

профессии

составитель:

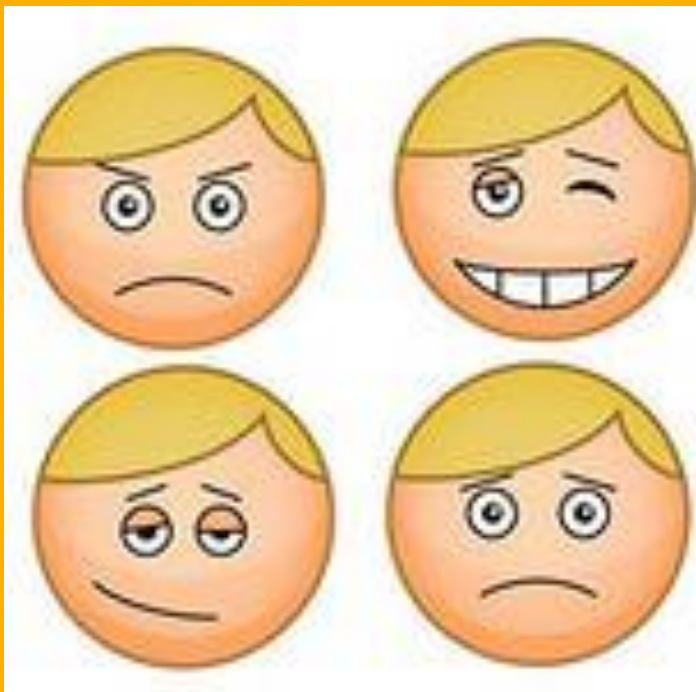
Герасимова Елена

Васильевна

педагог -психолог

МБОУ гимназии №133

г.о. Самара



**В будничных радостях и горестях
жизни**

**нужно быть сангвиником,
в важных событиях жизни –**

**меланхоликом,
относительно влечений, глубоко
затрагивающих наши интересы, -**

**холериком
и, наконец, в исполнении решений –
флегматиком.**

В.Вундт

Темперамент - совокупность свойств нервной системы, характеризующих поведение, характер человека, определяющих его индивидуальность.

Характер - совокупность индивидуальных устойчивых психических особенностей человека, проявляющихся в его поведении, деятельности.

Флегматик

Меланхолик

**Тип
темперамента**

Сангвиник

Холерик

Историческая справка

Древнегреческий ученый-философ **Гиппократ** разделил всех людей на 4 группы по принципу соотношения в теле человека жидкостей:

Сангвиник – от «сангвис» (кровь)

Флегматик – от «флегма» (слизь)

Холерик – от «холе» (желчь)

Меланхолик – от «мелайн холе»
(черная желчь)

Научное обоснование учения о темпераменте

Русский ученый И.П. Павлов

в начале 20 века

обосновал и подтвердил

существование

четырех типов темперамента

Темперамент даётся на всю жизнь.

В каждом человеке чаще смесь

разных темпераментов, с

преобладанием какого-то одного

Выбор будущей профессии зависит от многих факторов: от интересов учащегося, способностей, востребованности профессии на рынке труда. Но самое главное – каждая профессия предъявляет свои требования к специалисту. Где-то есть спрос на креативные, энергичные умы, другим же требуются неторопливые, склонные к глубокому анализу сотрудники.

Тип темперамента значительно влияет на выбор будущей профессии.

Сангвинический тип

Общительный, контактный, разговорчивый, отзывчивый, непринуждённый, жизнерадостный, беззаботный, инициативный.

Гиганты нервной системы. Оптимисты.

Меньше всех болеют, мало спят. Обладают огромной работоспособностью. Важно его заинтересовать - тогда он горы сдвинет.

Быстро приспосабливается к новым условиям.

Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная.

Рекомендации

Сангвинику важно иметь серьёзные цели, глубокие мысли, творческую деятельность, при отсутствии этого вырабатывается поверхностность и непостоянство.

Рекомендации по выбору профессии

Сангвинический темперамент не накладывает никаких ограничений на выбор профессии. Сангвинику будет сопутствовать успех в сфере организации и управления. Задатки сангвиника полезны всюду, где нужны мобильность, умение быстро переключаться на другие дела.

Приспособительная гибкость сангвиника легко перенесет, например, частые разъезды, смену мест, людей.





Сангвиник – прирожденный руководитель.

Его сильная черта – умение уговаривать и располагать к себе. Однако технические моменты в работе часто вызывают у сангвиников затруднения. Монотонная, конвейерная, требующая постоянного внимания работа не для них.

Рекомендуемые профессии: менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и т.д.

Известные истории сангвиники

Н. Бонапарт, П. Бомарше, А.И. Герцен

Холерический тип.

Активный, чувствительный, беспокойный, агрессивный, возбудимый, изменчивый, непостоянный, импульсивный, оптимистичный. Обладают наступательным характером, всегда идут навстречу трудностям.

Темперамент проявляется в инициативности, энергичности, принципиальности.

Любые переживания ведут к действию.

Рекомендации

Холерику следует обратить внимание на то, что при отсутствии духовной жизни темперамент часто проявляется в раздражительности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

Главное, чтобы его энергия всегда имела

выход и жизнь была насыщена духовными ценностями.

Рекомендации по выбору профессии

Поскольку потребность в общении у холериков повышена, они часто выбирают профессии, связанные с общением - сфера обслуживания, юриспруденция, политика, администрирование.

А это как раз те виды деятельности, которые требуют от человека умения эффективно общаться. Холерики могут достичь значительных успехов в работе, где ценят напор и безудержность. Холерику подойдет занятие, позволяющее использовать его неукротимую энергию, «охоту к перемене мест», инициативность и быстроту реакций.





Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где требуется повышенная концентрация, внимание и энергичность. Они – лидеры. Этот тип темперамента выделяется большой устойчивостью к стрессам. При необходимости они умеют быстро восстанавливать свои силы. Но жестоко заставлять холерика выполнять монотонную и однообразную работу. Хроническая усталость наступит не из-за объема работ, а из-за постоянной необходимости сдерживать свою кипучую энергию.

Рекомендуемые профессии: телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель, хирург, летчик, диспетчер, водитель, тренер, менеджер, строитель, режиссер, повар, следователь, геолог, электрик и т.д.

Среди знаменитых холериков следует отметить Петра I, А.В. Суворова, А.С. Пушкина, Д.И. Менделеева.

Меланхолический тип.

Легкорасстраиваемый, тревожный, склонный к рассуждениям, пессимистичный, сдержанный, необщительный, тихий.

Быстро устают при высоких нервных напряжениях. Очень мягкие, доброжелательные, но довольно бесхарактерные люди. Ему трудно долго на чём-то сосредоточиться.

Меланхолик- человек глубокий, содержательный может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами.

Рекомендации

Меланхолик при неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям. Главное, чтобы люди с таким типом темперамента находились в обычных, благоприятных условиях.

Рекомендации по выбору профессии

Меланхолик мало приспособлен к самостоятельной управленческой работе. Ему больше подходит работа точная, в сочетании с дипломатичностью в отношениях с людьми. Чуткий, боящийся «открыть свое лицо» меланхолик, больше чем кто-либо, может быть ответственен за исполнение задания, предполагающего высокую работоспособность и спокойную обстановку.





Меланхоликам не следует выбирать напряженную работу, с повышенной концентрацией внимания.

Рекомендуемые профессии: педагог, деятель искусств, художник, швея-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, ветеринарный врач, геолог, токарь, агроном, зоотехник, специалист по машинописи, автослесарь, слесарь, радиомеханик и т.д.

Известные меланхолики - А.А. Блок,
Н.В. Гоголь, М.Ю. Лермонтов,
П.И. Чайковский.

Флегматический тип

Пассивный, осмотрительный, рассудительный, доброжелательный, миролюбивый, управляемый, внушающий доверие, надёжный, ровный, спокойный. Сильная уравновешенная нервная система.

Чувства постоянные, но не ярко выраженные. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи. Настойчивый и упорный «труженик жизни», рассчитав свои силы, доводит дело до конца. Экономит силы, попусту их не тратит.

Рекомендации

Флегматик в зависимости от условий может проявлять положительные черты - выдержку, глубину мысли, постоянство, основательность, в других- вялость, безучастность к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

Рекомендации по выбору профессии

Флегматик способен решать задачи в сфере организации и управления, но с большей склонностью к стратегической деятельности. Для флегматика противопоказаны как долгие колебания, так и поспешность в ответственный момент. Обстоятельность тяжелого на подъем флегматика сослужит службу в деле, где нужны педантичность, умение углубиться, сосредоточиться. Предпочитает профессии, где «не горел бы на посту», а работал спокойно, без рывков. У флегматиков есть склонность к систематической работе, умение концентрироваться на поставленной задаче, вдумчивость-необходимые профессиональные качества ученого, исследователя.





У флегматиков, на первый взгляд, отрицательная черта – медлительность – делает их очень сильными. Способность флегматиков неторопливо и без паники проанализировать положение незаменима в стрессовых ситуациях.

Рекомендуемые профессии: экономист, бухгалтер, механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.

Среди великих умов этой категории: И. А. Крылов, М.И. Кутузов, И. Ньютон.

Психологи считают, что человек – это скорее смесь разных темпераментов с преобладанием какого-то одного. Не бывает хороших или плохих типов темперамента. Каждый тип психики больше подходит для одних дел и профессий и меньше для других. Вы должны задумываться о плюсах и минусах своего темперамента. И как результат, правильно выбрать профиль обучения и учебное заведение в дальнейшем.

***Спасибо
за внимание !***