**Задание 1**

Прочитайте внимательно тексты и определите, какой тип темперамента относится к каждому описанию. Название темпераментов на слайде. Впишите свои ответы.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Человек спокойный и уравновешенный, очень трудно вывести его из себя. По характеру терпелив, умеет ждать. Медленно приспосабливается к новой обстановке. В дело вникает глубоко, работает неторопливо, шаг за шагом продвигаясь в выбранном направлении, не любит отвлекаться от основного занятия.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

2. Человек гибкий и динамичный, всегда нуждается в разнообразии внешних впечатлений. Хотя легко возбуждается, но так же быстро и успокаивается. Предпочитает расширять круг своих контактов и легко переключается с одного занятия на другое. Ни при каких обстоятельствах не падает духом, умеет находить выход из любого положения.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

3. Человек чувствительный и изменчивый, очень зависит от своего внутреннего состояния. Легко расстраивается по пустякам и долго не успокаивается. Из-за тонкой восприимчивости душевное равновесие дается ему с трудом, поэтому он нуждается в эмоциональной поддержке близких. О его перепадах настроения посторонним трудно догадаться.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

4. Человек энергичный и напористый, не всегда контролирует свои эмоции. Если выходит из себя, то успокаивает не сразу. Своим делом занимается энергично и с полной отдачей, на посторонние вещи не отвлекается. Прямолинеен в делах, и в отношениях. Даже самые трудные препятствия предпочитает преодолевать, а не обходить.

**Задание 2**

Вы видите таблицу, где даны 8 утверждений и пустая колонка. Напротив каждого утверждения поставьте баллы от 0 до 10. Если вы считаете, что данное утверждение полностью вам соответствует, ставите 10 баллов. Если полностью не соответствует, то 0 баллов. Но вы можете ставить любое значение от 0 до 10.

|  |  |
| --- | --- |
| **Баллы** | **Утверждения** |
|  | 1. Перед каким-либо важным для меня событием, я начинаю нервничать. |
|  | 2. Я работаю неравномерно, рывками. |
|  | 3. Я быстро переключаюсь с одного дела на другое. |
|  | 4. Если нужно, я могу спокойно ждать. |
|  | 5. Мне нужны сочувствие и поддержка, особенно при неудачах и трудностях. |
|  | 6. С равными я несдержан и вспыльчив. |
|  | 7. Мне нетрудно сделать выбор. |
|  | 8. Мне не приходиться сдерживать свои эмоции, это получается само собой. |

М (меланхолик) = кол-во баллов 1 вопроса + кол-во баллов 5 вопроса =\_\_\_\_\_\_\_

Х (холерик) =2+6=\_\_\_\_\_\_\_

С (сангвиник) =3+7=\_\_\_\_\_\_\_

Ф (флегматик) =4+8=\_\_\_\_\_\_\_

**Формула темперамента\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**