

## Тест №11. ТЕСТ ДЛЯ ОЦІНКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ

Інструкція:

Перед Вами шкала протилежних якостей. Оцініть, будь ласка, свій стан протягом дня (з ранку до моменту перевірки), обравши бал, який в найбільшій мірі відображає співвідношення між двома протилежними якостями:

|     |                       |           |                                |
|-----|-----------------------|-----------|--------------------------------|
| 1.  | Добре самопочуття     | 5 4 3 2 1 | Погане самопочуття             |
| 2.  | Сильний               | 5 4 3 2 1 | Слабкий                        |
| 3.  | Активний              | 5 4 3 2 1 | Пасивний                       |
| 4.  | Рухливий              | 5 4 3 2 1 | Малорухливий                   |
| 5.  | Веселий               | 5 4 3 2 1 | Сумний                         |
| 6.  | Гарний настрої        | 5 4 3 2 1 | Поганий настрої                |
| 7.  | Працездатний          | 5 4 3 2 1 | Непрацездатний                 |
| 8.  | Повний сил            | 5 4 3 2 1 | Знесилений                     |
| 9.  | Швидкий               | 5 4 3 2 1 | Повільний                      |
| 10. | Діяльний              | 5 4 3 2 1 | Бездіяльний                    |
| 11. | Щасливий              | 5 4 3 2 1 | Нещасний                       |
| 12. | Життєрадісний         | 5 4 3 2 1 | Похмурий                       |
| 13. | Напружений            | 5 4 3 2 1 | Розслаблений                   |
| 14. | Здоровий              | 5 4 3 2 1 | Хворий                         |
| 15. | Захоплений            | 5 4 3 2 1 | Байдужий                       |
| 16. | Схвильований          | 5 4 3 2 1 | Спокійний                      |
| 17. | Піднесений            | 5 4 3 2 1 | Похнюплений                    |
| 18. | Радісний              | 5 4 3 2 1 | Зажурений                      |
| 19. | Відпочилий            | 5 4 3 2 1 | Стомлений                      |
| 20. | Свіжий                | 5 4 3 2 1 | Виснажений                     |
| 21. | Збуджений             | 5 4 3 2 1 | Сонливий                       |
| 22. | Бажання діяти         | 5 4 3 2 1 | Бажання відпочити              |
| 23. | Безтурботний          | 5 4 3 2 1 | Заклопотаний                   |
| 24. | Оптимістичний         | 5 4 3 2 1 | Песимістичний                  |
| 25. | Витривалий            | 5 4 3 2 1 | Кволий                         |
| 26. | Бадьорий              | 5 4 3 2 1 | Млявий                         |
| 27. | Міркую без напруження | 5 4 3 2 1 | Міркувати можу лише через силу |
| 28. | Уважний               | 5 4 3 2 1 | Неуважний                      |
| 29. | Сповнений надій       | 5 4 3 2 1 | Розчарований                   |
| 30. | Задоволений           | 5 4 3 2 1 | Незадоволений                  |