



Талапкерлерге арналған психометриялық тест

Ұпайлар білдіреді:

- | | |
|-------------------|-------------|
| 1- ешқашан; | 5- кейде; |
| 2- төтенше сирек; | 6- жиі; |
| 3- өте сирек; | 7- өте жиі; |
| 4- сирек; | 8- үнемі. |

Толық аты – жөні _____

Жынысы _____

Жасы _____

Күні _____

№	Мәлімдеме	Бағалау
1	Маған ауру, дәрменсіз адамдарды көру әрқашан қиын.	1 2 3 4 5 6 7 8
2	Мен адамдармен байланысты жұмысты қалаймын.	1 2 3 4 5 6 7 8
3	Сіз адамдарға әрқашан жанашырлық танытасыз ба?	1 2 3 4 5 6 7 8
4	Қиын жағдайларда туыстарыңызға немесе тіпті бейтаныс адамдарға көмектесу деген тілек пайда бола ма?	1 2 3 4 5 6 7 8
5	Сіз бейтаныс адамға қан қысымын өлшегіңіз келеді ме?	1 2 3 4 5 6 7 8
6	Бейтаныс адамдарға алғашқы медициналық көмек көрсеттіңіз бе? Сіз бұған мақтаныш сезіндіңіз бе?	1 2 3 4 5 6 7 8
7	Қасымдағы адамның жүйкесі қозса, менің де жүйкем қозады	1 2 3 4 5 6 7 8
8	Біреуге жаман, әділетсіз қарым-қатынас жасалып жатқанын көргенде мен әрдайым ашуланамын.	1 2 3 4 5 6 7 8
9	Мен шешім қабылдаған кезде, әдетте, басқа адамдардың сезімдері ол шешімге әсер етпейді.	1 2 3 4 5 6 7 8
10	Егер менімен басқа адам өз жеке мәселелерін талқыласа, мен оны тыңдауға тырысамын.	1 2 3 4 5 6 7 8
11	Егер біреудің ауырып тұрғанын білсем, дәрігермен кеңесуге кеңес беремін.	1 2 3 4 5 6 7 8
12	Мен әрқашан көмектесуге дайынмын.	1 2 3 4 5 6 7 8
13	Сіз әрдайым таза бөлмеде ақ халатта жұмыс істегіңіз келеді ме?	1 2 3 4 5 6 7 8
14	Сіз дүниедегі барлық ауруларға қарсы дәрі-дәрмекті табуды ойладыңыз ба	1 2 3 4 5 6 7 8
15	Адам қансырап жатқанын көргенде, мен сабыр сақтаймын.	1 2 3 4 5 6 7 8
16	Айналамдағы адамдар алаңдаса, мен тыныштық сақтай аламын.	1 2 3 4 5 6 7 8
17	Жануарлардың азап шеккенін көргенде, менің көңілім қатты түседі.	1 2 3 4 5 6 7 8
18	Біреудің көз жасы, қатты жылауы менде аяныш сезімін тудырады.	1 2 3 4 5 6 7 8
19	Айналамдағы адамдардың кез – келген толқынулары мен жануарларына немқұрайлы бола алатынымды байқаймын.	1 2 3 4 5 6 7 8
20	Жылап жатқан адамды көрсем көңілім қатты түседі.	1 2 3 4 5 6 7 8
21	Кейбір әндерді тыңдап, өзімді бақытты сезінемін.	1 2 3 4 5 6 7 8
22	Біреудің күлкісі маған әсер етпейді.	1 2 3 4 5 6 7 8
23	Мен достарымның мәселелерін шын жүректен қабылдаймын	1 2 3 4 5 6 7 8
24	Меніңше, көпшілік ұсақ-түйекке босқа мазасызданып, көңілдерін түсіреді.	1 2 3 4 5 6 7 8
25	Фильм қарағанда, осы оқиға өзіммен болып жатқандай сезінемін.	1 2 3 4 5 6 7 8
Барлық сұрақтар бойынша жиналған ұпайлар:		

А.Меграбян мен Н.Энштейннің «Эмоционалды әсер ету шкаласы» тестінің нәтижелерін өңдеу.

Тапсырма нәтижелерінің шамалары:	Эмпатия деңгейінің жіктелуі:
110 балл және одан көп	В Жоғары деңгей
80-110 балл	Орташа деңгей – жоғары бейімділік
50-80 балл	Орташа деңгей
25-50 балл	Төменгі тенденциясы бар орташа деңгей
25 балл және одан аз	Төменгі деңгей

Жанашырлық қабілетінің жоғары балдары агрессивтілік пен зорлық-зомбылыққа кері байланысты; комплименттілікпен, сәйкестікпен, басқаларды кешіруге дайын болумен (бірақ өзін емес), күнделікті жұмысты орындауға дайындықпен байланысты. Эмоционалды реакция шкаласы бойынша төмен баллмен салыстырғанда жоғары ұпайлары бар адамдар:

- олар терінің өткізгіштігінің өзгеруімен және жүрек соғу жылдамдығының жоғарылауымен эмоционалды тітіркендіргіштерге әсер етеді;
- эмоционалды, жиірек жылайды;
- әдетте, оларда көп уақыт өткізетін, эмоцияларын айқын көрсетіп, сезімдері туралы айтатын ата-аналары болды;
- нақты іс-әрекеттерде альтруизмді көрсетеді, адамдарға белсенді көмек көрсетуге бейім болады;
- серіктестік мінез-құлықты көрсету (достық қатынастарды қолдау мен нығайтуға ықпал ету);
- аз агрессивті;
- оң әлеуметтік қасиеттерді маңызды деп бағалайды;
- моральдық бағалауға көбірек бағытталған. Басқа адамдарға жанашырлықпен қарау қабілеті құнды қасиет, бірақ оның гипертрофиясымен, басқа адамдарға эмоционалды тәуелділігімен ауыр әлсіздік пайда болуы мүмкін, бұл тиімді әлеуметтенуді қиындатады және тіпті әртүрлі психосоматикалық ауруларға соқтыруы мүмкін.

Адамдар арасындағы қарым-қатынаста эмпатияның дамуының орташа (қалыпты) деңгейі бар адамдар жеке әсеріне сенуден гөрі, басқаларды іс-әрекеттері бойынша бағалауға бейім. Әдетте, олар өздерінің эмоционалдық көріністерін басқаруға шебер, бірақ сонымен бірге олар көбінесе адамдар арасындағы қатынастардың дамуын болжау қиынға соғады.

Тұлғааралық қатынастарда эмпатия деңгейі төмен адамдар адамдармен байланыс орнатуда қиындықтарға тап болады, үлкен компанияда өзін жайсыз сезінеді, эмоционалдық көріністер мен әрекеттерді түсінбейді, көбінесе басқалармен өзара түсіністік таба алмайды. Олар топтық жұмыспен салыстырғанда жеке жұмыста әлдеқайда өнімді, олар ұтымды шешімдер қабылдауға бейім, басқаларды сезімталдығы мен жауаптылығына қарағанда іскерлік қасиеттері мен таза ақыл-ойы үшін көбірек бағалайды. Тиімсіз мінез-құлық стратегияларын таңдау адамның жеке қасиеттерінің салдары немесе оның басқа адамдардың өміріне қатысудың белсенді формаларын білмеуінің дәлелі болуы мүмкін. Эмпатикалық қабілеттерді дамыту үшін сіз коммуникативті дағдыларды жетілдіруіңіз керек, әсіресе басқаларды тыңдау, парафразалау, эмоцияларды бейнелеу және шағылыстыру. Өзінді талап ету жаттығулары, «сезім гимнастикасы» өте пайдалы.