


# Темперамент человека и МОТИВАЦИЯ



Выполнила студентка УПб-2601-01-00  
Дербенёва Анастасия

# План

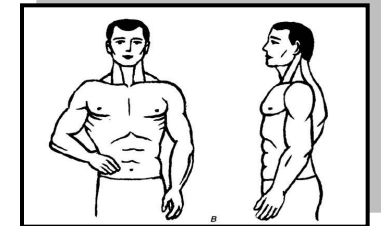
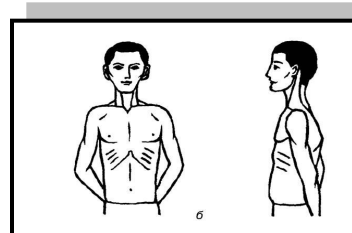
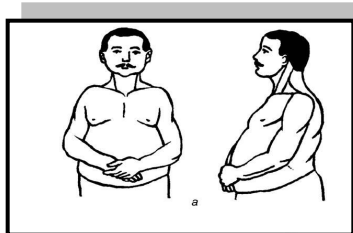
1. Темперамент
2. Конституциональные типы по Э. Кречмеру
3. Три типа темперамента по Э. Кречмеру
4. Классификация типов темперамента по У. Шелдону
5. Соотношение типов темперамента и нервной системы
6. Темперамент по Г. Айзенку
7. Холерик
8. Сангвиник
9. Флегматик
10. Меланхолик
11. Как мотивировать холерика
12. Как мотивировать флегматика
13. Как мотивировать меланхолика
14. Как мотивировать сангвиника
15. Выводы



**Темперамент** - индивидуальные особенности личности; проявляющиеся в динамике протекания психических процессов, общей подвижности и эмоциональной возбудимости

# Конституциональные типы (Э.Кречмер)

- **Лептосоматик** характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой, узкими плечами, длинными и худыми нижними конечностями.
- **Пикник** — человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывшимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.
- **Атлетик** — человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерны высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.
- **Диспластик** — человек с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерный рост, непропорциональное телосложение).



# Три типа темперамента (Э. Кречмер)

Тип строения тела	Телесные черты	Темперамент
Лептосомный (астенический, вытянутый)	Лицо в форме вытянутого или укороченного яйца, острый угловатый профиль, выдающийся вперед нос, подбородок покатый, узкое худое лицо, узкие покатые плечи, длинная шея, плоская грудная клетка, длинные узкие руки	<b>Шизотимик:</b> Замкнут, склонен к колебаниям эмоций от раздражения до сухости, упрям, малоподатлив к изменению установок и взглядов. С трудом приспосабливается к окружению, склонен к абстракции. При расстройстве психики обнаруживает предрасположенность к шизофрении.
Атлетический (сильный)	Грубые черты лица, высокая средняя часть лица, широкие брови, мощный подбородок, массивный грубый облик, широкие плечи, узкие бедра, сильно развитая грудь, грубые руки, несколько неуклюжий облик	<b>Иксотимик:</b> Спокойный, маловпечатлительный, сдержан в жестах и мимике. Отличается невысокой гибкостью мышления, трудно приспосабливается к перемене обстановки, мелочен. При психических расстройствах проявляет предрасположенность к эпилепсии.
Пикнический (округлый)	Широкое лицо, высокий выпуклый лоб, часто двойной подбородок, склонность к облысению, короткая толстая шея, слабая мускулатура, склонность к ожирению	<b>Циклотимик:</b> Эмоции колеблются между радостью и печалью, легко контактирует с окружающими, реалистичен во взглядах. При нарушениях психики обнаруживает предрасположенность к маниакально-депрессивному психозу.

Классификация соматотипов по У. Шелдону (основа - соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых слоев: энтодермы, мезодермы и эктодермы).

- **эндоморфный тип** - отличается круглой головой, крупными размерами внутренних органов, сферической формой тела, мягкостью тканей, тонкими руками и ногами, неразвитыми костями и мышцами, ярко выраженными отложениями жиров;
- **мезоморфный тип** - широкие плечи и грудная клетка, мускулистые руки и ноги, минимальное количество подкожного жира, мощная голова;
- **экторморфный тип** - развитие внешнего зародышевого слоя, из которого формируется нервная система и мозг, а внутренний и средний зародышевый слои развивались по минимуму, поэтому по минимуму развиты кости, мускулы, жировые прослойки) олицетворяет худой человек с вытянутым лицом, тонкими длинными руками и ногами, слабой мускулатурой и хорошо развитой нервной системой.

# Соответствие соматотипа и темперамента по У. Шелдону

- **Эндоморфному типу** соответствует висцеротонический темперамент (лат. viscera — внутренности, т. е. функциональное преобладание органов пищеварения);
- **Мезоморфному** — соматотоник (греч. soma — тело);
- **Эктоморфному типу** - церебротонический темперамент (от лат. cerebrum — мозг).

# Соотношение типов нервной системы и темперамента

Вид темперамента	Характеристика нервных процессов возбуждения и торможения			тип высшей нервной деятельности
	по силе	по уравновешенности	по подвижности	
сангвинический	сильный	уравновешенный	подвижный	уравновешенный
холерический	сильный	неуравновешенный	подвижный	Неуравновешенный
флегматический	сильный	уравновешенный	инертный	инертный
меланхолический	слабый	неуравновешенный	подвижный или инертный	слабый



# Темперамент по Г. Айзенку



# ***ХОЛЕРИК***

**Этот темперамент основывается на сильной, подвижной, но неуравновешенной нервной системе.**

- ✓ **Он вспыльчив и безудержен, подвижен, инициативен и самоуверен. Поэтому его идеи за частую недодуманы до конца.**
- ✓ **Нетерпелив и если увлечется, то его трудно остановить.**
- ✓ **Ожидание способно вывести его из себя. Неудачи тоже, и он либо лихорадочно действует, либо впадает в апатию.**
- ✓ **Для него характерно подобное непостоянство. Стараясь как можно быстрее получить результат, начинает суетиться, опережать события. Не может дочитать интересный детектив, не заглянув в конец, чтобы узнать, чем он закончится.**

# *САНГВИНИК*

**Данный темперамент основывается на сильной, подвижной, уравновешенной нервной системе.**

- ✓ **Сангвиник отличается повышенной активностью, работоспособен, продуктивен при динамичной и разнообразной работе.**
- ✓ **Это сильный тип, хорошо владеющий собой, уравновешенный, подвижный.**
- ✓ **Он производит впечатление человека решительного, оптимистичного, уверенного в своих силах.**
- ✓ **Часто предлагает какие-то идеи и добивается их осуществления. Без труда приспосабливается к новой обстановке, в трудных ситуациях становится более собранным и целеустремленным, не теряя при этом чувство юмора.**

# ФЛЕГМАТИК

Темперамент основывается на сильной, уравновешенной, но инертной (медлительной) нервной системе.

- ✓ Для этого типа темперамента характерны медлительность, спокойствие, склонность к порядку, к привычной обстановке.
- ✓ Он спокоен и невозмутим, его уверенность основана на знаниях и расчете. Говорит в основном по делу, не любит пустословия.
- ✓ Ему не чужда предприимчивость, однако предлагать новую идею склонен только после тщательного взвешивания всех "за" и "против".
- ✓ Никакая неудача не способна вывести его из себя. Способен работать равномерно и долго даже в неблагоприятных условиях.
- ✓ Прежде чем действовать, подумает о возможных помехах, о том, как их преодолеть. Он стратег и постоянно сверяет свои действия с перспективой.
- ✓ Уравновешен, его трудно обидеть или вывести из себя. Умеет ждать. Речь его спокойная.

# *МЕЛАНХОЛИК*

**В основе этого типа темперамента лежит слабый тип нервной системы.**

- ✓ **Представителей этого типа отличает высокая эмоциональная чувствительность, вследствие этого повышенная ранимость и высокая тревожность.**
- ✓ **Они склонны сильно переживать даже незначительные неудачи. Для них характерны нерешительность, неуверенность, трудность выбора.**
- ✓ **Меланхолик пассивен, обидчив. Малейшая неприятность способна вывести его из равновесия. Предпочитает подчиняться правилам и авторитетам. Накануне каких-либо перемен в жизни волнуется, нередко понапрасну.**
- ✓ **Он не боец и предпочитает плыть по воле житейских волн. Если оказывается в трудных условиях, то ему не легко справиться с новыми задачами.**
- ✓ **То, что сметет с пути холерик, не заметит флегматик, обойдет сангвиник - как правило, становится препятствием для меланхолика. Он теряется, опускает руки, и в такие моменты ему очень нужны сочувствие и поддержка окружающих.**

# Проявление качеств личности в зависимости от типа темперамента

**Холерик**



**Флегматик**



**Меланхолик**



**Сангвиник**



Холерик имеет высокую работоспособность и выносливость. Это амбициозный и честолюбивый человек, который стремится к лидерству и доминированию. Часто проявляет максимализм в оценках людей и событий. Особенно это свойственно в молодые годы.

Холерика мотивирует интересная работа, требующая высокой интенсивности. Особенно его привлекает **креатив**, необходимость принимать нестандартные решения. Он любит работать с полной самоотдачей и драйвом. Предпочитает **свободу и самостоятельность**. Давление и контроль со стороны станут для него демотиваторами.

Сильный демотиватор для него также застой и «болото» в компании.

условия для карьерного роста в компании.

## **МОТИВАТОРЫ ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ХОЛДЕРИКА**

- 2) Предпочитает свободу и самостоятельность, давление и контроль со стороны топ-менеджера окажется для него демотиваторами.
- 3) Его мотивирует интересная работа с высокой интенсивностью, любит работать с полной самоотдачей и драйвом.
- 4) Привлекает креативная работа, в которой нужно принимать нестандартные решения.
- 5) Ему нравится профессиональная конкуренция с руководителями такого же уровня, и он провоцирует ее, «заводя» себя и других.
- 6) Он любит ставить высокие, амбициозные цели и достигать их, может разумно рисковать, успех для такого руководителя – сильный мотиватор.
- 7) Застой и «болото» в компании будут для него демотиваторами.



сотрудника с холерическим темпераментом

2) Его мотивирует участие в инновационных проектах

3) Работа на прорывах — хороший мотиватор

4) Нравятся частые командировки, завязывание новых контактов, интенсивное общение с разными людьми

5) Мотиватором может выступать работа на выставках

6) Хороший продавец

7) Директивный стиль управления со стороны непосредственного руководителя – демотиватор для специалиста линейного уровня, имеющего холерический темперамент

8) Публичная похвала за успехи в присутствии персонала компании – сильнейший мотиватор.

9) Мотивируют корпоративные знаки отличия за успехи

инновации. Консервативный. К Новому привыкает долго, нередко — мучительно. Хорошо работает в условиях однообразия и монотонности. Там, где нужны выдержка, терпение и усидчивость, обязательно ставьте флегматика.

Сильнейший мотиватор флегматика – работа в стабильной, надежной компании. Но у него есть одна особенность. Если что-либо на работе ему не нравится, он накапливает неудовлетворенность. Обычно это происходит при невнимании со стороны руководства или нарушении справедливости. Потом он «взрывается» и уходит. Остановить его при этом невозможно.

Угроза немотивированного увольнения – сильный демотиватор для флегматика. Демотивирует его и необходимость интенсивного общения с разными людьми, в том числе и с незнакомыми.

флегматика

## МОТИВАТОРЫ ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ-

2) Угроза немотивированного увольнения –  
сильный демотиватор

ФЛЕГМАТИКА

3) Корпоративные традиции – мотиваторы для  
такого руководителя

4) Работа, требующая усидчивости, внимания,  
тщательности и скрупулезности – хороший  
мотиватор

5) Необходимость интенсивного общения с  
разными людьми, в том числе и незнакомыми, —  
демотиватор

6) Невозможность сосредоточиться в большом  
рабочем помещении или при частых звонках и  
вызовах высшего руководителя – демотиваторы

7) Признание успехов и похвала за достижения –  
мотиваторы

8) Отражение в заработной плате выслуги лет и  
стажа работы в компании – мотиваторы

1) Основными мотиваторами выступают  
**МОТИВАТОРЫ ДЛЯ ПОДЧИНЕННОГО-**  
стабильность и устойчивость компании на

рынке

**ФЛЕГМАТИКА**  
2) Высокий заработок для флегматика – не  
главное: ему важнее зарабатывать средние  
деньги, но регулярно и без задержек

3) Спокойная работа, «без дерготни», в рамках  
компетенции флегматика – сильный мотиватор

4) Хорошая экология помещения, кондиционер,  
удобное рабочее место и наличие  
фиксированного обеденного перерыва –  
мотиваторы для флегматика

5) Удобное расположение офиса и наличие  
корпоративного транспорта – мотиваторы

6) Уважение со стороны руководителя –  
мотиваторы для такого подчиненного, особенно  
если он старше своего начальника.

Из-за страха меланхолик сверхосторожен. Но именно эта черта стимулирует у него развитие интуиции и способности к предвидению. Если меланхолик – компетентный специалист, он первый заметит назревающий кризис в компании и забьет тревогу. Также хорошо меланхолик чувствует людей. Если его взять на переговоры, он даст вам точную оценку каждому их участнику.

Очень часто меланхолик не умеет отказывать в просьбе, из-за этого не успевая сделать свою работу. Потом он долго переживает это.

Меланхолик имеет высокую утомляемость. Если он будет перерабатывать, то попросту может «выгореть». Поэтому ему необходим регулярный отдых. Так что хорошим мотиватором для него может выступить возможность отдохнуть пусть и несколько дней, но два-три раза в год.

# МОТИВАТОРЫ ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ-

- МЕЛАНХОЛИКА**
- 1) Спокойная работа – мотиватор; если есть возможность, лучше вообще отказаться от назначения на руководящую должность – здоровье дороже
  - 2) Работа в подразделении с позитивной атмосферой, где нет конфликтов, а сотрудники ценят взаимопонимание и взаимоподдержку, – сильнейший мотиватор
  - 3) Уважение, положительное отношение и доверие его со стороны высшего руководства – сильнейший мотиватор
  - 4) Отсутствие унижения и окриков со стороны высшего руководства – сильнейший мотиватор
  - 5) Отсутствие рисков и хронического стресса на работе – мотиватор

со стороны руководителя – важнейший мотиватор для меланхолика.

## **МОТИВАТОРЫ ДЛЯ ПОДЧИНЕННОГО-**

2) Если руководитель несправедливо накричал на меланхолика, он будет долго и тяжело это переживать. Несправедливая критика – серьезный демотиватор для меланхоликов. Особенно этого нельзя делать публично, на совещании, в присутствии других сотрудников.

3) Позитивная атмосфера в компании и подразделении – тоже важные мотиваторы для меланхоликов. Хорошие, добрые отношения с коллегами – обязательное условие для его эффективной работы.

4) Конечно, если в компании или подразделении имеется повышенный конфликтный фон, меланхолик одним из первых перейдет в другую организацию, даже на меньшую зарплату.

5) Меланхолику необходим регулярный отдых, поэтому хорошим мотиватором для него может выступать возможность отдохнуть пусть и несколько дней, но два-три раза в год.

деловитый, выносливый и работоспособный, любит хорошо зарабатывать и деловые карьеры.

Нередко трудоголик. Стремится хорошо организовать рабочее время. Работает с самоотдачей, но без лишней нервозности и суетливости. Он самостоятелен и независим. Не будет поддерживать других, но и сам не попросит поддержки. Он считает, что взрослые люди сами должны справляться со своими проблемами, не загружая ими других.

Сангвиник любит учиться, но не отвлеченным предметам, а практическим, близким к его работе. Ему нравится развивать конкретные навыки и сразу же применять их в работе. Мотиваторами для сангвиника могут быть инновации – он любит все новое и прогрессивное.



сравнивая свою зарплату с заработной платой других менеджеров их уровня.

**МОТИВАТОРЫ ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ-САНГВИНИКА**  
2) Важным мотиватором для руководителя-сангвиника выступает также возможность карьерного роста. Он стремится именно к вертикальной карьере, связанной с поступательным движением вверх по служебной лестнице.

3) Мотиваторами могут выступать также инновации, так как сангвиник любит новое и прогрессивное.

4) Если в компании царит «застой», сангвиник будет искать новое место работы. Отсутствие роста является для него демотиватором.

5) Мотиваторы для сангвиника – имиджевые атрибуты: персональный секретарь, служебная машина, просторный кабинет, стильная офисная мебель, компьютер нового поколения и модный телефон.

# МОТИВАТОРЫ ДЛЯ ПОДЧИНЕННОГО-

## САНГВИНИКА

- 1) Понятно, что ведущим мотиватором выступает достойная заработная плата.
- 2) Перспектива карьерного роста – также важный мотиватор.
- 3) Сангвника хорошо мотивирует возможность повышения профессиональной компетентности.
- 4) Престижный офис и имиджевые атрибуты в работе – мотиваторы для сангвника.
- 5) Корпоративные «тусовки» и абонементы в престижные фитнес-центры – эффективные мотиваторы для сангвника-подчиненного.
- 6) Интенсивная и интересная работа с возможностями инноваций обязательно увлечет сангвника, но лишь на время.

**ВЫВОДЫ**  
Темперамент любого предпочтительного «ломать»  
нет смысла: все равно ничего не получится.

Холерик будет торопиться и делать ошибки,  
флегматик — медленно, но тщательно  
выполнять задания, не проявляя инициативы,  
сангвиник — работать по совести, но при этом  
искать, «где трава зеленее», а меланхолик —  
чутко реагировать на окружение, осторожничать  
и удивлять тонкой интуицией.

Искусство управления состоит в том, чтобы  
найти правильную нишу для сотрудников и  
эффективно использовать их сильные качества  
на пользу организации.

# ИСТОЧНИКИ

## ИНФОРМАЦИИ

- <https://www.hr-director.ru/article/65982-qqq-16-m9-kak-motivirovat-po-tipu-temperamenta>
- <https://wiseeconomist.ru/poleznoe/4302-temperament-myshlenie-motivaciya-personala>
- <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82>
- <http://agydar.ru/%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82-%D0%B8-%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F.html>



**Спасибо за внимание!**