

ТЕСТ «ТРИ Я»

*Каждое из трех эго-состояний
может проявляться у одного и того
же человека. Но многие люди имеют
предпочтительный тип
реагирования. Сейчас мы определим,
какую из позиций чаще всего
занимаете вы.*

Инструкция:

Оцените в баллах
от 0 до 10,
насколько эти
высказывания
характеризуют вас:

№	Характеристики	Баллы
1	Мне порой не хватает выдержки.	
2	Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.	
3	Родители как более зрелые люди должны устраивать семейную жизнь своих детей.	
4	Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.	
5	Меня провести нелегко.	
6	Мне бы понравилось быть воспитателем.	
7	Бывает, мне хочется подурачиться, как маленькому.	
8	Думаю, что я правильно понимаю все происходящие события.	
9	Каждый должен выполнять свой долг.	
10	Нередко я поступаю не так, как надо, а так, как хочется.	
11	Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.	
12	Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить.	
13	Я, как и многие люди, бываю обидчив.	
14	Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе.	
15	Дети должны безусловно следовать указаниям родителей.	
16	Я – увлекающийся человек.	
17	Мой основной критерий оценки человека – объективность.	
18	Мои взгляды непоколебимы.	
19	Бывает, что я не уступаю в споре, потому что не хочу уступать.	
20	Правила оправданы до тех пор, пока они полезны.	
21	Люди должны соблюдать все правила, независимо от обстоятельств.	

Обработка результатов:
Подсчитайте сумму баллов
отдельно по трем блокам
вопросов.

- Вопросы 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 относятся к позиции Ребенка (Д).
- Вопросы 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20 – позиция Взрослого (В).
- Вопросы 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21 – позиция Родителя (Р).

Расположите результаты в порядке убывания и запишите формулу своих потенциальных ролей.

О чем она может рассказать?

Если вы получили формулу **ВДР**

– это значит, что вы обладаете развитым чувством ответственности, в меру импульсивны и не склонны к назиданиям и поучениям. Вам можно пожелать лишь сохранять эти качества и впредь. Они помогут в любом деле, связанном с общением, коллективным трудом, творчеством.

Хуже, если на первом месте стоит Р. Категоричность и самоуверенность противопоказаны, например, педагогу, организатору – словом, всем тем, кто в основном имеет дело с людьми, а не с машинами.

Например, если ваша формула имеет вид РДВ, то у вас могут возникнуть некоторые сложности, которые способны осложнить жизнь обладателю такой формулы. «Родитель» с детской непосредственностью режет «правду – матку», ни в чем не сомневаясь и не заботясь о последствиях. Но и тут нет поводов для уныния. Если вас не привлекает организаторская работа, шумные компании, и вы предпочитаете побыть наедине с книгой, кульманом или этюдником, то все в порядке. Если же нет, и вы захотите передвинуть свое «Р» на второе и даже на третье место, то это вполне осуществимо.

«Д» на первом месте – это вполне приемлемый вариант, скажем, для научной работы. Эйнштейн шутливо объяснил причины своих научных успехов тем, что он развивался медленно, и над многими вопросами задумался лишь в том возрасте, когда люди обычно перестают о них думать. Но детская непосредственность хороша лишь до определенной степени. Если она начинает мешать делу, пора взять свои эмоции под контроль.