

## Тест «Эмоциональный интеллект»

**Ваш друг надел свой лучший костюм, а Вы не заметили, и он обиделся. Вы ведете себя так, потому что...**

- А) по рассеянности не обратили на него внимания
- Б) подумаешь, как будто он нарядился для Вас!
- В) были на него сердиты по другим причинам

**В подъезде дети устроили шум. Вы отругали их. Ваши ощущения:**

- А) эти дети совершенно невоспитанны!
- Б) Жаль, что погорячился :это ведь всего-навсего дети
- В) Вам неловко: надо уметь держать себя в руках.

**При приеме на работу Вы разозлили работодателя тем, что слишком дотошно расспрашивали о деталях...**

- А) если бы Вы этого не сделала, было бы хуже: раз он так злится, наверняка собирался обмануть!
- Б) лучше сразу прояснить все вопросы
- В) Вы понимаете, что могли произвести невыгодное впечатление, но своей работой Вы его загладите

**Ваша вторая половинка часто проводит вечера с друзьями, оставляя Вас в одиночестве. Вы...**

- А) устанавливаете недельный график, определяющий, когда она (он) должна (должен) быть с вами.
- Б) организуете собственный междусобойчик.
- В) приглашаете всех к себе домой.

**Вас упрекают, что Вы упускаете возможности на работе из-за своего парня (девушки). Вы думаете...**

- А) пусть люди занимаются своими делами.
- Б) никогда нельзя судить со стороны.
- В) они правы, и вы отдаете себе в этом отчет.

**На собеседовании Вас спрашивают, почему Вы хотите работать на этой фирме. Как лучше ответить?**

- А) потому что это престижно
- Б) всегда интересовала такого вида работа
- В) потому, что это основательная солидная фирма

**Знакомый с увлечением рассказывает Вам о предстоящей поездке. А он уже говорил об этом!**

- А) если он не помнит об этом разговоре, значит, вы его совсем не интересуете!
- Б) думает только о себе, а не о том, интересно ли Вам это!
- В) Он так счастлив, что о другом не может и говорить.

**Подруга дарит Вам цветок с запиской: "Хотя бы пока он жив, ты обо мне не забудешь!" Ваша реакция:**

- А) это ее кокетство
- Б) И почему нужно делать эти полуприкрытые упреки!
- В) а что общего у растения с твоей памятью?

**Вы раскритиковали только что увиденный фильм, и у Вашего друга испортилось настроение. Ваши мысли:**

- А) при нем даже нельзя высказать свое мнение
- Б) ваша критика фильма не должна его трогать
- В) ему, наверное, понравилось, и он теперь подумает, что у вас нет ничего общего.

**Мама испекла вам пирог, который вы обожали в детстве, а вы к нему даже не притронулись. Почему?**

- А) просто не хотелось
- Б) не было настроения вспоминать детство
- В) мама просто не хочет понять, что вы на диете!

**РЕЗУЛЬТАТЫ:**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>А</b>	о	о	*	о	*	*	*	*	*	о
<b>Б</b>	*	+	о	+	о	+	о	+	о	+
<b>В</b>	+	*	+	*	+	о	+	о	+	*

Если у Вас...

**о ... большинство**

Вы человек рациональный, опираетесь на общепринятые правила и устои, игнорируя связь между чувствами и делами. Можете ранить и даже не заметить, а интерес к себе считаете непрошенным вмешательством.

**\* ... большинство**

Вы живете сердцем. Чувствительны к проявлениям симпатий и антипатий со стороны окружающих. Когда Вы спокойны, умеете поставить себя на место собеседника. Однако часто вы поддаетесь излишним тревогам, что приводит к депрессии.

**+ ... большинство**

Идеальное равновесие рассудка и сердца. У вас прекрасная способность улавливать чужие эмоции. Благодаря пониманию слабостей окружающих вам удастся строить отношения с ними на уважении и добиваться своего с большим тактом.