Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования

Дом детского творчества п. Сосьва

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании МС МБОУ ДО ДДТ п. Сосьва Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г. | УТВЕРЖДАЮ«\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Директор МБОУ ДО Дом детского творчества п. Сосьва\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.И. Лушникова |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

 «Развитие коммуникативных способностей и навыки эффективного общения»

Возраст обучающихся: 8-16 лет

Срок реализации программы: ноябрь 2021 г.

 Автор-составитель

 Худякова Виолетта Александровна

Педагог дополнительного образования

п. Сосьва

2021 г.

**Комплекс основных характеристик**

**Пояснительная записка**

Данная рабочая программа является приложением к дополнительной общеразвивающей программе «Развитие коммуникативных способностей и навыки эффективного общения» для обучающихся 8-16 лет на апрель месяц 2020 г. Разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Развитие коммуникативных способностей и навыки эффективного общения».

**Направленность дополнительной образовательной программы:**

 Социально-педагогическая

**Актуальность** рабочей программы заключена в невероятной важности коммуникативных навыков в жизни любого человека, тем более подростка. Согласно Федеральной концепции модернизации российского образования, учреждения дополнительного образования должны более эффективно содействовать успешной социализации молодежи, овладению обучающимися базовыми социальными способностями и умениями, реально подготавливающими их к конструктивному взаимодействию в современном обществе. У обучающихся важно воспитывать навыки социокультурной компетентности (уважение к каждому человеку, толерантность, навыки кооперативного поведения, конструктивного разрешения проблемных ситуаций и др.), общей и коммуникативной культуры, не допуская при этом потери индивидуальности, уникальности личности.

Программа отвечает образовательным потребностям детей, родителей, социального заказа, так как любовь к земле интерес к выращиванию овощей формирует основы экологической культуры у детей, ведет к личностному развитию ребенка, к взаимодействию с окружающей природой, с самим собой.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы:** 8-16 лет

**Режим и продолжительность занятий**:

Программа рассчитана на ноябрь месяц 2020 года.

Занятия в группе 1-го обучения проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятий 1 академический час.

**Формы обучения**

Программа предполагает *дистанционную форму обучения*.

- *индивидуальна*я – самостоятельная работа обучающихся с оказанием педагогом помощи при возникновении затруднения в онлайн режиме в группе в социальной сети **vk** [**https://vk.com/public119326220**](https://vk.com/public119326220)**, e-mail: ddt\_soswa.org@mail.ru**

**Виды занятий.**

Консультации, тестирование, предоставление информации с использованием интернет-ресурсов (видеофильмы, статьи).

**Формы аттестации и оценочные материалы:**

Для промежуточной аттестации через дистанционное обучение используются следующие формы:

- письменная проверка (проверочные работы, письменные отчеты о выполнении заданий, ответы на контрольные вопросы;

-устная проверка (беседа, опрос, рассуждение);

Проверка знаний и умений обучающихся в форме наблюдения осуществляется в процессе выполнения ими практических заданий:

Контроль результативности обучения.

Оценочными материалами для отслеживания предметных качеств служат:

- контрольный задания;

- творческие задания;

- тесты;

- беседы с обучающимися и их родителями в группе: <https://vk.com/public119326220>,   [https://ok.ru/profile/574101742737](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fok.ru%2Fprofile%2F574101742737&post=-119326220_931&cc_key=) )

**Цель и задачи рабочей программы:**

**Цель:** развитие коммуникативных умений подростков, включающих в себя освоение регулятивных и познавательных компонентов.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- обучение быть в мире с самим собой и переносить эти чувства на взаимоотношения с окружающими;

- обучение сознательному овладению обучающимися речевыми средствами общения;

- формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.

**Развивающие:**

- развитие у обучающихся навыков общения в различных жизненных ситуациях (сверстниками, педагогами, родителями), потребности употреблять в своей речи вежливые слова;

- развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;

- повышение компетентности в общении посредством формирования базовых коммуникативных умений и навыков, являющихся подготовкой к социальной адаптации.

**Воспитательные:**

- воспитание у подростков моделей поведения, приводящих к компромиссному решению;

- воспитание культуры речи, культуры поведения в общественных местах, уважение личности.

Все занятия проходят в условиях психологического комфорта, доверия, сотрудничества. Со стороны педагога в совместном сотрудничестве с родителями поддерживаются все достижения ребенка, его индивидуальные успехи, желания. В процессе реализации программы осуществляется социальное и педагогическое сотрудничество между детьми, педагогами и родителями. Родители принимают активное участие в практических итоговых занятиях, выставках. Обучающиеся совместно с педагогами консультируют родителей, жителей данного социума по вопросам овощеводства, что повышает социальное значение деятельности, которой занимается ребенок.

**Тематическое планирование дистанционного обучения**

**с 08.11. по 14.11.2021 года**

Занятия и индивидуальные консультации проводятся ежедневно

Группа № 1 занимается 1 раз в неделю:

Возраст детей 12-14 лет

Год обучения 1

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Наименование темы | Задание | Всего | Форма контроля |
| Теория | Практика |
| 1 | Культура общения. | Прохождение курса<https://ok.ru/video/11067590054?fromTime=9> | 30 мин | 10 мин | Сбор в электронном виде, оценивание разработок09.12.2020 г |

**Содержание рабочей программы 1 года обучения**

**1 группа**

1. **Культура общения.**

Теория – 2 ч., Прохождение курса <https://ok.ru/video/11067590054?fromTime=9>

Практика – 1 ч.

Сбор в электронном виде, оценивание разработок 14.11.2021

**Календарный учебно-тематический план**

**по рабочей программе**  **«Развитие коммуникативных способностей и навыки эффективного общения»**

**Группа № 1, 1 года обучения. Возраст обучающихся 12 - 14 лет**

**На ноябрь месяц 2021 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Месяц | Число | Время проведения | форма занятия | Количество часов | Тема занятия | Местопроведения | Форма аттестации и контроля | Прим. |
| план | факт | Теория | Практика |
| 2 | Ноябрь | 11.11.2021 |  | 1000-10451055-11401150-1235 | Просмотр видеоролика и разработка материала<https://yandex.ru/video/preview?filmId=15160430173001114215&text=%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%2B%D0%BE%D0%B1%D1%8F%D0%B7%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5%2B%D0%B4%D0%BB%D1%8F%2B%D0%B2%D1%81%D0%B5%D1%85> | ДискуссияПравила обязательные для всех:Быть всегда и во всем честным!Второе правило – правило точностиТретье правило – деликатностиЧетвертое правило - вежливости | <https://yandex.ru/video/preview?filmId=15160430173001114215&text=%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0%2B%D0%BE%D0%B1%D1%8F%D0%B7%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B5%2B%D0%B4%D0%BB%D1%8F%2B%D0%B2%D1%81%D0%B5%D1%85> | Культура общения. | https://vk.com/public119326220 | Выполнение теста |  |

**Ожидаемые результаты рабочей программы:**

**Личностные результаты:**

 – готовность к нравственному совершенствованию, индивидуально ответственному поведению;

– осознание ценности личности других людей; толерантность.

**Метапредметные результаты:**

 – коммуникативные компетенции:умение слушать и вступать в диалог;

– умение строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми;

– умение разрешать конфликты; умение выражать мысли в соответствии с условиями коммуникации; владение монологической и диалогической речью;

 – общекультурные компетенции: знание основ духовно-нравственной жизни человека, культурологических основ семейных и общественных традиций;

 – компетенции личностного самосовершенствования: знание правил личной гигиены, забота о здоровье, внутренняя экологическая культура;

 – учебно-познавательные компетенции: умения организации целеполагания, планирования, анализа, рефлексии, самооценки.

**Предметные результаты:**

– представлять основные этические нормы, принятые в обществе;

– знать принципы этикета и главные правила хорошего тона;

– владеть основами психологической грамотности, необходимыми для успешного общения;

– уметь компетентно вести себя в бытовых и коммуникативных ситуациях;

 – уметь оценивать и корректировать поведение в соответствии с моральными нормами.

В результате реализации данной программы, обучающиеся приобретают ***знания и умения:***

- умение бесконфликтного и эффективного общения;

- осознание своей индивидуальности и стремление к более глубокому самопознанию;

организовывать и проводить мероприятия;

 -подбирать соответствующий материал для проведения мероприятия;

- подводить итоги, анализировать проведенное мероприятие;

 --самостоятельно изготавливать поздравительные сувениры, открытки;

- умение соблюдать правила и выражать свои негативные эмоции в социально приемлемых способах;

- способность к эмпатии и рефлексии.

**Формы аттестации / контроля и оценочные материалы**

Программа в условиях дистанционного обучения предполагает самостоятельное выполнение обучающимися тестов, заданий, которые размещены на сайте МБОУ ДО Дом детского творчества п. Сосьва, на страничке VK.COM, OK.RU, альбом объединения «ЛИК».

 В ходе дистанционного обучения с обучающимися осуществляется консультирование, индивидуальная работа, интервьюирование через связь с педагогом в системе социальной сети <https://vk.com/public119326220>,   [https://ok.ru/profile/574101742737](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fok.ru%2Fprofile%2F574101742737&post=-119326220_931&cc_key=) )

Отчеты обучающиеся отправляют в группу WhatsApp: 89533866147 в форме скриншот, фотоотчета, заполненного файла

В режиме дистанционного обучения используется так же такие формы, как: презентации, видеоролики, которые размещены на страницах и в альбомах социальных сетей одноклассники, вконтакте <https://ok.ru/profile/574101742737/album/851597724049>.

Оценочными материалами для отслеживания предметных качеств служат:

- творческие и проектные задания;

- тесты, опросы, анкетирование.

**Кадровое обеспечение:**

Для реализации данной программы участвуют педагоги дополнительного образования, педагоги – организаторы.

**Информационное обеспечение:**

1. Дереклеева Н. «Модульный курс учебной и коммуникационной мотивации учащихся», Москва, 2014;
2. Потёмкина О. «Тесты для подростков», Москва, 2015
3. Деловой этикет. <https://youtu.be/jwQODJ0uO_I>

# Официальный сайт сообщества Этикет и культура общения

<https://vk.com/club53780055>

**Дидактическое обеспечение:**

- Методические рекомендации по организации и проведению занятий, мероприятий, акций.

- Методические рекомендации по организации и проведению мероприятий в различного уровня: среди обучающихся объединения, учреждения, муниципального уровня.

- Раздаточный / наглядно демонстративный материал (буклеты, карточки, брошюры, листовки, презентации мультимедиа, видео-ролики и другое).

**Приложение № 1.**

**Опрос «Умеете ли вы владеть собой» к теме №1**

Все мы разные. Одного не сломит тяжелейшее испытание, а другого положит на обе лопатки пустяк. К какому типу личности вы себя относите? Наш тест поможет найти ответ на этот вопрос.

 Выберите подходящие вам варианты ответов и в соответствии с инструкцией оцените результаты.

  1. Можете ли вы говорить о своих трудностях откровенно?

а)  нет, мне это не поможет;

б)  конечно, если есть доброжелательный собеседник;

 в)  не всегда, иной раз тяжело переживаю их сам.

2. В какой степени переживаете обиды и неудачи?

а)  собственные неудачи всегда самые тяжелые;

 б)  это зависит от их причины;

в)  стараюсь отнестись к ним философски, потому что любые неприятности когда-то кончаются.

3. Как вы поступаете, когда чувствуете, что вас что-то глубоко обидело?

а)  сделаете для себя что-то приятное, чего долго не могли себе позволить;

б)  пойдете на ужин к хорошим друзьям;

 в)  будете сидеть дома и злиться,

4. В объятиях счастья вы:

 а)  не думаете о прежней печали;

б)  боитесь, что эти минуты кончатся;

 в)  не забываете и о теневых сторонах жизни?

5. Когда близкий человек вас обидит, вы:

 а)  уйдете в себя;

б)  потребуете объяснения;

в)  рассказываете об этом каждому, кто желает вас слушать.

6. Что вы думаете о психиатрах?

 а)  не хотел бы попасть в их руки;

б)  многим людям могут помочь;

в)  они не всемогущи, человек должен сам себе помочь.

 7. Людское мнение:

 а)  вас преследует;

 б)  несправедливо по отношению к вам;

 в)  вам благоприятствует.

 8. О чем вы думаете после семейной ссоры, когда прошел первый гнев?

 а)  все-таки было много хорошего;

 б)  о тайной мести;

в)  о том, что теперь-то ваш партнер сказал вам все.

 Инструкция:

1 2 3 4 5 6 7 8

а 3 4 0 1 3 4 5 1

б 1 0 2 3 0 2 2 2

в 2 2 4 5 1 3 1 3

Результаты:

 7–15 баллов. Вы легко справляетесь со своими неудачами. Умеете дать им правильную оценку. Кроме того, вам неизвестна злость на себя. Ваше душевное равновесие достойно уважения.

16–26 баллов. Время от времени вы осуждаете себя. Но у вас есть завидный «клапан»: «вы кричите» свои проблемы окружающим – и вам легче. Желательно, чтобы вы больше владели собой и не полагались только на этот способ преодоления трудностей.

 27–31 балл. Вы еще не научились справляться со своими трудностями, поэтому они так вас угнетают. Замыкаетесь в себе и бессильно злитесь на себя. Непременно соберите свою волю.

У вас много хороших качеств, которые вам помогут преодолеть и более тяжелые жизненные испытания.

## Приложение № 2.

## Тест на определение уровня общительности теме № 2.

Психология, как наука, развита в наше время настолько, что определить степень общительности у тинейджера можно, даже не обращаясь к специалисту, в домашних условиях! Характеристика, конечно, будет неполной, но примерную картину обеспокоенным мамам и папам точно даст. Популярный тест В.Ф. Ряховского поможет определить уровень общительности у подростка, он приведен ниже, и адаптирован конкретно для подрастающего поколения.

Далее следует ответить на вопросы, и за каждый ответ «нет» начислить себе 0 баллов, за ответ «иногда» 1 балл, за ответ «да» 2 балла. Вот сами вопросы:

1. Вас сильно беспокоит ожидание какой-либо встречи (с друзьями, к примеру)?
2. Вы тянете с посещением врача «до последнего»?
3. Если вам поручат публичное выступление, выбьет ли это вас из колеи?
4. Если вам нужно отправиться в другой город (к примеру, на концерт, олимпиаду), вызывает ли это у вас обеспокоенность?
5. Любите ли вы рассказывать другим о своих чувствах?
6. Вас раздражает, когда незнакомец на улице спрашивает «который час?», или просит показать дорогу?
7. Вы верите, что родителям и детям трудно понимать друг друга, из-за конфликта поколений?
8. Стесняетесь ли вы напоминать другу о том, что он должен вам денег?
9. Если вы застряли в лифте с незнакомцем, то не вступите ли вы с ним в беседу первым?
10. Длительные ожидания вас утомляют и раздражают?
11. Вы боитесь вмешиваться в конфликтные ситуации?
12. Вы имеете свое, четко сформированное мнение о книгах, музыке, картинах, и все чужие мнения вы считаете ошибочными?
13. Если вы услышите чье-либо ошибочное высказывание, то лучше промолчите, нежели спорить и доказывать правду?
14. Просьбы знакомых разобраться в чем-то (например, в задаче по алгебре в школе) вас раздражают?
15. Вам проще описать письменно свою точку зрения, чем говорить о ней вслух?

## Ваша степень общительности

Теперь сложите вместе все ваши баллы, и определите шкалу вашей общительности:

Если у вас 30-32 балла, то ваш уровень [общительности](https://familystr.com/samorazvitie/glavnoe-uslovie-kakim-obrazom-mozhno-razvivat-obshhitelnost/) – почти на 0. Возможно, вы уже и сами от этого страдаете, так как строить взаимоотношения очень непросто. Скорее всего, у вас нет друзей, вы любите одиночество. Попробуйте хоть немного изменить ситуацию, больше общаясь с родными людьми.

От 25 до 29 баллов – вы человек достаточно замкнутый, любите одиночества. Необходимость общаться надолго выбивает вас из колеи. Но ситуация не безнадежна, «встряхнитесь» и работайте над своей коммуникабельностью. Вот увидите, с ее развитием ваша жизнь станет и ярче, и проще.

19-24 балла – общительность на среднем уровне. Вы не испытываете сложностей с коммуникабельностью. Однако с новыми людьми вы сходитесь не совсем гладко, спорить и выступать на публике не любите. Предпочитаете молчать в стороне.

14-18 баллов – это адекватная общительность. Вы наверняка любите общаться и внимательно слушаете собеседников, способны отстаивать свое мнение. При этом не являетесь экстравагантной личностью, нормально переносите одиночество.

9-13 баллов – это повышенная общительность. Вы разговорчивы, любопытны, иногда даже навязчивы. Обожаете быть в центре внимания, но имеете дефицит терпения и усидчивости. Одиночество переносите с трудом.

4-8 баллов – коммуникабельность у вас на максимуме, буквально бьет ключом. Вы используете любую возможность, чтобы поговорить, поспорить, «толкнуть речь». Задумайтесь, не раздражаете ли вы людей излишней навязчивостью?

Менее 3 баллов – вашу общительность можно назвать невротической, вы слишком шумны и многословны, вспыльчивы, часто вмешиваетесь в чужие разговоры и дела. Поработайте над собой, и научитесь быть более тактичным, спокойным, сдержанным и уважительным.

**Приложение № 3.**

[**Опросник «Культура общения»**](http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/86-diagnosis-giftedness/2394-2017-07-05-15-41-19)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Опросник «Культура общения» (Т. М. Хрусталева)Инструкция: Ответы на предложенные вопросы позволяют выявить индивидуальные особенности Вашего поведения. Представьте себе типичные ситуации, долго не задумываясь над ответом. Ответы пишите только в листе ответов. По-ставьте тот балл, который наиболее точно отражает Ваше мнение.1 – никогда, почти никогда.2 – иногда.3 – часто.4 – всегда, почти всегда.Текст опросника1. Способны ли Вы выслушать собеседника до конца, даже если он, на ваш взгляд, говорит неверно и у вас мало времени?2. Раздражает ли Вас, если собеседник излагает что-либо слишком многословно или неточно?3. Можете ли Вы представить себя на месте собеседника, увидеть ситуацию его глазами?4. Часто ли у Вас в процессе речи собеседника возникает желание перебить его?5. Испытывают ли Ваши знакомые удовлетворение от общения с вами?6. Вступая в общение, важнее высказаться самому, чем выслушать собеседника?7. Меняете ли Вы скорость речи, логику и последовательность идей, интонаций, разговаривая с разными людьми?8. Часто ли Вы ловите себя на мысли, что окружающие говорят о пустяках?9. Способны ли Вы преодолевать внутреннее раздражение, отрицательные установки по отношению к отдельным знакомым?10. В том случае, когда тема не представляет для Вас интереса, стараетесь ли Вы прервать, закончить разговор?11. Способны ли Вы определить, что разговор, который Вы начали, не представляет для собеседника интереса?12. Даже если разговор не интересует собеседника, Вы не меняете тему, если она важна для вас?13. Способны ли Вы обращать внимание на детали поведения товарищей, на их настроение?14. Когда надо убедить партнера в неправильности его мнения, показать ошибочность его суждения, Вы считаете возможным использовать любые средства, не боясь обидеть его, задеть самолюбие?15. Можете ли Вы почувствовать, что товарищ мыслит верно, но затрудняется высказать свои мысли достаточно точно?16. Если высказывания, поступки собеседников не соответствуют Вашему настроению и планам, то это вызывает у Вас непреодолимое чувство раздражения?17. Беседуя с товарищем, откладываете ли Вы в сторону свои дела?18. Беседуя с кем-либо, Вы обращаете внимание на его недостатки больше, чем на достоинства?19. Можете ли Вы что-либо потребовать от товарища, не задевая его достоинства, не унижая его?20. Считаете ли Вы, что главное в разговоре – это содержание и поэтому совершенно не важно, где и когда он происходит?**Обработка**: Нечетные пункты подсчитываются как «прямые» баллы, четные – как «обратные».

|  |  |
| --- | --- |
| Нечетные вопросы: | Четные вопросы: |
| Нет, никогда – 0 баллов;Редко – 1 балл;Довольно редко – 2 балла;Довольно часто – 3 балла;Да, всегда – 4 балла. | Да, всегда – 0 баллов;Довольно часто –1 балл;Довольно редко –2 балла;Редко – 1 балл;Нет, никогда – 4 балла. |

 |

|  |
| --- |
|  |

### Приложение № 4.

### Тест «Этикет и культура вашего общения» (автор Т.В. Мишаткина)

Знание этикета и основных требований культуры общения необходимо педагогу как для себя, так и для обучения своих воспитанников. Подберите ответы, которые более всего соответствуют манере вашего поведения, и запишите их индексы (например, 1а, 2в, 3б и
т.д.).

1. Если вас приглашает в гости человек, которому вы не симпатизируете, примете ли вы его приглашение?

а)              да;
б)              только в исключительном случае;
в)              нет.

1. Представьте, что в гостях вы вынуждены сидеть около человека, которого считаете своим врагом. Как вы себя поведете?

а)              не будете обращать на него внимания;
б)              будете отвечать только на его вопросы;

в)              попытаетесь завязать с ним непринужденный разговор.

1. Вы только что собрались позвонить в одну квартиру. Внезапно слышите, что за дверью возник семейный спор. Что вы делаете?

а)              все-таки звоните;
б)              подождете, пока спор прекратится;
в)              уйдете.

1. Что вы сделаете, если вам в гостях предложат нелюбимое блюдо?

а)              несмотря на отвращение, съедите его;
б)              скажете хозяевам, что не можете этого сделать;
в)              пожалуетесь на отсутствие аппетита.

1. Какой бутерброд со стола вы обычно выбираете?

а)              самый лучший;
б)              самый маленький;
в)              ближайший к вам.

1. Что вы предпримете, если в компании внезапно наступит перерыв в разговоре?

а)              подождете, пока кто-нибудь начнет разговор;
б)              сами найдете какую-нибудь тему.

1. Представьте, что вы попали в неприятную ситуацию. Расскажете ли вы об этом своим знакомым?

а)              обязательно;
б)              только друзьям;
в)              ни одному человеку.

1. Добавляете ли вы что-либо от себя, пересказывая чужую историю?

а)              да;
б)              с незначительными «улучшениями»;
в)              нет.

1. Носите ли вы с собой фотографию любимого человека и показываете ли ее окружающим?

а)              да;
б)              нет;
в)              никогда.

1. Что вы делаете, если не поняли рассказанной шутки?

а)              смеетесь вместе с остальными;
б)              остаетесь серьезным;
в)              просите, чтобы кто-нибудь объяснил смысл этой шутки.

1. Что вы предпринимаете, если, находясь в компании, почувствовали резкую головную

боль?
а)              тихо терпите;
б)              просите таблетку от головной боли;
в)              идете домой.

1. Что вы делаете, если, находясь в гостях, узнаете, что по телевидению должны начать интересующую нас программу?

а)              просите, чтобы хозяин включил телевизор;

б)              начинаете смотреть телевизор в соседней комнате, чтобы не помешать остальным гостям;
в)              отказываетесь от интересующей вас передачи.

1. Вы находитесь в гостях. Когда вы чувствуете себя лучше?

а)              когда развлекаете гостей;
б)              когда вас развлекают другие.

1. Решаете ли вы заранее, как долго будете оставаться в гостях?

а)              нет;
б)              иногда;
в)              да.

1. Корреспондент газеты берет у вас интервью.

а)              вам льстит, что интервью с вами напечатают в газете;
б)              вы хотели бы, чтобы это было уже в прошлом;
в)              вам это совершенно безразлично.

1. Можете вы объективно оценивать людей, которых не можете терпеть?

а)              безусловно;
б)              только в виде исключения;
в)

;    не задумывались над таким вопросом.

1. Соглашаетесь ли вы с мнением других людей, даже если оно справедливо, но для вас неблагоприятно?

а)              не всегда;
б)              если оно подтверждает ваше мнение;
в)              а, собственно говоря, зачем я должен это делать?

1. Когда вы обычно прекращаете спорить?

а)              чем скорее, тем лучше;
б)              когда спор не имеет никакого смысла;
в)              после того как сумеете убедить своего оппонента.

1. Если вы знаете стихи, то будете ли читать их обществе?

а)              с удовольствием;
б)              если об этом попросят;
в)              ни в коем случае.

1. Представьте, что вы живете во времена графа Монте-Кристо, сидите в подземной тюрьме и внезапно узнаете, что в соседней камере заключен ваш самый злейший враг. Когда вы начнете с ним перестукиваться?

а)              как можно скорее;
б)              когда не сможете больше терпеть одиночества;
в)              никогда.

1. Встречаете ли вы Новый год на главной площади города?

а)              да;
б)              нет;
в)              под Новый год я всегда сплю.
Оценка.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | а | б | в |  | а | б | в |
| 1 | 20 | 5 | 10 | 11 | 5 | 10 | 0 |
| 2 | 0 | 5 | 25 | 12 | 0 | 5 | 10 |
| 3 | 5 | 10 | 0 | 13 | 20 | 5 | 0 |
| 4 | 10 | 0 | 5 | 14 | 0 | 5 | 15 |
| 5 | 0 | 5 | 10 | 15 | 10 | 0 | 5 |
| 6 | 5 | 15 | 0 | 16 | 15 | 5 | 0 |
| 7 | 30 | 5 | 0 | 17 | 25 | 5 | 0 |
| 8 | 15 | 5 | 0 | 18 | 0 | 5 | 10 |
| 9 | 0 | 5 | 10 | 19 | 0 | 5 | 10 |
| 10 | 0 | 5 | 10 | 20 | 20 | 5 | 0 |
|  |  |  |  | 21 | 5 | 0 | 10 |

Выставьте себе баллы в соответствии с выбранными вами пунктами и их оценкой в таблице.
Подведение итогов Суммируйте полученные баллы:
280-300 баллов. Возникает подозрение, что вы не всегда искренне отвечали. Проверьте себя еще раз;
200—280 баллов. Вы, должно быть, довольны собой. В основном это относится к вашим коммуникативным способностям. Вы охотно проводите свободное время среди людей и в любом обществе являетесь желанным участником. Вы обладаете живым умом, впечатлительны, хороший слушатель и рассказчик. Эти и некоторые другие способности приводят к тому, что вы часто становитесь душой общества;
100—200 баллов. Ваше отношение к общению нелегко определить. С одной стороны, вы обладаете свойствами и наклонностями, которые делают вас приятным членом общества. С другой стороны, прочие качества вашего характера как бы тормозят первые. В целом в компании вы можете чувствовать себя вполне удовлетворительно. Однако вам нелегко удается приспосабливаться к любому окружению. Это зависит также и от вашего настроения. Но среди людей, которым вы симпатизируете, вы чувствуете себя довольно комфортно;
50—100 баллов. Как правило, вы любите одиночество. В узком семейном кругу вы чувствуете себя значительно лучше, чем в большой компании. Кстати, многие знаменитые личности, вошедшие в историю, нередко принадлежали к этой категории людей;
50 баллов и меньше. Вам нужно стараться быть пообщительней. И еще одно: постарайтесь отнестись к своему результату с юмором.