

ЧЕЛОВЕК С ХАРАКТЕРОМ или ЧТО ТАКОЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА

*Нет ничего опаснее в обществе,
чем человек без характера.*

Ж. Д'Аламбер

Интересный вопрос из чата

Альфа Децибел: Скажите, может ли человек замаскировать свой тип темперамента?

ТЕМПЕРАМЕНТ И ХАРАКТЕР

Довольно часто характер человека сравнивают с его темпераментом.

Однако если обратиться к научным взглядам, то можно увидеть, что существует несколько точек зрения по поводу взаимодействия характера и темперамента:

1. одни учёные **отождествляют** характер и темперамент (Э.Кречмер);
2. другие **противопоставляют** их (П.Викторов);
3. третьи считают **темперамент составляющей характера** (С.Рубинштейн);
4. последние уверены, что **темперамент – это природная основа характера** (Б.Ананьев, Л.Выготский).

ТЕМПЕРАМЕНТ И ХАРАКТЕР

Темперамент – это совокупность динамических и эмоциональных характеристик личности, таких, как скорость протекания психических процессов и их устойчивость (к примеру, скорость мышления и устойчивость внимания), ритм и подвижность нервных процессов (то есть быстрота их смены).

Динамические характеристики определяют энергетический уровень поведения – интенсивность, скорость, темп. К числу **эмоциональных характеристик** поведения относят такие свойства, как импульсивность, эмоциональную возбудимость, реактивность, силу эмоций, тревожность и др.

Отличительной чертой темперамента является его устойчивость. Это означает, что темперамент мало подвержен изменениям как на протяжении всей жизни, так и в каких-либо конкретных ситуациях. Он является взаимодействием двух факторов – наследственности и среды, причем наследственность в данном случае играет едва ли не определяющую роль.

Характер – более широкое понятие, означающее совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающихся на протяжении жизни, обуславливая типичные для нее способы поведения.

Характер не остается неизменным, раз и навсегда заданным – он непрерывно изменяется на протяжении индивидуальной жизни. Заметную роль здесь играют общественные условия и конкретные жизненные обстоятельства. Формирование характера, как правило, происходит в группах, отчетливо различающихся по своей направленности и ценностным установкам (семья, дружеская компания, школьный класс, спортивная команда, трудовой коллектив и пр.).

Взаимодействие характера и темперамента

Процесс формирования характера находится в зависимости от свойств темперамента, который более тесно взаимодействует со свойствами нервной системы. Черты характера проявляются только тогда, когда уже основательно развит темперамент, т.е. темперамент служит базой для развития характера, а также определяет в нём такие черты как инертность реакции, подвижность, уравновешенность, адаптивность.

Характер не предопределяется темпераментом и люди со схожими свойствами темперамента могут быть совершенно разными по характеру. Особенности темперамента могут, как способствовать, так и противодействовать процессу формирования каких-либо черт характера, они даже могут вступать в конфронтацию с ними.

Характер формируется у человека в процессе жизнедеятельности и взаимодействия с социумом, а это значит, что он является продуктом общества. Характер человека отражает различные типические черты: возрастные, профессиональные, национальные. Они часто зафиксированы человеческим сознанием в разных стереотипах и установках.

В конечном счете черты темперамента и характера органически связаны и взаимодействуют друг с другом в едином целостном облике человека, образуя неразделимый сплав – интегральную характеристику его индивидуальности.

Понятие характера

Характер (греч. *charakter* – черта, особенность) - совокупность индивидуальных, устойчивых стереотипов поведения, штампов эмоциональных реакций, стиля мышления, сложившихся в процессе социализации, и зафиксированная в привычках и манерах, в системе взаимоотношений с окружающими.

Характер - стереотипы поведения, которые способствуют гармонизации обыденных межличностных взаимоотношений и избеганию межличностных конфликтов, то есть обеспечивают адаптацию и самоактуализацию личности. Посредством гармоничного характера человек принимает «других и мир», а также «самого себя».

Классификация характеров

Какой-либо общей и стандартной классификации характеров не существует. Знаменитый швейцарский психиатр **Карл Густав Юнг** выдвинул идею о том, что характеры следует классифицировать, исходя из принадлежности человека к **интровертированному** или **экстравертированному** типу, каждый из которых является типом темперамента.

Экстравертированный тип означает, что личность человека обращена к внешнему миру, явления и объекты которого оказывают на неё огромное воздействие. Для людей такого типа явления их субъективного мира не так значимы, а сами эти люди обладают такими качествами, как коммуникабельность, адаптивность поведения, инициативность, импульсивность и т.п.

Интровертированный тип означает, что интересы личности сфокусированы, главным образом, на явлениях её внутренней реальности. Именно они обладают здесь повышенной ценностью. Людям такого типа свойственна склонность к самоанализу, низкий уровень адаптивности, замкнутость, необщительность и т.п.

Формирование характера

✓Некоторые черты характера, которые являются устойчивыми в течение всей жизни человека, обнаруживаются уже у детей раннего возраста, например у дошкольников. Это значит, что истоки характера человека и первые признаки его стабилизации следует искать в самом начале жизни.

✓Основную роль в формировании и развитии характера ребенка играет его общение с окружающими людьми. Сензитивным периодом жизни для становления характера можно считать **возраст от 2—3 до 9—10 лет**, когда дети много и активно общаются как с окружающими взрослыми людьми, так и со сверстниками, открыты для воздействий со стороны, с готовностью их принимают, подражая всем и во всем.

✓Раньше других в характере человека закладываются такие черты, как **доброта, общительность, отзывчивость**, а также противоположные им качества: **эгоистичность, черствость, безразличие к людям**. Имеются данные о том, что начало формирования данных черт характера уходит в глубь дошкольного детства, к первым месяцам жизни и определяется способом обращения матери со своим ребенком (первая стадия личностного развития по Э.Эриксону).

✓Те свойства характера, которые наиболее ярко проявляются в труде — **трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость**, другие «деловые» качества, — складываются несколько позже, в раннем и дошкольном детстве. Они формируются и закрепляются в играх детей и доступных им видах домашнего труда.

✓В начальных классах школы оформляются черты характера, проявляющиеся в отношениях с людьми. Этому способствует расширение сферы общения ребенка с окружающими за счет множества новых школьных друзей, взрослых — учителей.

✓В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера, а ранняя юность закладывает базовые нравственные, мировоззренческие, основы его.

✓К окончанию школы характер человека можно считать в основном сложившимся, и то, что происходит с ним в дальнейшем, почти никогда не делает характер человека неузнаваемым для тех, кто с ним общался в школьные годы.

Структура характера

это черты личности, которые входят в состав характера человека:

- 1) те свойства личности, которые определяют поступки человека в выборе целей деятельности (рациональность, расчетливость или противоположные им качества);
- 2) черты, которые направлены на достижение поставленных целей: настойчивость, целеустремленность, последовательность и другие, а также альтернативные им (как свидетельство отсутствия характера). В этом плане характер сближается не только с темпераментом, но и с волей человека.
- 3) чисто инструментальные черты, непосредственно связанные с темпераментом: экстраверсия-интроверсия, спокойствие-тревожность, сдержанность-импульсивность, переключаемость-ригидность и др.

Два класса черт характера:



Первичные черты.

Выстраиваются из различных психических процессов и состояний, т.е. эти черты имеют исходное функциональное начало, связанное с *познавательными, эмоциональными, коммуникативными, психомоторными функциями человека.*

Эти черты формируются на ранних этапах онтогенеза и регулируют уровень активности и поведения.

Вторичные черты.

Этот класс составляют нравственно смысловые вторичные черты характера, они наиболее тесно связаны с *общественными отношениями человека.*

Эти черты формируются на поздних этапах онтогенеза, когда человек включается в более широкий диапазон выполнения различных видов деятельности.

Первичные черты

Познавательные черты характера, которые заключают в себе отношение человека к познанию той или иной информации, творчеству. К ним относятся: любознательность, сообразительность, догадливость, наблюдательность, изобретательность, инициативность, предусмотрительность и др.

Эмоциональные черты характера, которые выражают степень принятия или непринятия внешних или внутренних воздействий тех или иных объектов, себя или других людей. К ним относятся: тревожность, мнительность, гневливость, агрессивность, а также веселость, оптимизм, жизнерадостность, восторженность.

Волевые черты характера, которые реализуют различные отношения человека к трудностям, преодолению препятствий, в завершении начатой деятельности. Они являются стержнем характера к ним относятся I подгруппа, которая обуславливает общую регуляцию поведения (организованность, пунктуальность и др) и II подгруппа, которая обеспечивает силу волевого действия и преодоление препятствий (смелость, решительность, мужество).

Коммуникативные черты характера, которые выражают отношение человека к процессам межличностного взаимодействия. К ним относятся: контактность, общительность, открытость, а также аутизм, замкнутость, закрытость, застенчивость.

Психомоторные черты характера, которые характеризуют человека со стороны двигательной активности. К ним относятся: быстрота, энергичность, ловкость, сила, а также неуклюжесть, неловкость и т.д.

Вторичные черты

Черты характера, выражающие отношение к другим людям. К ним относятся: тактичность, вежливость, чуткость, внимательность, отзывчивость, коллективизм, а также пренебрежительность, безразличие, невежество, неуважение.

Черты характера, выражающие отношение к себе. К ним относят: самокритичность, скромность, самостоятельность, а также зазнайство, самолюбие, эгоцентричность, гордость.

Черты характера, выражающие отношение к деятельности. К ним относятся: трудолюбие, инициативность, добросовестность, усердность, а также безответственность, хаотичность, недисциплинированность.

Черты характера, выражающие отношение к природе и животному миру. К ним относятся: заботливость, рачительность (по-хозяйски относится к природе).

Черты характера, выражающие отношение к вещам и результатам труда. К ним относятся: аккуратность, бережливость, щедрость, скупость и др.

Сильные и слабые черты характера

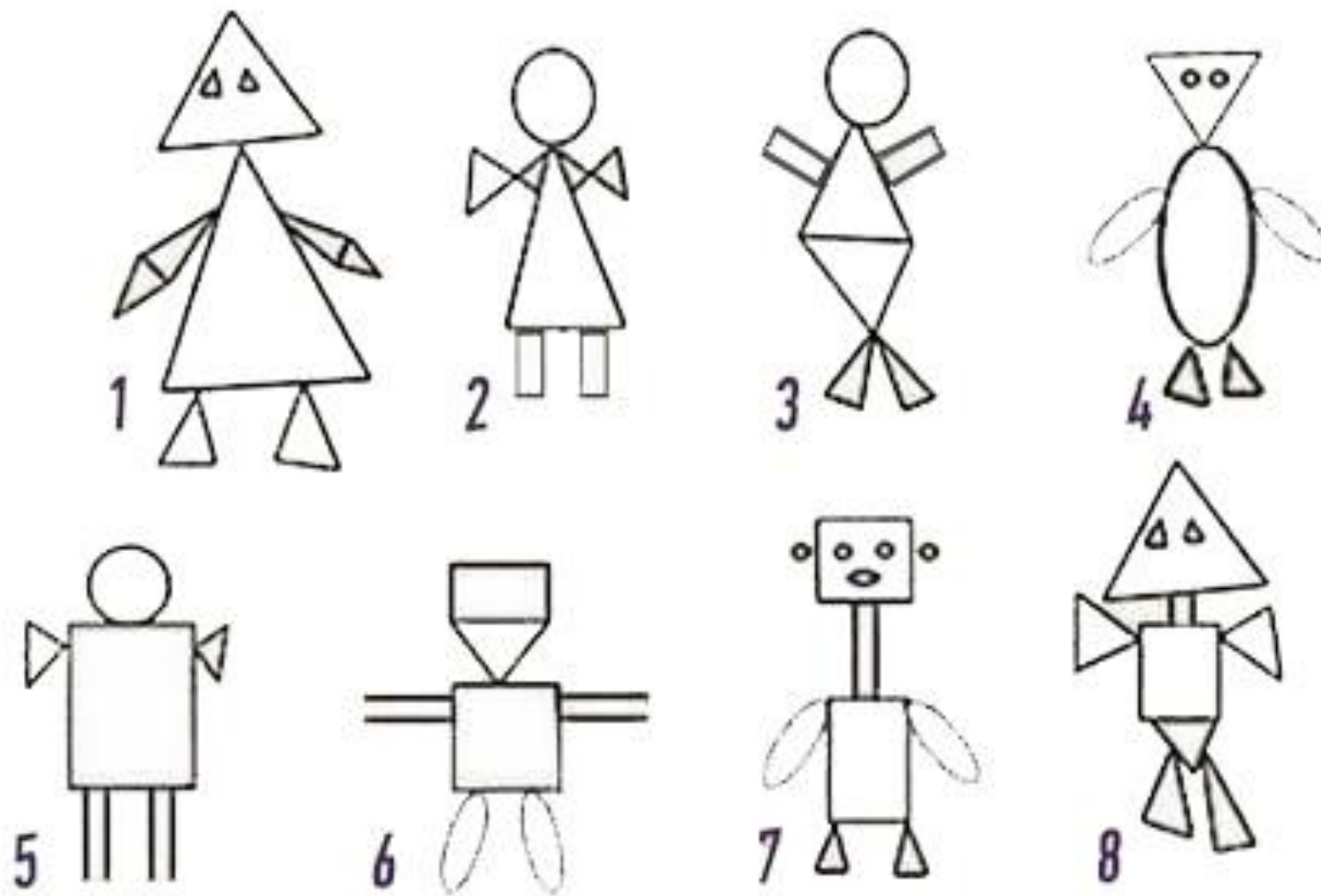
У каждого из нас, насколько бы ни была занижена или завышена ваша самооценка, есть **сильные и слабые черты характера**. Как говорят все психологи: сильные черты характера нужно развивать, а слабые совершенствовать и превращать в свои достоинства.

На словах все просто, а на деле же, мы даже не можем адекватно оценить, в чем наши плюсы, и есть ли минусы.

Слабые черты характера – это то, что препятствует нашему росту, развитию, вопреки всем талантам. В саморазвитии и психологии успеха гораздо важнее умение увидеть свои изъяны.

Что касается **сильных сторон**, то вычислить их достаточно просто, суммировав свои умения и таланты, и выявив качества, необходимые для их осуществления. Например, если у вас явно проявляются таланты в сфере продаж, надо полагать, у вас есть умение найти правильный подход к каждому, способность описывать достоинства своего «товара», дипломатические качества, сдержанность и целенаправленность.

Тест на определение сильных сторон характера



1 тип – «руководитель»

Обычно это люди, имеющие склонность к руководящей и организаторской деятельности. Ориентированы на социально-значимые нормы поведения, могут обладать даром хороших рассказчиков, основывающимся на высоком уровне речевого развития. Обладают хорошей адаптацией в социальной сфере, доминирование над другими удерживают в определенных границах.

Нужно помнить, что проявление данных качеств зависит от уровня психического развития. При высоком уровне развития индивидуальные черты развиты, реализуемы, достаточно хорошо осознаются. При низком уровне развития могут не выявляться в профессиональной деятельности, а присутствовать ситуативно, хуже, если неадекватно ситуациям. Это относится ко всем характеристикам.

2 тип – «ответственный исполнитель»

Обладает многими чертами типа «руководитель», однако в принятии ответственных решений часто присутствуют колебания.

Данный тип людей более ориентирован на «умение делать дело», высокий профессионализм, обладает высоким чувством ответственности и требовательности к себе и другим, высоко ценит правоту, т.е. характеризуется повышенной чувствительностью к правдивости. Часто они страдают соматическими заболеваниями нервного происхождения как следствие перенапряжения.

3 тип – «тревожно-мнительный»

Характеризуется разнообразием способностей и одаренности – от тонких ручных навыков до литературной одаренности. Обычно людям данного типа тесно в рамках одной профессии, они могут поменять ее на совершенно противоположную и неожиданную, иметь также хобби, которое по сути является второй профессией. Физически не переносят беспорядок и грязь. Обычно конфликтуют из-за этого с другими людьми. Отличаются повышенной ранимостью и часто сомневаются в себе. Нуждаются в мягком подбадривании.

4 тип – «ученый»

Эти люди легко абстрагируются от реальности, обладают «концептуальным умом», отличаются способностью разрабатывать «на все» свои теории. Обычно обладают душевным равновесием и рационально продумывают свое поведение. Представители данного типа часто встречаются среди лиц, занимающихся синтетическими видами искусства: кино, цирк, театральное зрелищное режиссура, мультипликация и т.д.

5 тип – «интуитивный»

Люди этого типа обладают сильной чувствительностью нервной системы, высокой ее истощаемостью.

Легче работают на переключаемости от одной деятельности к другой, обычно выступают «адвокатами меньшинства», за которым стоят новые возможности. Обладают повышенной чувствительностью к новизне. Альтруистичны, часто проявляют заботу о других, обладают хорошими ручными навыками и образным воображением, что дает возможность заниматься техническими видами творчества. Обычно вырабатывают свои нормы морали, обладают внутренним самоконтролем, т.е. предпочитают самоконтроль, отрицательно реагируя на посягательства, касающиеся их свободы.

6 тип – «изобретатель, конструктор, художник»

Часто встречается среди лиц с «технической жилкой». Это люди, обладающие богатым воображением, пространственным видением, часто занимаются различными видами технического, художественного и интеллектуального творчества. Чаще интравертированы, так же, как интуитивный тип, живут собственными моральными нормами, не приемлют никаких воздействий со стороны, кроме самоконтроля. Эмоциональны, одержимы собственными оригинальными идеями.

7 тип – «эмотивный»

Обладают повышенным сопереживанием по отношению к другим людям, тяжело переживают жестокие кадры фильма, могут надолго быть выбитыми из колеи и быть потрясенными от жестоких событий. Боли и заботы других людей находят у них участие, сопереживание и сочувствие, на которое они тратят много собственной энергии, в результате становится затруднительной реализация их собственных способностей.

8 тип – «нечувствительный к переживаниям других»

Обладает противоположной тенденцией эмотивному типу. Обычно не чувствует переживаний других людей или относится к ним с невниманием и даже усиливает давление на людей.

Если это хороший специалист, то он может заставить других делать то, что он считает нужным. Иногда для него характерна «черствость», которая возникает ситуативно, когда в силу каких-либо причин человек замыкается в кругу собственных проблем.

Типология Э. Кречмера. Строение тела и характер человека.

Издревле ученых волнует вопрос: существуют ли прямые соответствия между строением человеческого тела и характером? Эта идея очень привлекательна, ведь достаточно определить конституциональный тип человека, чтобы сразу получить разгадку его характера и поведения. Но с характером тесно связаны личностные, темпераментные свойства, идеалы, интересы и т. д. Определение самого характера оказалось нелегким делом.

Одним из тех, кто попытался найти связь между физическими и психическими особенностями, был немецкий психолог и психиатр *Эрнст Кречмер*. К наиболее известным работам Кречмера принадлежат: *«Строение тела и характер» (1926)*, *«Медицинская психология» (1922)*, *«Гениальность людей»» (1929)*.

Э. Кречмер выделил и описал четыре конституционных типа:



а

б

в

А) Пикник – его отличает средний рост, хорошо развитая жировая ткань, слабые мышцы. Люди этого типа эмоциональны, стремятся получать от жизни удовольствия.

Б) Людям атлетического типа (средний или высокий рост, широкая грудная клетка, отличная мускулатура) свойственны такие черты, как сильная воля, настойчивость и даже упрямство.

В) Астеникам, людям худощавого телосложения, с тонкими кистями и слабыми мускулами, присуща слабая эмоциональность, любовь к философии и самоанализу, склонность к одиночеству.

Диспластик - смешанный тип соединяет в себе черты трех других типов в разных пропорциях.

Иксотимик (атлетический тип)

Спокойный, маловпечатлительный, трудно приспособляется к переменам, мелочен. Имеет негибкое практическое мышление. Другими словами, просить его придумать что-то эдакое новое и необычное бесполезно, он нетворческий. Склонен к доминированию в отношениях, хочет командовать, умеет быстро принимать решения, храбр, агрессивен. Это человек-«практик». Для него главное — действовать, а не мыслить или говорить. Он судит о людях лишь по результатам, причем чаще всего критерии придумывает сам. Переубедить его достаточно сложно, упрям и самоуверен. Есть два мнения: одно — его, другое — неправильное.

Социальные типы: *руководитель, лидер, вождь, спортсмен, военачальник.*

Сильные стороны — воля, решительность, целеустремленность, практичность. Слабые стороны — негибкость, самоуверенность, критиканство, стремление всегда быть победителем.

Шизотимик (астенический тип)

Натура творческая и эмоциональная, тонкая. Его эмоции колеблются от раздражения до сухости, упрям, ему сложно устанавливать отношения с другими людьми. Склонен к абстрактному мышлению, рассуждениям. Иногда придумывает нечто настолько необычное, что даже сам не может объяснить, что он придумал. Любит одиночество, избегает контактов. Его можно обозначить как человека-«мыслителя». Астеники очень чувствительны. Поэтому именно они, по мнению Кречмера, склонны к разного рода вредным привычкам: употреблению алкоголя, наркотиков и т. д. Чтобы справиться с тревогой или получить новые впечатления, астеники могут пойти на многое.

Социальные типы: *художник, поэт, писатель, ученый.*

Сильные стороны — интеллект, креативность, чувствительность. Слабые стороны — тревожность, вычурность, неспособность совладать с переживаниями.

Циклотимик (пикнический тип)

«Душа компании», он ориентирован на отношения с другими людьми, легко контактирует с ними. Эмоционален, но в отличие от астеника колеблется между радостью и печалью, впечатляется новым. Склонен к компромиссам и договоренностям. Любит комфорт. Он приветлив со всеми, жаждет любви и одобрения окружающих, у него много друзей. Это человек-«собеседник». Пикник всегда поддержит и поймет, обнимет, пожалеет. Он очень заботлив в отношениях. Для него значима идея «справедливости». Обычно неконфликтный человек, он готов вступить в борьбу, если кто-то из близких будет обижен. То есть, уступая в своих интересах, он никогда не позволит пренебречь интересами тех, кто для него важен.

Социальные типы: *психолог, священник.*

Сильные стороны — коммуникабельность, оптимизм. Слабые стороны — жажда одобрения, зависимость от окружающих, игнорирование проблем, непунктуальность.

Акцентуации характера. Акцентуированные личности

Акцентуации (от лат. *accentus* — ударение) — чрезмерно выраженные черты характера.

В зависимости от уровня выраженности выделяют **две степени акцентуации характера: явную и скрытую**. Явная акцентуация относится к крайним вариантам нормы, отличается постоянством черт определенного типа характера. При скрытой акцентуации черты определенного типа характера выражены слабо или не проявляются совсем, однако могут ярко проявиться под влиянием специфических ситуаций.

Акцентуации характера могут содействовать развитию психогенных расстройств, ситуативно обусловленных патологических нарушений поведения, неврозов, психозов. Однако следует отметить, что акцентуацию характера ни в коем случае нельзя отождествлять с понятием психической патологии. Жесткой границы между условно нормальными, «средними» людьми и **акцентуированными личностями** не существует.

Выявление акцентуированных личностей в коллективе необходимо для выработки индивидуального подхода к ним, для профессиональной ориентации, закрепления за ними определенного круга обязанностей, с которыми они способны справляться лучше других (в силу своей психологической предрасположенности).

Концепция акцентуаций характера Карла Леонгарда.



Карл Леонгард (нем. *Karl Leonhard*; 21 марта 1904, Эдельсфельд, Королевство Бавария — 23 апреля 1988, Восточный Берлин, ГДР) — немецкий психиатр. Автор понятия «акцентуированная личность» — одной из первых типологий личностей.

Карл Леонгард разработал одну из первых типологий характеров, введя в науку концепцию *акцентуированных личностей*. Эта концепция имеет много общего с предложенной ранее идеей «латентных психопатий» (П. Б. Ганнушкин, 1933 г), однако развита К. Леонгардом в самостоятельное учение. Хотя на данный момент она несколько устарела и заменена более поздними типологиями, она всё ещё представляет определённый интерес для изучения.

Как считает К. Леонгард, у 20-50% людей некоторые черты характера столь заострены (акцентуированы), что это при определенных обстоятельствах приводит к однотипным конфликтам и нервным срывам.

Основные типы акцентуации характеров и их сочетаний:

В работе "Акцентуированные личности" Карл Леонгард выделил *десять чистых типов* и ряд промежуточных.

Чистые типы:

1. **Демонстративный** (самоуверенность, тщеславие, хвастовство, ложь, лесть, ориентированность на собственное Я как на эталон).
2. **Эмотивный** (мягкосердечие, боязливость, сострадание).
3. **Гипертимный** (желание деятельности, погоня за переживаниями, оптимизм, ориентированность на удачи).
4. **Дистимический** (заторможенность, подчеркивание этических сторон, переживания и опасения, ориентированность на неудачи).
5. **Лабильный** (крайне изменчивое настроение, колеблющееся слишком резко и часто от ничтожных поводов.).
6. **Тревожный** (боязливость, робость, покорность).
7. **Экзальтированный** (воодушевление, возвышенные чувства, возведение эмоций в культ).
8. **Педантичный** (нерешительность, совестливость, ипохондрия, боязнь несоответствия Я идеалам).
9. **Застревающий** (подозрительность, обидчивость, тщеславие, переход от подъема к отчаянию).
10. **Возбудимый** (вспыльчивость, тяжеловесность, педантизм, ориентированность на инстинкты).

Другие два типа - **экстравертированный** и **интровертированный тип**, были описаны К. Леонгардом как промежуточные типы, поскольку относятся уже не столько к характеру, сколько к личностному уровню.

Экстравертированный – высокая контактность, обращенность вовне.

Интровертированный – низкая контактность, обращенность внутрь себя.

А. Е. Личко «Психопатии и акцентуации характера у подростков» (1977)



Акцентуация характера, по А.Е. Личко, - это чрезмерное усиление отдельных черт характера, при котором наблюдаются не выходящие за пределы нормы отклонения в психологии и поведении человека, граничащие с патологией. Такие акцентуации как временные состояния психики чаще всего наблюдаются в подростковом и раннем юношеском возрасте.

У подростков от типа акцентуации характера зависит многое - особенности транзиторных нарушений поведения ("пубертатных кризов"), острых аффективных реакций и неврозов (как в их картине, так и в отношении вызывающих их причин). Тип акцентуации также в значительной мере определяет отношение подростка к соматическим заболеваниям, особенно длительным. Акцентуация характера выступает как важный фактор фона при эндогенных психических заболеваниях и как фактор предрасполагающий при реактивных нервно-психических расстройствах. С типом акцентуации характера необходимо считаться при разработке реабилитационных программ для подростков. Этот тип служит одним из главных ориентиров для медико-психологических рекомендаций, для советов в отношении будущей профессии и трудоустройства, а последнее же весьма существенно для устойчивой социальной адаптации. Знание типа акцентуации характера важно при составлении психотерапевтических программ в целях наиболее, эффективного использования разных видов психотерапии (индивидуальной или групповой, дискуссионной, директивной и др.).

Андрей Евгеньевич

Личко (8 ноября 1926 — 6 августа 1994) —

советский психиатр, заслуженный деятель науки Российской Федерации, профессор, доктор медицинских наук, заместитель директора Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева.

Типы акцентуаций характера подростков по А.Е. Личко

Несмотря на редкость чистых типов и преобладание смешанных форм, различают следующие **основные типы акцентуаций характеров:**

1) лабильный - резкая смена настроения в зависимости от ситуации;

2) циклоидный - склонность к резкой смене настроения в зависимости от внешней ситуации;

3) астенический - тревожность, нерешительность, быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессии;

4) боязливый (сензитивный) тип - робость, стеснительность, повышенная впечатлительность, тенденция испытывать чувство неполноценности;

5) психастенический - высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу, постоянным сомнениям и рассуждательству, тенденция к образованию ритуальных действий;

6) шизоидный - отгороженность, замкнутость, трудности в установлении контактов, эмоциональная холодность, проявляющаяся в отсутствии сострадания, недостаток интуиции в процессе общения;

7) застревающий (параноидный) - повышенная раздражительность, стойкость отрицательных аффектов, болезненная обидчивость, подозрительность, повышенное честолюбие;

8) эпилептоидный - недостаточная управляемость, импульсивность поведения, нетерпимость, склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, проявляющейся в виде приступов ярости и гнева (иногда с элементами жестокости), конфликтность, вязкость мышления, чрезмерная обстоятельность речи, педантичность;

9) демонстративный (истероидный) - выраженная тенденция к вытеснению неприятных для субъекта фактов и событий, к лживости, фантазированию и притворству, используемым для привлечения к себе внимания, характеризуемая отсутствием угрызений совести, авантюристичностью, тщеславием, "бегством в болезнь" при неудовлетворенной потребности в признании;

10) гипертимный - постоянно приподнятое настроение, жажда деятельности с тенденцией разбрасываться, не доводить дело до конца, повышенная словоохотливость (скачка мыслей);

11) дистимный, напротив, преобладание пониженного настроения чрезвычайная серьезность, ответственность, сосредоточенность на мрачных и печальных сторонах жизни, склонность к депрессии, недостаточная активность;

12) неустойчивый (экстравертированный) тип - склонность легко поддаваться влиянию окружающих, постоянный поиск новых впечатлений, компаний, умение легко устанавливать контакты, носящие, однако, поверхностный характер;

13) конформный - чрезмерная подчиненность и зависимость от мнения других, недостаток критичности и инициативности, склонность к консерватизму.

10 типов акцентуаций, характерных для педагога

С возрастом акцентуации могут меняться - возрастать или сглаживаться. Наличие определенных акцентуаций зависит от профессиональной деятельности. На основании различных классификаций (Ганнушкин П.Б., Leonnhard K., Личко А.Е., и др.) десять различных типов акцентуаций, характерных для педагога, выделил **В.П. Симонов (1995)**:

1. гипертимный;
2. дистимный;
3. циклотимический;
4. возбудимый;
5. застревающий;
6. педантичный;
7. тревожный;
8. эмотивный;
9. демонстративный;
10. экзальтированный.

<https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-osobennosti-professionalno-obuslovlennykh-aktsentuatsii-chert-kharaktera-p>

Гипертимный тип

Главной особенностью людей с выраженной гипертимической акцентуацией является преимущественное пребывание в приподнятом настроении. Они энергичны, бодры, жизнерадостны. Любят шумные большие компании, часто выступают в роли заводил, рассказывают байки, анекдоты, с ними весело и интересно. Приподнятое настроение у них сочетается с высокой активностью и жаждой деятельности. Они деловиты, изобретательны, инициативны. Такие люди способны вести за собой, пользуются авторитетом, в коллективе бывают в центре внимания, обладают живым интеллектом. У них хорошо развиты волевые компоненты поведения, поэтому во всех проявлениях эти люди быстры: быстро думают, быстро говорят, быстро принимают решения. Свободный ум, легкость подхода к проблемам способствуют многообразию идей, нахождению творческих нестандартных решений. Это активные оптимисты. **Для них подходят такие виды деятельности, где уместны инициатива, риск, решительность, скорость, но в то же время нет нужды решать проблемы, требующие осторожного и обдуманного подхода.** В этом случае их решения могут быть опрометчивы.

При многих положительных качествах гипертимическим личностям не хватает серьезности и постоянства, усердия, сосредоточенности и усидчивости. У них много идей, они за многое берутся, но мало что доводят до завершения. Стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. При этом характерны вспышки гнева и раздражительности, особенно когда они встречают сильное сопротивление. На замечания реагируют бурно, но отходчивы и незлопамятны.

Таких людей тяготит одиночество, однообразие деятельности и обстановки, жесткая дисциплина и строгие правила. Они плохо переносят контроль над собой и, если чувствуют, что попадают в зависимость, стремятся разорвать отношения.

Дистимный тип

Этот тип акцентуации личности противоположен предыдущему. Главная его особенность — сконцентрированность на мрачных, печальных сторонах жизни, пессимизм. Люди этого типа отличаются серьезностью во всем, высокими моральными принципами. Для них характерна низкая контактность, немногословность в беседе. К обязанностям относятся очень добросовестно, с большой ответственностью. Работу выполняют аккуратно и тщательно. **Достигают высоких результатов там, где не требуется быстроты, энергичности, постоянного общения, принятия ответственных решений.** Обладают высокоразвитым чувством справедливости.

Представители дистимического типа акцентуации, как правило, нелюдимы, угрюмы, несговорчивы. У них занижена самооценка, несколько замедлено мышление. Характерны социальная пассивность и отсутствие целеустремленности, неуверенность в правильности принятых решений. В неудачах склонны обвинять себя.

В общении с окружающими тактичны и справедливы, не эгоистичны. Обиды носят в себе, выхода эмоциям не дают. Во взаимоотношениях с руководством легко приспосабливаются, вырабатывают социально желательное поведение.

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

Циклотимический тип

Для представителей этого типа акцентуации характерна периодическая смена гипертимических и дистимических состояний, волнообразная смена поведения от возбуждения до депрессии. В период возбуждения им присущи все признаки гипертимической акцентуации, в период депрессии — дистимической. Поведение становится непредсказуемым, противоречивым, приподнятое настроение сменяется раздражительностью и агрессивностью. Изменения настроения часто происходят без видимых причин, иногда все зависит от обстановки, от внешних событий. В веселом окружении это может быть самый веселый человек. Радостные события вызывают жажду деятельности, повышенную говорливость, фонтаны идей; печальные — подавленность, замедленность реакций и мышления. В группе грустных людей человек с циклотимическим типом акцентуации будет самым печальным.

В силу частой смены настроения у циклотимических личностей наблюдается слабый уровень работоспособности, поэтому им противопоказаны повышенные нагрузки. В работе у них наблюдается быстрое утомление и снижение творческой активности. **Они плохо работают в команде, для них предпочтительнее работа по индивидуальному (желательно гибкому) графику с персональной ответственностью.**

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

Возбудимый тип

Главной особенностью возбудимых личностей является импульсивность и инстинктивность поведения. На первом плане для них — удовлетворение физиологических влечений, абсолютное потакание своим желаниям и стремлениям. **Такие люди много внимания уделяют своему физическому здоровью в отличие от интеллектуального развития.** Эта акцентуация проявляется особенно выраженным упрямством и напористостью преимущественно в физической работе, повышенным чувством соперничества, ревнивым и задиристым характером, склонностью к накоплению отрицательных эмоций с последующим взрывом аффекта.

Представители возбудимого типа акцентуации отличаются склонностью к импульсивным реакциям, непродуманным действиям и высказываниям, плохим усвоением опыта, максимализмом взглядов, быстро сменяющимися эмоциями, нестойкостью самооценки при чрезмерной амбициозности. Если им что-то не нравится, сразу возмущаются и высказывают недовольство. Примирения не ищут, терпимость им не свойственна. Не способны к обмену мнениями, раздражительны, вспыльчивы, агрессивны, склонны к грубости и хамству. В состоянии аффекта способны к рукоприкладству и проявлению насилия. Моральные нормы в их жизни не играют заметной роли. Но жестокость проявляется только в моменты ярости, в моменты разрядки накопившегося раздражения. В обычном состоянии — это заботливые, хозяйственные и добрые люди, готовые оказать любую помощь.

В силу своих особенностей возбудимые личности очень неуживчивы. На работе вступают в ссоры и конфликты по самому пустяковому поводу как с сослуживцами, так и с начальством. Причем в конфликтах занимают активную, провоцирующую позицию. Поэтому на одном месте долго не задерживаются и отдают предпочтение работе, где являются сами себе начальниками.

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

«Застревающий» тип

Для людей этого типа характерна высокая устойчивость аффекта, то есть стойкость сильных эмоциональных переживаний. При мысленном возвращении к стрессовой ситуации они переживают такие же эмоции, какие сопровождали стресс. Аффект у таких людей сохраняется значительное время, даже при отсутствии раздражителей, которые его подкрепляли бы. Такие люди отличаются способностью к длительному волевому напряжению. **Это неутомимые и целеустремленные труженики, обладающие чувством долга, принципиальные, требовательные к себе и другим, настойчивые и последовательные.** Они бесстрашны и способны к самопожертвованию, поэтому в начале карьеры, как правило, получают признание и симпатию окружения. Стремятся достичь высоких показателей в любом деле, за которое берутся, проявляя большое упорство в достижении своих целей.

Но вместе с тем представители этого типа очень чувствительны к обидам, подозрительны, недоверчивы и ревнивы. Их характеризует умеренная общительность, занудство, склонность к нравоучениям. Почти всегда несговорчивы и не терпят возражений. Поэтому **переговорная деятельность им просто противопоказана**. Часто страдают от мнимой несправедливости по отношению к себе. И, поскольку переживание аффекта часто сочетается с фантазированием, очень злопамятны и мстительны.

«Застревание» аффекта у таких людей возможно не только в случае морального ущерба, но и при достижении определенного успеха. В этой ситуации проявляется зазнайство, самоуверенность, заносчивость, вызванные чрезмерным честолюбием. Люди с «застревающим» типом акцентуации часто выступают инициаторами конфликтов, в которых жестко и настойчиво насаждают свои интересы.

Педантичный тип

Особенностью этого типа акцентуации является повышенная аккуратность, тяга к порядку, скрупулезность и пунктуальность. Такие люди основательны, осторожны и серьезны. К работе относятся очень добросовестно, всегда и все доводят до конца. Им чужда поспешность и расхлябанность, ни одна мелочь не ускользает от их внимания. Это люди долга: если что-то пообещали — обязательно сделают, причем основательно и хорошо. **Из них получаются прекрасные бухгалтера, экономисты, финансисты. Они незаменимы в работе, для выполнения которой требуется большая точность и аккуратность.** Конфликтуют педантичные личности редко, выступая в конфликте скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагируют на любое нарушение порядка.

Люди с педантичным типом акцентуации на службе часто ведут себя как бюрократы, предъявляя к окружающим много формальных требований. Могут «достать» других своим занудством, крючкотворством, дотошностью. Свойственные им нерешительность и осторожность затрудняют принятие решений. Прежде чем что-либо сделать, они долго и тщательно все обдумывают, многократно перепроверяют. Им свойственны нежелание резких перемен и неспособность брать на себя ответственность.

Педантичные личности чрезвычайно постоянны. Они не любят менять работу, дорожат ею, любят свой коллектив, как правило, не очень стремятся к повышению по службе и могут проработать на одном месте всю жизнь.

Тревожный тип

Представители этого типа акцентуации отличаются повышенной тревожностью, беспокойством по поводу возможных неудач, за свою судьбу и судьбу своих близких, причем без объективных для этого поводов. Такие люди обладают чувством долга, ответственности, высокими моральными и этическими качествами. Они дружелюбны, самокритичны и исполнительны, воздерживаются от необдуманных поступков и поспешных решений. Хорошо работают, если нет нервно-психических нагрузок. **Окажут наибольшую пользу как аналитики, консультанты или эксперты.** В меру выраженная тревожность не позволяет им уснуть при работе в условиях монотонных шумов и вибрации.

В то же время тревожные люди отличаются робостью, покорностью, неуверенностью в собственных силах, неумением постоять за себя. Они стесняются выступать перед аудиторией и не могут отстаивать свои позиции в споре, легко поддаются влиянию и охотно подчиняются опеке.

Тревожные личности редко вступают в конфликты, играя в них в основном пассивную роль. В конфликтных ситуациях ищут опору и поддержку.

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

ЭМОТИВНЫЙ ТИП

Основной отличительной чертой эмотивных личностей является высокая чувствительность и глубокие реакции в области тонких эмоций. Для них характерны мягкосердечие, доброта, задушевность, отзывчивость, высокоразвитая эмпатия, а также повышенная слезливость. Такие люди кажутся хрупкими, нежными и наивными. Они очень преданные и верные, им присущи альтруизм, сострадание, доброжелательность, сопереживание, чувство долга, обязательность и исполнительность. **Эмотивные личности хорошо работают там, где предполагается понимание человеческих эмоций.**

Но вместе с тем такие люди крайне впечатлительны, что вызывает необходимость «оранжерейного» к ним отношения. Они очень чувствительны к мнению окружающих: любое резко сказанное слово может привести их в глубокое уныние. Самооценка также очень зависит от мнения окружающих. Отстаивать свои интересы совершенно не могут. Эмотивные личности редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не выплескивая наружу.

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

Демонстративный тип

Главной особенностью демонстративной личности является потребность и постоянное стремление произвести впечатление. Эти люди хорошо приспособливаются к другим, показывают себя такими, какими выгодно быть в данной ситуации. Они играют ту роль, которая импонирует партнеру. Благодаря этому легко устанавливают контакты, входят в доверие к нужным людям, общительны, приветливы, вежливы, готовы оказать любую услугу. Ими движет стремление к лидерству и потребность в признании. Люди с демонстративным типом акцентуации могут произносить блестящие, зажигательные, убедительные речи; умеют чувствовать аудиторию, способны увлечь других неординарностью мышления и поступков. **Они прекрасно подходят для выполнения представительских функций, проведения презентаций и своеобразной рекламы действий и идей.** Как правило, обладают широким спектром знаний во многих сферах деятельности, но, к сожалению, эти знания не отличаются глубиной.

Таким людям не хватает скрупулезности в работе, принципиальности, умения работать усердно и кропотливо, они не способны к длительной концентрации воли. В то же время жаждут повышенной оценки, стремятся показать свое превосходство и практически никогда не осознают своих ошибок. Если сталкиваются с трудностями, то часто перекладывают их на плечи других. Могут использовать «бегство в болезнь» не только для того, чтобы привлечь к себе внимание и вызвать жалость, но и как способ уклонения от выполнения обязанностей, избежания трудностей.

Демонстративные личности часто меняют место работы и профессию. Увольнение с работы, которая якобы является слишком тяжелой, сопровождается демонстрацией «истощения нервной системы», «переутомления», о которых объективно речь не идет.

Экзальтированный тип

Главная особенность — бурная, экзальтированная реакция на события. Люди этого типа легко приходят в восторг от радостных событий и в отчаяние — от печальных, но при этом не имеют склонности к депрессивным реакциям, поскольку снова легко поддаются радости. Внутренняя впечатлительность и переживания сочетаются с их ярким внешним проявлением. В высказываниях экзальтированных личностей постоянно используются повышенные тона, яркие описания, красочные обороты. У них сильна тяга ко всему прекрасному. **Имеют хороший вкус: из них получаются хорошие художники, дизайнеры, оформители.** Эти люди привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, обладают чувством сострадания, проявляют яркость и искренность чувств. В то же время люди экзальтированного типа акцентуации порывисты, подвержены сиюминутным настроениям, панике. Даже при незначительных неудачах могут испытывать глубокое разочарование и прекращать начатые дела.

Экзальтированным личностям свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Они часто спорят, но редко доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной.

<https://hr-portal.ru/article/akcentuacii-lichnosti-i-ih-rol-v-professionalnoy-deyatelnosti>

Диагностики акцентуаций

1. Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда предназначен для диагностики типа акцентуации личности и является модификацией "Методики изучения акцентуаций личности К. Леонгарда". Методика предназначена для диагностики акцентуаций характера и темперамента.
2. А.Е. Личко составил и апробировал патохарактерологический опросник для подростков. Опросник предназначен для определения в подростковом возрасте (14-18 лет) типов характера при психопатиях, психопатических развитиях, а также при акцентуациях характера, являющихся крайними вариантами нормы.

Психогеометрия

сравнительно молодая система анализа личности, позволяющая прогнозировать и оценивать некоторые черты характера, модель поведения и стиль жизни человека с помощью простейших геометрических фигур. Она была разработана в США доктором психологии **Сьюзен Деллингер**, которая много лет проработала с персоналом и обобщила свой опыт в психогеометрии.

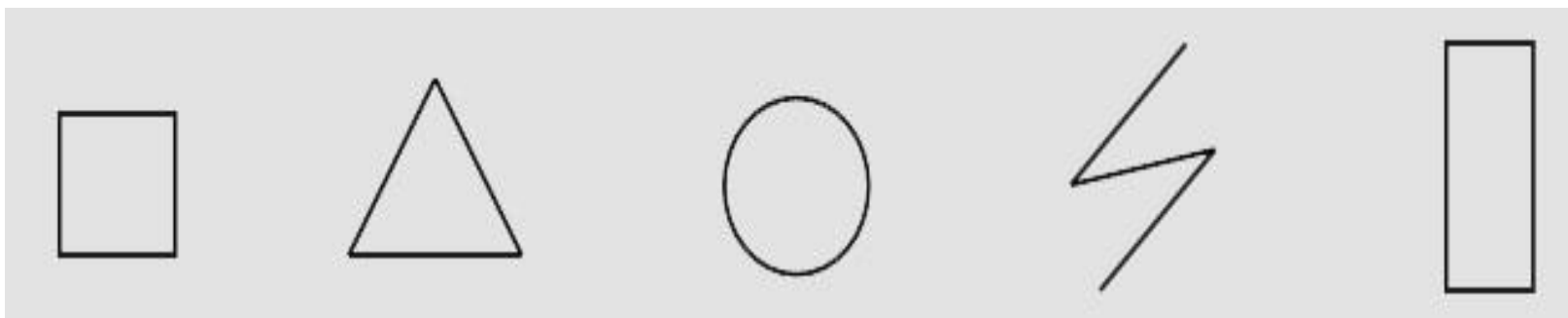
В чем суть:

В основе психогеометрии лежит пять типов личности, которым соответствуют геометрические фигуры.

Психогеометрия личности

Если вы хотите узнать свой тип личности, то выберите из этих пяти фигур ту, которая вам больше всего нравится - фигуру, в отношении которой вы можете сказать: «Это – я!». Нарисуйте ее, а затем сделайте тоже самое с оставшимися фигурами. В итоге вы получите свой психологический «портрет».

Первая фигура – это та, которая «влияет» на вас сильнее всего. Влияние второй, третьей и четвертой меньше, но «глубже». А пятая показывает, какие качества у вас развиты хуже, и, соответственно, с людьми какого типа вам будет труднее всего общаться.



http://www.stiogantsev.ru/st/ps_geometr.html

КВАДРАТ - Стабильность

Жизненные ценности: традиции, стабильность, безопасность, надежность, прошлое.

Роли: Консерватор. Надёжа и опора. Педант. Хранитель традиций. Исполнитель.

«Сильные» качества: организованность, дисциплинированность, исполнительность, пунктуальность, аккуратность, чистоплотность, законопослушность, трудолюбие, терпеливость, упорство, настойчивость, верность слову, честность, осторожность, благоразумие, рациональность, бережливость, практичность.

«Слабые» качества: косность, негибкость, инерционность, педантизм, сухость, односторонность, нерешительность, упрямство, консерватизм, сопротивление новому, боязнь риска, бедная фантазия, замкнутость, скупость, мелочность, склонность к бюрократизму. Внешний вид: опрятный, строгий, неяркий, сдержанный, консервативный, «как положено».

Рабочее место: каждая вещь на своём месте, все «параллельно и перпендикулярно».

Речь: медленная, монотонная, логичная, много опор на авторитеты и на то, «как принято».

Телесные проявления: Позы напряжённые, как правило симметричные. Походка медленная, тяжеловесная, «солидная».

Жестикуляция «небогатая», но точная. Мимика практически отсутствует - квадрат скуп на проявления чувств.

Подходящие профессии. Бухгалтер, аналитик, заместитель директора по общим или хозяйственным вопросам, участковый инспектор милиции, руководитель в бюрократической организации, «жесткий» секретарь.

Как общаться с квадратом. Выслушивать квадрата до конца, ни в коем случае не перебивать, если вы не его начальник. Быть в глазах квадрата более компетентным, более статусным, чем он. Знать все инструкции, законы, прецеденты.

Аргументировать свою позицию, лучше всего фактами и цифрами; очень хорошо использовать таблицы. Делать комплименты – достаточно откровенные, чтобы квадрат их понял (он немного тугодум), но аккуратные, без панибратства и рискованных пассажей. Нововведения предлагать маленькими порциями. Воздерживаться от эмоциональных проявлений.

ТРЕУГОЛЬНИК - Целеустремленность

Жизненные ценности: власть, лидерство, карьера, статус, победа, будущее.

Роли: Лидер. Пробивной. Воин. Пророк. Герой.

«Сильные» качества: рациональность, эффективность, лидерские качества, энергичность, харизматичность, высокая работоспособность, инициативность, смелость, решительность, независимость суждений.

«Слабые» качества: властность, самоуверенность, эгоизм, категоричность, резкость, язвительность, нетерпимость к инакомыслию, безапелляционность («или по моему, или никак»), бесчеловечность («пройдет по трупам»).

Внешний вид: в зависимости от обстоятельств: если нужно для дела, то одет броско и «статусно», если нет, то склонен одеваться удобно.

Рабочее место: все в высшей мере функционально, много оргтехники - если позволяют средства, то дорогой, но при этом надежной и удобной.

Речь: быстрая, ясная, четкая, лаконичная, все только «по делу», зачастую «на повышенных тонах» и с использованием сленга и другой «неформальной» лексики.

Телесные проявления: Свободные «широкие» позы. Быстрая, энергичная походка. Уверенные жесты, зачастую похожие на удары. Мимика выразительная, но небогатая.

Подходящие профессии. Руководители в иерархических организациях, в том числе, и высшие, лидеры проектов, врачи-хирурги, психотерапевты «звездного» типа, в особенности гипнотизеры.

Как общаться с треугольником. Говорить только по делу, четко, уверенно, но без «наездов». Договариваться, при этом договора записывать, помнить о том, что все спорные моменты треугольник трактует в свою пользу. Мотивировать выгодой. Можно показать свою власть, но при этом следует быть готовым к «проверке на прочность». Быть готовым со стороны треугольника к шантажу, к обману «ради интересов дела», к присваиванию общих результатов.

КРУГ - Миролюбие

Жизненные ценности: общение, комфорт, общее благополучие, помощь людям.

Роли: Миротворец. Душка. Хранитель уюта. Домосед.

«Сильные» качества: доброжелательность, мягкость, деликатность, бесконфликтность, терпимость, коммуникабельность, доброта.

«Слабые» качества: пассивность, конформизм, подверженность влияниям, склонность к компромиссам, неаккуратность, неорганизованность, непунктуальность, нерешительность, зависимость от мнения окружающих.

Внешний вид: зачастую небрежный, немодный, мешковатый, главное, чтобы было комфортно; в одежде преобладают мягкие ткани и фасоны.

Рабочее место: уютный беспорядок, сладкие пирожки вперемешку с деловыми бумагами, много старых вещей, которые «жалко выбросить».

Речь: неспешная, миролюбивая, зачастую непоследовательная или «не по делу», довольно эмоциональная, сплошь и рядом используются комплименты и восторженные оценки.

Телесные проявления: расслабленная поза, улыбка, кивки головой в знак согласия, «поддакивания», мягкая походка, мимика довольно богатая, но в основном - миролюбивая.

Подходящие профессии. «Мягкий» секретарь, HR-менеджер, педагог, врач-терапевт, семейный психолог, священник.

Как общаться с кругом. Мягко, но настойчиво возвращать к сути дела, при этом ни в коем случае не кричать, не ругаться. Быть готовым к тому, что круг пообещает, но не сделает (ему легче согласиться с вами, а потом «как-нибудь все обойдется»).

ЗИГЗАГ - Непредсказуемость

Жизненные ценности: творчество, новизна, риск, скорость, самовыражение.

Роли: Любитель эпатажа. Артист. Экстремал. Экстремист. Ветреный тип. Сердцеед.

«Сильные» качества: спонтанность, креативность, напор, остроумие, легкость на подъем.

«Слабые» качества: неуправляемость, непостоянство, непредсказуемость, несдержанность, эксцентричность, возбудимость, индивидуализм, ненадежность, бесшабашность и безбашенность.

Внешний вид: экстравагантный, демонстративный, модный, зачастую неряшливый, склонность к эклектике, к сочетанию «несочетаемого».

Рабочее место: фантастический беспорядок в комплексе с кричаще-декоративным оформлением.

Речь: яркая, быстрая, скачущая, образная, ассоциативная, зажигательная, много шуток и остроумия.

Телесные проявления: часто меняющиеся позы, разнообразные движения, оживлённая жестикуляция, стремительная, иногда разболтанная походка, богатая живая мимика, манерность.

Подходящие профессии. Креативщик, артист, свободный художник, страховой агент или продавец «на проценте».

Как общаться с зигзагом. Девиз: «Твердость, доброжелательность, бесконечное терпение». Повлиять на зигзага практически невозможно. Иногда срабатывает прием «от противного» - предложить что-нибудь зигзагу, чтобы он захотел сделать наоборот. Главное в этом случае быстро с ним согласиться. Можно привлечь зигзага на свою сторону, восхищаясь его идеями, но это все равно не надолго. Всегда следует быть готовым к резким сменам решений и тем разговора.

ПРЯМОУГОЛЬНИК - Неустойчивость

Жизненные ценности: в зависимости от внешних обстоятельств.

Роли: Размазня. Нерешительный. Козел отпущения. Неудачник. Растяпа.

«Сильные» качества: доверчивость, открытость, чувствительность, любознательность, готовность к изменениям, высокая обучаемость, «детскость», неамбициозность.

«Слабые» качества: наивность, бесхребетность, неуверенность, нерешительность, ненадежность, психическая неустойчивость, «проблемность».

Внешний вид: зачастую неадекватный ситуации, но при этом не экстравагантный, как у зигзага, а в большой степени зависимый от того «что нашлось в гардеробе».

Рабочее место: смесь порядка и беспорядка.

Речь: неуверенная, неясная, сбивчивая, с большими паузами, внезапные непонятные колебания громкости, скорости и высоты тона, «эканье» и «мэканье», ответы вопросом на вопрос.

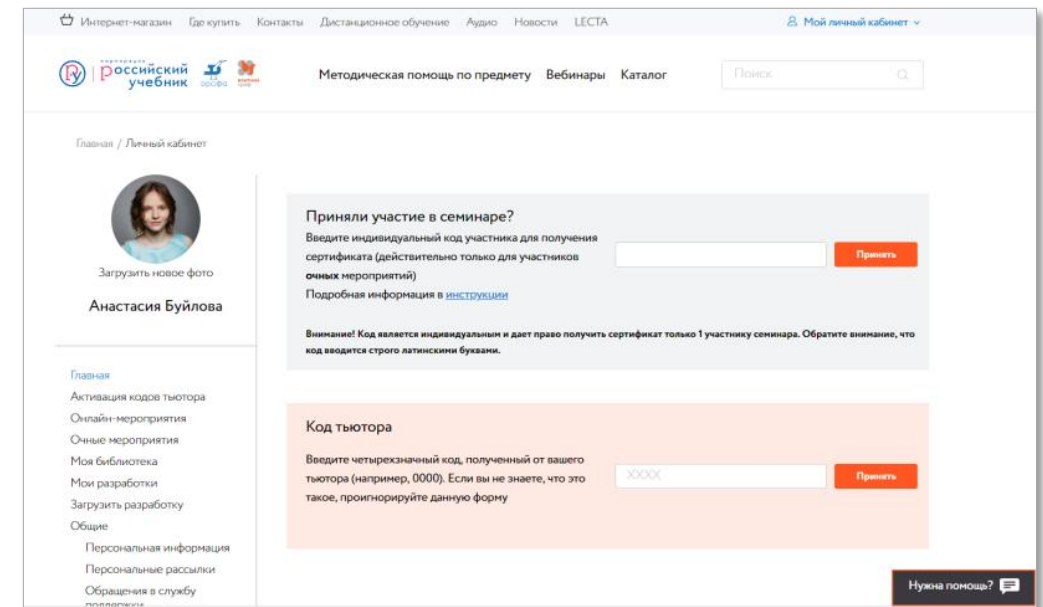
Телесные проявления: странные, зажатые позы, неуклюжие, резкие движения, неуверенные жесты, дерганная или шаркающая походка, бегающий или стеклянный взгляд.

Подходящие профессии. Поскольку прямоугольник – переходная, зачастую «кризисная» фигура, то лучше всего отправить его на какое-то время в отпуск или на учебу. Идеальное занятие для прямоугольника – это учиться или отдыхать. Прямоугольник может быть хорошим экспертом или консультантом, но только в тех вопросах, где он признанный авторитет.

Как общаться с прямоугольником. Понять, в каком амплуа он сейчас выступает. Переключить его в удобное для вас состояние. Постоянно поддерживать и направлять своим вниманием и влиянием.

РЕГИСТРИРУЙТЕСЬ НА САЙТЕ ROSUCHEBNIK.RU И ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ПРЕИМУЩЕСТВАМИ ЛИЧНОГО КАБИНЕТА

- Регистрируйтесь на очные и онлайн-мероприятия
- Получайте сертификаты за участие в вебинарах и конференциях
- Пользуйтесь цифровой образовательной платформой LECTA
- Учитесь на курсах повышения квалификации
- Скачивайте рабочие программы, сценарии уроков и внеклассных мероприятий, готовые презентации и многое другое
- Создавайте собственные подборки интересных материалов
- Участвуйте в конкурсах, акциях и спецпроектах
- Становитесь членом экспертного сообщества
- Сохраняйте архив обращений в службу техподдержки
- Управляйте новостными рассылками



rosuchebnik.ru, [росучебник.рф](http://rosuchebnik.ru)

Москва, Пресненская наб., д. 6, строение 2
+7 (495) 795 05 35, 795 05 45, info@rosuchebnik.ru

Нужна методическая поддержка?

Методический центр
8-800-2000-550 (звонок бесплатный)
metod@rosuchebnik.ru

Хотите купить?

 **book 24**

Официальный интернет-магазин
учебной литературы book24.ru



LECTA

Цифровая среда школы
lecta.rosuchebnik.ru



Отдел продаж
sales@rosuchebnik.ru

Хотите продолжить общение?



youtube.com/user/drofapublishing



fb.com/rosuchebnik



vk.com/ros.uchebnik



ok.ru/rosuchebnik