



## МЕЛАНХОЛИК

- Характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью мимики и речи, быстрой утомляемостью.
- Его отличают высокая эмоциональная чувствительность к происходящим 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.
- Меланхолику подойдут такие профессии: аналитик, редактор, аудитор, программист, научный сотрудник.

## Холерик

*товаровед, повар, экскурсовод,  
продавец, строитель, водитель,  
электрик, полицейский*

## Сангвиник

*учитель, администратор,  
журналист, воспитатель,  
технолог, адвокат, врач,  
инженер-технолог*

## Флегматик

*Диспетчер, лаборант, агроном,  
ветеринарный врач, системный  
администратор, ювелир,  
корректор, оператор*

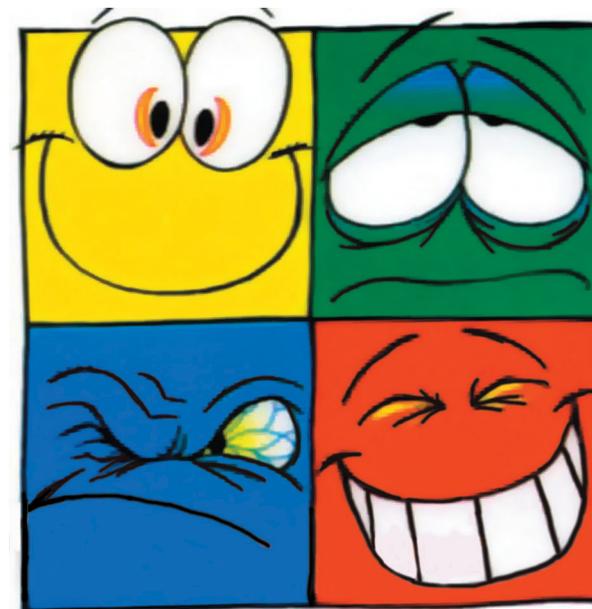
## Меланхолик

*Аналитик, редактор,  
программист, научный  
сотрудник, маляр, слесарь,  
токарь, бухгалтер*

Администрация Ленинградской области



## ПАМЯТКА УЧАЩИМСЯ



## ТЕМПЕРАМЕНТ И ВЫБОР ПРОФЕССИИ

## Как выбирают профессию?

Этот вопрос каждый год задают себе выпускники школ. Один из способов выбора профессии – по типу темперамента. Узнать свой темперамент можно пройдя специальный тест у психологов школы или центра занятости населения, там же вы можете получить бесплатную консультацию по выбору профессии.



### 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. Рекомендуемые профессии: товаровед, повар, экскурсовод, продавец, строитель, водитель, электрик, полицейский и др.



### 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.
- Сангвинику могут подойти следующие профессии: учитель, администратор, журналист, воспитатель, технолог, адвокат, врач, инженер и др.



### 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 ритмичный режим не представляет для него такой трудности, как для других людей.
- Флегматику, к примеру, подходят следующие профессии: диспетчер, лаборант, агроном, ветеринарный врач, системный администратор, ювелир, корректор, оператор.