**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.