***.Типы темперамента***

***Сангвиник.***

Эмоции у человека возникают быстро, проявляются сильно, но они недостаточно глубоки и продолжительны. Нрав веселый, оптимист, шутник. Загорается интересом к делу , но быстро его теряет; много обещает, но часто не сдерживает обещания. У него много друзей, хороший собеседник, добрый, всегда готов прийти на помощь. Не выносит напряженной работы, как умственной, так и физической.

***Меланхолик.***

Чувства не яркие, но глубокие. Человек весь в мире напряженной внутренней жизни, его душа ранима, тревожность повышена. Теряется, пуглив, легко плачет, легко внушаем. Чаще сдержан, очень страдает из-за невыполненных обещаний. (даже по независящим от него причинам). Необщительный пессимист.

***Холерик.***

Человек не любит ждать, не умеет терпеть, раздражителен, бывает агрессивен. Быстро вспыхивает и так же быстро остывает, если вопрос находит разрешение.

Активный лидирующий оптимист, поддается настроениям.

***Флегматик***

Пассивный и хладнокровный человек, старателен, но к активной работе не стремится. Миролюбивый, действия и речи размеренны.. Внешне слабо выражает свое душевное состояние, но чувства глубоки. Спокойный и надежный.



***Типы***

***темперамента***

***Экстраверсия - интроверсия.***



***Тест для проверки степени***

 ***интровертности и экстравертности.***

 Ответьте на вопросы - «да» или «нет».

1. Считают ли другие, что ты человек обидчивый, ранимый, уязвимый в общении (как ты отвечаешь на критику и замечания в свой адрес)?
2. У тебя долго сохраняется в душе осадок от разного рода переживаний, возникающих в общении (досады, радости, печали)?
3. У тебя часто бывают подъемы и спады в настроении?
4. Ты тяжело и долго переживаешь критику?
5. Тебя сильно утомляет веселая шумная компания7
6. Ты испытываешь затруднения, стесняешься, когда приходится знакомиться с новыми людьми?
7. Тебе легче и приятнее узнать о чем-либо из книги или компьютера, чем спросить об этом у других?
8. Ты часто испытываешь желание отдохнуть в одиночестве, побыть в тишине?
9. Ты долго подыскиваешь нужные слова, когда тебе приходится разговаривать?
10. Ты предпочитаешь узкий круг постоянных знакомых широкому? кругу новых знакомств?

 Если ты больше пяти раз

ответил «да»,

то ты - более интроверт;

 если «нет» - экстраверт.

***Интроверт.***

Человек занят своими мыслями и переживаниями. Он спокоен и застенчив, анализирует свои поступки и действия. В выборе между обществом друзей и книгой предпочтет последнюю. Сдержан. Для него важно соблюдение нравственных норм.

У него все распланировано заранее, серьезен в принятии решений. Чувства контролирует, ему не присуща агрессивность. Любит во всем порядок.

******

******

***Экстраверт .***

Личность, деятельность которой направлена окружающих людей, предметы, события. Имеет много друзей, поступает рискованно, импульсивен, веселый шутник. Он беззаботен и весел, всегда в движении, в действии, добродушный оптимист и любит смеяться. Бывает вспыльчив и агрессивен. Экстраверт не контролирует строго свои эмоции, на такого человека как он, не всегда можно положиться.