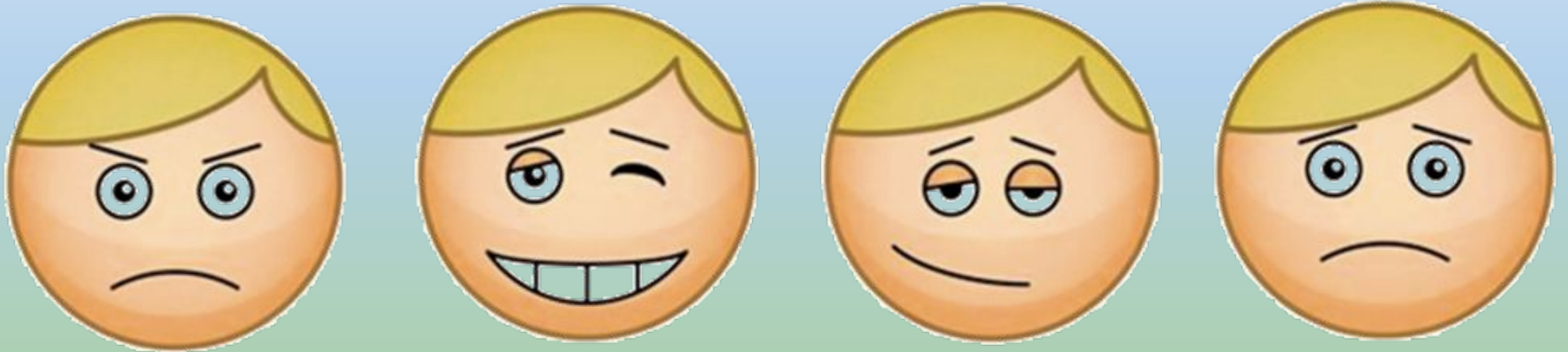


*Выпускник*

*2022*



Вы, наверное, уже слышали о четырех основных типах темперамента – холерик, сангвиник, меланхолик и флегматик. Темперамент считается врожденным свойством человека, связанным с особенностями его нервной системы. Потому скорректировать свой темперамент достаточно сложно – гораздо правильнее учитывать индивидуальные особенности, в том числе при выборе профессии и в процессе обучения.



# Холерик

Холерики — это гордые экстраверты, настоящие «Альфы» человечества. Такими были: Пётр I, Пушкин А. С., Суворов А. В., Карлсон из мультфильма «Малыш и Карлсон», Крош и Лосяш из мультфильма «Смешарики».

Их положительные качества: активен, энергичен, общителен и решителен, убедительная речь.

Отрицательные качества холериков: цикличен в делах и переживаниях, вспыльчивый, резкий в отношениях, неустойчив в поведении.

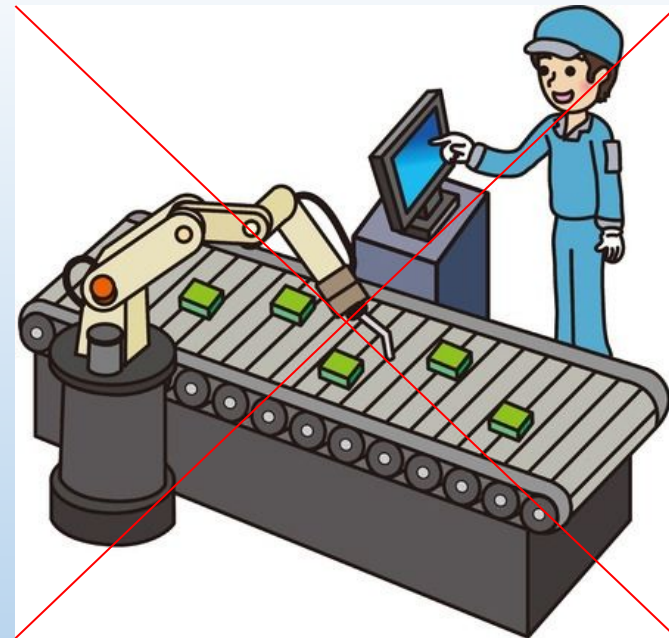


## *Профессии для холерика.*

Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где значим человеческий фактор, где важно уметь устанавливать контакты и располагать к себе. Холерик легко включается в новую для себя деятельность, быстро приспосабливается к переменам. И, наоборот, с трудом переносит однообразную монотонную деятельность, быстро уставая от нее. Холерику трудно дается необходимость досконального изучения какого-то предмета или оттачивания нужного навыка. Для поддержания работоспособности на высоком уровне ему требуется постоянное эмоциональное подкрепление, поддержание интереса к работе, новые идеи. Высокая устойчивость к стрессам позволяет холерикам быть хорошими руководителями.

Подойдут холерику профессии репортера, ведущего радио и телевидения, режиссера, менеджера по продажам, специалиста по PR, гида-переводчика, дизайнера, рекламного и страхового агента и, безусловно, ряд других. Из холериков часто получаются хорошие предприниматели, бизнесмены. Холерик может быть успешным в широком круге профессий, если его деятельность будет выстроена по проектному типу (специалист берется за определенную задачу, решает ее от начала до конца, и потом берется уже за совершенно новую задачу). Важно выбирать профессии и место работы, где эффективность оценивается не по отработанному времени, а по результатам: холерику проще работать по своему собственному графику.





Таким образом профессией, категорически не подходящей холерику, может быть работа на конвейере или деятельность архивариуса. Однако подобная монотонность может оказаться характерной и, например, для профессии журналиста, если от него требуется выдавать на-гора по несколько материалов в день в определенном стиле и формате. Потому важен выбор не только непосредственно профессии, но и специализации вкупе с местом работы.

В целом у холерика больше шансов быть успешным в профессиях, связанных, скорее, с общением, нежели с документами и техникой. А также – в профессиях, требующих, скорее, гибкости, нежели въедливости.

# Меланхолик

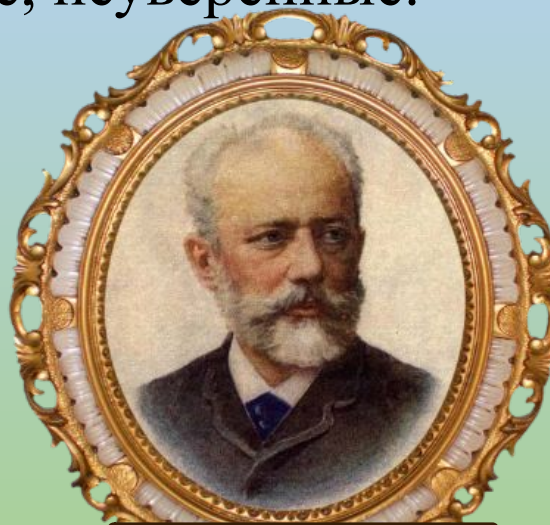
Меланхолики — это интроверты и эмоционально чувствительные перфекционисты. Такими были: Гоголь Н. В., Лермонтов М. Ю., Чайковский П. И., Иа из мультфильма «Винни пух», Бараш из мультфильма «Смешарики».

Их положительные качества: чувственные, сердечные, восприимчивые, исполнительные.

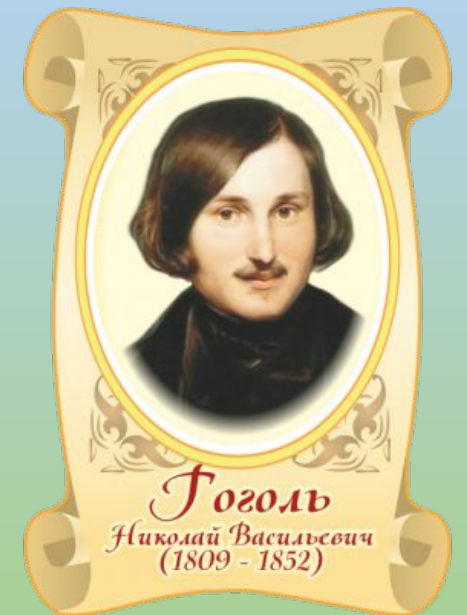
Отрицательные качества у меланхоликов: ранимые, мнительные, замкнутые, застенчивые, медлительные в работе, неуверенные.



ГУ-РЦЗ ЛНР



Петр Ильич Чайковский  
1840-1893



***Профессии для меланхолика.*** Меланхолики успешны в деятельности, требующей внимания к деталям и наблюдательности, но не связанной с большим количеством общения. Предметом труда меланхолика может стать техника, информация, художественные образы.

Меланхолик может состояться и как писатель, художник или кинокритик, и как программист, бухгалтер или архитектор. Много меланхоликов среди талантливых ученых. Меланхолики нелегко переносят деятельность, где часты форс-мажоры и различные перемены, малейший стресс может сильно повредить их работоспособности.





Меланхолику подойдут профессии аудитора, аналитика, программиста, литературного редактора и, безусловно, ряд других. К примеру, из меланхолика может получиться отличный психолог, если он посвятит себя не групповым тренингам и обучению персонала, а индивидуальным консультациям, исследовательской и диагностической работе. Ему стоит выбирать профессии, эффективность деятельности которых оценивается не по количественным, а прежде всего по качественным показателям. Профессия меланхолика может внешне восприниматься как монотонная, но важно, чтобы она давала постоянную пищу его интеллектуальным и творческим способностям.





Таким образом профессией, категорически не подходящей меланхолику, может быть, например, профессия рекламного агента. Большое количество общения с незнакомыми людьми, частые ситуации отказа и отвержения, поверхностность представления информации – всё это категорически не подходит людям данного типа. При этом в той же самой сфере меланхолик может вполне состояться как разработчик эффективной рекламной кампании.

# Сангвиник

Сангвиники — люди шумные и разговорчивые; это открытые и эмоциональные социальные экстраверты. Такими были: Герцен А. И., Бонапарт Н., Маугли из сборника рассказов «Книга джунглей», Ньюша, Совунья и Кар-Карыч из мультфильма «Смешарики».

Их положительные качества: подвижные, легки на подъем, общительные, радостные и добрые. Их мимика скажет все без слов.

Отрицательные качества сангвиников: однообразный, склонен к самоуглублению, резок, не усидчив и не настойчив.

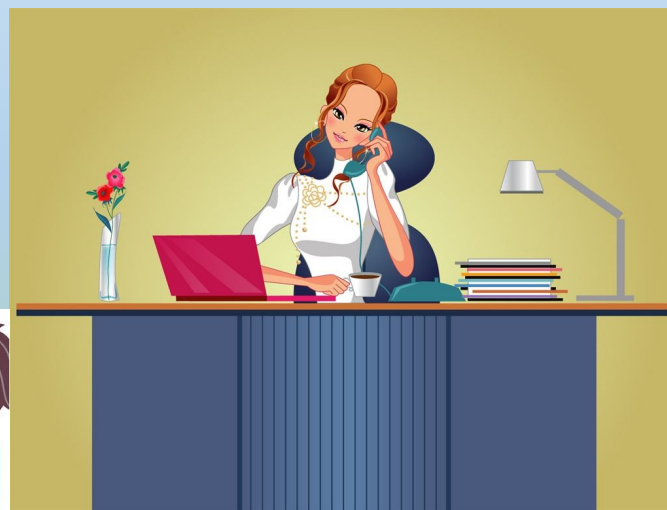


*Наполеон Бонапарт*  
1769-1821

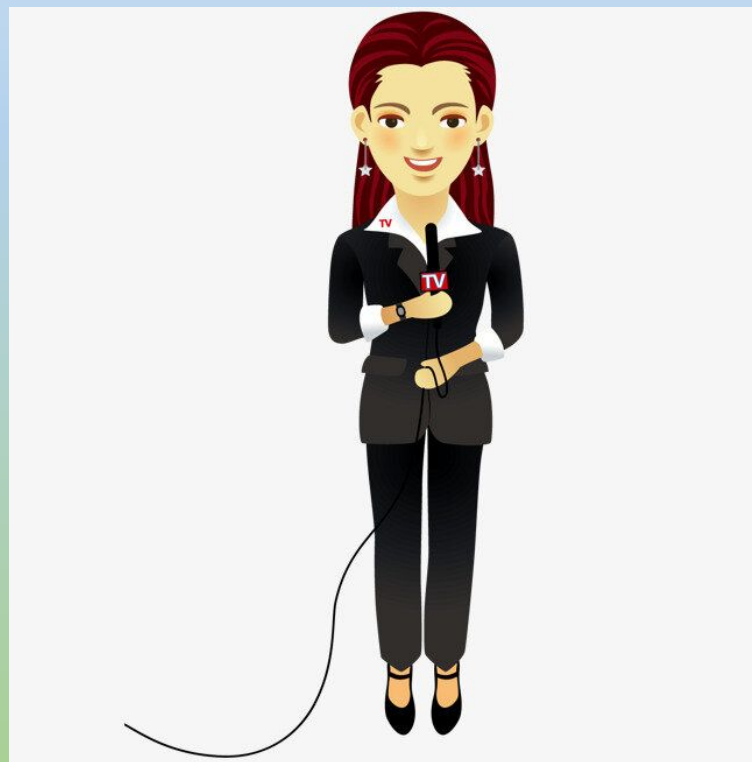


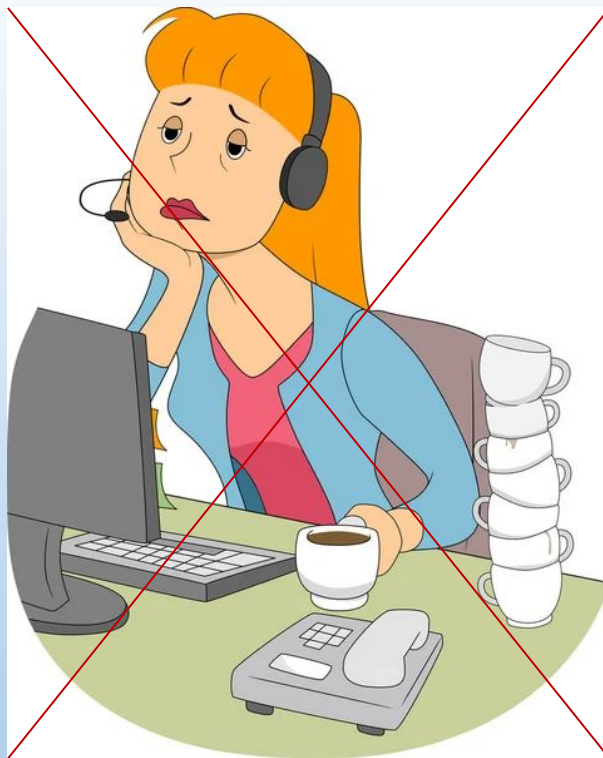
*Герцен Александр Иванович*  
1812-1870

***Профессии для сангвиника.*** Стабильная работоспособность, практически не зависящая ни от внешних, ни от внутренних факторов, позволяет сангвиникам успешно реализоваться во многих профессиях, где используется как физический, так и умственный труд. Коммуникативные навыки помогают в профессиях сферы услуг, позволяют стать хорошим руководителем. Сангвиники легко адаптируются к любому графику работы, с готовностью принимают любые нововведения в деятельности.



Подойдут сангвинику профессии педагога, администратора, журналиста, продавца, официанта, экономиста, технолога, адвоката, менеджера по персоналу и, безусловно, ряд других. Работа, требующая повышенного внимания к деталям и постоянной сосредоточенности (диспетчер, ювелир, токарь и т. п.), хоть и доступна для сангвиника, но будет ему, вероятнее всего, неинтересна. Сангвиники обычно становятся хорошими руководителями в самых разных сферах.





Таким образом профессией, наименее подходящей сангвинуку, может быть, например, профессия делопроизводителя или радиомонтажника. Сангвинуку будет не так просто работать в ситуации, когда нет четко сформулированных задач и правил деятельности, когда необходима большая доля творчества и инициативы.

В целом этот тип темперамента наиболее универсален с точки зрения выбора профессии – сангвиник может найти себя практически в любой деятельности, в соответствии со своими интересами, способностями, полученными навыками.

# Флегматик

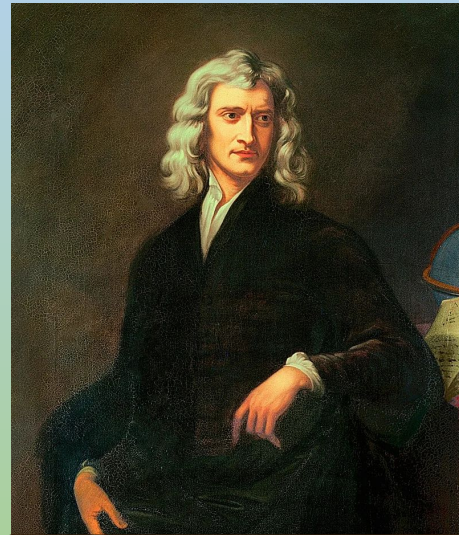
Флегматики – это спокойные и миролюбивые интроверты, которые живут в угоду другим. Такими были: Крылов И. А., Кутузов М. И., Ньютон И., Крокодил Гена из мультфильма «Чебурашка», Ёжик и Пин из мультфильма «Смешарики».

Их положительные качества: общительный и не обидчивый, спокойный в отношениях и настойчивый.

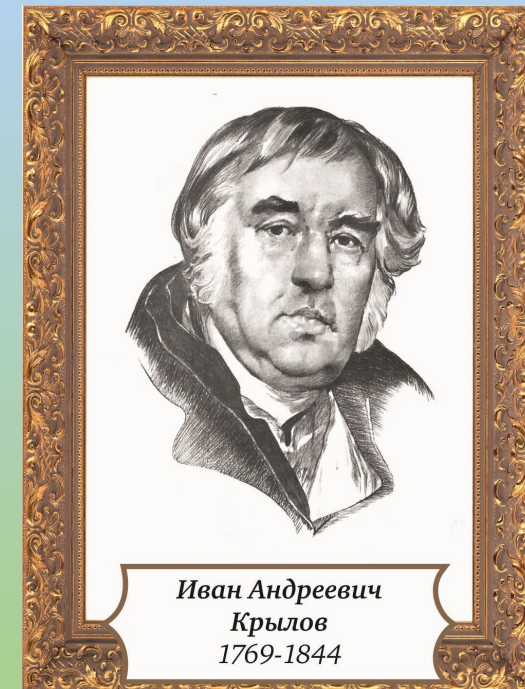
Отрицательные качества у флегматиков: инертный, малоподвижный, ему необходимо время для того чтобы сфокусировать внимание.



Михаил Илларионович Кутузов  
(1745-1813)



Исак Ньютон  
1642 - 1727



Иван Андреевич  
Крылов  
1769-1844

*Профессии для флегматика.* Флегматик – рекордсмен по работоспособности, он как никто другой может долго и качественно выполнять любую монотонную работу, работу, требующую тщательности. Невозмутимость флегматика полезна во всех сферах деятельности, где требуется хладнокровно проанализировать ситуацию и принять решение. Флегматик незаменим в производстве, администрировании и везде, где требуется поддерживать процессы в стабильном состоянии.



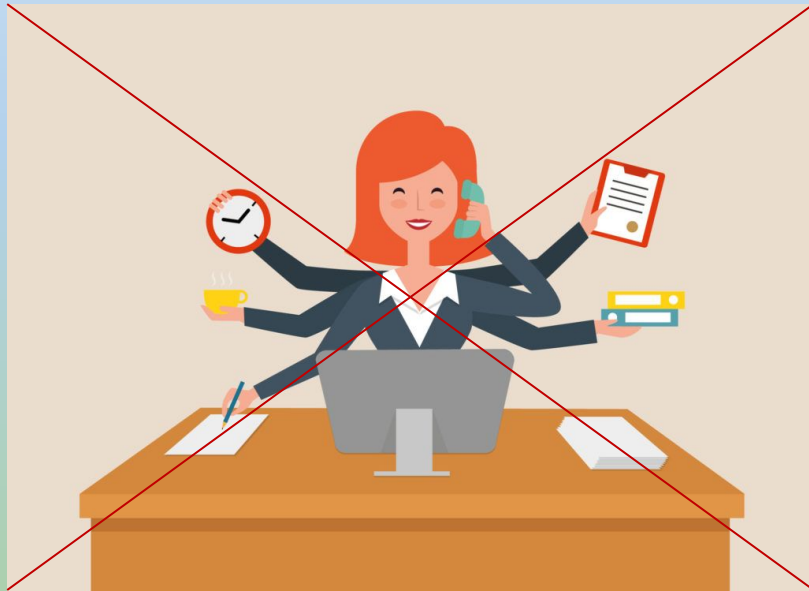


Флегматику хорошо подойдут профессии диспетчера, лаборанта, агронома, инженера, ветеринара, системного администратора, ювелира, корректора, оператора баз данных и, безусловно, ряд других занятий. Несмотря на низкую общительность флегматика, ему вовсе не противопоказаны профессии, связанные с общением, лишь бы это не были профессии, где требуется его активная роль (например, менеджер по продажам). Врачом, системным администратором, бухгалтером и т. п. Флегматик может быть вполне успешен.



Таким образом профессия, противопоказанная флегматикам, может быть, например, профессия ведущего шоу или секретаря. То есть – любая деятельность, вынуждающая его часто импровизировать, деятельность в условиях изменяющейся среды, требующая постоянного переключения себя на новых людей и перестройки себя под новые задачи.

Для флегматика важна работа по четкому графику, в соответствии с понятными алгоритмами, ясно поставленными задачами и точными сроками их реализации.



*Завершая наше мероприятие, напомним, что при выборе профессии важно руководствоваться целым комплексом различных факторов. И даже если какая-то профессия очень для вас привлекательна, но не подходит вам с точки зрения вашего темперамента, не стоит расстраиваться. Современный мир профессий и специальностей настолько разнообразен, что всегда можно найти компромисс, где ваши способности, интересы и особенности темперамента и характера будут адекватно востребованы.*

*Для того, чтобы узнать свои личностные качества, определить к какому типу профессий вы склонны - вы можете пройти профдиагностическое тестирование на нашем официальном сайте (<https://rcz-lnr.ru/>) в разделе «Профориентация» «Тестирование» или обратиться в территориальное отделение Государственного учреждения – Республиканского центра занятости Луганской Народной Республики.*

**Благодарю за внимание!**

