



**Тест «Самооценка личностных качеств,  
необходимых для осуществления управления  
самим собой»**

- **Инструкция.** Возьмите лист бумаги и разделите его на четыре равные части, обозначив каждую из них римскими цифрами: I, II, III, IV. Ниже приведены четыре набора слов, характеризующих положительные качества людей. Ваша задача — выделить в каждом наборе качеств те, которые более значимы и ценны в вашем понимании для идеального лидера и которым вы отдаете предпочтение перед другими. Какие это качества — решать только вам.  
Внимательно прочитайте слова первого набора качеств и выпишите в столбик наиболее ценные из них (для вас). Теперь приступайте ко второму набору качеств — и так далее. В итоге вы должны получить четыре набора «идеальных качеств лидера».

# **I. Межличностные отношения, общение:**

- ✓ Вежливость — соблюдение правил приличия, учтивость
- ✓ Доброжелательность — желание добра людям, готовность содействовать их благополучию.
  - ✓ Заботливость — мысль или действие, направленное на благополучие людей; попечение, уход.
  - ✓ Искренность — выражение подлинных чувств; правдивость, откровенность.
  - ✓ Коллективизм — способность поддерживать общую работу, общие интересы, коллективное начало.
  - ✓ Обаятельность — способность очаровывать, притягивать к себе.
  - ✓ Общительность — способность легко входить в общение.
  - ✓ Обязательность — верность слову, долгу, обещанию.
  - ✓ Ответственность — необходимость, обязанность отвечать за свои поступки и действия.
  - ✓ Отзывчивость — готовность отозваться на чужие нужды.

# I. Межличностные отношения, общение (продолжение):

- ✓ Откровенность — открытость, доступность для людей.
  - ✓ Приветливость — способность выражать чувство личной симпатии.
  - ✓ Радужие — сердечное, ласковое отношение, соединенное с гостеприимством, готовностью чем-нибудь услужить.
  - ✓ Совместимость — умение соединять свои усилия с активностью других при решении общих задач.
  - ✓ Справедливость — объективная оценка людей в соответствии с истиной.
  - ✓ Сочувствие — отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастьем людей.
  - ✓ Тактичность — чувство меры, создающее умение вести себя в обществе, не задевать достоинства людей.
  - ✓ Терпимость — умение без вражды относиться к чужому мнению, характеру, привычкам.
  - ✓ Требовательность — строгость, ожидание от людей выполнения своих обязанностей, долга.
  - ✓ Чуткость — отзывчивость, сочувствие, способность

## II. Поведение:

- ✓ Активность — проявление заинтересованного отношения к окружающему миру, самому себе, коллективу; энергичные поступки и действия.
  - ✓ Гордость — чувство собственного достоинства.
  - ✓ Добродушие — мягкость характера, расположение к людям.
  - ✓ Добросовестность — честное выполнение своих обязанностей.
  - ✓ Инициативность — стремление к новым формам деятельности.
  - ✓ Интеллигентность — высокая культура, образованность, эрудиция.
  - ✓ Настойчивость — упорство в достижении целей.
  - ✓ Порядочность — честность, неспособность совершать подлые и антиобщественные поступки.
  - ✓ Принципиальность — умение придерживаться твердых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.
  - ✓ Решительность — непреклонность, твердость в поступках, способность быстро принимать решения, преодолевая внутренние колебания.

## II. Поведение (продолжение):

- ✓ Самокритичность — стремление оценивать свое поведение, умение вскрывать свои ошибки и недостатки.
  - ✓ Самостоятельность — способность осуществлять действия без чужой помощи, своими силами.
  - ✓ Смелость — способность принимать и осуществлять свои решения без страха.
  - ✓ Твердость — умение настоять на своем, не поддаваться давлению, непоколебимость, устойчивость.
  - ✓ Уверенность — вера в правильность поступков; отсутствие колебаний, сомнений.
  - ✓ Уравновешенность — ровный, спокойный характер, гармоничное поведение.
  - ✓ Целеустремленность — наличие ясной цели, стремление ее достичь.
  - ✓ Честность — прямота, искренность в отношениях и поступках.
  - ✓ Энергичность — решительность, активность поступков и действий.
  - ✓ Энтузиазм — сильное воодушевление, душевный подъем.

### III. Деятельность:

- ✓ Аккуратность — соблюдение во всем порядка, тщательность работы, исполнительность.
  - ✓ Вдумчивость — глубокое проникновение в суть дела.
  - ✓ Внимательность — сосредоточенность на выполняемой деятельности.
  - ✓ Дальновидность — прозорливость, способность предвидеть последствия, прогнозировать будущее.
  - ✓ Деловитость — знание дела, предприимчивость, толковость.
  - ✓ Дисциплинированность — привычка к дисциплине, сознание долга перед обществом.
  - ✓ Исполнительность — старательность, хорошее исполнение заданий.
  - ✓ Любознательность — пытливость ума, склонность к приобретению новых знаний.
  - ✓ Мастерство — высокое искусство в какой-либо области.
  - ✓ Находчивость — способность быстро находить выход из затруднительных ситуаций.

### III. Деятельность (продолжение):

- ✓ Понятливость — умение понять смысл; сообразительность.
  - ✓ Последовательность — умение выполнять задания, действия в строгом порядке, в соответствии с логикой.
  - ✓ Работоспособность — способность много и продуктивно работать.
  - ✓ Скорость — стремительность поступков и действий; быстрота.
  - ✓ Скрупулезность — точность до мелочей, особая тщательность.
  - ✓ Собранность — сосредоточенность, подтянутость.
  - ✓ Точность — умение действовать, как задано, в соответствии с образцом.
  - ✓ Трудолюбие — любовь к труду, общественно-полезной деятельности, требующей напряжения.
  - ✓ Увлеченность — умение целиком отдаваться какому-либо делу.
  - ✓ Усидчивость — усердие в том, что требует длительного времени и терпения.

# IV. Переживания, чувства:

- ✓ Бодрость — ощущение полноты сил, деятельности, энергии.
  - ✓ Бесстрашие — отсутствие страха, храбрость.
  - ✓ Веселость — беззаботно-радостное состояние.
  - ✓ Взволнованность — мера переживания, душевное беспокойство.
  - ✓ Восторженность — большой подъем чувств, восторг, восхищение.
  - ✓ Душевность — искреннее дружелюбие, расположение к людям.
  - ✓ Жалостливость — способность к состраданию.
  - ✓ Жизнерадостность — постоянство чувства радости, отсутствие уныния.
  - ✓ Любвеобильность — способность сильно любить.
  - ✓ Милосердие — готовность помочь, простить из сострадания, человеколюбия.

# IV. Переживания, чувства (продолжение):

- ✓ Нежность — проявление любви, ласки.
- ✓ Оптимистичность — жизнерадостное мироощущение, вера в успех.
- ✓ Свободолюбие — любовь и стремление к свободе, независимости.
- ✓ Сдержанность — способность удерживать себя от проявлений чувств.
- ✓ Сердечность — задушевность, искренность в отношениях.
- ✓ Страстность — способность целиком отдаваться делу.
- ✓ Стыдливость — способность испытывать чувство стыда.
- ✓ Удовлетворенность — ощущение удовольствия от исполнения желаний.
- ✓ Хладнокровие — способность сохранять спокойствие и выдержку.
- ✓ Чувствительность — легкость возникновения переживаний, чувств; повышенная восприимчивость к

# **Обработка и интерпретация результатов**

- Внимательно рассмотрите выписанные вами качества идеального лидера из первого набора и найдите среди них такие, которыми вы обладаете реально. Отметьте их. Теперь переходите ко второму набору качеств, затем к третьему и четвертому.
- Подсчитайте, сколько вы нашли у себя реальных качеств (Р).
- Подсчитайте общее количество идеальных качеств, выписанных вами (И).
- Вычислите их процентное соотношение по формуле:

$$П = Р / И \times 100 \%$$

- Чем ближе ваш результат к единице, тем сильнее у вас развиты лидерские качества; чем ближе ваш результат к нулю, тем более активная работа по развитию этих качеств вам предстоит.