

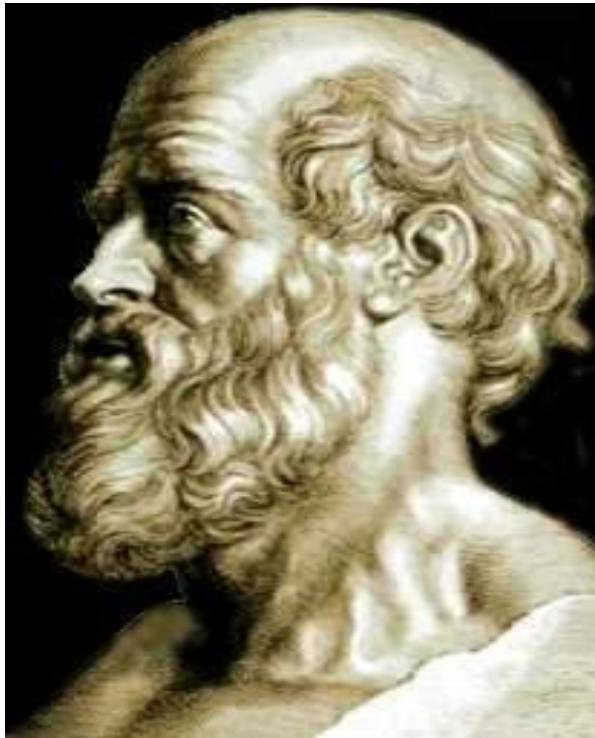
ТЕМПЕРАМЕНТ



ПЛАН ИЗУЧЕНИЯ ТЕМЫ

1. *Общее понятие о темпераменте. Различные взгляды на природу темперамента*
2. *Учение И.П.Павлова о типах ВНД как физиологическая основа темперамента*
3. *Характеристика типов темперамента*
4. *Учет типов темперамента детей в учебно-воспитательной работе*

Выдающийся ученый Древней Греции - **Гиппократ** (в роду которого было 17 поколений врачей) в 5 веке до н.э. задавал вопрос: почему люди неодинаково ведут себя? Гиппократ искал истоки темперамента в особенностях поведения и реакциях людей. Он сравнивал природу человека с четырьмя стихиями: огонь, вода, земля, воздух.





● **Темперамент** (в переводе с лат. *temperamentum* — соразмерность, надлежащее соотношение частей) **это устойчивые индивидуально-психологические особенности человека, определяющие динамику его психической деятельности и поведения.**

● **Темперамент составляет основу развития характера**

Что такое темперамент?

Гиппократ полагал, что человек состоит из разных соков: слизи, крови, желчи. Какой сок преобладает – тот и определяет темперамент человека. Присматриваясь к людям, ученый пришел к выводу, что их можно разделить на 4 группы.

Преобладание *жёлтой жёлчи* (др.-греч. χολή, холе, «жёлчь, яд») делает человека импульсивным, «горячим» (элемент «огонь») — ***холериком***.

Преобладание *лимфы* (др.-греч. φλέγμα, флегма, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным (элемент «земля») — ***флегматиком***.

Преобладание *крови* (лат. sanguis , сангвис, сангуа, «кровь») делает человека подвижным и весёлым (элемент «воздух») — ***сангвиником***.

Преобладание *чёрной жёлчи* (др.-греч. μέλαινα χολή, мелэна холе, «чёрная жёлчь») делает человека грустным и боязливым (элемент «вода») — ***меланхоликом***.

Темперамент – что это?

Темпераментом называют врожденные особенности человека, которые определяют динамику протекания его психических процессов.



ЧТО ТАКОЕ ТЕМПЕРАМЕНТ?

- Темперамент (лат. temperamentum — «устойчивая смесь компонентов») — динамическая характеристика психической деятельности индивида.



Типы темперамента (согласно теории Гиппократа)



Холерик



Сангвиник



Меланхолик



Флегматик



И.П.Павлов
1849 - 1936

Русский ученый, первый русский нобелевский лауреат, физиолог, создатель науки о высшей нервной деятельности и представлений о процессах регуляции пищеварения.

«Греческий гений Гиппократ уловил в массе бесчисленных вариантов человеческого поведения капитальные черты»

И.П.Павлов доказал, что указанные Гиппократом 4 вида темперамента связаны с высшей нервной деятельностью

Подлинно научное объяснение природы темперамента дает учение И.П.Павлова о типах ВНД. В своей теории он доказал и научно обосновал зависимость протекания психических процессов и поведения человека от функционирования нервной системы.

Среди особенностей ВНД И.П.Павлов выделил **3** **основные:**

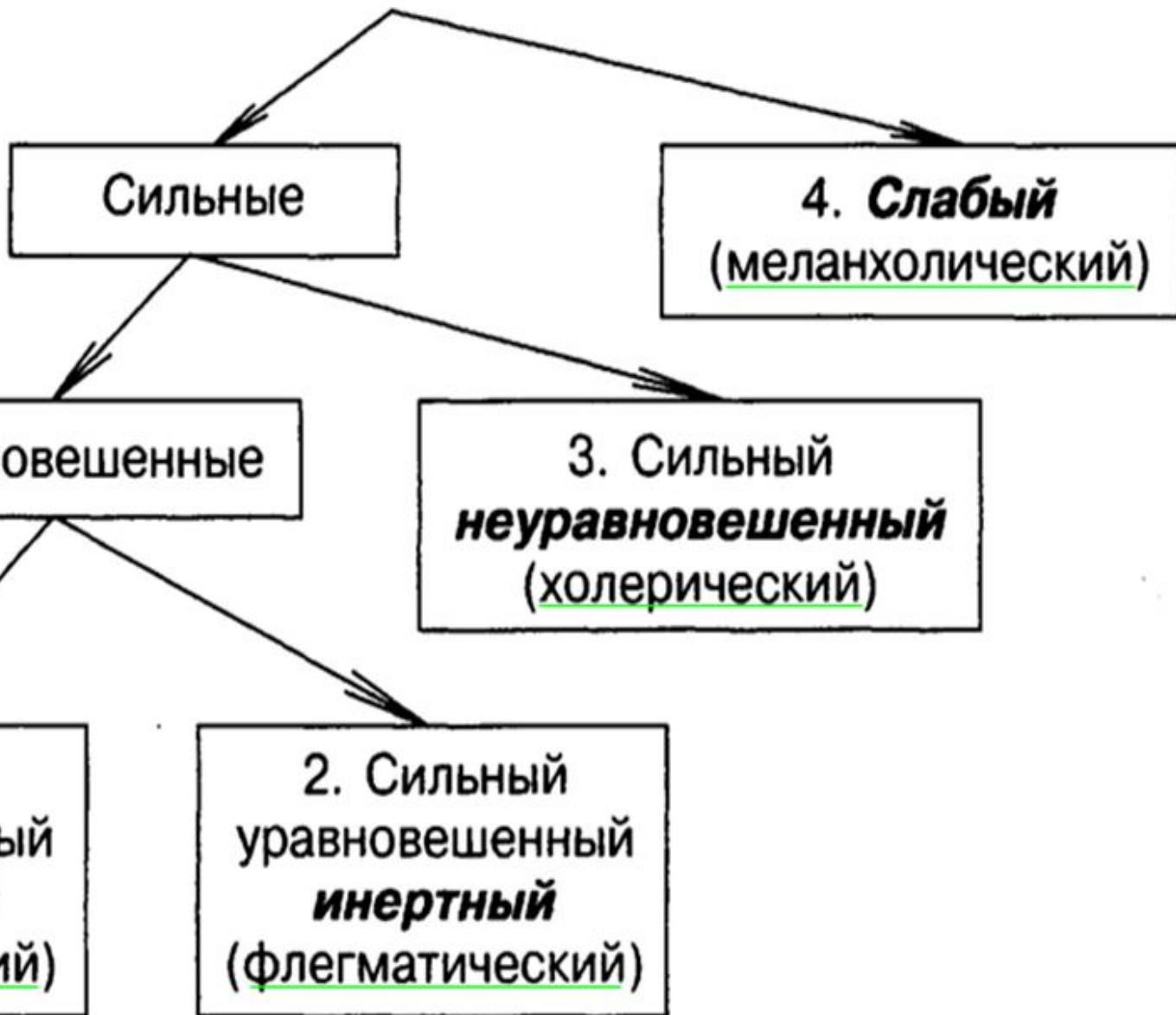
1. **Сила (слабость)** процессов возбуждения и торможения. Это означает способность **нс** переносить продолжительное или кратковременное, но очень сильное возбуждение и торможение. Сила возбуждения обеспечивает работоспособность и выносливость нервной клетки.

2. **Уравновешенность (неуравновешенность)** нервных процессов – это соотношение возбуждения и торможения.

3. **Подвижность нервных процессов** – это



Типы ВНД по И.П. Павлову



Сравнительный анализ

Темперамент по Гиппократу	Краткая характеристика	Свойства нервной системы по Павлову
ФЛЕГМАТИК	Работоспособный Малоэмоциональный Серьезный Надежный Спокойный	Сильный Уравновешенный Малоподвижный
САНГВИНИК	Активный Энергичный Жизнерадостный Легкомысленный Беззаботный	Сильный Уравновешенный Подвижный
ХОЛЕРИК	Очень энергичный Вспыльчивый Эмоциональный Напористый Чувствительный	Сильный Неуравновешенный Подвижный
МЕЛАНХОЛИК	Замкнутый Ранимый Сдержанный	Слабый Неуравновешенный
	Задумчивый Грустный	Сдержанный



Темперамент

Качество врождённое, а не приобретённое.

Проявляется в мышлении, речи, манере общения.

Не влияет на интересы, успешность, интеллект, деловые качества.

Стоит запомнить

Темперамент – **не определяет** способности человека и лишен самостоятельного значения и тот или другой темперамент сам по себе не является ни плохим, ни хорошим, он становится таким зависимо от других качеств личности.

От темперамента **не зависят** ни интересы, ни увлечения, ни моральная воспитанность человека.

Свойства темперамента являются лишь одним из условий развития характера.

Типы темперамента.

Холерик - человек быстрый, иногда даже порывистый, с сильными чувствами, ярко выражающимися в речи, мимике, жестах; нередко - вспыльчивый, склонный к бурным эмоциональным реакциям.

Флегматик - человек медлительный, уравновешенный и спокойный. Чувства его внешне почти не проявляются

Сангвиник - человек быстрый, подвижный; чувства его непосредственно выражаются во внешнем поведении, но они не сильные и легко сменяют одно другое.

Меланхолик - человек, отличающийся сравнительно малым разнообразием эмоциональных переживаний, но большой силой и длительностью их, мало выражает свои чувства

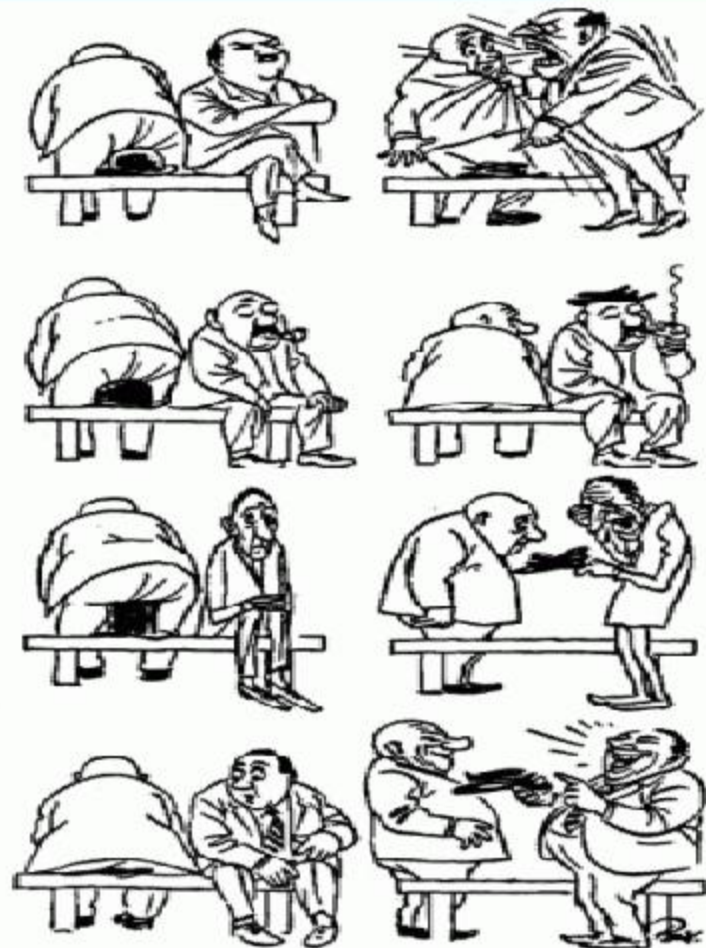
Типы темперамента

Холерик
«ни минуты покоя»

Флегматик
«не торопи»

Меланхолик
«не навреди»

Сангвиник
«доверяй, но проверяй»



Холерик

В организме данного типа преобладает **желтая желчь**

Отличительная черта **холерика** - это сильные эмоции и быстрая смена настроений. Такие люди всегда очень эмоциональные и зачастую неуравновешенные. Их легко заставить плакать или смеяться. Они всегда куда-то спешат.

У холерика - сильная, неуравновешенная, подвижная нервная система.



Херлуф Бидstrup известный датский художник-карикатурист, автор самой известной карикатуры «Четыре типа темперамента» представил типы темперамента следующим образом



Холерик

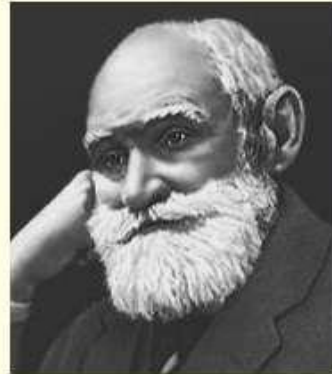
Движения резкие, голос громкий, речь быстрая. Быстро загорается что-либо делать и так же быстро может бросить. Подвижность нервной системы холерика больше её торможения. Начиная что-то, вкладывает туда всю свою энергию, быстро истощается и бросает это дело, потому что сил больше не остается

Известные холерики

Пётр I



Павлов И.П.



Суворов А.В.



Пушкин А.С.



Менделеев Д.И.



Холерический темперамент не помешал Пушкину стать великим поэтом. Для него было серьезным испытанием то, что его отвергли родители, он был в ссоре с отцом. Александр Суворов - холерик. От природы он имел слабое здоровье, и в детстве приводил в ужас родителей, обливаясь поздней осенью на улице холодной водой. Ему удалось закалить не только тело, но и дух. Став великим полководцем, он ни в чем не уступал своим солдатам, разделяя с ними все тяготы походной жизни и удивляя своей энергией и целеустремленностью.



Сангвиник

В организме сангвиников преобладает кровь, делающая представителей данного психотипа очень живыми и общительными.

Их эмоции активно сменяют одна другую, и благодаря этому сангвиники очень быстро приспосабливаются к любым переменам. Такие люди легко переносят неудачи.

● *Сангвиник - нервная система сильная, подвижная, уравновешенная*



Сангвиник



О сангвинике можно сказать, что он жизнерадостный и энергичный, распространяет вокруг себя радость и теплоту. Как и у холерика эмоции сильные и подвижные, но уравновешенные. То есть он внешне очень активен, зато внутри царит спокойствие. Если случается неудача, то сангвиник за счет своих качеств быстро приходит в себя и продолжает жить, как не бывало.

Известные сангвиники

Герцен А.И.



Бомарше П.



Бонапарт Н.



Известный полководец Наполеон, поэт М.Ю.Лермонтов, Петр 1 - были сангвиниками. Этот тип темперамента считается самым сильным. Однако он не спас Наполеона от поражения, которое нанес ему флегматик Кутузов. Наполеон всю жизнь боялся лошадей, хотя художники изображали его именно на лошади. Лермонтов имел суицидальные мысли, Петр боялся высоких потолков



Флегматик

- Если в организме человека преобладает лимфа, он является **флегматиком**.
- Люди данного психотипа спокойны и невозмутимы. Они выглядят немного ленивыми, но на самом деле они скорее медлительны и более стабильны в своих эмоциях.
- Флегматики могут быть очень даже упорными и настойчивыми в выбранном ими занятии. Свою неторопливость они компенсируют усидчивостью и прилежанием.
 - *У флегматика - сильная, уравновешенная, инертная нервная система.*



Флегматик



Про флегматика можно сказать, что он очень нетороплив. Его эмоции медленны и очень трудно сдвигаются из одного положения. Он мало смеётся и раздражается, практически всегда спокоен и его трудно вывести из этого состояния. Когда о чем-то говорит, то безо всяких эмоций, монотонно, поэтому с ними трудно общаться. Флегматик копит в себе эмоции и, когда наступает переломный момент, он их выплёскивает.

Известные флегматики

Крылов И.А.



И. НЬЮТОН



Кутузов М.И.

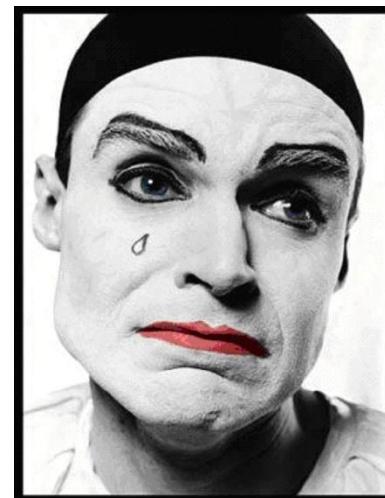


Флегматик Кутузов. Вероятно, его темперамент оказал влияние на выбор стратегии с войне с Наполеоном. Флегматики миролюбивы, но до тех пор, пока не затронуты их интересы, выдержаны, хладнокровны. Флегматизм не помешал, а помог полководцу Кутузову одержать победу над Наполеоном.



Меланхолик

- Меланхолики, в организме которых преобладает **черная желчь**.
- Люди данного психотипа астеничны, грустны и боязливы. Они склонны к тоске и печали, депрессиям и постоянным переживаниям. Они предпочитают одиночество и стараются реже контактировать с людьми.
- *Меланхолик - слабый, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы.*



Меланхолик



Меланхолик - это печальный человек, который ведет себя так, что вот-вот заплачет. Грусть распространяется вокруг него на много метров. Мысли в голове меланхолика о неизбежном и обязательно скорбном. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки.

Большинство поэтов, художников, музыкантов – меланхолики, этот темперамент считается темпераментом гениев. Они силой своего таланта заставляют других переживать горе, радость. Гоголь Н.В. был меланхоликом, он сам смешил себя в минуты отчаянья. Пережив неудачу в молодости, всю жизнь был осторожным, одиноким, боялся оступиться и быть осмеянным. Фредерик Шопен пианист и композитор – написал похоронный марш, известный во всем мире.





Даже взрослый человек может **откорректировать** в определенную сторону свой темперамент. Известно, например, что А. П. Чехов был человеком очень уравновешенным, скромным и деликатным. Но вот интересный факт из его жизни. В одном из писем к жене О. Л. Книппер-Чеховой Антон Павлович делает такое ценное признание: "Ты пишешь, что завидуешь моему характеру. Должен сказать тебе, что от природы он у меня резкий, я вспыльчив и проч. и проч. Но я привык сдерживать себя, ибо распускать себя порядочному человеку не подобает. В прежнее время я выделывал черт знает что".



***В будничных радостях и горестях жизни
нужно быть сангвиником, в важных
событиях жизни – меланхоликом,
относительно впечатлений, глубоко
затрагивающих наши интересы, – холериком
и, наконец, в исполнении принятых решений
– флегматиком.***

Вильгельм Вундт

Проведем небольшой тест!

Хотите узнать о своем типе темперамента?

Для теста вам понадобится листок и ручка!

Вам будут представлены характерные черты типов темпераментов, выберите наиболее подходящий для Вас.

ХОЛЕРИК (А1), если...

- Я суетлив и неусидчив.
- Я несдержан и вспыльчив.
- Я нетерпелив.
- Я резок и прямолинеен в общении.
- Я часто являюсь инициатором всевозможных мероприятий.
- Я упрям.
- В споре я очень находчив.
- Мне трудно соблюдать определенный ритм в работе.
- Я часто иду на риск.
- Я не помню обид.
- Я говорю очень быстро и возбужденно.
- Я неуравновешен и часто горячусь из за мелочей.
- Я нетерпим к недостаткам других.
- Я люблю дразнить людей.
- Моя мимика очень выразительна.
- Я быстро принимаю решения.
- Меня привлекает все новое.
- Мои движения порывисты и резки.
- Я всегда настойчиво иду к поставленной цели.
- У меня часто без особых причин меняется настроение.

САНГВИНИК (А2), если.....

- Я — жизнерадостный человек.
- Я энергичен и всегда знаю, куда направить свою энергию.
- Я не всегда довожу до конца то, что начал.
- Я часто себя переоцениваю.
- Все новое я схватываю буквально на лету.
- Мои интересы непостоянны.
- Свои неудачи я переживаю довольно легко.
- Мне легко приспособиться к практически любым обстоятельствам.
- Любое дело, которым я занимаюсь, увлекает меня.
- Как только мой интерес к делу угасает, я, как правило, бросаю его.
- Я легко включаюсь в новую работу, а также переключаюсь с одного вида деятельности на другой.
- Монотонная кропотливая работа угнетает меня.
- Я общителен и отзывчив, у меня много друзей.
- У меня высокая работоспособность, я очень вынослив.
- Я говорю обычно громко, быстро и четко.
- Даже в сложных и непредвиденных обстоятельствах я не теряю самообладания.
- Я всегда доброжелательно настроен.
- Я обычно без труда засыпаю и просыпаюсь.
- Я часто принимаю поспешные, необдуманные решения.

● Иногда я спускаю голову до земных дел, но выношу в эти периоды

ФЛЕГМАТИК (А3), если.....

- Обычно я спокоен и хладнокровен.
- Во всех своих делах я придерживаюсь определенной последовательности.
- Обычно я рассудителен и осторожен.
- Я спокойно переношу ожидание.
- Если мне нечего сказать, я предпочитаю молчать.
- Моя речь размеренна и спокойна, без яркой эмоциональной окраски.
- Я сдержан и терпелив.
- Я обычно довожу то, что начал, до конца.
- Я не трачу силы на пустяки, но могу быть очень работоспособным, если вижу, что дело того стоит.
- В работе и в жизни я придерживаюсь привычной схемы.
- Мне легко сдерживать свои эмоции.
- Похвала или критика в мой адрес мало волнуют меня.
- К шуткам в свой адрес я отношусь снисходительно.
- Мои интересы отличаются постоянством.
- Я медленно втягиваюсь в работу или переключаюсь с одного вида деятельности на другой.
- Обычно у меня ровные отношения со всеми.
- Я аккуратен и люблю порядок во всем.
- Мне трудно адаптироваться к новой обстановке.

МЕЛАНХОЛИК (А4), если...

- Я застенчив и стеснителен.
- В незнакомой обстановке я чувствую себя растерянным.
- Мне трудно заговорить с незнакомым человеком.
- Порой я не верю в свои силы.
- Я спокойно переношу одиночество.
- Неудачи угнетают меня.
- Иногда я надолго ухожу в себя.
- Я быстро утомляюсь.
- Я говорю очень тихо, иногда почти шепотом.
- Я всегда подстраиваюсь под моего собеседника.
- Иногда что то впечатляет меня настолько, что я не могу сдержать слез.
- Я очень чувствителен к похвале или критике.
- Я предъявляю высокие требования к себе и окружающим.
- Я бываю мнительным и подозрительным.
- Я легкоранимый человек.
- Меня легко обидеть.
- Я предпочитаю скрывать свои мысли от окружающих.
- Я робок и малоактивен.
- Я обычно безропотно подчиняюсь приказам.
- Мне хотелось бы вызвать у окружающих сочувствие ко мне.

Общее количество ответов (A),

$A=20$ во всех случаях.

Подсчитайте количество положительных
ответов отдельно в каждой части
(A_1, A_2, A_3, A_4).

Вычислите процент положительных ответов
по каждому типу темперамента:

холерик = $(A_1/A) \times 100\%$;

сангвиник = $(A_2/A) \times 100\%$;

флегматик = $(A_3/A) \times 100\%$;

меланхолик = $(A_4/A) \times 100\%$.

Полученные результаты будут означать, какую часть в вашем темпераменте составляет каждый из этих типов.

Результаты теста

- Если результат по какому либо типу равен **40%** или выше, то данный тип темперамента у вас является доминирующим.
- Если результат по какому либо типу равен **30–39%**, то черты, характерные для этого типа, выражены у вас достаточно ярко.
- Если результат по какому либо типу равен **20–29%**, то уровень выраженности характерных для этого типа темперамента черт у вас средний.
- Если же результат составил **10–19%**, то черты данного типа темперамента у вас выражены слабо.

Психологическая характеристика типов темперамента - достоинства и недостатки

Тип темперамента ХОЛЕРИК

Тип нервной системы – безудержный, сильный, неуравновешенный, подвижный.

Достоинства Холерика:

- **Холерический тип темперамента** отличается решительностью, инициативностью, прямолинейностью.
- Подвижный и быстрый.
- С увлечением берется за дело, работает на подъеме, преодолевая трудности.
- Почти всегда находчив в споре.
- Незлопамятен и необидчив.
- Обладает выразительной мимикой.
- Речь живая, эмоциональная.
- Холерик способен быстро принимать решения и действовать.
- Неустанно стремится к новому.
- Быстро засыпает и просыпается, крепко спит.
- В критической ситуации проявляет решимость и напор.
- Чувства быстро возникают и ярко проявляются.

Недостатки Холерика:

- Холерик слишком тороплив.
- Для холерического типа темперамента характерны резкие, порывистые движения, неусидчивость, неуравновешенность, склонность к горячности.
- Не отличается терпением.
- В отношениях и в общении с людьми может проявлять резкость и прямолинейность.
- Холерик может провоцировать конфликтные ситуации.
- Упрям, зачастую капризен.
- Характерен резкий подъем и быстрый спад деятельности, т.е. работает холерик рывками.
- Иногда не вникает в суть проблемы, скользит по поверхности, отвлекается.
- Склонен к рискованным поступкам.
- Речь у холериков быстрая, порой сбивчивая, страстная.
- Агрессивен, очень вспыльчив и не выдержан.
- Холерик склонен к резким переменам настроения, нервным срывам.
- Когда запас энергии истощается, его настроение резко падает.
- Нетерпим к промахам и недостаткам других.
- Обидчив.

Холерикам необходимо научиться сдерживать себя, не быть заносчивыми. Им можно посоветовать сосчитать до десяти прежде, чем отреагировать на ситуацию.

Тип темперамента САНГВИНИК

Тип нервной системы – сильный, уравновешенный, подвижный.

Достоинства Сангвника:

- **Сангвинистический тип темперамента** отличается веселостью, энергичностью, жизнерадостностью, отзывчивостью.
- Настроение сангвника имеет свойства часто меняться, но в основном преобладает хорошее настроение.
- Чувства привязанности, враждебности, радости и горя возникают у сангвников быстро, но они неглубоки.
- Быстро схватывает все новое и интересное.
- Быстро переключается с одного вида деятельности на другой.
- Свои неудачи и неприятности переживает легко.
- С легкостью приспосабливается к различным обстоятельствам жизни.
- Обладает хорошей работоспособностью и выносливостью.
- За всякое новое дело берется с энтузиазмом.
- Сангвник отличается громкой, торопливой, но при этом отчетливой речью, сопровождающейся активной жестикуляцией и выразительной мимикой.
- В общении с новыми людьми не испытывает страха и скованности.
- Сохраняет самообладание в стрессовой, критической ситуации.
- Сангвник способен аргументировано защитить себя и в тоже время пытается нормализовать обстановку.
- Быстро просыпается и засыпает.
- Проявляет настойчивость в достижении поставленной задачи, цели.
- Хороший организатор

Недостатки Сангвиника:

- Если сангвиник теряет интерес к начатому делу, то он бросает его, не доведя его до конца.
- Сангвиники не любят однообразную работу.
- Склонны переоценивать как себя, так и свои возможности.
- Сангвиническому типу присущи неустойчивость в интересах и склонностях.
- Человеку с сангвиническим типом темперамента в тягость однообразная, будничная кропотливая работа.
- Поспешен в решениях, опрометчивость решений, не собран.
- Неустойчивое настроение.
- Трудно вырабатываются волевые качества.
- Для достижения успеха в деятельности сангвиникам не стоит разбрасываться по мелочам, им необходимо быть целеустремленными, аккуратными, усидчивыми.

Тип темперамента ФЛЕГМАТИК

Тип нервной системы – инертный, сильный, уравновешенный, малоподвижный.
Достоинства Флегматика:

- **Флегматичный тип темперамента** отличается спокойствием, хладнокровностью, рассудительностью, осторожностью, терпеливостью, усидчивостью, уравновешенностью и выдержкой, как в обычной жизни, так и в стрессовой ситуации.
- Проявляет последовательность и обстоятельность в делах, вследствие чего начатое дело доводится им до конца.
- Флегматики настойчивы и упорны в достижении своих целей.
- Склонность к аффектам у флегматиков отсутствует.
- Речь спокойная, размеренная с паузами, без резко выраженных эмоций, без жестов и мимики.
- Флегматики малоразговорчивые.
- Способны выполнять однообразную, длительно напряженную работу.
- Все рассчитывает и не тратит силы попусту.
- В работе придерживается системности.
- Флегматики склонны придерживаться выработанного, привычного распорядка жизни.
- С легкостью соблюдает режим.
- Флегматичный тип темперамента обладает хорошей выдержкой, что легко позволяет ему сдерживать свои порывы.
- Незлопамятный.
- Снисходительно относится к колкостям, высказанным в его адрес.
- Характерно постоянство в отношениях и интересах, часто однолюбы.
- Любят порядок и аккуратность во всем.
- Разум у флегматиков преобладает над чувством.

Недостатки Флегматика:

- Флегматики практически не восприимчивы к одобрению и порицанию в свой адрес.
- Слабо реагируют на внешние раздражители, поэтому не могут быстро реагировать на новые ситуации.
- Флегматики скупы на эмоции.
- Мимика и движения флегматика невыразительны и медлительны.
- Обстоятельны до занудства.
- В работу включается медленно и так же медленно переключается с одного дела на другое.
- С трудом адаптируется в новой обстановке и медленно сходятся с новыми людьми.
- В жизни много стереотипов, шаблонов.
- Ненаходчивы.

Флегматикам стоит развивать недостающие ему качества такие как: подвижность, активность. Не допускать проявление таких качеств как: инертность и вялость.

Тип темперамента МЕЛАНХОЛИК

Тип нервной системы – слабый, неуравновешенный, малоподвижный.

Достоинства Меланхолика:

- Меланхоличный тип темперамента отличается повышенной чувствительностью.
- Меланхолики способны воспринимать одобрения и порицания.
- Предъявляет высокие требования и к себе, и к окружающим людям.
- Хорошо чувствуют других людей.
- При благоприятных условиях сдержаны и тактичны.
- Эмоциональные состояния и чувства людей меланхолического типа темперамента отличаются глубиной, длительностью и большой силой.
- Меланхоликам свойственна постоянство и глубина, острая восприимчивость к внешним воздействиям.
- В привычной и спокойной обстановке люди с меланхолическим типом темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно.

Недостатки Меланхолика:

- Меланхоликов от других типов отличает высокая эмоциональная чувствительность.
- Они тяжело переносят огорчения и обиды, внешне это может никак не проявляться.
- Свои мысли и переживания держат в себе.
- Меланхолики сильно переживают даже незначительные неудачи.
- Меланхолик очень застенчив, стеснителен, раним, скрытен, нерешителен, неуверенный в себе и своих силах.
- Всегда пессимистично настроен, редко смеется.
- При малейшей неудачи испытывает чувство подавленности и растерянности.
- В незнакомой обстановке теряется.
- Меланхолик смущается при контакте с новыми людьми.
- Долго адаптируется в новом коллективе.
- Имеет маленький круг близких людей.
- У меланхоликов наблюдается склонность к одиночеству, депрессиям, подозрительности, они замыкаются и уходят в себя.
- Быстро утомляются, в работе необходимо делать паузы.
- Для меланхолического типа темперамента характерна слабая тихая речь вплоть до шепота, впечатлительность до слезливости, чрезмерная обидчивость и плаксивость.
- Малейшая неприятность, нервная обстановка на работе способны вывести меланхолика из равновесия.
- При неблагоприятных условиях меланхолики замкнуты, боязливы, тревожны.
- Меланхолик – единственный тип темперамента, характеризующийся легкой ранимостью и обидчивостью.
- Меланхолик предпочитает подчиняться правилам и авторитетам.

**РЕКОМЕНДАЦИИ
по выбору профессии
с учетом темперамента**

Рекомендуемые профессии:

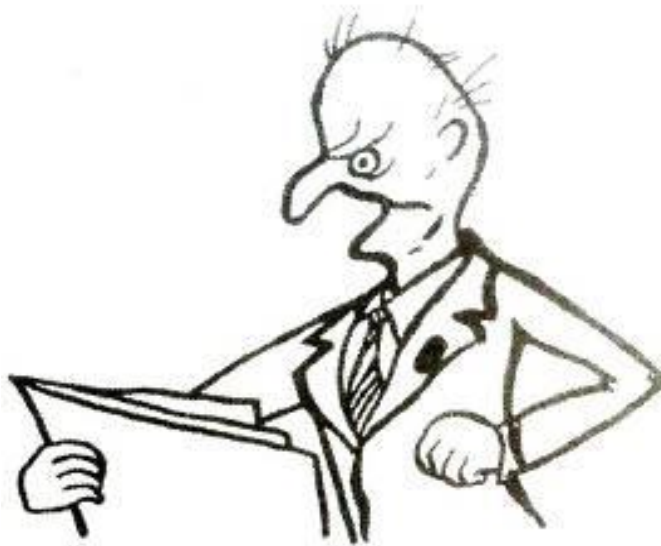
менеджер, учитель, врач, медсестра общего профиля, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и др. Обладает социальными умениями и нуждается в социальных контактах, развиты организаторские способности



Сангвиник



Рекомендуемые профессии: телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель и др. Обладает вербальными способностями. Избирает задачи, позволяющие ему проявить свою энергию, энтузиазм, импульсивность, доминантность, любовь к приключениям.



Холерик



Рекомендуемые профессии: машинопись, бухгалтерия, экономика, механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.



Флегматик

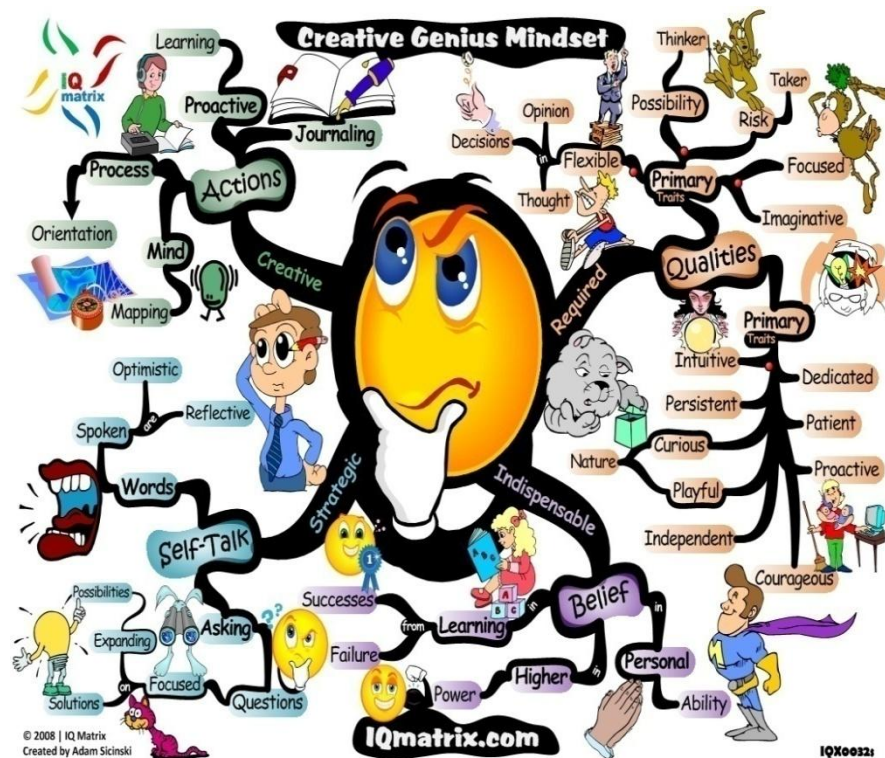


Рекомендуемые профессии: педагоги, деятели искусства, художник, швея-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, ветеринарный врач, геолог, агроном, зоотехник, бухгалтер, машинопись, автослесарь, слесарь, токарь, радиомеханик и др.

Склонность к творчеству, практическому труду, наблюдательности.



Меланхолик



Роль темперамента в общении



Темперамент накладывает отпечаток на способы поведения и общения человека.

- Например, сангвиник почти всегда инициатор в общении, он чувствует себя в компании незнакомых людей непринужденно, новая необычная ситуация ему нравится еще больше.
- Меланхолик – напротив, пугается, смущается, теряется в новой ситуации среди новых людей.
- Флегматик с трудом сходится с новыми людьми, свои чувства проявляет мало и долго не замечает, что кто-то ищет повод познакомиться с ним. Он склонен любовные отношения начинать с дружбы, и, в конце концов, влюбляется, но без молниеносных метаморфоз, поскольку у него замедлен ритм чувств, а устойчивость чувств делает его однолюбом.
- У холериков и сангвиников, напротив, любовь чаще вспыхивает с первого взгляда, но не столь устойчива.

ОПРЕДЕЛИТЕ ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

Четыре усталых странника добрались к полуночи до городских ворот. Ворота заперты и стража спит.

Первый сел на землю. "Вот не везет, стоило в кои веки раз выбраться из дому, и такое невезенье! Что же ждать – до утра далеко, помяните меня, еще дождь пойдет", – приговаривал он сквозь слезы.

"Чего тут ворчать, вышибем ворота и все дела!" - горячился второй, дубася кулаком в ворота.

"Друзья, сохраняйте спокойствие, что вы мечетесь, сядем и подождем, летняя ночь коротка", - успокаивал попутчиков третий.

"Зачем сидеть и смотреть? Рассмотрим-ка ворота поближе. Глядите, под ними большая щель. Ну-ка, посмотрим, вдруг в нее пролезем", - взял в свои руки инициативу четвертый"

ОПРЕДЕЛИТЕ ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

В поликлинике у кабинета врача ожидают своей очереди пациенты. Медицинская сестра приглашает в кабинет врача пациента – участника боевых действий без очереди.

- **Пациент А.**, быстро вскочив со своего места, начинает громко, резко и даже грубо возмущаться действиями медсестры, вызывая конфликтную ситуацию.
- **Пациент Б.**, неторопливо подойдя к пациенту А., начинает его успокаивать, просит присесть, настойчиво предлагая разрешить конфликт.
- **Пациент В.** сравнительно легко реагирует на эту ситуацию, при этом, воспринимая все происходящее с улыбкой и активно общаясь с другими больными, ожидающими прием врача, объясняет правомерность действий медицинской сестры.
- **Пациент Г.**, чувствуя неловкость данной ситуации, смущен, ни с кем из других людей не общается, тяжело переживает необходимость более длительного пребывания в поликлинике, на глазах слёзы.

Определите тип темперамента руководителя.

«Нашей начальнице 48 лет, она достаточно успешная, красивая и уверенная в себе женщина. Всего добилась сама и смогла построить отличную карьеру к своим годам. Она прекрасный специалист и незаменимый работник – с этим в нашей компании не спорит никто. Но вот ее темперамент и характер... Я не сталкивалась с человеком, который, кроме своей невероятной «живости» и перемен настроения, еще обладает и несносными чертами характера. Она вспыльчива, но отходчива, и быстро забывает все негативное. Наверное, наша директор обладает гибридом темпераментов, так как она и вспыльчива, и злопамятна одновременно. Сегодня она может распивать с нами чай и рассказывать о свадьбе своей племянницы, делаясь такими подробностями, которые не каждый бы вынес на всеобщее обсуждение, а завтра она вдруг превращается в мегеру, которая желает, чтобы к ней обращались исключительно на «Вы» и вообще все вокруг виноваты в невыполнении плана. За допущенные на прошлой неделе ошибки она грозит немедля всех уволить, прямо сейчас. Какие крики стоят у нас порой в отделе – словами это не описать... Я бы давно ушла с этой работы, но меня держит отличная зарплата».

Определите тип темперамента по описанию:

Это идеальный подчиненный для руководителей, которые предпочитают авторитарный стиль управления. Он всегда и с удовольствием занимает ведомую позицию, он не любит быть в центре внимания и предпочитает не брать на себя много ответственности. Эти сотрудники не бывают неформальными лидерами, не будут критиковать своего руководителя и стремиться занять его место. Такой подчиненный может быть компетентным сотрудником, владеющим информацией и выдавая эту информацию своему руководителю и не стремясь ее использовать в личных целях. Для него главное - поддержка и понимание. Они преданны своим руководителям, часто разговаривают с ними «по душам», спрашивают совета и не только стремятся сами получить поддержку, но всегда готовы оказать ее другим людям.

Определите тип темперамента руководителя.

«Когда я устроилась на работу в компанию, где работаю сейчас, я очень обрадовалась, что моим начальником стал Сергей Андреевич, очень привлекательный мужчина со спокойным характером. Я настолько устала от боссов-самодуров, готовых рвать и метать по любому поводу и без, что с радостью начала работать под началом спокойного руководителя, у которого не было семи пятниц на неделе. У нашего руководителя созидательный ум и способности прекрасного аналитика, но, как у всякого человека, недостатки обнаружились и у него. Сергей Андреевич со своим излишним стремлением к совершенству часто пытается завязнуть в проблемах, при этом он критикует окружающих, придираясь по мелочам, а не ищет пути решения этих проблем. Этот его придирчивый взгляд может вывести из душевного равновесия любого, а сам он при этом остается абсолютно спокойным. Но все-таки не могу сказать, что его недостатки очень уж мешают работать, поэтому считаю, что в целом мне повезло с начальником».

Определите тип темперамента по описанию:

Он сдержанный, деловой, стремится повысить свой профессиональный уровень. Отношения в коллективе поддерживает хорошие. В меру общительный, с чувством юмора, но тяготеет к официально-деловым отношениям, без фамильярности, но с удовольствием участвует в вечеринках. Дисциплинирован, и умеет грамотно организовать свое время. Место работы оценивает только с точки зрения собственной выгоды. Если не видит перспектив, то быстро меняет работу. Инициативный, креативный, любит работать над новыми проектами, но может переключиться на новое дело, но завершив предыдущее.

ПО ВЫДЕРЖКЕ ИЗ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОПРЕДЕЛИТЕ ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА ШКОЛЬНИКОВ

1. Очень обидчивый, мечтательный. Пассивен в детском коллективе. Часто не верит в свои силы и отчаивается.
2. Очень живой и подвижный, общительный, на уроках часто отвлекается. Когда работа его увлекает, делает все быстро. Потеряв интерес, не доделывает начатое до конца.
3. Медлителен, на уроках сидит с довольно равнодушным лицом. На вопросы учителя отвечает правильно, но сам руку не поднимает. Материал понимает не быстро. Любит порядок.
4. Застенчивая и робкая. Глубоко переживает по малейшему поводу. Болезненно воспринимает неудачи и критику. Успешно занимается музыкой.
5. На любой вопрос учителя быстро и не подумав поднимает руку, поэтому часто отвечает невпопад. В досаде и раздражении легко выходит из себя. Нетерпим к критике и не любит подчиняться.

