

Задания на период с 13.04 по 18.04 для групп 1.1 – 1.6 «Активист», а также для группы «Психология и я».

Вам предложены две диагностики, которые необходимо пройти в период с 13.04 по 18.04, а результаты с АНАЛИЗОМ отправить мне (Труфанова Александра Олеговна) в социальной сети – Вконтакте личным сообщением.

1. ДИАГНОСТИКА ОБЩИТЕЛЬНОСТИ

Тест «Общительность»

На вопросы, приведенные ниже, дайте ответы: «да» (2 балла), «нет» (0 баллов), «иногда» (1 балл) и сосчитайте сумму набранных баллов.

Вопросы.

1. Вам предстоит деловая встреча. Выбивает ли вас ее ожидание из колеи?
2. Откладываете ли вы визит к врачу до тех пор, пока станет невмоготу?
3. Вызывает ли у вас неудовольствие и даже смятение поручение выступить с докладом, сообщением на каком-либо собрании, совещании?
4. Вам предлагают выехать в командировку, в город, где вы ни-когда 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 обращается к вам с просьбой?
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 вернуть вам 100 руб., которые он занял несколько месяцев назад?
9. В ресторане или в столовой, если вам подали явно некачественное блюдо, вы промолчите, лишь рассержено отодвинув тарелку?
10. Оказавшись один на один с незнакомым человеком, вы не вступите с ним в беседу и будете тяготиться, если первым заговорит он. Так ли это?

11 Вас приводит в ужас любая длинная очередь - в магазине, кинотеатре... Предпочитаете ли вы скорее отказаться от своего намерения, нежели чем встать в хвост и томиться в ожидании?

12. Боитесь ли вы участвовать в комиссии по каким-либо конфликтным ситуациям?

13. У вас есть собственные, сугубо индивидуальные критерии оценки произведений литературы, искусства, культуры, и никаких чужих мнений на этот счет вы не приемлете? Это так?

14. Услышав в «кулуарах» явно ошибочное высказывание по хорошему известному вам вопросу, предпочитаете и вы промолчать и не вступать в спор?

15. Вызывает ли у вас досаду просьба помочь кому-то разобраться в служебном вопросе, учебной теме?

16. Охотнее ли вы излагаете свою точку зрения в письменной форме, чем устной?

А теперь подсчитайте сумму баллов:

30...32 - вы явно некоммуникабельны, и это беда, от которой страдаете больше вы сами.

25...29 - вы замкнуты, неразговорчивы, предпочитаете одиночество, поэтому у вас мало друзей.

19... 24 - вы достаточно общительны, в незнакомой ситуации чувствуете себя вполне уверенно. В ваших высказываниях может быть порой слишком много сарказма, причем, без веских оснований. Но эти недостатки исправимы.

14... 18 - у вас нормальная коммуникабельность. Без неприятных переживаний начинаете новое дело, идете на встречу с новыми людьми. Хотя, вероятно, не любите шумных компаний, многословие вас раздражает.

6...15 - Вы, должно быть, «рубаха-парень», всюду чувствуете себя в своей тарелке, охотно высказываетесь по любому вопросу, даже если имеете о нем поверхностное представление. Беретесь за любое дело, хотя не всегда можете успешно довести его до конца. Задумайтесь над этим.

5 и менее - ваша общительность явно чрезмерна, вы говорливы, многословны, вмешиваетесь в дела, которые не имеют к вам никакого отношения. Вспыльчивы, нередко необъективны. Людям трудно с вами.

2. ДИАГНОСТИКА СПОСОБНОСТИ СЛУШАТЬ

Тест «Умеете ли вы слушать?»

Отметьте ситуации, вызывающие у вас неудовлетворение, досаду или раздражение при беседе с любым человеком) будь то ваш товарищ, сослуживец, начальник или случайный собеседник.

1. Собеседник не дает мне высказаться, постоянно прерывает меня во время беседы.
2. Собеседник никогда не смотрит на меня во время разговора.
3. Собеседник постоянно суетится: карандаш я. бумага занимают его больше, чем мои слова,
4. Собеседник никогда не улыбается.
5. Собеседник всегда отвлекает меня вопросами и комментариями.
6. Собеседник старается опровергнуть меня.
7. Собеседник вкладывает в мои слова другое содержание.
8. На мои вопросы собеседник выставляет контрвопросы.
9. Иногда собеседник переспрашивает меня, делая вид, что не расслышал.
10. Собеседник, не дослушав до конца, перебивает меня лишь затем, чтобы согласиться.
11. Собеседник при разговоре сосредоточенно занимается посторонним: играет сигаретой, протирает стекла очков и т. д., и я твердо уверен, что он при этом невнимателен.
12. Собеседник делает выводы за меня.
13. Собеседник всегда пытается вставить слово в мое повествование.
14. Собеседник смотрит на меня внимательно, не мигая.
15. Собеседник смотрит на меня, как бы оценивая. Это беспокоит.

16. Когда я предлагаю что-нибудь новое, собеседник говорит, что он думает так же.

17. Собеседник переигрывает, показывая, что интересуется беседой, слишком часто кивает головой, ахает и поддакивает.

18. Когда я говорю о серьезном, собеседник вставляет смешные истории, шуточки, анекдоты.

19. Собеседник часто смотрит на часы во время разговора.

20. Собеседник требует, чтобы все соглашались с ним. Любое его высказывание завершается вопросом: «Вы тоже так думаете?» или «Вы не согласны?»

Подведем итоги. Итак, количество ситуаций, вызывающих у вас досаду и раздражение, составляет:

14 - 20 - Вы плохой собеседник, и вам необходимо кропотливо работать над собой и учиться слушать.

8 - 14 - Вам присущи некоторые недостатки, вы критически относитесь к высказываниям, но вам еще не достаёт некоторых достоинств хорошего собеседника, избегайте поспешных выводов, не заостряйте внимания на манере говорить, не притворяйтесь, ищите скрытый смысл сказанного, не монополизируйте разговор.

2 - 8 - Вы хороший собеседник. Но иногда отказываете партнеру в полном внимании. Повторяйте вежливо его высказывания, дайте время высказать свою мысль полностью, приспособляйте свой темп мышления к его речи и можете быть уверены, что общаться с вами будет еще приятнее.

0 - 2 - Вы отличный собеседник. Вы умеете слушать. Ваш стиль общения может стать примером для окружающих.