

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 повышенна. 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.

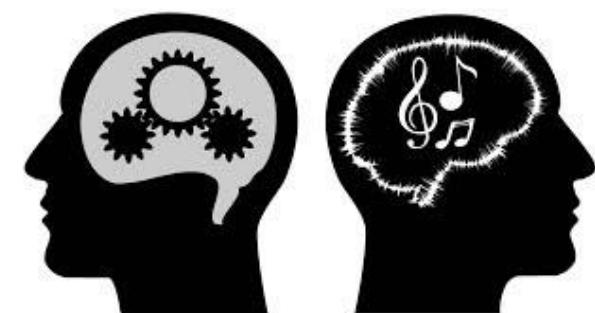
Активный лидирующий оптимист, поддается настроениям.

Флегматик

Пассивный и хладнокровный человек, старательен, 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



**Буклет
для старшеклассников**

Педагог-психолог
МБОУ «Малоугреневская СОШ»
Каменева Галина Игоревна

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 компания?
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, побывать в тишине?
9. Ты долго подыскиваешь нужные слова, когда тебе приходится разговаривать?
10. Ты предпочитаешь узкий круг постоянных знакомых широкому?

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

Не против пострелять глазками

Комфортно и привлекательно

Приятно ловить восхищенные взгляды!

Olelo.tv

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.