**Тест на определения преобладающего типа темперамента.**

**Сегодня я вам предлагаю пройти небольшой тест для определения преобладающего типа темперамента. Данный тест разработал А.Белов, для определения преобладающего типа темперамента. Вам потребуется листок бумаги и пишущий инструмент.**

Разделите лист на четыре части и для удобства пронумеруйте эти части от единицы до четырех. Далее вам будет представлено четыре блока с описаниями свойств личности. Читайте эти свойства и если они подходят вам, т.е. именно такой вы, то ставьте плюс на той части листа, которая относится к первому блоку. Если не подходит, то соответственно так же ставьте минус.

**Первый блок:**

1.Вы неусидчивы и суетливы

2.Бывает невыдержанность или вспыльчивость

3.Вы нетерпеливы

4.Проявляется резкость, прямолинейность к людям

5.Вы решительны и инициативны

6.Проявляется упрямство

7.Находчивы в спорах

8.У вас есть неритмичность в производимых вами работах

9.Склонны к риску

10.Вы незлопамятность

11.У вас быстрая и страстная речь

12.Неуравновешенны и склонны к поступкам, совершаемым с горяча

13.Нетерпимы к недостаткам.

14.Агрессивны

15.Хорошая выразительность вашей мимики на лице

16.Способны быстро действовать и принимать решения

17.Стремительны к новому

18.У вас резкие, порывистые движения

19.Настойчивы при достижении цели

20.Резко сменяется настроение

**Второй блок:**

1.Вы жизнерадостны

2.Вы энергичны и деловиты.

3.Не доводите начатое дела до конца.

4.Склонны переоценивать свои возможности

5.Есть способность быстро учиться новому

6.Не устойчивы в интересах и различных склонностях

7.Почти не переживание неудачи, а также неприятности

8.Быстро приспосабливаетесь

9.С увлечением занимаетесь разными делами

10.Быстро отходите от дела, когда оно становится неинтересным

11.Быстро принимаетесь к работе и можете также быстро переключаться между разными видами работы

12.Любите однообразную работу

13.Легкая общительность и отсутствие скованности при общении

14.Выносливы и работоспособны

15.У вас громкая, быстрая, отчетливая речь

16.Сохраняете самообладания даже в неожиданной и сложной ситуации

17.Преобладает доброе настроение

18.Быстро засыпаете и встаете

19.Не собранны и поспешны в решениях

20.Склонны «скользить» по поверхности и отвлекаться отвлекаясь.

**Третий блок:**

1.Спокойны и хладнокровны

2.Последовательны в своих делах

3.Осторожны и рассудительны

4.Присутствует умение выжидать

5.Молчаливы, говорите только по делу

6.У вас спокойно речь, без выражения эмоций и жестикуляций

7.Сдержанны и терпеливы

8.Доводите начатое до конца

9.Силы применяете для дела, не раскидываясь ими по пустякам

10.Живете по выработанному распорядку

11.Легко сдерживаете свои порывы

12.Слабо восприимчивы к одобрению и порицанию

13.Не держите зла за оскорбление в свой адрес

14.У вас постоянные интересы

15.Медленно приступаете к работе и не любите ее менять

16.Одинаково относитесь ко всем людям

17.Аккуратны абсолютно во всем

18.Не любите смену обстановки

19.У вас хорошая выдержка

20.Медленное схождение с новыми знакомыми

**Четвертый блок:**

1.Стеснительны и застенчивы

2.Растеряны при смене обстановки

3.С трудом идете на контакт с новыми людьми

4.Не верите в свои силы

5.Спокойно относитесь к одиночеству

6.Вы подавлены и растеряны при неудачах

7.Можете уйти в себя

8.Очень быстро утомляетесь

9.Тихо разговариваете, даже можете прейти на шепот

10.Приспосабливаетесь к человеку, с которым ведете беседу

11.Очень впечатлительны, иногда до проявления слез

12.Очень восприимчивы к похвале и критике

13.Очень требовательны к своей персоне

14.Подозрительный и мнительны

15.Чувствительны и ранимы

16.Обидчивы

17.Очень скрыты, не желаете делиться своими переживаниями

18.Неактивны и робки

19.Покорны

20.Хотите вызвать сочувствие к себе со стороны окружающих вас людей

**Подведение результатов**

Теперь, когда вы проставили минусы и плюсы над каждым проявлением характера, выделили присущие вам и те, которых у вас вообще нет, можно переходить к подведению результатов.

Для начала сосчитайте количество положительных ответов в каждом блоке. Когда вы это сделали, то сложите общее количество положительных ответов.

**Первый блок** у нас отвечал за Холериков. **Второй блок** относится к Сангвиникам. **Третий** – это у нас Флегматики и **четвертый** – это Меланхолики.

Для определения преобладающего каждого типа поделите число положительных ответов в той или иной группе на общее количество правильных ответов. В общей сложности, если вы произведете деление по каждой группе, то сумма ответов должна составить единицу.

Когда вы получите результаты, то тот тип, который получил значение от 0.4 и выше, преобладает у вас. Если значение от 0.3 до 0.39, то он ярко выражен у вас. Тип у которого значение получится в диапазоне от 0.2 до 0.29 – слабо выражен у вас, и наконец, тип со значением от 0.1 до 0.19 пойти не выражены у вас и проявляются крайне редко.

Надеюсь, вам было интересно проходить данный тест, может быть вы открыли себе глаза, на некоторые вещи.

Тесты и предназначены для того, чтобы узнавать о себе, что-то новое. Правда, на них не надо полагаться сильно, но иногда можно прибегнуть.