

## **МЕЛАНХОЛИК**

-Характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью мимики и речи, быстрой утомляемостью.



-Его отличают высокая эмоциональная чувствительность к происходящим с ним событиям, обычно сопровождающаяся повышенной тревожностью, глубина и устойчивость эмоций при слабом их внешнем проявлении, причем преобладают отрицательные эмоции.

-При неблагоприятных условиях у меланхолика может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчужденность, боязнь новых ситуаций, людей и различного рода испытаний.

-Меланхолику подходит работа, требующая тонких ручных умений. Ему противопоказаны профессии, связанные с неожиданностями и сложностями.

## **Проверь себя!**

*\*Руководить людьми легче / труднее человеку, имеющему темперамент:*

- А) сангвника;
- Б) холерика;
- В) флегматика;
- Г) меланхолика.

*\*Для холерика наиболее подходящей будет работа:*

- А) монотонного характера;
- Б) малоподвижная;
- В) в изоляции от людей;
- Г) цикличная (чередующая нагрузки и спокойную деятельность).

*\*Работу, требующую высокой чувствительности, легче выполнять:*

- А) холерику;
- Б) флегматику;
- В) сангвнику;
- Д) меланхолику.

*\*Для сангвника наименее подходящей будет работа:*

- А) коммерсанта;
- Б) оператора ПК;
- В) профессионального футболиста;
- Г) официанта.

*\*Работа, требующая подвижности, частой смены обстановки больше / меньше всего подходит:*

- А) холерику;
- Б) флегматику;
- В) сангвнику;
- Г) меланхолику.

*\*Для меланхоликов в профессии врача будет неудачной специализация:*

- А) терапевта;
- Б) окулиста;
- В) хирурга;
- Г) фтизиатра (специалиста по туберкулёзу).

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная  
школа № 8»

## ***Темперамент и выбор профессии***



*с. Останино*

**2023 г.**

## ХОЛЕРИК

-Характеризуется высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, резкостью, стремительностью, силой движений, их быстрым темпом, порывистостью.

-Холерик склонен к резким сменам настроения, вспыльчив, нетерпелив, подвержен эмоциональным срывам.

-При отсутствии надлежащего воспитания недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных ситуациях.

-Холерику благоприятнее цикличная работа, в которой чередуются периоды больших усилий и спокойной деятельности.



## САНГВИНИК

-Характеризуется высокой психической активностью, работоспособностью, стремительностью и живостью движений, разнообразием и

богатством мимики, быстрой речью.

-Сангвиники стремятся к частой смене впечатлений, легко и быстро отзываются на окружающие события, общительны. Эмоции – преимущественно положительные – быстро возникают и быстро сменяются.

-При неблагоприятных условиях и отрицательных воспитательных влияниях подвижность может вылиться в отсутствие сосредоточенности, неоправданную поспешность поступков, поверхностность.

-Сангвинику интереснее заниматься разнообразной работой, где он постоянно получает новые задания.

- Ему подходят профессии, которые предусматривают частое и интенсивное общение и организацию деятельности других людей.

## ФЛЕГМАТИК

-Тип темперамента, характеризующийся низким уровнем психической активности, медлительностью, невыразительностью мимики.

-Он нелегко переключается с одного вида деятельности на другой и трудно приспосабливается к новой обстановке. У флегматиков преобладает спокойное ровное настроение.

-Чувства и настроения обычно отличаются постоянством.

-При неблагоприятных условиях у него может развиваться вялость, бледность эмоций, склонность к выполнению однообразных действий.

-Флегматику сложнее, когда работа разнообразна, зато привычный режим не представляет для него трудности.

