**ВАШ ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА.**

Выберите один из предложенных вариантов ответов. Запишите букву, под которой находится ваш вариант ответа. Всего получиться семь букв. Ключ к тесту в конце.

1. **В ситуации, когда нужно быстро действовать:**

а- легко включались в работу;

б – действовали со страстью;

в – действовали спокойно, без лишних слов;

г – действовали неуверенно, робко.

1. **Как вы реагировали на замечания учителя?**

А-говорил, что делать так больше не будете, но через какое-то время делали тоже самое;

Б – возмущались, что вам делали замечание;.

В – выслушивали и реагировали спокойно;

Г – молчали, но обижались.

1. **При обсуждении с товарищами или подругами вопросов, которые вас очень волновали, говорили:**

А- быстро, с жаром, но прислушивались к высказываниям других;

Б – быстро, со страстью, других не слушали;

В – медленно, спокойно, но уверенно;

Г – с большим волнением и сомнением.

1. **В ситуациях, когда нужно сдавать контрольную работу, а она еще не закончена или сделана, как выясняется с ошибкой:**

А - легко реагировали на сложившуюся ситуацию;

Б – торопились закончить работу, возмущались по поводу ошибки;

В – решали спокойно, пока учитель не подойдет и не возьмет работу, по поводу ошибок говорили мало;

Г – сдавали работу без разговоров, но выражали неуверенность, сомнение в правильности решения.

1. **При решении трудной задачи (или задания), если она сразу не получается**:

А- бросали, потом опять продолжали решать;

Б – решали упорно и настойчиво, но время от времени резко выражали свое возмущение;

В – спокойно решали;

Г – проявляли растеренность, неуверенность.

1. **В ситуации, когда спешили домой, а учитлеь или актив класса предлагали вам остаться в школе после уроков для выполнения конкретного задания:**

А - быстро соглашались;

Б – возмущались;

В – оставались, не говоря ни слова;

Г- проявляли растеренность.

1. **В незнакомой обстановке:**

А- проявляли максимум активности, легко и быстро получали нужные сведения для ориентировки, быстро принимали решения;

Б – проявляли активность в каком –то одном направлении, из-за этого не получали необходимых сведений, но решение принимали быстро;

В – спокойно присматривались к происходящему вокруг;

Г – робко знакомились с обстановкой, решение принимали неуверенно.

Буквы означают:

А- сангвиник;

Б- холерик;

В – флегматик;

Г – меланхолик.

**Характеристики темпераментов.**

**Сангвистический темперамент.**

Люди этого типа легко приспосабливаются к новой обстановке. Они хорошо контролируют свои эмоции и охотно берутся за новые дела. Часто подвержены смене настроения, но характерным для них является состояние бодрости. Как правило, у людей с таким типом темперамента плавная и уверенная походка, движения легкие и быстрые. Мимика и жестикуляция богатая и естественная, а речь громкая и отчетливая. В минусы сонгвистическому темпераменту можно записать то, что люди этого типа быстро отвлекаются от дел и эмоций, если внешние раздражители долгое время не меняются.

**Холеристический темперамент.**

Холерики легковозбудимы и неуравновешенны, переключить их внимание трудно. З а новые дела берутся с огромным пылом, отдаются им полностью. Минусы этого типа темперамента заключаются именно в неуравновешенности, из-за которой происходят вспышки резкости, раздражительности, истощение сил. У людей этого типа торопливая, часто сбивчивая речь, яркая и выразительная мимика. Холерикам сложно усидеть на одном месте.

**Меланхолический темперамент.**

Они пассивны, ненастойчивы, легко уязвимы и мало реагируют на внешние воздействия. Чаще всего меланхолики погружены в себя, они предпочитают спокойную, хорошо знакомую обстановку, Безусловными плюсами этого типа темперамента являются глубина и постоянство их чувств. У людей этого типа темперамента сдержанная, хотя и быстрая походка. Жесты у них скупые, но резкие из-за испытываемой ими неловкости в обществе незнакомых людей.

**Флегматический темперамент.**

Такие люди настойчивы и упорны, ровно и спокойно идут по жизненному пути. Они скупы на эмоции, обстоятельны до занудства и надежны как никто. Минусами можно назвать то, что флегматики очень слабо реагируют на внешние раздражители, медленно перестраиваются и сходятся с людьми, ненаходчивы. Походка у них часто ленивая, неторопливая. Жестикуляция и мимика скупая, прочитать что-то по их лицу невозможно. Речь неторопливая, они неразговорчивы, не любят праздной болтовни.