**Тест «Умеете ли вы себя подать?»**

**Цель:** выявление личностных особенностей

**Инструкция:**окружающие зачастую оценивают нас не по нашим достоинствам, а потому, насколько нам удается произвести выигрышное впечатление.

Многие люди не пользуются должным уважением из-за своей робости. Иные, напротив, стремятся произвести впечатление, но «перегибают палку» и раздражают остальных амбициями. Ну а вы - умеете ли вы правильно преподнести себя в общении с другими? На утверждения данного теста выберите один из трех возможных вариантов ответа: **»да», «нет», «иногда»**.

* Прочитав или услышав остроумное суждение или забавную шутку, вы стараетесь их запомнить, чтобы при случае использовать в разговоре;
* На праздничных вечеринках вам самым естественным образом достается роль тамады.
* Вам легче простить насмешку, чем холодное равнодушие;
* Вы легко заводите разговор с незнакомым человеком;
* Вы хотели бы оказаться среди участников телевикторин и побороться за крупный выигрыш;
* Вы много времени посвящаете уходу за своей внешностью;
* Вам легко формулировать свои мысли, находить нужные слова;
* Вы предпочитаете дорогие, эффектные украшения;
* Люди прислушиваются к вам, считаются с вашим мнением;
* Вы стараетесь быть в курсе текущих политических и культурных событий, чтобы поддержать разговор на любую тему;
* В школе (в вузе), на работе вас не раз избирали на общественные должности;
* В юности вы мечтали о карьере кинозвезды;
* Вы довольны внешностью;
* Вам легко находить общие интересы с представителями другой профессии, другого поколения;
* Вы любите рассказывать анекдоты;
* Вы умеете настоять на своем, не ущемляя интересов других;
* Коллеги и знакомые часто обращаются к вам за помощью, за советом;
* Если другой человек (особенно –противоположного пола) вам симпатичен, вы откровенно даете ему (ей) это понять;
* Вы неплохо умеете выступать публично;
* «Скромность должна быть достоинством тех, у кого нет других достоинств» – это утверждение, на ваш взгляд, верно.

*За каждый ответ «да» засчитывается – 2 балла, «иногда» – 1 балл, «нет» – 0 балла.*

***Свыше 30 баллов:***Вы человек с высокой самооценкой и большими амбициями. Дорожите вниманием окружающих и активно стремитесь его добиться. Но это и делает вас уязвимым: симпатии и похвалы вам льстят, но неодобрение больно ранит. Ваше поведение порой носит демонстративный характер, а порой, извините, вы бываете даже нескромным. Чтобы построить по-настоящему хорошие отношения с окружающими, позволяйте и другим людям проявить себя.

***20 – 30 баллов:***Вы умеете не затеряться на фоне других людей, но и не склонны к самолюбованию и апломбу. Легко находите с людьми общий язык. Большинство ваших друзей и знакомых считают вас симпатичным и обаятельным человеком, и они, безусловно, правы.

***Менее 20 баллов:***Вас отличает недостаточная уверенность в себе. Из-за этого, вам порой трудно отстоять свою точку зрения, добиться уважения и симпатии со стороны окружающих. Вы научились неплохо скрывать свои слабости, но заодно чересчур замаскировали достоинства. А ведь свои достоинства есть у каждого, в том числе и у вас!