. Они склонны к самоанализу, с трудом находят себе новых друзей.

ПЛЛП - у вас легкий характер. Вы счастливо умеете избегать конфликтов, любите путешествовать. Легко находите друзей. Однако вы часто меняете свои увлечения.

ПЛЛЛ - вам присущи непостоянство и независимость, желание все сделать самому. Способность анализировать помогает вам успешно решать сложные задачи. Обычно вы кажетесь мягким, но становитесь требовательным и даже жестоким, когда доходит до дела.

ТЕСТ ПО ГРУППЕ КРОВИ

Если в Европе спрашивают: «Какой у вас знак Зодиака?», то в Японии — «Какова у вас группа крови?». По мнению японцев, группа крови в большой степени определяет характер и индивидуальные особенности человека. Это подтверждают исследования японского ученого Пошитаке Номи, в которых принимало участие более одного миллиона человек. Вот вкратце основные черты, которые Номи приписывает соответствующей категории.

I группа. Вы стремитесь быть лидером. Если поставите себе цель, будете бороться за нее, пока не достигнете. Умеете выбирать направление для движения вперед. Верите в свои силы, не лишены эмоциональности. Однако у вас есть и слаботи: вы очень ревнивы и суежливы, а кроме того, болезненно амбициозны.

II группа. Вы предпочитаете гармонию, спокойствие и порядок. Хорошо работаете с другими людьми. Кроме того, чувствительны, терпеливы и доброжелательны. Среди ваших слабостей - упрямство и неспособность расслабляться.

III группа. Вы сформировавшийся индивидуалист — явный, неприкрытый, склонный поступать так, как вам нравится. Легко приспособливаетесь ко всему, гибки, не страдаете отсутствием воображения. Однако желание быть независимым иногда может быть излишним и превратиться в слабость.

IV группа. Вы спокойны и уравновешенны, обычно люди вас любят и хорошо чувствуют себя рядом с вами. Умеете развлекать их, одновременно тактичны и справедливы по отношению к окружающим. Но иногда очень резки, а кроме того, долго колеблетесь и с трудом принимаете решения.

ПОПРОБУЙТЕ СЕБЯ В ГРАФОЛОГИИ

Уже ни для не секрет, что характер человека влияет на его почерк, и, следовательно, исследовав почерк, мы сможем кое-что узнать о его обладателе. Графология — наука, изучающая эту зависимость. Ну, а мы возьмемся за дело без всяких серьезных намерений. Можно попытаться изучить по почерку свой собственный характер или характер близких, что, кстати, значительно проще. Одно требование — почерк должен быть «в рядовом исполнении». Лучше, если человек не будет знать, зачем вы просите его написать несколько фраз на листе нелинованной бумаги. Каждая характерная черта и особенность письма оценивается определенным числом очков, затем эти очки суммируются. Итак,

Размер букв

очень маленькие - 3 очка
маленькие - 7 очков
средние — 17 очков
крупные - 20 очков

Наклон букв

наклон влево — 2 очка
легкий наклон влево - 5 очков
наклон вправо - 14 очков
резкий наклон вправо - 6 очков
прямое написание - 10 очков

Форма букв

округлые — 9 очков
бесформенные - 10 очков
угловатые - 19 очков

Направление почерка

строчки «ползут» вверх - 16 очков
строчки прямые - 12 очков
строчки «сползают» вниз - 1 очко

Интенсивность

(размашистость и сила нажима)
легкая — 8 очков
средняя — 15 очков
очень сильная — 21 очко

Характер написания слов

склонность к соединению букв в слове — 11 очков
склонность к отделению букв друг от друга — 18 очков
смешанный стиль - и то, и другое — 15 очков

Общая оценка

почерк старательный, буквы выведены аккуратно — 13 очков
почерк неровный, одни слова четкие, другие читаются с трудом — 9 очков
буквы написаны кое-как, почерк небрежный, неразборчивый - 4 очка

Теперь подведем итоги

38-51 очко: такой почерк наблюдается у людей со слабым здоровьем, у тех, кому далеко за 80.

52-63 очков: так пишут люди несмелые, робкие, пассивные, флегматичные.

64-75 очков: этот почерк принадлежит людям нерешительным, мягким, кротким, с утонченными манерами. Они немного наивны, но не лишены чувства собственного достоинства.

7-87 очков: такой почерк у людей, которые отличаются прямодушием и открытостью. Они общительны и впечатлительны, как правило, хорошие семьянины.

88-98 очков: достигший такой суммы баллов отличается честностью и добропорядочностью, имеет сильную, устойчивую психику, отважен, полон инициативы и решительности, смекались

99-109 очков: это - индивидуалисты. Люди вспыльчивые и обладающие острым и быстрым умом. Обычно независимы в суждениях и поступках, в то же время обидчивы и трудны в общении, так как резки и сварливы. Среди них бывают одаренные люди, склонные к творческой работе.

110-121 очко: такой почерк имеют люди без чувства ответственности, недисциплинированные, грубые, заносчивые.

УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ОТЛИЧИТЬ?

Предлагая читателям список из 118 черт характера, американский журнал «Омни» дает возможность проверить свои представления о характере и поведении, присущих людям разного пола.

В каждом обществе есть свои стереотипы поведения мужчины и женщины. Дети усваивают их в самом раннем возрасте, когда родители укоряюще говорят им: «Разве можно так себя вести, ведь ты же девочка (или мальчик)!». Так что у каждого из нас есть представление о том, какие качества должны быть присущи мужчине, а какие — женщине. Конечно, это представление сложилось под сильнейшим влиянием традиций и обычаев.

Попробуйте выбрать из этого списка мужские, женские и нейтральные (одинаково свойственные обоим полам) качества. Вы сможете сравнить свой выбор с выбором, который делает при прохождении этого теста большинство американцев.

- | | |
|--------------------------------|---------------------------|
| 1. Агрессивность | 12. Верность |
| 2. Активность | 13. Восприимчивость |
| 3. Амбициозность | 14. Вспыльчивость |
| 4. Аналитические способности | 15. Высокая мораль |
| 5. Атлетичность | 16. Готовность к действию |
| 6. Беззаботность | 17. Демократичность |
| 7. Беспечность | 18. Дисциплинированность |
| 8. Бодрость | 19. Доброта |
| 9. Быстрота в принятии решений | 20. Доверчивость |
| 10. Великодушные | 21. Дух соревнования |
| 11. Вера в себя | 22. Ехидность |

- | | |
|---------------------------------|---|
| 23. Жадность | 66. Прямота |
| 24. Жеманность | 67. Пунктуальность |
| 25. Женственность | 68. Развитая интуиция |
| 26. Живость | 69. Развитое воображение |
| 27. Жизнерадостность | 70. Расслабленность |
| 28. Забота о людях | 71. Ревнивость |
| 29. Задумчивость | 72. Резкость |
| 30. Застенчивость | 73. Самоуверенность |
| 31. Зредость | 74. Светскость |
| 32. Импульсивность | 75. Серьезность |
| 33. Индивидуализм | 76. Сила |
| 34. Инфантильность | 77. Сильная личность |
| 35. Искренность | 78. Склонность вести за собой |
| 36. Искушенность | 79. Склонность к доминированию |
| 37. Консервативность | 80. Склонность к идеализму |
| 38. Культурность | 81. Склонность к обладанию |
| 39. Лень | 82. Склонность к переменам |
| 40. Любовь к детям | 83. Склонность к риску |
| 41. Модность | 84. Скромность |
| 42. Мужественность | 85. Сложность |
| 43. Мягкость | 86. Сострадание |
| 44. Надежность | 87. Способность к лидерству |
| 45. Наличие собственной позиции | 88. Способность защищать свои взгляды |
| 46. Напористость | 89. Способность утешать |
| 47. Напряженность | 90. Тактичность |
| 48. Нежность | 91. Теплота |
| 49. Независимость | 92. Терпеливость |
| 50. Отвращение к ругательствам | 93. Терпимость |
| 51. Необычность | 94. Тихий голос |
| 52. Неорганизованность | 95. Трудолюбие |
| 53. Непостоянство | 96. Уважительность |
| 54. Непредсказуемость | 97. Ум |
| 55. Неторопливость | 98. Умение полагаться только на свои силы |
| 56. Общительность | 99. Умение понимать других |
| 57. Оживленность | 100. Умение пошутить |
| 58. Оптимизм | 101. Умение работать |
| 59. Опытность | 102. Умение развлечь |
| 60. Основательность | 103. Умение сочувствовать |
| 61. Открытость ума | 104. Умение убеждать |
| 62. Очаровательность | 105. Умение уступить |
| 63. Падкость на лесть | 106. Умеренность |
| 64. Привлекательность | 107. Упорство |
| 65. Привязанность | 108. Упрямство |

- | | |
|------------------------------|------------------------|
| 109. Хитрость | 114. Широта взглядов |
| ПО. Честность | 115. Эгоистичность |
| 111. Чистота | 116. Экстравагантность |
| 112. Чувство ответственности | 117. Энергичность |
| ИЗ. Чувство юмора | 118. Яркость |

Такие черты большинство американцев отнесли к мужскому типу характера (приводятся только номера по списку):

1, 3, 4, 5, 9, 11, 21, 33, 42, 45, 46, 49, 76, 77, 78, 79, 83, 87, 88, 98.

Для женщин характерны, по мнению большинства, характерны такие черты:

12, 20, 25, 27, 28, 30, 34, 40, 43, 48, 50, 63, 65, 86, 89, 91, 94, 99, 103, 105.

Остальные черты характера нейтральны.

Если ваш выбор совпал со списком, это означает, что ваши представления о нормах поведения мужчин и женщин совпадают с представлениями среднего американца. Если в тот или иной список у вас попали черты характера, считающиеся нейтральными, это может означать, что вы склонны придавать слишком большое значение проявлениям пола в поведении человека (впрочем, это может означать и то, что наши представления о роли мужчин и женщин не вполне совпадают с американскими). Если вы правильно выбрали больше мужских или больше женских черт, это означает, что вы лучше представляете себе особенности того или иного пола (не обязательно своего).

ОДИН РАЗ УВИДЕТЬ... ИЛИ, МОЖЕТ БЫТЬ, УСЛЫШАТЬ?

Психологическая игра для взрослых, которую предлагают польские психологи. У каждого из нас среди органов чувств есть как бы ведущий, который быстрее и чаще остальных реагирует на сигналы и раздражители внешней среды. Эта психологическая игра поможет вам узнать, какие органы чувств скорее «откликаются» при ваших контактах с окружающим миром.

Отвечайте на вопросы «согласен» или «не согласен». В таблице обведите кружком номера тех вопросов, на которые ответили «согласен».

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами.
2. Часто напеваю себе потихоньку.
3. Не признаю моду, которая неудобна.
4. Обожаю ходить в сауну.
5. В автомашине для меня важен цвет.
6. Узнаю по шагам, кто вошел в комнату.
7. Меня развлекает подражание диалектам.
8. Много времени посвящаю своему внешнему виду.
9. Люблю принимать массаж.
10. Когда есть свободное время, люблю рассматривать людей.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя костюм в витрине, знаю, что мне будет в нем хорошо.
13. Когда слышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое.

14. Часто читаю во время еды.
15. Очень часто разговариваю по телефону.
16. Склонен к полноте.
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому.
18. После неудачного дня мой организм в напряжении.
19. Охотно и много фотографирую.
20. Долго помню, что мне сказали приятели или знакомые.
21. Легко отдаю деньги за цветы, потому что они украшают жизнь.
22. Вечером люблю принять горячую ванну.
23. Стараюсь записывать свои личные дела.
24. Часто разговариваю сам с собой.
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя.
26. Тембр голоса многое говорит мне о человеке.
27. Очень часто оцениваю людей по манере одеваться.
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться.
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель - это для меня мука.
30. Мне нелегко найти удобные туфли.
31. Очень люблю ходить в кино.
32. Узнаю когда-либо виденные лица даже через годы.
33. Люблю ходить под дождем, когда капли стучат по зонту.
34. Умею слушать собеседника.
35. Люблю танцевать, а в свободное время заниматься спортом или гимнастикой.
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть.
37. У меня неплохая аудиоаппаратура.
38. Когда слышу музыку, отбиваю такт ногой.
39. На отдыхе не люблю осматривать памятники архитектуры.
40. Не выношу беспорядка.
41. Не люблю синтетических тканей.
42. Считаю, что атмосфера в комнате зависит от освещения.
43. Часто хожу на концерты.
44. Пожатие руки много говорит мне о данной личности.
45. Охотно посещаю галереи и выставки.
46. Серьезная дискуссия - это захватывающее дело.
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами.
48. В шуме не могу сосредоточиться.

Теперь подсчитайте, в каком разделе больше кружочков, - это ваш главный тип восприятия.

Тип А (видеть) 1 5 8 10 12 14 19 21 23 27 31 32 39 40 42 45

Тип В (ощущать) 3 4 9 11 16 18 22 25 28 29 30 35 38 41 44 47

Тип С (слышать) 2 6 7 13 15 17 20 24 26 33 34 36 37 43 46 48

Кстати, речь человека тоже может подсказать, к какому типу он принадлежит.

ТИП А (видеть). Часто употребляются слова и фразы, которые связаны со зрением, с образами и воображением. Например: «не видел этого», «это, конечно, проясняет все дело», «заметил прекрасную особенность». Рисунки, образные описания, фотографии значат для типа А больше, чем слова. Принадлежащие к этому типу люди моментально схватывают то, что можно увидеть: цвета, формы, линии, гармонию и беспорядок.

ТИП В (ощущать, осязать). Тут чаще в ходу другие слова и определения, например: «не могу этого понять», «атмосфера в квартире невыносимая», «ее слова глубоко меня тронули», «подарок был для меня чем-то похожим на теплый дождь». Чувства и впечатления людей этого типа касаются, главным образом, того, что относится к прикосновению, интуиции, догадке. В разговоре их интересуют внутренние переживания.

ТИП С (слышать). «Не понимаю, что мне говоришь», «это известие для меня...», «не выношу таких громких мелодий» — вот характерные высказывания для людей этого типа; огромное значение для них имеет все, что акустично: звуки, слова, музыка, шумовые эффекты.

Сходство типов может способствовать любви, несовпадение порождает конфликты и недоразумения. Когда неизвестно, к какому типу ты относишься и кем является кто-то тебе близкий, может, например, случиться следующее.

Ей кажется, что он ее не любит. Говорит ему об этом. Он отвечает: «Ерунда, с чего тебе это пришло в голову?», — и обнимает ее. Она вырывается, полная гнева, ведь он ни разу не посмотрел ей в глаза! Она говорит: «Оставь меня, сейчас не время для нежностей». Он чувствует себя огорченным: «Ты меня не выносишь, всегда держишь дистанцию».

Ссора висит в воздухе, чувства оскорблены, а вы, наверное, уже распознали, что она — тип А (видеть), а он — тип В (ощущать). Она ищет зрительного контакта и на этой основе судит, любит он ее или нет. Он не выражает свои чувства иначе как прикасаясь, притягивая ее к себе. Для нее это, однако, вовсе не тот сигнал, которого она ждет, поэтому и отталкивает его, чувствует себя непонятой. Это его ранит, и ему ничего не остается, как поверить, что он нелюбим. Насколько было бы лучше, если бы он догадался, что глазами можно гладить, а она поняла, что прикосновения говорят не меньше, чем взгляды.

Как мы узнаем, что нас кто-то любит?

ТИП А (видеть) — до тому, как на него смотрят.

ТИП В (ощущать) — по тому, как его касаются, ласкают.

ТИП С (слышать) — по тому, что ему говорят.

«СОВА» ИЛИ «ЖАВОРОНОК»?

Как известно, есть люди, которые предпочитают утренние часы для работы и других занятий. Этот тип людей называют «жаворонками». «Совы» же деятельны по вечерам. Тест позволит определить свою принадлежность к одной из двух категорий и понять, в какое время вы наиболее работоспособны.

1. Трудно ли вам вставать рано утром?

- а) да, почти всегда — 3;
- б) иногда — 2;
- в) редко — 1;
- г) крайне редко — 0.

2. В какое время вы предпочитаете ложиться спать?

- а) после часа ночи — 3;
- б) от половины двенадцатого до часа — 2;
- в) от 10 до половины двенадцатого — 1;
- г) до 10 часов — 0.

3. Какой завтрак предпочитаете в первый час после пробуждения?

- а) солидный — 3;
- б) обильный, но не очень калорийный — 2;
- в) достаточно одного вареного яйца или бутерброда — 1;
- г) хватит чашки чая или кофе — 0.

4. Вспомните ваши легкие раздражения или мелкие ссоры на работе и дома. В какое время они чаще всего случаются?

- а) в первой половине дня — 1;
- б) во второй половине дня — 0.

5. От чего вы могли бы легко отказаться?

- а) от утреннего чая или кофе — 2;
- б) от вечернего чая — 0.

6. Легко ли во время отпуска нарушаете привычки, связанные с приемом пищи?

- а) очень легко — 0;
- б) достаточно легко — 1;
- в) трудно — 2;
- г) привычек не меняю — 3.

7. С утра вас ждут важные дела. Насколько раньше вы ляжете вечером спать?

- а) более чем на два часа — 3;
- б) на час-два — 2;
- в) менее чем на час — 1;
- г) как обычно — 0.

8. Как точно вы можете оценивать без часов отрезок времени, равный минуте? Попросите кого-нибудь помочь вам при этой проверке.

- а) отрезок оказался меньше минуты — 0;
- б) отрезок оказался больше минуты — 2.

А теперь — результаты.

Если вы набрали от 0 до 7 баллов — вы «жаворонок». Сумма от 8 до 13 баллов свидетельствует о неопределенности типа. Вы аритмик, который время от времени впадает то в одну, то в другую крайность. От 14 до 20 баллов набрали явно выраженные «совы». Остается добавить, что у каждого типа свои преимущества. Так что только от вас зависит, сможете ли вы ими воспользоваться.

ПОЗА РАССКАЖЕТ О ХАРАКТЕРЕ

Некоторые психологи считают, что поза женщины свидетельствует об определенных чертах характера и психологическом состоянии. Станьте перед зеркалом и примите характерную для вас позу.

1. Вы имеете обыкновение опираться в основном весом на одну ногу, а второй только на каблук? Значит, вы непосредственны; в общении с людьми, любите компании. В то же время категоричны и иногда стараетесь навязать свою волю и взгляды другим. Но, возможно, это лишь ширма, маскирующая робость и неуверенность в себе.

2. Любите стоять, скрестив ноги, опираясь всем весом на одну, а вторую ставя на носок? Это говорит о неуверенности, когда приходится сталкиваться со сложными жизненными ситуациями. Для вас характерна осторожность, граничащая с подозрительностью, что затрудняет контакты с людьми, усложняет отношения в семье, на работе.

3. Ставите ноги гак, что носки обуви касаются один другого? Поза характерна для юных: говорит об инфантильности или чрезмерной простоте.

4. Ставите ноги по-военному - пятки вместе, носка врозь? Это поза деловой женщины, реалистки, на которую можно положиться. Вы решительны, в нужный момент смело даете отпор, за словом в карман не полезете. Однако порой вы слишком нетерпимы, и это усложняет жизнь.

5. «Спортивная стойка» - ноги на уровне плеч (может быть, одна чуть впереди, другая сзади) - говорит не о характере, а о том, что женщина устала, что ею владеют равнодушие и безразличие.

ОХ, УЖ ЭТА СУМОЧКА!

Тайна женского характера может быть раскрыта, если обратить внимание на то, какую сумку выбирает себе женщина и как ее держит - считают испанцы, предлагая этот тест.

Сумка больших размеров характерна для деятельной натуры с широким кругозором и повышенной работоспособностью. Обычно такая сумка легко открывается и имеет много отделений (только не путайте ее с хозяйственной сумкой).

Изящную сумочку носят утонченные натуры, уделяющие немало времени своей внешности и туалету. Они, хотя и ходят на работу, основную часть времени посвящают посторонним разговорам.

Миниатюрная сумочка без ручки - так называемая косметичка. В нее кладут ключи, косметику, блокнот, ручку, мелочь. Ее небольшой объем говорит о сдержанности и организованности обладательницы.

А теперь о том, как женщина держит сумочку.

За ручку (рука опущена). О такой женщине можно сказать, что она умеренна во всех отношениях. Ей присущи благопристойность и пунктуальность.

Рука продета через ручку. Если локоть прижат к талии, можно говорить о таких качествах, как любовь к порядку и умение вести хозяйство, а также о чувстве собственного достоинства. Для такой женщины важно никоим образом не упасть в глазах окружающих. Вот почему она старается при любых обстоятельствах сохранять отличную форму. Если рука, на которую надета сумочка, поднята вверх, к плечу, то женщину можно охарактеризовать как смелую, энергичную и не склонную избегать проблем. Она общительна и немного боится одиночества. **Манера держать сумку за угол** часто сочетается с привычкой оставлять ее где попало. Это свойственно исключительно самоуверенной женщине, безразлично относящейся к тому, что о ней думают окружающие, и весьма привязанной к своему - нередко ошибочному - мнению.

Сумка через плечо - признак стеснительности и неуверенности, когда рука опущена и мало подвижна. Если же рука движется легко и непринужденно, сумка через плечо — свидетельство жизнерадостного характера: женщина довольна собой

и окружающими, стремится понравиться, желает обратить на себя внимание, не равнодушна к комплиментам.

Сумка под мышкой говорит о замкнутости, за которой нередко скрываются независимость, серьезность и эмоциональная устойчивость.

А если заглянуть внутрь?

Психологи убеждены: по тому, что хранится в женской сумочке, можно многое узнать о ее хозяйке. Попробуйте провести небольшой эксперимент. Конечно, не стоит слишком буквально воспринимать приведенные характеристики. Отнеситесь к ним с юмором. Кстати: подобное можно провести и для мужчин - вместо сумочки можно взять портфель или бумажник.

Стиль «хаос». В сумочке этого стиля вещи первой необходимости лежат глубоко на дне. Приходится вынимать половину содержимого, чтобы разыскать проездной билет или записную книжку. Что можно сказать о владелицах таких сумочек? Очевидно, они живут под девизом «Никаких проблем!» Необщительные, радужные, они, тем не менее, могут «запросто» подвести любого, забыв об обещании и не видя в этом ничего плохого. Легко знакомятся, легко расстаются. И еще одна особенность: никогда нельзя настаивать, чтобы люди такого склада что-то быстро сделали или нашли. Это их выводит из равновесия. И в быту, и на работе с такими людьми трудно.

Стиль «образцовый порядок». Здесь сумочка - полная противоположность предыдущей. Все, что потребуется, всегда под рукой. Сама сумочка никогда не будет крикливого цвета, предпочтение отдается мягким цветам и строгим формам. Характер женщин, имеющих такие сумочки, активный и надежный. Они корректны, вежливы, уверены в себе. Имеют организационные способности.

«Коллекционная сумочка». В ней использованные билеты в кино и театр, смятые рецепты, проспекты, пуговицы, вырезки из газет и журналов с полезными советами, конверты, письма, фотографии...

Владелицы таких сумочек мечтательны и несколько безалаберны, не слишком практичны в житейских делах. На все случаи жизни. Чего здесь только нет! Запасные очки, набор лекарств, малый телефонный справочник, дезодорант, маникюрные принадлежности, несколько комплектов ключей, нитки с иглой, полиэтиленовые мешочки... Такой набор свидетельствует о деловитости, практичности и житейской мудрости женщины. А иногда и о добром сердце. Но если все это (или почти все) окажется в портфеле у мужчины, то его можно назвать человеком педантичным и неустроенным в жизни.

Деловой стиль. В сумочке постоянно находятся записные книжки, набор почтовых марок и конвертов, толстая тетрадь, специализированный журнал и свежая газета, обязательно ручка — и не одна. В последнее время в этом комплекте появился электронный калькулятор. Подобное содержимое сумочек могут иметь люди с разными наклонностями и разным характером. И все же их, пожалуй, отличают самоуверенность, недостаток юмора и довольно наивное представление о многих житейских делах.

ХАРАКТЕР... ПО КАБЛУКАМ

Стоптаннные башмаки выглядят не слишком красиво, зато многое могут поведать внимательному глазу.

Если каблук стерт на внутреннем крае – мужчина нерешителен, а у женщины хороший характер.

Если каблук сношен по наружному краю – его владелец инициативный человек, а если уж очень искривлен каблук наружу – владелец каблуков склонен к беспечности.

Ровно сношенный мужской каблук указывает на дружелюбие хозяина обуви. Если речь идет о женском каблуке, его хозяйка, скорее всего, хорошая мать.

А ЧТО ПРИТАИЛОСЬ В ШКАФУ?

А теперь заглянем в шкаф...

Если там царит идеальный порядок: одежда аккуратно развешена, вычищена, выглажена, ничего не скомкано, не засунуто кое-как, хозяйка — образец для подражания. Она времени зря не тратит, весьма предусмотрительна, рациональна. Но не скучно ли с ней?

Шкаф, полный бумаг, школьных тетрадок, старых писем, открыток, билетов и талончиков, указывает на замкнутую натуру, не любящую делиться своими воспоминаниями, очень чувствительную и ранимую.

Обилие всякого старья в шкафах говорит о том, что их владелец – неисправимый мечтатель. Перебирая вещи, человек строит веяние планы, переживает их в своем воображении, но редко реализует.

КАК ВЫ СПИТЕ?

Оказывается, можно угадать характер человека по той позе, в которой он обычно спит. Французский психолог Пьер Давийо, изучая различные позы людей во время сна, пришел к выводу, что:

спящие на животе недовольны, как правило, своей жизнью, или, по крайней мере, профессией,

спящие на спине – сильные личности и вдобавок вполне удовлетворены своим образом жизни,

на правом боку спят люди прагматичные и целеустремленные,

на левом – творческие личности,

тот, кто спит, свернувшись калачиком или прижав к себе подушку, склонен к тоскливым настроениям и нуждается в нежности,

мрачные пессимисты чаще других укрываются одеялом с головой.

А как спите вы?

ГУБНАЯ ПОМАДА И ХАРАКТЕР

О характере женщины многое может поведать и ее губная помада. Рассмотрите внимательно стержень помады, которой пользовались много раз. Итак,

Если помада острозаточенная перед вами практичная, солидная женщина, не разменивающаяся по мелочам, знающая, что хочет и чего ей недостает.

Если верх помады равномерно отточен и закруглен – владелица умеет за себя постоять, не боится безалаберности. Любой пустяк способен вывести ее из себя.

Слушайте с ней сентиментальные романы, спокойно гуляйте по вечерам, дарите красивые безделушки – и все будет в порядке.

Верх помады заострен, как карандаш. Это знак того, что ее хозяйка высокомерна, не слишком считается с мнением других. Она нелегко сходит с людьми, однако считает себя идеальной женой.

Верх помады как бы срезан горизонтально у оптимистки: она жизнерадостна, прямолинейна, непосредственна, к житейским мелочам не чувствительна. И не обижайтесь, если она иногда высказывает правду в глаза.

Столбик помады стерт наискосок? Перед вами большая фантазерка. Предприимчивая, но не всегда практичная. Близким подругам многое прощает, но мужское общество предпочитает женскому.

И наконец, помада стесана самым естественным образом – тупым конусом. Эта девушка обладает веселым характером и довольна своей судьбой.

Ну, а если **женщина не красит губы** – утешайтесь тем, что женская душа всегда загадочна и непостижима...

ВАШУ РУЧКУ, ПОЖАЛУЙСТА!

«Здравствуйте!», – говорите вы и протягиваете руку. А как подают руку вам?

Если ладонью вниз – человеку есть что скрывать.

Открытая натура «душа нараспашку» подает руку ладонью вверх. Большинство людей – «середина на половину»: кое в чем открыты, кое в чем сдержанны – они обычно подают ладонь ребром.

Обмениваясь рукопожатием, обратите внимание на часы своего знакомого или партнера.

Механические часы с арабскими цифрами на циферблате могут свидетельствовать, что перед вами консерватор.

Если **часы имеют указатель даты** – будьте настороже: не исключено, что их владелец умеет извлечь для себя выгоду из любой ситуации.

Слабохарактерные и нерешительные люди часто обзаводятся **часами со звуковым сигналом.**

Если же **человек не носит часов вообще** – он молод духом, энтузиаст и романтик, которого еще многому жизнь поучит.

ПЛАВНЫЕ ОВАЛЫ, ОСТРЫЕ УГЛЫ...

Беседуя по телефону или участвуя в заседаниях-совещаниях, мы нередко, почти не отдавая себе в том отчета, начинаем выводить на листке бумаги узоры, рожицы или геометрические фигуры. Не спешите выбрасывать свои художества! Как считают зарубежные психологи, каракули могут немало рассказать о вашем характере или настроении.

Отдельные черточки в пустом пространстве (параллельные или под углом) рисуют интраверты. Иногда это люди, запуганные большим миром, старающиеся оставаться в тени. Одна прямая линия означает, что автор рисунка не способен предпринимать самостоятельные действия и часто загоняет себя в ловушку, им же созданную.

Спирали, круги, волнистые линии. Чужие проблемы не слишком вас заботят или вообще не интересуют, мешают вам или кажутся обременительными. Если вы вынуждены заниматься чужими делами, то пытаетесь покончить с ними как можно скорее. Почему? Все ваше внимание в настоящий момент сосредоточено на собственной персоне. Возможно, вы переживаете легкий кризис или от вас требуется принять какое-либо решение. Если вы заметили, что начинаете рисовать спирали, имейте в виду: сейчас вам необходимо особо следить за собой, чтобы не вспылить и не нанести собеседнику оскорбление.

Сетки. Вы чувствуете, что попали в рискованное или же просто неловкое положение. Каждая решительная, жирная линия - это атака, которую вы не решаетесь предпринять. Если под конец вы обведете свой рисунок - это значит, что с проблемой покончено, по крайней мере, внешне. Вы чаще всего склонны проглатывать обиду и раздражение. А это таит в себе опасность: у вас в душе накапливается разочарование и вы чувствуете себя все более и более несчастным.

Узоры, как на обоях. Острые углы и плавные овалы соединяются в мотив, повторяющийся до бесконечности. Такой узор говорит о том, что вам скучно, надоел телефонный разговор, а может быть, вообще весь ваш образ жизни. Можно начать с пустяка: скажем, выкинуть нечто экстравагантное, такое, что вы всегда хотели, но не решились сделать. Это разрушит однообразие, действующее на вас так угнетающе.

Кресты. Женщины обычно придают им вид украшений, у мужчин они более строгих очертаний. В обоих случаях кресты выражают чувство вины, возникшее, скорее всего, в ходе разговора. Что-то вас тяготит: или вы себя укоряете сами или вас упрекнул собеседник. Надо непременно обсудить причину - правда, не обязательно сию же минуту. В противном случае вам предстоит еще долго мучиться.

Квадраты, треугольники и другие геометрические фигуры. Ясно одно: вас легко не проведешь. У вас четкие цели и убеждения, вы почти никогда не скрываете своего мнения. Вы редко испытываете страх перед своими противниками и конкурентами. Обычно вы сосредоточены. Чем более угловаты геометрические формы, тем более вы агрессивны, хоть внешне это и не всегда заметно. Это качество сковывает вашу фантазию и не позволяет вам расслабиться. Постарайтесь смотреть на вещи проще.

Пирамида, куб, шар говорят, что их автор способен учитывать несколько вариантов при принятии решений. Таким людям хорошо удается работа, требующая конкретизации абстрактной идеи.

Пчелиные соты. Они говорят о стремлении к спокойствию, гармонии, к упорядоченной жизни. Они могут означать и желание создать семейное гнездо. Задумайтесь над последним объяснением! Вероятно, ваша проблема - в нежелании признать перед самим собой существование такой мечты. Рисунок выдает ваши скрытые мысли.

Шахматные поля. По-видимому, вы оказались в весьма неприятном или, по крайней мере, затруднительном положении. Вы мечтаете о ясном и надежном пути, который выведет вас из него. В данный момент не следует что-либо скрывать или замалчивать. Если такие изображения появляются часто, то вы, вероятнее всего, страдаете от скрытых комплексов

Переплетение кругов. Мысль о стабильной связи? Возможно. Но чаще такой рисунок отражает желание участвовать в чем-то. В настоящий момент вы чувствуете, что находитесь вне событий. Может быть, хотите кому-то помочь, но не знаете, как. Или кто-то справляет праздник, а вас не пригласил. Постарайтесь уяснить, почему вы «вне игры», и как-нибудь исправить положение.

Переплетение сердец. Вы переполнены чувствами. Хочется расцеловать весь мир. Обратите внимание: чем строже слова, которые вы произносите, тем большие масштабы приобретает рисунок. Не надо держаться так холодно и скрывать свои чувства. Выскажите их!

Цветы, деревья, пасторальные сцены рисуют обладатели чувствительного нрава. Они любят природу, все прекрасное, живут в ладу с собой и охотно проводят время за городом.

Цветочки, солнце, гирлянды. На душе у вас вовсе не так весело, как это может показаться, скорее наоборот. Вы больше всего мечтаете о дружбе и нежности, а слова, которые вертятся на языке, невольно переносите на бумагу: «Обратите на меня внимание!» Если ваша рука начинает выводить цветочки или солнце, поспешите навесить хороших друзей или, по крайней мере, постарайтесь в ближайшее время находиться среди людей.

Поезда, самолеты, корабли рисуют совсем не любители путешествий. Наоборот, эти изображения часто успокаивают людей, находящихся в состоянии ярости, в тупике, в ловушке, когда единственным выходом кажется быстрый разрыв отношений, перемена работы, отъезд.

Человечки. Пусть их веселый вид не вводит вас в заблуждение. Это изображение - признак беспомощности или желания уклониться от какой-то обязанности. Люди обычно рисуют человечков в момент, когда им следовало бы сказать решительное «нет», но они не могут заставить себя произнести это слово. Так что человечка надо воспринимать как предупреждение и сказать себе: «Не сдавайся! Откажись, иначе потом будешь сокрушаться из-за собственной слабости!»

Лица. Человек, рисуя лица, думает, что рисует других, а на самом деле - самого себя, свое внутреннее состояние. Хмурое лицо - ликое собственной неудовлетворенности, улыбка - отражение довольства, гримасы выражают боль и смутнение. Большие, широко расставленные глаза говорят об оптимизме и любви к жизни «художника». Широкая физиономия с точками вместо глаз и черточкой рта - отчуждение.

Если человек вновь и вновь пишет свое имя, экспериментируя в элементах украшения, он находится в состоянии кризиса и не уверен в правильности принимаемых им решений. Писать свое имя - способ самоутверждения, преодоления эмоциональных Или интеллектуальных конфликтов.

ВАШ ЦВЕТ, МАДАМ?

Все мы, как правило, предпочитаем какой-то один цвет всем другим - ну, может быть, не один, а два-три. По наблюдениям известного психолога Люшара, оказывается, цвет, который вы любите больше других, может кое-что рассказать о вашем характере, эмоциональном складе.

Выберите из нижеследующих цветов:

БЕЛЫЙ - это синтез всех цветов, поэтому он как бы «идеальный», «цвет мечты». В нем заложен многоязычный смысл - ведь это одновременно и блеск света, и холод льда. Этому цвету может отдать предпочтение человек с любым характером. Этот цвет никогда не отталкивает.

ЧЕРНЫЙ противостоит белому. Этот цвет символизирует мрачное восприятие жизни. Тот, кто предпочитает одеваться в черное, нередко и жизнь воспринимает в темных тонах, бывает не уверен в себе, несчастлив. Такой человек, как правило, считает, что его идеалы в жизни недостижимы. Однако частая смена костюма, платья черного цвета на другой, более яркий, броский, говорит о том, что пессимистические настроения часто развеиваются.

СЕРЫЙ - любимый цвет рассудительных и недоверчивых натур, которые долго думают, прежде чем принять какое-нибудь решение. Этот нейтральный цвет предпочитают также те, кто боится слишком громко заявить о себе. Этот цвет не любят люди импульсивные, легкомысленные.

КРАСНЫЙ - цвет страстей. Его любят люди смелые, волевые, властные, вспыльчивые. У людей, которых этот цвет раздражает, обнаруживается страх перед ссорами, склонность к уединению. Они стабильны в отношениях.

ОРАНЖЕВЫЙ - любимый цвет людей, обладающих интуицией, и страстных мечтателей. Правда, согласно геральдике, этот цвет означает также лицемерие и притворство...

КОРИЧНЕВЫЙ предпочитают те, кто уверенно стоит на ногах. Люди, которые имеют к нему слабость, ценят традиции, семью. Раздражает самолюбивых людей.

ЖЕЛТЫЙ - символизирует спокойствие, непринужденность в отношениях с людьми, интеллигентность. Человек, который его любит, общителен, любопытен, смел, легко приспосабливается к обстоятельствам, получает удовольствие от возможности нравиться, привлекать к себе людей. Когда же он неприятен, то речь идет о человеке сосредоточенном, пессимистически настроенном, с которым трудно завязать знакомство.

САЛАТНЫЙ - нравится людям властным, которые стремятся навязать свою волю другим, но сами боятся действовать, дабы не попасть в затруднительное положение.

РОЗОВЫЙ - это цвет весны, всего живого. Любящие его люди чувствительны, они могут разволноваться по самому незначительному поводу. У людей прагматичных этот цвет вызывает раздражение.

ФИОЛЕТОВЫЙ цвет говорит об очень большой эмоциональности, высокой духовности и деликатности человека. Это цвет гармонично развитых людей. Не любят его люди с чрезмерно развитым чувством долга, а также те, кто предпочитает жить только настоящим.

СИНИЙ - цвет неба, его обычно связывают с духовной возвышенностью человека; его чистотой. Он нравится скромным и меланхоличным натурам. Им крайне важно чувство уверенности, благожелательности окружающих. В неприязни цвета раскрывается человек, который хочет произвести впечатление, что может все на свете. Безразличны к этому цвету люди несколько легкомысленные в области чувств, хотя и внешне очень обходительные.

ЗЕЛЕНЫЙ - цвет самой жизни. Тот, кто его предпочитает, боится чужого влияния, ищет способа самоутверждения, так как это для него жизненно важно. Тот, кто его не любит, страдает житейских проблем, превратностей судьбы, вообще всех трудностей.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| КАКОВ ВАШ ХАРАКТЕР? | 2 |
| КТО ВЫ –КАПИТАН? РУЛЕВОЙ? ПАССАЖИР? | 4 |
| ДОВОЛЬНЫ ЛИ ВЫ СОБОЙ? | 5 |
| КТО ВЫ - ЭКСТРАВЕРТ, ИНТРАВЕРТ ИЛИ ДАЖЕ АМБАВЕРТ? | 6 |
| СИЛЬНЫЙ ЛИ У ВАС ХАРАКТЕР? | 7 |
| РЕШИТЕЛЬНЫ ЛИ ВЫ? | 8 |
| НАСКОЛЬКО ВЫ ОПТИМИСТИЧНЫ? | 10 |
| НАСКОЛЬКО У ВАС РАЗВИТА ИНТУИЦИЯ? | 13 |
| КОММУНИКАбельНЫ ЛИ ВЫ? | 14 |
| КАКОЙ ВЫ ДРУГ? | 16 |
| ТАКАЯ РАЗНАЯ ЛЮБОВЬ | 19 |
| ХОРОШАЯ ЛИ ВЫ ПАРА? | 19 |
| ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ? | 20 |
| НАСКОЛЬКО ГЫ РЕВНИВА? | 21 |
| НАСКОЛЬКО ТЫ С ЕКСУАЛЬНА? | 22 |
| КАК СИЛЬНО ТВОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ? | 25 |
| СЕМЬЯ, КАК НА ЛАДОНИ | 27 |
| ТЕСТ ДЛЯ ЖЕНИХА И НЕВЕСТЫ | |
| СМОГУТ ЛИ ВАШИ ЧУВСТВА ВЫДЕРЖАТЬ ИСПЫТАНИЕ | |
| СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНЬЮ? | 27 |
| ЗАМУЖ –НЕ НАПАСТЬ (ВСТУПАЮЩИМ В ЗАКОННЫЙ БРАК, | |
| ПОСВЯЩАЕТСЯ) | 30 |
| ХОРОШО ЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ СВОЕГО СУПРУГА? | 33 |
| НАСКОЛЬКО ПРОЧЕН ВАШ БРАК | 34 |

| | |
|---|----|
| МЫ И НАШИ ДЕТИ | 38 |
| КАКИЕ ВЫ РОДИТЕЛИ?..... | 38 |
| КТО ВЫ СВОЕМУ РЕБЕНКУ: ВОСПИТАТЕЛЬ ИЛИ ПРИЯТЕЛЬ?..... | 39 |
| А ВАШ РЕБЕНОК ВУНДЕРКИНД?..... | 41 |
| КАКОЙ ХАРАКТЕР У ВАШЕГО РЕБЕНКА?..... | 43 |
| ВЫБИРАЕМ ПРОФЕССИЮ!..... | 43 |
| САМ СЕБЕ... ПСИХОЛОГ..... | 47 |
| ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СЕБЯ ?..... | 47 |
| ТЕСТ ПО ГРУППЕ КРОВИ..... | 48 |
| ПОПРОБУЙТЕ СЕБЯ В ГРАФОЛОГИИ | 49 |
| УМЕЕТЕ ЛИ ВЫ ОТЛИЧИТЬ?..... | 50 |
| ОДИН РАЗ УВИДЕТЬ... ИЛИ, МОЖЕТ БЫТЬ, УСЛЫШАТЬ? | 52 |
| «СОВА» ИЛИ «ЖАВОРОНОК»?..... | 54 |
| ПОЗА РАССКАЖЕТ О ХАРАКТЕРЕ..... | 55 |
| ОХ, УЖ ЭТА СУМОЧКА!..... | 56 |
| ХАРАКТЕР... ПО КАБЛУКАМ..... | 57 |
| А ЧТО ПРИТАИЛОСЬ В ШКАФУ?..... | 58 |
| КАК ВЫ СПИТЕ?..... | 58 |
| ГУБНАЯ ПОМАДА И ХАРАКТЕР..... | 58 |
| ВАШУ РУЧКУ, ПОЖАЛУЙСТА!..... | 59 |
| ПЛАВНЫЕ ОВАЛЫ, ОСТРЫЕ УГЛЫ..... | 59 |
| ВАШ ЦВЕТ, МАДАМ?..... | 61 |

«ТЕСТИ»

(російською мовою)

Автор-упорядник: Махно В.

Видавництво «Слово» спільно з ППД

Видавництво «Слово», 49038, м. Дніпропетровськ, вул. Вокзальна, 5.

Свідоцтво ДК № 646 от 26.10.2001

Надруковано у друкарні ЧП «Поліслав», м. Дніпропетровськ

Замовлення №132

ISBN 966-8258-78-9

© Видавництво «Слово», 2003

Опт.виреалізація: (056) 721-93-29