

# Темперамент и профессия



# Как сделать правильный выбор?

- ▣ Однажды наступает момент, когда надо всерьез задуматься о собственном «месте под солнцем» и определиться с выбором будущей профессии.
- ▣ Мама хочет, чтобы ребенок стал юристом, отец желает отправить сына в медицинский институт, а друг идет учиться на геодезиста.
- ▣ Может быть, после школы пойти учиться с другом в одно заведение? Или стать известным режиссером, актером, как хотел сам? Совершенно точно, что одна из предложенных профессий действительно твоя.

- Естественно, каждая специальность требует от человека определенных черт характера, наклонностей, врожденных привычек, склад ума. Где-то нужны «креативщики», а где-то аналитики.
- Психологи считают, что немаловажную роль в выборе будущей профессии играет темперамент.
- Как известно, различают четыре типа темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик.
- Попробуем разобраться, к какому типу относятся профессии, как это связано между собой и к каким профессиям по свойствам характера себя соотносить.

# Холерик

- любит преодолевать сложности;
- нравится создавать что-то новое;
- любит самостоятельность;
- легко включается в процесс и с блеском довершает начатое;
- бывает, себя переоценивает;
- лидер, который не любит подчиняться;
- есть напор, но не настойчив.



# Холерик

- Холерик способен легко построить свою карьеру в компании, где нужны кадры, способные концентрировать свое внимание, быть стрессоустойчивым, энергичным.
- Холерику необходимо выражать свою энергию. Он не способен выполнять монотонную работу. Бухгалтер, цветовод и библиотекарь – этот выбор не для него.
- Холерику присущи профессии репортера, журналиста, дипломата, хирурга, предпринимателя, режиссера, следователя, геолога и артиста.



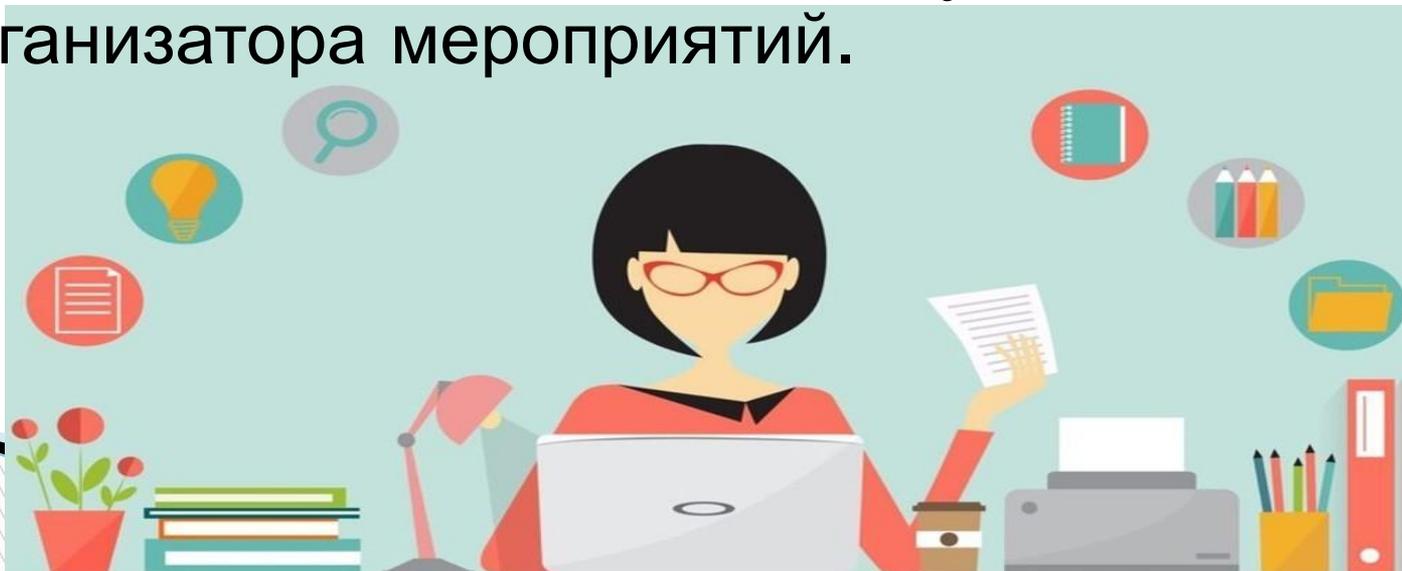
# Сангвиник

- врожденные способности идеального руководителя;
- расчетливый;
- умеет уговорить и расположить к себе;
- не выносит монотонной работы;
- имеет препятствия в технических моментах;
- испытывает сложности в конвейерной деятельности.



# Сангвиник

- ▣ Сангвиник – прекрасный стратег и душевный начальник. Однако такие профессии, как делопроизводитель, бухгалтер, радиомонтажник, архивист, реставратор ему совсем не подходят.
- ▣ Наилучшие рекомендации – это работа психолога, директора предприятия, менеджера среднего или высшего звена, учителя, организатора мероприятий.



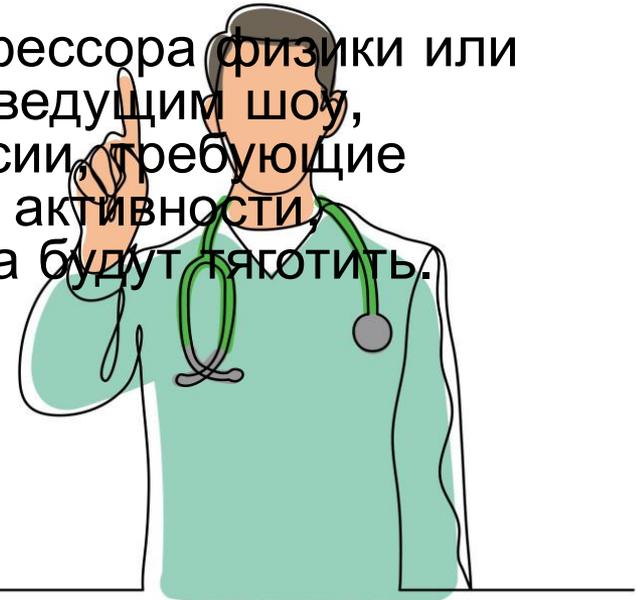
# Флегматик

- неторопливый и скрупулезный;
- всегда достигает результата за счет железного упорства;
- не терпит спешки;
- безынициативный;
- не любит суету и перемены мест;
- обращает внимание на каждую мелочь;
- доводит любое дело до совершенства, если ему позволит время.



# Флегматик

- С первого взгляда кажется, что медлительный человек – это не плюс для будущей профессии. Тем не менее, отсутствие спешки для флегматика – это его сильная сторона. Анализировать ситуацию, не паникуя, находя решения в сложных вопросах, способен только флегматик.
- В связи с такими особенностями характера флегматик без лишней суеты может стать прекрасным врачом-терапевтом, главным бухгалтером, научным сотрудником или экономистом.
- Также ему легко добиться карьеры профессора физики или математики, но абсолютно претит быть ведущим шоу, дирижером или коммерсантом. Профессии, требующие эмоциональных перегрузок, физической активности, скорости принятия решений, флегматика будут тяготить.



# Меланхолик

- постоянные перепады настроения;
- ежедневные смены энергетических полюсов;
- быстро устает и плохо адаптируется в новом коллективе;
- требует постоянной поддержки и отдыха;
- обладает невероятной наблюдательностью;
- склонен к детализации и мелочам.



# Меланхолик

- ❑ Меланхолику нельзя работать с людьми. Он не выносит постоянного общения. Ему приятнее проводить время с такими молчаливыми предметами, как компьютер.
- ❑ Меланхолик в любой момент может задуматься, потерять концентрацию внимания, что повлечет за собой страшные аварии. Хирург, спасатель, летчик, диспетчер – это тоже смело можно исключать, потому что нервные и физические перегрузки могут серьезно пошатнуть здоровье меланхолика.
- ❑ Наиболее рекомендуется ему работать педагогом, деятелем искусств, художником, композитором, писателем, ветеринаром, агрономом.



- Чистые холерики или истинные флегматики встречаются достаточно редко. Психологи уверены, что в человеке присутствуют все виды темперамента, но преобладает какой-нибудь один.
- Невозможно выбрать себе тип темперамента. Так же, как и не существует хорошего и плохого. Просто имея определенный психотип, можно выполнять одну работу лучше, а на другой работе будет все валиться из рук.
- Жаль, что многие выпускники не принимают во внимание особенности своего темперамента, сопоставляя его с будущим выбором профессии. И затем, все свое рабочее время для них становится настоящей мукой, а не сбывшейся мечтой.

# Тест "Формула темперамента" (А. Белов)

- ▣ **Цель:** Определить доминирующий тип темперамента и составить "формулу темперамента".
- ▣ **Инструкция:** тест "Формула темперамента" (А. Белов) определяет на сколько Вы по темпераменту холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.
- ▣ Вам предлагается 80 вопросов, отвечайте "да", если качества для Вас обычны и повседневны. Если качества Вам не присущи, то отвечайте "нет".

# Вопросы, определяющие холерика:

- 1) Вы неусидчивы и суетливы?
  - 2) Вы невыдержанны и вспыльчивы?
  - 3) Вы нетерпеливы?
  - 4) Вы резки и прямолинейны в отношениях с людьми?
  - 5) Вы решительны и инициативны?
  - 6) Вы упрямы?
  - 7) Вы находчивы в споре?
  - 8) Вы работаете рывками?
  - 9) Вы склонны к риску?
  - 10) Вы незлопамятны?
- 

# Вопросы, определяющие холерика:

- 1 1) Вы обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью?
  - 1 2) Вы неуравновешенны и склонны к горячности?
  - 1 3) Вы агрессивный забияка?
  - 1 4) Вы нетерпимы к недостаткам?
  - 1 5) Вы обладаете выразительной мимикой?
  - 1 6) Вы способны быстро действовать и решать? 1 7) Вы неустанно стремитесь к новому?
  - 1 8) Вы обладаете резкими порывистыми движениями?
  - 1 9) Вы настойчивы в достижении поставленной цели?
  - 20) Вы склонны к резким сменам настроения?
- 

# Вопросы, определяющие сангвиника:

- 21) Вы веселы и жизнерадостны?
- 22) Вы энергичны и деловиты?
- 23) Вы часто не доводите начатое дело до конца?
- 24) Вы склонны переоценивать себя?
- 25) Вы способны быстро схватывать новое?
- 26) Вы неустойчивы в интересах и склонностях?
- 27) Вы легко переживаете неудачи и неприятности? 28)  
Вы легко приспосабливаетесь к разным  
обстоятельствам?
- 29) Вы с увлечением беретесь за любое новое дело? 30)  
Вы быстро остываете, если дело перестает вас  
интересовать?
- 31) Вы быстро включаетесь в новую работу и быстро  
переключаетесь с одной работы на другую?

# Вопросы, определяющие сангвиника:

- 32) Вы тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы?
- 33) Вы общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми?
- 34) Вы выносливы и работоспособны?
- 35) Вы обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой?
- 36) Вы сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке?
- 37) Вы обладаете всегда бодрым настроением?
- 38) Вы быстро засыпаете и пробуждаетесь?
- 39) Вы часто несобранны, проявляете поспешность в решениях?
- 40) Вы склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться?

# Вопросы, определяющие флегматика:

- 41) Вы спокойны и хладнокровны?
- 42) Вы последовательны и обстоятельны в делах?
- 43) Вы осторожны и рассудительны?
- 44) Вы умеете ждать?
- 45) Вы молчаливы и не любите попусту болтать?
- 46) Вы обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции мимики?
- 47) Вы сдержанны и терпеливы?
- 48) Вы доводите начатое дело до конца?
- 49) Вы не растрачиваете попусту сил?
- 50) Вы придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе?

# Вопросы, определяющие флегматика:

- 51) Вы легко сдерживаете порывы?
  - 52) Вы маловосприимчивы к одобрению и порицанию?
  - 53) Вы незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес?
  - 54) Вы постоянны в своих отношениях и интересах?
  - 55) Вы медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое?
  - 56) Вы ровны в отношениях со всеми?
  - 57) Вы любите аккуратность и порядок во всем? 58) Вы с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке?
  - 59) Вы обладаете выдержкой?
  - 60) Вы несколько медлительны?
- 

# Вопросы, определяющие меланхолика:

- 61) Вы стеснительны и застенчивы?
- 62) Вы теряетесь в новой обстановке?
- 63) Вы затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми?
- 64) Вы не верите в свои силы?
- 65) Вы легко переносите одиночество?
- 66) Вы чувствуете подавленность и растерянность при неудачах?
- 67) Вы склонны уходить в себя?
- 68) Вы быстро утомляетесь?
- 69) Вы обладаете тихой речью?
- 70) Вы невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника?

# Вопросы, определяющие меланхолика:

- 71) Вы впечатлительны до слезливости?
- 72) Вы чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию?
- 73) Вы предъявляете высокие требования к себе и окружающим?
- 74) Вы склонны к подозрительности, мнительности?
- 75) Вы болезненно чувствительны и легко ранимы?
- 76) Вы чрезмерно обидчивы?
- 77) Вы скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями?
- 78) Вы малоактивны и робки?
- 79) Вы уступчивы и покорны?
- 80) Вы стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих?

# Обработка результатов:

- Если количество положительных ответов в "паспорте" темперамента того или иного типа 16-20, то это значит, что у вас ярко выражены черты данного темперамента.
  - Если же ответов насчитывается 11-15, значит, качества данного темперамента присущи вам в значительной степени.
  - Если положительных ответов 6-10, то качества данного типа присущи вам совсем в небольшой степени.
- 

# Формула темперамента:

□  $\Phi_T = (X_{Ax}100\%/A) + (C_{Ac}100\%/A) + (\Phi_{A\phi}100\%/A) + (M_{Am}100\%/A)$ ,

- где  $\Phi_T$  - формула темперамента,
- X - холерический темперамент,
- C - сангвинический темперамент,
- Ф - флегматический темперамент,
- M - меланхолический темперамент,
- A - общее число плюсов по всем типам,
- Ax - число плюсов в "паспорте холерика",
- Aφ - число плюсов в "паспорте флегматика",
- Ac - число плюсов в "паспорте сангвиника",
- Am - число плюсов в "паспорте меланхолика".

**Спасибо за внимание!**

