

# Чувствовать рядом с собой человека



# *Тест «Обидчивы ли вы?»*



1. Легко ли вам испортить настроение?
2. Долго ли вы помните обиду и обидчика?
3. Долго ли вы переживаете мелкие неприятности (чей-то недоброжелательный взгляд, едкое замечание, испачканный рукав шинели, и так далее)?
4. Долго ли можете находиться в таком состоянии, когда ни с кем не хочется разговаривать?
5. Легко ли вы отвлекаетесь на посторонние разговоры и шумы?
6. Способны ли вы длительное время анализировать свои переживания, чувства, поступки?
7. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
8. Часто ли вам снятся кошмары?
9. Беспокоит ли вас мысль, что вы чем-то хуже других?
10. Часты ли у вас подъемы и спады настроения?
11. Бывает ли так, что во время спора у вас заметно меняется тембр голоса и появляются обычно не свойственные вам низкие или высокие тона?
12. Легко ли вас вывести из себя?
13. Даже вкусная еда не способна исправить ваше испорченное настроение?
14. Часто ли вы испытываете раздражение, когда вас не понимают?

От 23 до 28 баллов. Вас трудно назвать обидчивым. Ваше душевное состояние устойчиво и редко изменяется в зависимости от ситуации. Кое-кто считает вас «непробиваемым», «твердолобым». Иногда вам завидуют, иногда осуждают – на это не обращайтесь внимания.

От 17 до 22 баллов. Вы слегка обидчивы. Эта черта характера доставляет вам немало горьких минут. Вы легко можете вспылить и наговорить глупостей обидчику. Из-за этого у вас нередко случаются конфликты дома и в школе. Всегда помните поговорку: « В реке обиды брода нет».

От 0 до 16 баллов. Вы обидчивы, мстительны, легко меняете свое настроение, болезненно реагируете на отношение к вам окружающих. Это серьезные недостатки в вашем характере. Необходимо заняться самовоспитанием. И чем у вас меньше количество баллов, тем скорее к этому следует приступить.

# Согласны ли вы с определениями.....

- Друг – это тот, кого нам вечно не хватает.
- Друг – это тот, с кем можно помолчать.
- Друг – это тот, кто может сказать правду, не боясь быть отвергнутым после этого.
- Друг встанет к тебе лицом, даже если все отвернутся от тебя.
- Друг – это тот, кто делает тебя лучше, умнее, добрее, сильнее.



*Спасибо за сотрудничество*

