**Диагностика уверенности в себе**

**Шкалы:** уровень уверенности в себе

**Назначение теста**

Диагностика уверенности в себе.

**Инструкция к тесту**

Опросник позволит определить, насколько уверенно Вы ведете себя в различных ситуациях.

Выберите ответ, в зависимости от того, насколько каждое утверждение подходит к Вам

*Варианты ответа:*

• никогда;
• иногда;
• время от времени;
• обычно;
• всегда.

**Тест**

1. Когда человек очень нечестен, Вы обращаете его внимание на это?
2. Вы открыто протестуете, когда кто-то в очереди занимает Ваше место?
3. Вы часто избегаете людей или ситуаций из-за страха почувствовать себя в замешательстве?
4. Когда продавец старается угодить Вам, то Вам трудно сказать «нет», даже если товар не совсем такой, как Вам хотелось бы?
5. Если кто-то взял у Вас на время деньги (или книгу, одежду, дорогую вещь) и не спешит возвращать, Вы напомните ему об этом?
6. Если кто-то бьет ногой по Вашему стулу в кино или на лекции, Вы попросите его не делать этого?
7. Когда Вы обнаруживаете, что купили плохой товар, Вы возвращаете его?
8. Если Вы не согласны с человеком, которого уважаете, Вы можете высказывать свою точку зрения?
9. Если Вас беспокоит, что кто-то курит рядом с Вами, Вы можете сказать об этом?
10. Когда Вы встречаете незнакомого человека, Вы первым представляетесь и начинаете разговор?

**Обработка и интерпретация результатов теста**

**Ключ к тесту**

Баллы, за ответы на вопросы 1,2,5-10 начисляются по следующей схеме:

• Ответ «Никогда» – 0 баллов;
• «иногда» – 1 балл;
• «время от времени» – 2 балла;
• «обычно» – 3 балла;
• «всегда» – 4 балла.

Баллы, за ответы на вопросы 3, 4 начисляются по следующей схеме:

• Ответ «Никогда» – 4 баллов;
• «иногда» – 3 балл;
• «время от времени» – 2 балла;
• «обычно» – 1 балла;
• «всегда» – 0 балла.

Подсчитывается общая сумма баллов.

**Источники**

Карвасарский Б.Д. Клиническая психология. Учебник. - М., 2004.