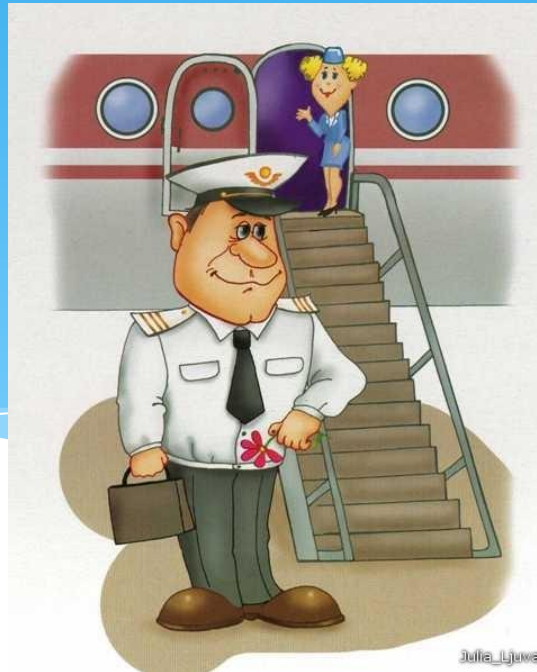


К какому типу относитесь вы?

Экстраверты
и
интроверты



Невротизм



Эмоциональная
устойчивость

"Интро" - внутрь. "Экстра" - наружу.

- * "Интро" - внутрь. "Экстра" - наружу. "Версия" - направленность, стремление, обращенность.
- * Соответственно, интроверсия - направленность (стремление, обращенность) личности во внутрь себя, в свой внутренний мир. Экстраверсия - обращенность (направленность, стремление) вовне, во внешний мир.
- * Экстраверт по Г.Айзенку общителен, оптимистичен, импульсивен, имеет широкий круг знакомств и слабый контроль над эмоциями и чувствами.
- * Напротив, интроверт спокоен, застенчив, отдален от всех, кроме близких людей, планирует свои действия заблаговременно, любит порядок во всем и держит свои чувства под строгим контролем.

Экстраверт

- * ориентирован на внешний мир, раскрыт происходящим событиям;
- * активен, инициативен, склонен к риску;
- * открыто высказывает свое мнение;
- * контактен, легко знакомится и так же легко расстается с людьми;
- * соотносит свои взгляды с мнением окружающих;
- * хорошо работает в коллективе.

Интроверт

- * ориентирован на свой внутренний мир и свои впечатления от внешних факторов;
- * часто с трудом входит в новые контакты, поэтому имеет узкий круг друзей;
- * стремится к тишине, старается защититься от обилия новой информации;
- * внешне спокоен, выглядит задумчивым, как правило, молчалив;
- * обычно не любит неожиданностей;
- * хорошо работает в одиночку.

Экстраверты и Интроверты

- * Однако не думайте, что быть экстравертом хорошо, а интровертом плохо. Экстраверты, например, помимо сильных качеств, имеют еще и слабые. Это импульсивность, поверхностность в чувствах, разбросанность.
- * Интроверты же сильны тем, что обладают настойчивостью, умеют вдумчиво работать, глубоки в своих эмоциях и размышлениях.



Нейротизм

- * Это качество обеспечивает эмоциональную устойчивость человека.
- * Люди с **высоким нейротизмом** часто бывают вспыльчивыми, нервными, чрезмерно впечатлительными, с трудом привыкают к новой обстановке. Человек с **низким нейротизмом** отличается уравновешенностью, стабильностью, большим самоуважением, устойчивостью к стрессовым ситуациям.

Плюсы и минусы

- * Люди с высоким нейротизмом, как правило, тонкие, отзывчивые, склонны к сочувствию. Их можно сравнить со скрипкой: на легкое прикосновение они отвечают мелодичным звуком.
- * Люди с низким нейротизмом во многих случаях (конечно, не всегда) бывают "толстокожими". Они напоминают барабан: не чувствуют намеков, им нужно говорить всё прямо "в лоб". Но такие люди очень работоспособны, они могут выстоять в самой сложной ситуации и не потерять самообладания.

Какая профессия вам подойдет лучше всего?

- * 1. Если вы **интроверт** и у вас **высокий нейротизм**, мы не советуем выбирать профессии, связанные с частыми и интенсивными контактами с людьми. Это профессии бизнесмена, менеджера, учителя, продавца. Ищите свою будущую работу там, где можно трудиться за письменным столом, где можно заняться предметным трудом - исследованием, творчеством, что-то мастерить, конструировать, моделировать и т.п.

Экстраверт с высоким нейротизмом

- * 2. Если вы **экстраверт** и у вас **высокий нейротизм**, вам нежелательно выбирать профессии операторского типа: летчика, шофера, диспетчера. Вы будете скучать без общения с людьми, у вас могут часто случаться ошибки в работе - аварии, поломки и др. Не выбирайте также профессии на конвейерном производстве, связанные с монотонностью.

Интроверт с низким нейротизмом

- * 3. Если вы **интроверт** и у вас **низкий нейротизм**, вам подойдет профессия операторского типа, но противопоказана работа, предполагающая общение с людьми (руководителя, предпринимателя, педагога, журналиста, общественного деятеля).

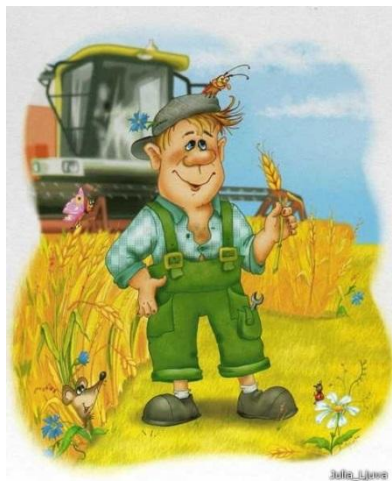
Экстраверт низким нейротизмом

- * 4. Если вы **экстраверт** и у вас **низкий нейротизм**, то для вас идеально подходят профессии менеджера, руководителя, бизнесмена. В тех областях, где предусмотрено интенсивное общение с людьми, вы всегда добьетесь успеха.



Профессии для интроверта

- * Бухгалтер, аудитор, юрист, финансовый аналитик, маркетолог-аналитик, ученый, актер, писатель, редактор, статистик, инженер, водитель грузовика, фермер, программист. Практически любая работа, связанная с компьютерами, разработкой программ, администрированием баз данных и т.д.



Профессии для экстравертов

- * актер, врач, юрист, менеджер по персоналу, продавец, педагог, воспитатель, менеджер по рекламе, гид-переводчик, корреспондент, помощник руководителя, адвокат, администратор, военный офицер, полицейский, организатор праздников, ведущий шоу.

