

Тест от психолога «Подходит ли мне вахта?»

Оцените каждое утверждение: согласны вы или нет?

— Я понимаю, зачем и на какой срок поеду

— У меня есть конкретная цель, а не только «деньги»

— Я могу жить по режиму без постоянного внутреннего протеста

— Мне не критично постоянно менять обстановку

— Я умею долго быть в одном коллективе

— Я не жду, что будет легко

— Я планирую заранее узнать условия быта и работы

— Я понимаю, что могу передумать после первой вахты

— У меня нет серьёзных проблем со здоровьем

— Я готов обращаться за поддержкой, а не терпеть молча

Интерпретация:

7–10 ответов «согласен» — формат вам, скорее всего, подойдёт.

4–6 — формат возможен, но с серьёзной нагрузкой на психику.

0–3 — высокий риск выгорания при вахтовом методе работы.

