**Формула темперамента.**

Цель: Определение типа темперамента с помощью опросника и выведение формулы темперамента.

Необходимый материал: Опросник, состоящий из 80 вопросов об особенностях поведения человека в различных ситуациях.

ЧАСТО ЛИ ВЫ:

1. Неусидчивы, суетливы
2. Веселы и жизнерадостны
3. Сосредоточены и хладнокровны
4. Стеснительны и застенчивы
5. Невыдержанны, вспыльчивы
6. Энергичны и деловиты
7. Последовательны и обстоятельны в делах
8. Теряетесь в новой обстановке
9. Нетерпеливы
10. Не доводите начатое дело до конца.
11. Осторожны и рассудительны
12. Затрудняетесь установить контакт с людьми
13. Резки и прямолинейны в отношениях с людьми
14. Склонны переоценивать себя
15. Умеете ждать
16. Не верите в свои силы
17. Решительны и инициативны
18. Способны быстро «схватывать» новое
19. Молчаливы и не любите попусту болтать
20. Легко переносите одиночество
21. Упрямы
22. Неустойчивы в интересах и склонностях
23. Обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками
24. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах
25. Находчивы в споре
26. Легко переживаете неудачи и неприятности
27. Сдержанны и терпеливы
28. Склонны уходить в себя
29. Склонны к риску
30. Легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам
31. Доводите начатое дело до конца
32. Быстро утомляетесь
33. Работаете рывками
34. С увлечением беретесь за любое новое дело
35. Не растрачиваете попусту сил
36. Обладаете слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота
37. Не злопамятны и боязливы
38. Быстро остываете, если дело перестает вас интересовать
39. Строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе
40. Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника
41. Обладаете быстрой, страстной, со сбивчивой интонацией речью
42. Быстро включаетесь в работу и быстро переключаетесь с одной , работы на другую
43. Легко сдерживаете порывы
44. Впечатлительны до слезливости
45. Неуравновешенны и склонны к горячности
46. Тяготитесь однообразием, будничной кропотливой работы
47. Маловосприимчивы к одобрению и порицанию
48. Предъявляете высокие требования к себе и окружающим
49. Агрессивный забияка
50. Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с незнакомыми для вас людьми
51. Незлобивы, снисходительны к колкостям в свой адрес
52. Склонны к подозрительности, мнительности
53. Нетерпимы к недостаткам
54. Выносливы и работоспособны
55. Постоянны в своих отношениях, интересах
56. Болезненно чувствительны и легко ранимы
57. Обладаете громкой, быстрой, отчётливой речью, которая сопровождается живыми жестами, выразительной мимикой.
58. Обладаете выразительной мимикой
59. Медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одной работы на другую
60. Чрезмерно обидчивы
61. Способны быстро действовать и решать
62. Сохраняете самообладание в неожиданной, сложной обстановке
63. Ровны в отношениях со всеми
64. Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями
65. Неустанно стремитесь к новому
66. Обладаете всегда бодрымнастроением
67. Любите аккуратность и порядок во всем
68. Малоактивны и робки
69. Обладаете резкими, порывистыми движениями
70. Быстро засыпаете и пробуждаетесь
71. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке
72. Безропотны и покорны
73. Несобранны, проявляете поспешность в решениях
74. Настойчивы в достижении поставленной цели
75. Инертны, малоподвижны, вялы
76. Стремитесь вызвать сочувствие и помощь окружающих
77. Склонны к резким сменам настроения
78. Склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться
79. Обладаете выдержкой
80. Чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию.

Ход выполнения задания. Студент последовательно отвечает на представленные вопросы, соглашаясь («да»: «+»), если данная особенность соответствует его личному поведению; или не соглашаясь («нет»: «-»), - в противоположном случае.

Обработка данных Производится определение преобладающего типа темперамента по формуле: Ах Ас Аф Ам

ф = Х------- \* 100% + С------- \* 100% + Ф------- \* 100% + М------- \* 100%

А А А А

где ф - формула темперамента, Х - холерический темперамент, С - сангвинический, Ф - флегматический, М - меланхолический, А - общее число «+» по всем типам Ах - число «+» в паспорте холерика (см. примечание), Ас - число «+» в паспорте сангвиника, Аф - число «+» в паспорте флегматика, Ам - число «+» в паспорте меланхолика.

Если относительный результат числа положительных ответов по какому-либо типу составляет 40% и выше, значит данный вид темперамента является доминирующим; 30-39% - качества данного темперамента выражены достаточно ярко; 20-29% - качества выражены средне; 10-19% - черты темперамента выражены в малой степени.

Примечание Особенности поведения, характеризующие типы темперамента расположены в последовательности номеров воспросника:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 и т.д. |
| холерик | сангвиник | флегматик | меланхолик |