

Выявление особенностей темперамента и уверенности в себе (для 5 класса)

Тест по выявлению особенностей темперамента

1. За новое дело я принимаюсь:

- а. С нетерпением, быстро.
- б. С творческой энергией.
- в. Спокойно обдумав весь процесс работы.
- г. С чувством неуверенности в своих возможностях.

2. В незнакомом, новом для меня месте я чувствую себя:

- а. Как хозяин, стремлюсь сразу показать всем, кто я есть.
- б. Свободно, на равноправных началах, общаюсь с людьми.
- в. Довольно спокойно, стараюсь поменьше обращать на себя внимание.
- г. Очень неуютно, стараюсь быстрее уйти.

3. Из-за неудач в работе или учебе я:

- а. Сильно сержусь на себя, школу, родителей, товарищей.
- б. Огорчаюсь, но стараюсь быстро найти и устранить причину неудачи.
- в. Сильно не переживаю, спокойно ищу причину неудачи.
- г. Могу расплакаться и долго не могу забыть о неудаче.

4. Моя речь:

- а. Быстрая, сбивчивая, ход мысли опережает речь.
- б. Быстрая, уверенная, помогаю себе мимикой и жестами.
- в. Медленная, разборчивая, уверенная.
- г. Медленная, неуверенная, говорю довольно тихим голосом, кажется, что мысли путаются у меня в голове.

5. Начиная новое дело я:

- а. Берусь за него с большим желанием, но редко довожу до конца.
- б. Берусь за него с большим желанием и если оно мне очень нравится, довожу его до конца.
- в. Берусь за него тщательно все обдумав и постепенно довожу его до конца.
- г. Берусь за него с чувством неуверенности в том, что смогу это сделать.

6. Я предпочитаю читать сказки, в которых:

- а. Герои подвергаются испытаниям на верность дружбе, любви.
- б. Подробно описано величие нарядов, дворцов, героев, их жизнь.
- в. Герои трудятся и за свой упорный труд получают награду.
- г. Подробна описана природа, чувства и переживания героев.

Если в ответах преобладает: а - холерик, в - флегматик, б - сангвиник, г - меланхолик.

Тест "Самооценка уверенности в себе"

Отметьте в листе ответов знаком "+" свое согласие с приведенными высказываниями, а несогласие знаком "-".

Подсчитайте сумму баллов, один "+" = 1 баллу.

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Чаще всего у меня хорошее настроение.
3. Со мной все ребята советуются, считаются.
4. Я уверенный в себе человек.
5. Считаю, что я сообразительный и находчивый.
6. Я уверен, что всегда всем нужен.
7. Я все делаю хорошо.
8. В будущем я обязательно осуществлю свои мечты.
9. Люди часто помогают мне.
10. Я стараюсь обсуждать мои планы с близкими людьми.
11. Я люблю участвовать в спортивных соревнованиях.
12. Я проявляю самостоятельность в учебе и труде.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Я стараюсь планировать свою деятельность.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Я уверен, что в будущем добьюсь успеха.
17. Мне нравится принимать участие в различных олимпиадах и конкурсах.
18. Я учусь лучше, чем все остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. Ученье для меня не представляет труда.

Расшифровка:

17 - 20 баллов - высокая степень уверенности в себе, самостоятельность и решительность при принятии ответственных решений.

11 - 16 баллов - потребность в обсуждении своих действий с друзьями, близкими; избирают задачи средней трудности.

1 - 10 баллов - неуверенность в своих силах, в мнении достигнутого критичны, явно занижен уровень притязаний в планируемой деятельности.