Тест на определение уровня тревожности по методике Айзенка

Фамилия имя ученика \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Инструкция:* Предлагаем описание различных эмоциональных состояний. Прочитай высказывание и варианты ответов. Поставь знак «+» в тот столбик, какой вариант ответа тебе подходит.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Часто**  | **Изредка**  | **Никогда**  |
| 1. Я не чувствую в себе уверенности
 |  |  |  |
| 1. Из-за пустяков я краснею, волнуюсь
 |  |  |  |
| 1. Я плохо сплю
 |  |  |  |
| 1. Я легко расстраиваюсь
 |  |  |  |
| 1. Я воображаю неприятности и беспокоюсь о них
 |  |  |  |
| 1. Я думаю о своих недостатках
 |  |  |  |
| 1. Меня пугают трудности
 |  |  |  |
| 1. Меня легко в чем-то убедить
 |  |  |  |
| 1. Я беспокоюсь, тревожусь
 |  |  |  |
| 1. Я нервничаю, когда приходится ждать
 |  |  |  |