

*Людина впродовж життя  
періодично аналізує свою  
особистісну зрілість.*



*Тест*  
*«Перевірте свою  
зрілість»*

*Постарайтеся щиро відповісти  
на запитання.*

*Сподіваюся, що цей тест  
допоможе Вам глибше  
зазирнути в себе, поміркувати  
над тим, як можна покращити  
свій характер.*

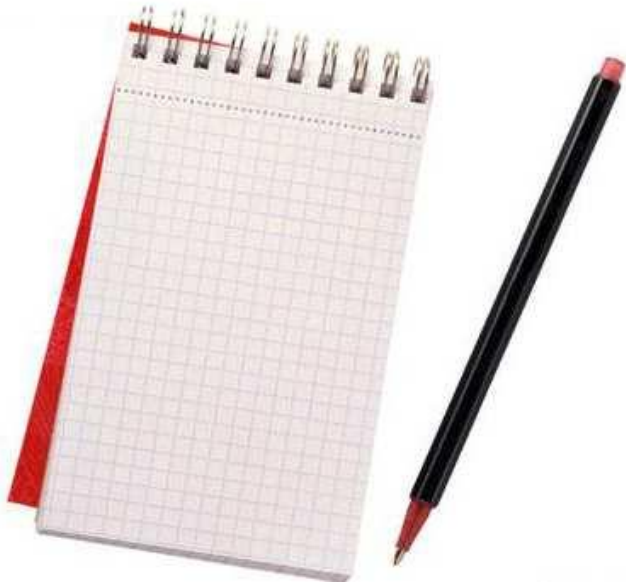
*1. Чи роблю я так,  
«щоб заслужити  
любов ближнього  
свого»?*



**Так – 3**

**Ні - 1**

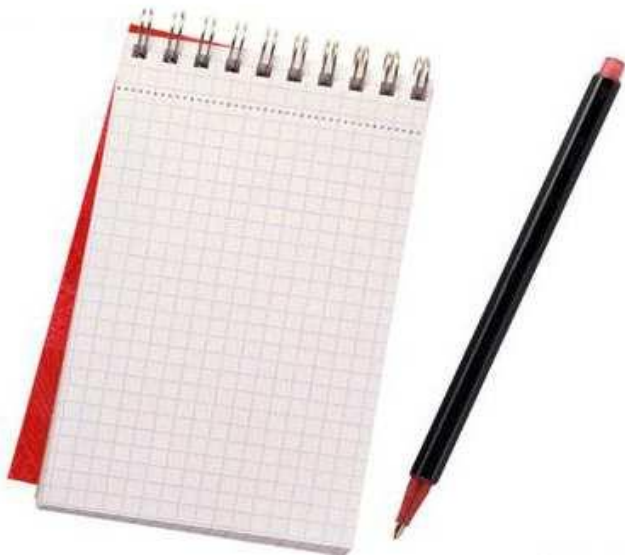
*2. Чи чекаю я  
винагороди за  
свої добрі справи?*



**так – 1**

**ні - 3**

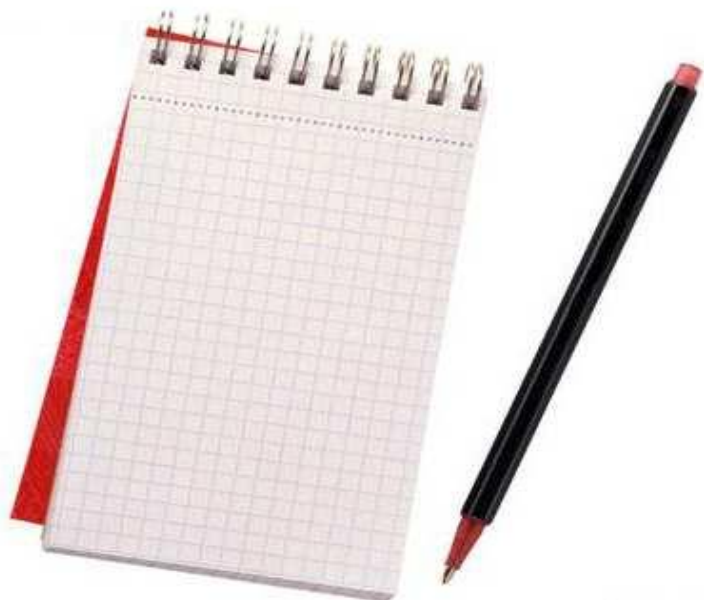
*3. Чи обурююся я,  
коли мене  
критикують?*



***так – 1***

***ні - 3***

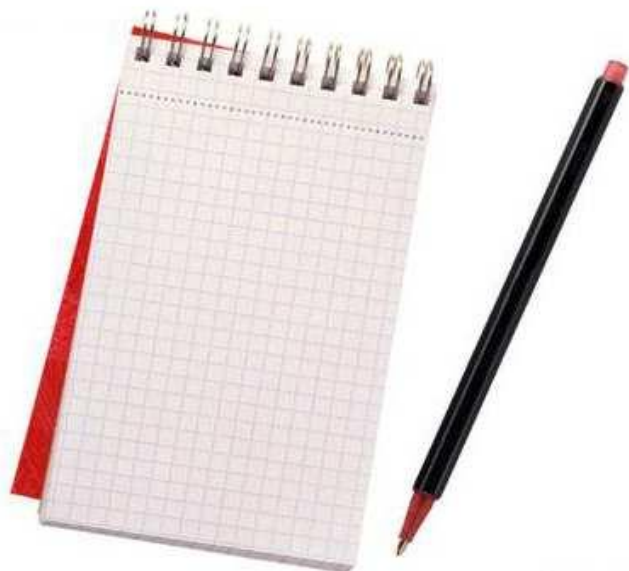
*4. Чи критикую я інших, не розібравшись до кінця в суті справи?*



*так — 1*

*ні — 3*

*5. Чи готовий я  
відповідати за свої  
дії й рішення?*



*так — 3*

*ні — 1*



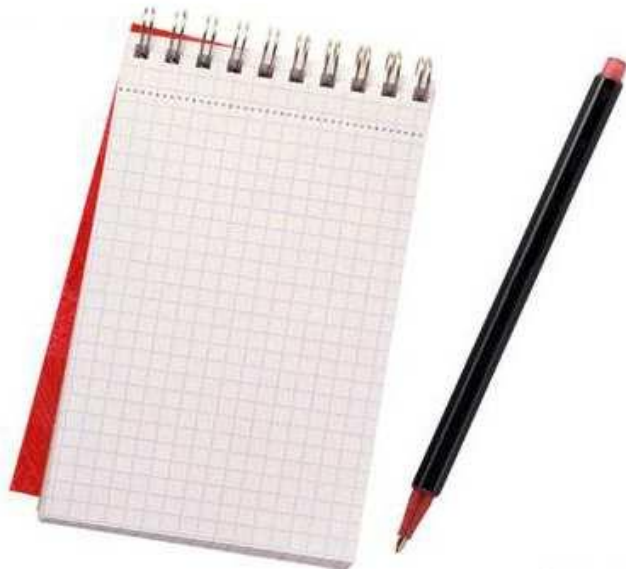
*6. Чи вмію я програвати  
достойно, приймаючи  
поразки без скарг і  
злості ?*



*так — 3*

*ні — 1*

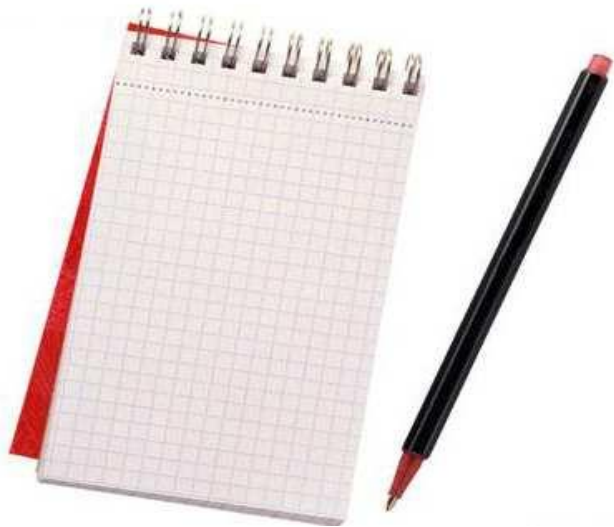
*7. Чи волію я мати справу з дійсністю, хоч і неприємною, уникаючи ілюзій?*



***так — 1***

***ні — 3***

*8. Чи залишаюсь я  
вірним своїй меті в  
складних життєвих  
ситуаціях?*



***так — 3***

***ні — 1***

*9. Чи хвилююсь я з приводу того, що від мене не залежить?*



*так — 1*

*ні — 3*

*10. Чи можу я змиритися  
з неминучим, з тим, що  
вже трапилось?*



*так — 3*

*ні — 1*

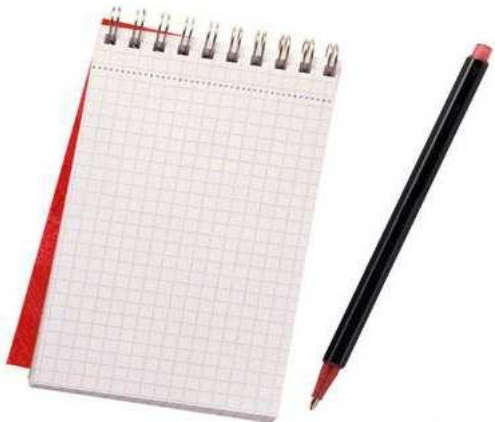
*II. Чи чітко я бачу  
розходження між  
метою й засобами її  
досягнення?*



*так — 3*

*ні — 1*

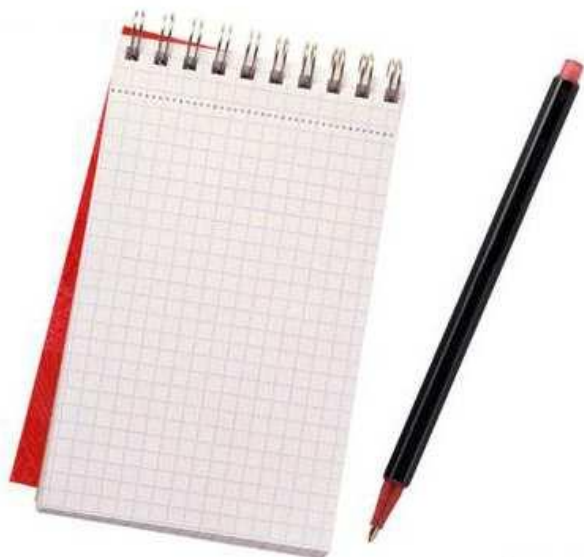
*12. Чи здатний я  
підтримувати тісні  
емоційні стосунки з  
близькими людьми, з  
друзями?*



*так — 3*

*ні — 1*

# *13. Чи володію я чуттям етики й гумору?*

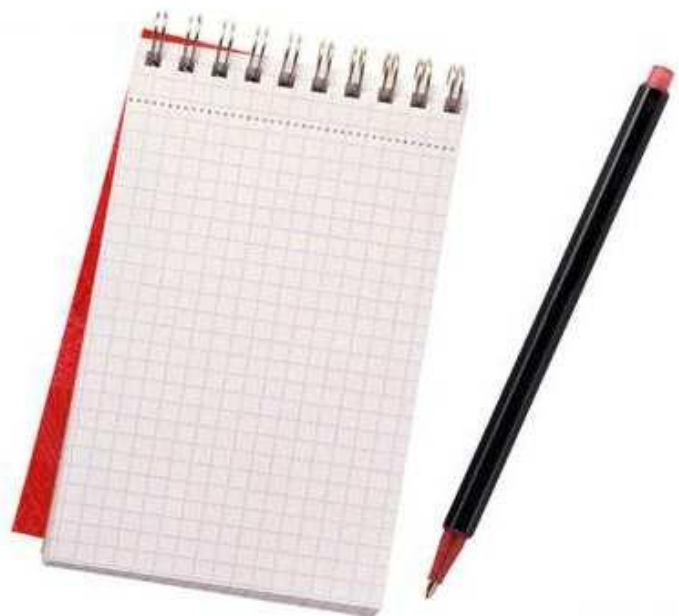


*так — 3*

*ні — 1*



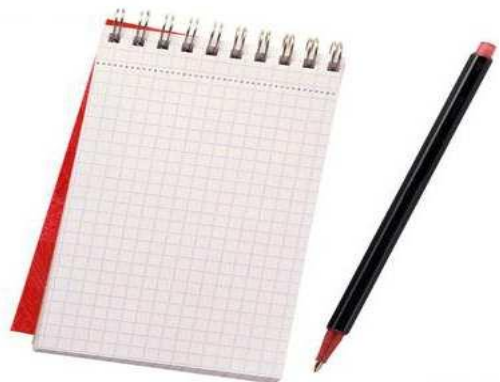
# *14. Чи терплячий я?*



*так — 3*

*ні — 1*

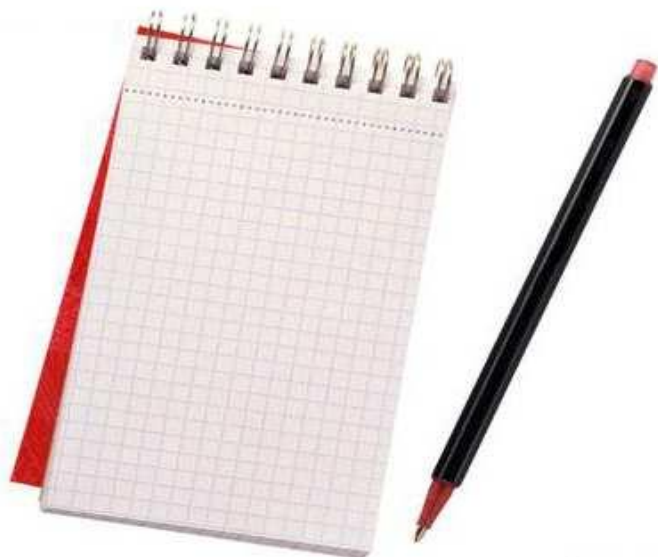
*15. Чи володію я високим ступенем прийняття себе, інших, у тому числі навіть людей зі складними характерами?*



***так — 3***

***ні — 1***

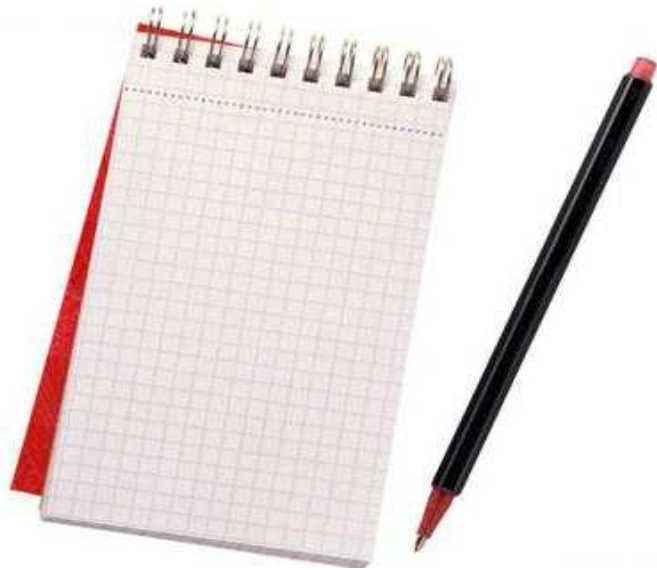
*16. Чи демократичний я,  
чи здатен учитися в  
інших?*



***так — 3***

***ні — 1***

*17. Чи володію я  
почуттям приналежності  
до людства?*



*так — 3*

*ні — 1*

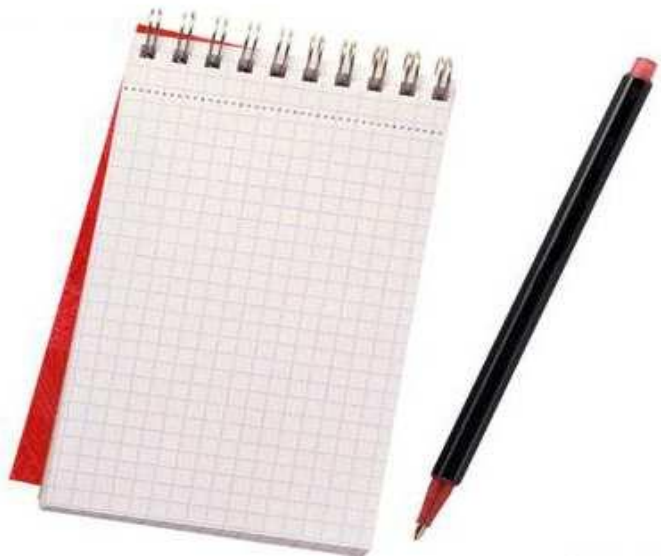
# *18. Чи винахідливий я?*



*так — 3*

*ні — 1*

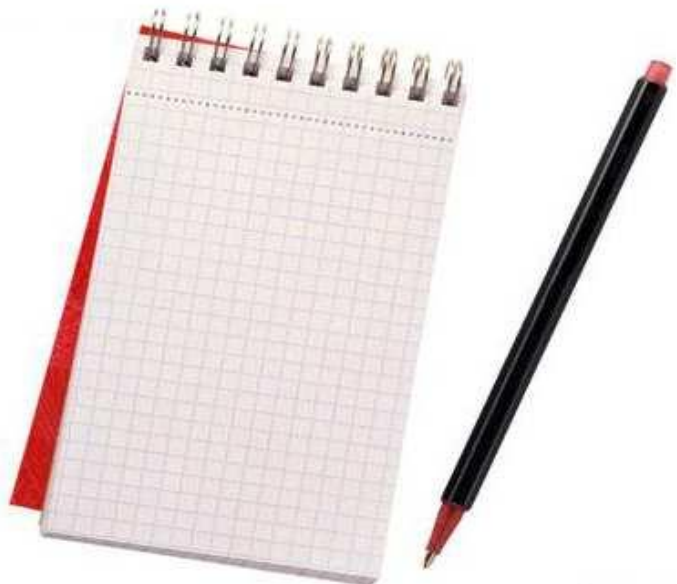
*19. Чи черпаю я енергію,  
силу, натхнення від  
природи, спілкування з  
прекрасним?*



*так — 3*

*ні — 1*

*20. Чи планую я свої дії і  
чи намагаюся  
реалізувати плани?*



*так — 3*

*ні — 1*

## *Аналіз виконання тесту:*

**:Підрахуйте Ваші бали й за їх сумою визначте свій рівень на етапі дорослішання особистості**

**20 - 30**

**«початок зрілості»** — попереду важка й необхідна робота над покращенням свого характеру.

**30 - 50**

**«помірна зрілість»** — є ще резерви для вдосконалення.

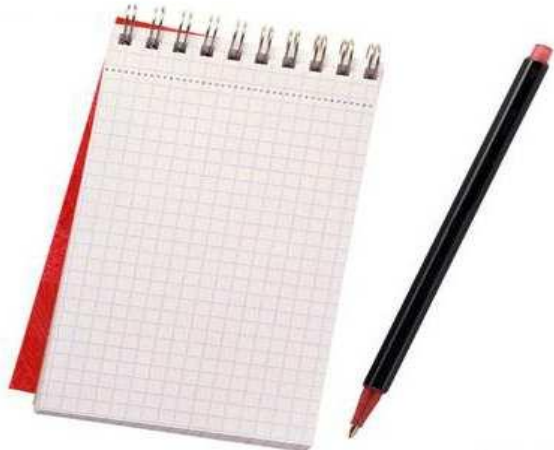
**50 - 60**

**«упевнена зрілість»** — Ви змогли вийти на верхній виток людського існування.



# *Перелік якостей зрілої особистості*

**Складено на основі характеристик  
самоактуалізованої особистості  
А. Маслоу.**



*Людина, яка є зрілою особистістю, має такі якості:*

*□ робить добрі справи й не чекає нагороди за це;*

*□ не ображається на критику, так як розуміє, що критика може містити цінні пропозиції для самовдосконалення;*

*□ не перекладає провину на інших і не критикує, поки не розбереться в суті справи;*

*□ здатна відповідати за свої дії й рішення та не обвинувачує інших, коли щось іде не так;*

- програє достойно, приймаючи поразки й розчарування без скарг і злості;*
- адекватно сприймає реальність, уникає ілюзій, воліє мати справу з дійсністю, хоч і неприємною;*
- здатна залишитися вірною своїй меті, незважаючи на складнощі (наприклад, непопулярність, неприйняття);*
- тримає себе в руках, не роздратовується через дрібниці;*
- має автономну систему життєвої орієнтації, власну думку;*

- не залежить від середовища, уміє трансцендувати будь-яку окрему культуру;*
- не вихваляється, а коли їй роблять компліменти, приймає їх з почуттям власної гідності, без удаваної скромності;*
- не турбується передчасно про те, що від неї не залежить, примиряється з неминучим;*
- завжди чітко бачить розходження між метою й засобами її досягнення;*
- здатна установлювати тісні емоційні стосунки з друзями і близькими людьми;*

- *не залежить від середовища, уміє трансцендувати будь-яку окрему культуру;*
- *не вихваляється, а коли їй роблять компліменти, приймає їх з почуттям власної гідності, без удаваної скромності;*
- *не турбується передчасно про те, що від неї не залежить, примиряється з неминучим;*
- *завжди чітко бачить розходження між метою й засобами її досягнення;*
- *здатна устанавлювати тісні емоційні стосунки з друзями і близькими людьми;*

- демократична, здатна вчитися в інших, якщо є чому;*
- має постійну здатність по-новому бачити звичайні речі, оригінально оцінювати факти, події;*
- має почуття приналежності до людства, хоча усвідомлює його недосконалість;*
- креативна, винахідлива;*
- черпає енергію, силу, натхнення від природи, від спілкування з прекрасним;*
- планує дії й намагається реалізувати свої плани.*

*Прагнення до виховання в собі таких якостей  
сприяє росту особистості,  
нагромадженню духовного потенціалу  
людини.*

*Масштабність особистості залежить від  
рівня реалізації її «зрілих» рис.*

