

## **Вежлив ли ты?**

Слишком часто выпадает сталкиваться с чужой грубостью и раздражительностью? Считаешь, что люди вокруг дурно воспитаны? Однако прежде, чем жаловаться на падение нравов, стоит задуматься: умеешь ли ты вести себя в том или ином окружении правильно?

Ответь на эти вопросы и не забудь заглянуть в ответы.

### **1. Ты звонишь другу и слышишь чужой голос. Поняв, что ошибся номером, ты...**

- а) выражаешь свое недовольство;
- б) молча вешаешь трубку;
- в) извиняешься за свою ошибку.

### **2. В гостях тебе предлагают попробовать блюдо, которое ты не любишь.**

- а) говоришь, что это блюдо ты не ешь;
- б) благодаришь и пробуешь;
- в) отказываешься, говоря, что оно чересчур для тебя острое.

### **3. Тебе надо поговорить с другом, а ты не можешь его найти. И вдруг встречаешь его идущим по улице рядом с девушкой. Ты...**

- а) останавливаешь их и начинаешь разговор;
- б) здороваешься на ходу и просишь его позвонить тебе, как только у него окажется возможность;
- в) просишь разрешения проводить их, чтобы поговорить по дороге.

### **4. Тебя знакомят с человеком. Ты...**

- а) ограничиваешься кивком;
- б) говоришь: «Я о вас слышал»;
- в) улыбаешься и отвечаешь: «Очень приятно».

### **5. Ты рассказываешь своему другу о последнем свидании. В это время к вам подходит приятель, при котором тебе не хотелось бы говорить о своих личных делах. Тот интересуется темой разговора. Ты...**

- а) отвечаешь: «Ничего особенного»;
- б) бросаешь как бы между прочим: «Да так»;
- в) говоришь: «Мы говорили об экзаменах».

### **6. Незнакомый человек здоровается с тобой на улице. Ты...**

- а) делаешь вид, что не заметил его;
- б) говоришь: «Вы, очевидно, ошиблись. Я не помню, чтобы мы с вами были знакомы»;
- в) здороваешься в ответ.

### **7. Вечеринка уже в самом разгаре, когда приходит твой приятель, которого никто не знает. Ты...**

- а) ни с кем его не знакомишь;
- б) говоришь так, чтобы все слышали: «Знакомьтесь. Это мой друг Сергей»;
- в) знакомишь его исключительно с соседями по столу.

## Подсчитай баллы:

	<b>а</b>	<b>б</b>	<b>в</b>
1	3	7	10
2	5	8	10
3	3	5	10
4	2	7	10
5	5	8	10
6	5	8	10
7	3	7	10

### **30 баллов и меньше**

К сожалению, правила поведения тебе вряд ли знакомы. Тебе следует внимательно следить за собой и немедленно прочитать какую-нибудь книгу о правилах хорошего тона. В противном случае ты рискуешь всю жизнь вызывать раздражение, а иногда и ответную грубость окружающих.

### **40-50 баллов**

Ты, безусловно, понимаешь, что парню следует быть вежливым, но твои представления в этой области весьма поверхностны. Стоит немного над собой поработать — и ты почувствуешь, что отношения с окружающими наладятся сами собой.

### **60-70 баллов**

Прими наши поздравления: ты воспитан идеально! Однако был ли ты искренним? Если да, то еще раз следует отметить, что с правилами поведения у тебя все в полном порядке.

## Один раз увидеть, или услышать?

У каждого из нас среди органов чувств есть как бы ведущий, который быстрее и чаще остальных реагирует на сигналы и раздражители внешней среды.

Эта психологическая игра поможет расшифровать, какие органы чувств скорее «откликаются» при ваших контактах с окружающим миром.

Отвечай на вопросы «согласен» или «не согласен». В таблице обведи кружком номера тех вопросов, на которые ответил «согласен».

Тип А (видеть): 1 5 8 10 12 14 19 21 23 27 31 32 39 40 42 45

Тип Б (ощущать): 3 4 9 11 16 18 22 25 28 29 30 35 38 41 44 47

Тип С (слышать): 2 6 7 13 15 17 20 24 26 33 34 36 37 43 46 48

1. Люблю наблюдать за облаками и звездами.
2. Часто напеваю себе потихоньку.
3. Не признаю моду, которая неудобна.
4. Обожаю ходить в сауну.
5. В автомашине для меня важен цвет.
6. Узнаю по шагам, кто вошел в комнату.
7. Меня развлекает подражание диалектам.
8. Много времени посвящаю своему внешнему виду.
9. Люблю принимать массаж.
10. Когда есть свободное время, люблю рассматривать людей.
11. Плохо себя чувствую, когда не наслаждаюсь движением.
12. Видя костюм в витрине, уверен, что я буду выглядеть в нем хорошо.
13. Когда услышу старую мелодию, ко мне возвращается прошлое.
14. Часто читаю во время еды.
15. Очень часто разговариваю по телефону.
16. Я склонен к полноте.
17. Предпочитаю слушать рассказ, который кто-то читает, чем читать самому.
18. После плохого дня мой организм в напряжении.
19. Охотно и много фотографирую.
20. Долго помню, что мне сказали приятели и знакомые.
21. Легко отдаю деньги за цветы, потому что цветы украшают жизнь.
22. Вечером люблю принять горячую ванну.
23. Стараюсь записывать свои личные дела.
24. Часто разговариваю сам с собой.
25. После длительной езды на машине долго прихожу в себя.
26. Тембр голоса многое говорит мне о человеке.
27. Очень часто оцениваю людей по манере одеваться.
28. Люблю потягиваться, расправлять конечности, разминаться.
29. Слишком твердая или слишком мягкая постель — это для меня мука.
30. Мне нелегко найти удобную обувь.
31. Очень люблю ходить в кино.
32. Узнаю когда-либо виденные лица даже через годы.
33. Люблю ходить под дождем.
34. Умею слушать то, что мне говорят.
35. Люблю танцевать, а в свободное время заниматься спортом.
36. Когда близко тикает будильник, не могу уснуть.
37. У меня неплохая стереоаппаратура.

38. Когда слышу музыку, отбиваю такт ногой.
39. На отдыхе не люблю осматривать памятники архитектуры.
40. Не выношу беспорядок.
41. Не люблю синтетических тканей.
42. Считаю, что атмосфера в комнате зависит от освещения.
43. Часто хожу на концерты.
44. Пожатие руки много говорит мне о данной личности.
45. Охотно посещаю галереи и выставки.
46. Серьезная дискуссия — это захватывающее дело.
47. Через прикосновение можно сказать значительно больше, чем словами.
48. В шуме не могу сосредоточиться.

Теперь подсчитай, в каком разделе больше кружочков, это твой главный тип восприятия. Помни, что речь человека тоже может подсказать, к какому типу он принадлежит.

*Тип А (видеть).* Часто употребляются слова и фразы, которые связаны со зрением, с образами и воображением. Например: «не видел этого», «это, конечно, проясняет все дело», «заметил одну особенность».

Рисунки, образные описания, фотографии говорят типу А больше, чем слова. Принадлежащие к этому типу люди моментально схватывают то, что можно увидеть: цвета, формы, линии, гармонию и беспорядок.

*Тип В (ощущать, осязать).* Тут чаще в ходу другие слова и определения, например: «не могу этого понять», «атмосфера в квартире невыносимая», «ее слова глубоко меня тронули», «подарок был для меня чем-то похожим на теплый дождь». Чувства и впечатления людей этого типа касаются, главным образом, того, что относится к прикосновению, интуиции, догадке. В разговоре их интересуют внутренние переживания.

*Тип С (слышать).* «Не понимаю, что мне говоришь», «это известие для меня...», «не выношу таких громких мелодий» — вот характерные высказывания для людей этого типа. Огромное значение для них имеет все, что акустично: звуки, слова, музыка, шумовые эффекты.

Сходство типов может способствовать любви, несовпадение порождает конфликты и недоразумения.

Как мы узнаём, что нас кто-то любит?

Тип А (видеть) — по тому, как на него смотрят.

Тип В (ощущать) — по тому, как его касаются, ласкают.

Тип С (слышать) — по тому, что ему говорят.

Когда неизвестно, к какому типу относишься ты и кем является кто-то очень близкий тебе, может случиться, например, следующее: ей кажется, что он ее любит, и она говорит ему об этом. Он отвечает: «Ерунда, с чего это пришло тебе в голову?» — и обнимает её. Она полна гнева, ведь он ни разу не посмотрел ей в глаза. Она говорит: «Оставь меня, сейчас не время для нежностей». Он чувствует себя огорченным: «Ты меня не выносишь, всегда держишь дистанцию». Ссора висит в воздухе... А ведь все дело в разнице типов. Она — тип А (видеть), а он — тип В (ощущать). Она ищет зрительного контакта и на этой основе судит, любит он ее или нет. Он же выражает свои чувства иначе: касаясь, притягивая ее к себе. Для нее, однако, это вовсе не тот сигнал, которого она ждет, поэтому и отталкивает его, чувствует себя непонятой. Это, в свою очередь, ранит его. А если бы он догадался, что глазами можно гладить, а она бы поняла, что прикосновения говорят не меньше, чем взгляды, ссоры можно было бы избежать.