

Насколько вы волевой человек?

Инструкция: Прочитай вопросы и ответь «да», «нет», «не знаю».

- 1.Способен ли ты, если надо, встать утром с постели, как бы рано это ни было?
- 2.Каждое ли утро ты делаешь зарядку?
- 3.Стремишься ли ты соблюдать режим дня?
- 4.Как бы тебе ни мешали, можешь ли ты на занятиях не отвлекаться и делать то, что требуется?
- 5.Осуждаешь ли ты, хотя бы про себя, тех, кто опаздывает или пропускает занятия, мешает на них другим?
- 6.Всегда ли ты выполняешь домашнее задание, пусть даже не самостоятельно?
- 7.Читаешь ли ты дополнительно рекомендованную литературу, если это делать не обязательно?
- 8.Выполняешь ли поручение, которое тебе не совсем приятно?
- 9.Попав в конфликтную ситуацию, находясь на грани того, чтобы с кем-то поссориться, можешь ли ты этого не сделать?
- 10.Способен ли без напоминаний принимать лечение по предписанию врача?
- 11.Есть ли у тебя дни или часы, в которые любишь заниматься одним и тем же делом?
- 12.Если ты начал что-то делать, но потом понял, что это не интересно, доведешь ли начатое до конца?
- 13.Можешь ли отказаться от самой интересной телепередачи или кинофильма, если у тебя срочное и важное дело?
- 14.Всегда ли выполняешь свои обещания?
- 15.Регулярно ли анализируешь свое поведение, поступки и делаешь из этого для себя определенные выводы?

Оценка результатов теста: ответам «ДА» присваивается 2 балла, ответам «НЕТ» - 0 балла, ответам «НЕ ЗНАЮ» - 1 балл. Подсчитай сумму баллов.

От 22 до 33 баллов – с силой воли все в порядке! Человек вы волевой, на вас можно положиться, не подведете!

От 13 до 21 баллов, сила воли развита средне. Если чувствуете, что иначе нельзя, вы действуете должным образом, но если увидите, что чего-то можно и не делать, то не станете за это браться. Если вам поручают что-то, вы выполняете, но по своей инициативе лишние обязанности на себя не берете.

12 и менее баллов - с силой воли у вас неблагополучно. Делаете лишь то, что легче и интереснее. Постарайтесь посмотреть на себя как бы со стороны и попытайтесь хоть что-то изменить. И не сомневайтесь, вы станете более волевым человеком!