

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Лицей №9
имени заслуженного учителя школы Российской Федерации А.Н.Неверова
Дзержинского района Волгограда»

Учреждено:

Директор МОУ Лицей №9

_____ Жигульская И.В.

Приказ № ____ от « ____ » _____ 2024г.

Иванова Дарья Михайловна

10 Б класс

Влияние темперамента на выбор профессии в старших классах

(Индивидуальный проект)

Научный консультант:

Савельева Надежда Ивановна,

школьный психолог

Согласовано:

Зам. Директора по УР

_____ Соколова Е. В.

« ____ » _____ 2024 г.

Оценка _____ / _____ /

Подпись _____ /Соколова Е.В.

Волгоград, 2024

Оглавление

| | |
|---|----|
| Введение | 3 |
| Глава 1. Темперамент: понятие, типы и их отличительные черты | 5 |
| 1.1. Понятие «темперамент»..... | 5 |
| 1.2. Типы темперамента и их характеристики..... | 6 |
| 1.3. Учёт темперамента в деятельности и при выборе профессии..... | 8 |
| Вывод к главе 1 | 10 |
| Глава 2. Сравнительный анализ и обоснование вида темперамента при определении выбора профессии старшеклассника | 12 |
| 2.1. Констатирующий эксперимент..... | 12 |
| 2.2. Продукт исследования..... | 15 |
| Вывод к главе 2 | 15 |
| Заключение | 16 |
| Список используемой литературы | 17 |
| Приложения | 18 |

Введение

Актуальность: тема выбора профессии всегда была актуальна, количество специальностей растёт, а значит найти подходящую становится все проблематичнее. Многие мои сверстники сталкиваются с данной проблемой, однако большинство из них решают ее с точки зрения своих предпочтений, перспектив, востребованности на рынке труда, рекомендации взрослых и других критериев, но не учитывают при этом особенности своего темперамента. Как результат, после получения диплома, они попадают в невыгодные для себя условия, ведь от этого фактора зависит удовлетворенность своей работой и психологическое благополучие. Из этого, можно сказать, что важно учитывать и свои биологические особенности при выборе профессии.

Проблема: темперамент, как неучтенный фактор при выборе наиболее подходящей сферы деятельности.

Цель: изучить темперамент как один из факторов, влияющих на выбор профессии и разработать специальную рекомендацию по этой теме.

Задачи:

1. Изучить понятие “темперамент”, его особенности и взаимосвязь с различными профессиями.
2. Подобрать методики для определения темперамента.
3. Исследовать типы темпераментов у учащихся в старших классах.
4. Провести анкетирование у учащихся по выбору профессии.
5. Проанализировать полученные данные.
6. Сделать вывод о том, как особенности темперамента влияют на поиск наиболее подходящей профессии.
7. Разработать рекомендаций для учащихся.

Объект исследования: профориентация;

Предмет исследования: темперамент как фактор, который важно учитывать при выборе профессии.

Гипотеза: при выборе профессии, наряду с другими факторами, важно учитывать особенности темперамента.

Методы:

1. Методы теоретического уровня:

- Сбор и изучение необходимой информации
- Анализ информации

2. Методы эмпирического уровня:

- Анкетирование
- Тестирование

Теоретическая значимость: систематизация информации по теме “темперамент”, его разновидностях, особенностях, и его важность при выборе сферы деятельности.

Практическая значимость: полученные знания, можно будет использовать для разработки профориентационных классных часов для 9-х классов в Лицее 9.

Новизна проекта заключается в получении знаний, помогающих более точно определить подходящую для старшеклассника профессию.

ГЛАВА 1. Темперамент: понятие, типы и их отличительные черты

1.1 Понятие «темперамент»

Слово “темперамент” в переводе с латинского означает «соразмерность», «надлежащее соотношение частей». Считается, что первое предположение о «темпераменте», принадлежит древнегреческому врачу Гиппократу. Он считал, что существует четыре телесных сока, по преобладанию которых, условно делил людей на разные типы.

Эту теорию позднее усовершенствовал Гален, он описал темперамент как индивидуальное соотношение внутренних химических систем человеческого организма («элементов Гиппократа»), с преобладанием одного из «жизненных соков»¹. Гален выделял 13 типов темперамента, но римский врач Аэций свел их до 4. Особенность этой теории в том, что различия в соках объясняют и различия в нравах людей, а преобладание одного определяет темперамент человека:

- жёлтой жёлчи, делающей человека истеричным и хамоватым.
- крови, делающей человека подвижным и весёлым.
- чёрной жёлчи, делающей человека грустным и боязливым. • лимфы, делающей человека спокойным и медлительным.

Темперамент – проявление типа нервной системы в деятельности человека, индивидуально-психологические особенности личности, в

1.«Учение о жизненных соках» заключается в представлении о том, что в теле человека текут четыре основные жидкости (гуморы): кровь, флегма (слизь), жёлтая жёлчь и

чёрная жёлчь. В норме эти жидкости находятся в балансе, однако избыток одной или нескольких из них вызывает практически все внутренние болезни.

которых проявляется его уравновешенность, эмоции. Это отражается в манере поведения, речи, мышлении. Свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными. Темперамент является природной основой проявления психологических качеств личности. При любом темпераменте у человека могут формироваться качества, которые не свойственны данному типу. Исследования показывают, что темперамент меняется под влиянием условий жизни, воспитания, иногда самовоспитания.

1.2 Типы темперамента и их характеристики.

Психологи считают, что в «чистом виде» каждый тип темперамента встречается редко, так как определенные качества, которые могут быть несвойственны, появляются под воздействием многих факторов: условия жизни, воспитание. Большинство людей соединяют в себе черты различных типов. Свойства темперамента, определяя динамическую сторону личности, наиболее устойчивы и постоянны, потому что они в наибольшей степени связаны с особенностями высшей нервной деятельности. Существует психологическая трактовка темперамента: каждый из четырёх типов темперамента определяется на основании некоторых характерных психологических особенностей.

Сейчас известно, что существует 4 типа темперамента, рассмотрим их характеристики.

Холерик - это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением, вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не успевает затормозить,

сдержаться, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность, несдержанность. Неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости: увлекшись каким-нибудь делом, он страстно, с полной отдачей работает, но сил ему хватает ненадолго, и, как только они истощаются, он дорабатывается до того, что ему все нелегко.

Появляется раздраженное состояние, плохое настроение, упадок сил и вялость («все падает из рук»). Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии обуславливает неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и конфликтов с людьми.

Сангвиник - человек с сильной, уравновешенной, подвижной н/с, обладает быстрой скоростью реакции, его поступки обдуманно, жизнерадостен, благодаря чему его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни. Подвижность его нервной системы обуславливает изменчивость чувств, привязанностей, интересов, взглядов, высокую приспособляемость к новым условиям.

Это общительный человек. Легко сходится с новыми людьми и поэтому у него широкий круг знакомств, хотя он и не отличается постоянством в общении и привязанностях. Он продуктивный деятель, но лишь тогда, когда много интересных дел, т. е. при постоянном возбуждении, в противном случае он становится скучным, вялым, отвлекается. В стрессовой ситуации проявляет «реакцию льва», т. е. активно, обдуманно защищает себя, борется за нормализацию обстановки.

Флегматик - человек с сильной, уравновешенной, но инертной н/с, вследствие чего реагирует медленно, неразговорчив, эмоции проявляются

замедленно (трудно рассердить, развеселить); обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям, трудностям, но не способен быстро реагировать в неожиданных новых ситуациях.

Прочно запоминает все усвоенное, не способен отказаться от выработанных навыков и стереотипов, не любит менять привычки, распорядок жизни, работу, новых друзей, трудно и замедленно приспосабливается к новым условиям. Настроение стабильное, ровное. И при серьезных неприятностях флегматик остается внешне спокойным.

Меланхолик - человек со слабой н/с, обладающий повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать «срыв», «стопор», растерянность, «стресс кролика», поэтому в стрессовых ситуациях (экзамен, соревнования, опасность и т. п.) результаты деятельности меланхолика могут ухудшиться по сравнению со спокойной привычной ситуацией. Повышенная чувствительность приводит к быстрому утомлению и падению работоспособности (требуется более длительный отдых).

Незначительный повод может вызвать обиду, слезы. Настроение очень изменчиво, но обычно меланхолик старается скрыть, не проявлять внешне своих чувств, не рассказывает о своих переживаниях, хотя очень склонен отдаваться переживаниям, часто грустен, подавлен, неуверен в себе, тревожен, у него могут возникнуть невротические расстройства. Однако, обладая высокой чувствительностью н/с, меланхолики часто имеют выраженные художественные и интеллектуальные способности.

1.3 Учёт темперамента в деятельности и при выборе профессии

Темперамент, почти не поддающийся изменениям в течение жизни, необходимо учитывать при определении сферы деятельности. Так как игнорирование этих особенностей при выборе профессии может привести к потере интереса к работе, переутомлениям, к ухудшению морального и физического здоровья.

Темперамент проявляется в работе человека. Например, вспомним писателей И. А. Крылова, Н. В. Гоголя, А. С. Пушкина, М. Ю. Лермонтова. Своеобразие творчества этих писателей в определенной степени отражает особенности их различных типов темперамента.

Какие же профессии более подходят людям с определенным типом темперамента?

Холерики чаще добиваются успеха в профессиях, где они могут проявить энергичность и лидерские качества. Этот тип темперамента выделяется большой устойчивостью к стрессам. При необходимости они умеют быстро восстанавливать свои силы. Но холерикам не подходят профессии с монотонной и однообразной работы. Из-за этого они могут быстро устать или перегореть к своему делу.

Рекомендуемые профессии: телерепортер, товаровед, артист, дипломат, журналист, снабженец, предприниматель, хирург, летчик, диспетчер, водитель, тренер, менеджер, строитель, режиссер, повар, следователь, геолог, электрик и т.д.

Сангвиникам подходят профессии, где они могут взаимодействовать с людьми. Этот тип темперамента характеризуется расчетливостью. Одна из самых сильных черт этого типа- умение располагать к себе. Но профессии,

требующие постоянную концентрацию вызывают у сангвников затруднения.

Рекомендуемые профессии: менеджер, учитель, врач, психолог, воспитатель, организатор, продавец, официант, инженер-технолог и т.д.

Флегматики хорошо ориентируются в стрессовых ситуациях, их способность, без неторопливо и без паники оценить положения, очень полезна. Для обладателей этого типа темперамента будет тяжело работать хирургом, так как эта профессия иногда требует быстрого ориентирования. Также активная и яркая публичная жизнь для них будет тяжела.

Рекомендуемые профессии: механик, электрик, инженер, агроном, водитель, научные – ботаник, астроном, физик, математик.

Меланхоликам не следует выбирать работу, где требуется постоянное общение с людьми, так как данному типу темперамента свойственна сильная чувствительность. Напряженная работа врача, особенно хирурга, спасателя, летчика, диспетчера тоже не подходит меланхолику, потому что в стрессовых ситуациях, которых в этих профессиях достаточно, результат деятельности у них ухудшатся.

Рекомендуемые профессии: деятель искусств, художник, швей-модельер, маляр, копировщик рисунков, композитор, писатель, ветеринарный врач, геолог, агроном, зоотехник, бухгалтер, специалист по машинописи, автослесарь, слесарь, токарь, радиомеханик и т.д.

Вывод к главе I: темперамент - это проявление типа нервной системы в деятельности человека, индивидуально-психологические особенности личности, в которых проявляется его уравновешенность и эмоции. Существует четыре типа темперамента: холерик, сангвник, флегматик, меланхолик. Темперамент, почти не изменяющийся в течение

жизни, необходимо учитывать при определении сферы деятельности. Так как игнорирование этих особенностей при выборе профессии может привести к потере интереса к работе, переутомлениям, к ухудшению морального и физического здоровья.

Глава 2. Сравнительный анализ и обоснование вида темперамента при определении выбора профессии старшеклассника.

2.1 Констатирующий эксперимент

Цель: изучить виды темперамента, способствующие определению выбора профессии старшеклассниками.

Задачи:

- Определить алгоритм действий по проведению констатирующего эксперимента в рамках исследования;
- Разработать вопросы для проведения анкетирования по теме исследования;
- Провести анкетирование среди учащихся;
- Сделать обобщающий вывод по результатам

Ход работы:

База исследования:

Эксперимент (анкетирование) будет проводиться на базе лицея №9 среди 10 классов. Количество экспериментальной группы - 16 человек.

1 этап: Проведение анкетирования

Анкета: (образец)

Цель: выявление типа темперамента у старшеклассников.

Время проведения: 12.02.2024 **Вопросы:**

Приложение №1

| № | Пол | Возраст | Экстарверсия- Интроверсия | Нейротизм | Тип темперамента |
|----------|------------|----------------|--------------------------------------|------------------|-----------------------------|
|----------|------------|----------------|--------------------------------------|------------------|-----------------------------|

| | | | | | |
|----|---------|----|-------|-------|------------|
| 1 | Женский | 16 | 6/24 | 23/24 | меланхолик |
| 2 | женский | 17 | 18/24 | 9/24 | холерик |
| 3 | Женский | 17 | 11/24 | 10/24 | флегматик |
| 4 | мужской | 17 | 22/24 | 19/24 | холерик |
| 5 | женский | 17 | 16/24 | 11/24 | холерик |
| 6 | женский | 16 | 11/24 | 13/24 | меланхолик |
| 7 | мужской | 16 | 16/24 | 18/24 | холерик |
| 8 | женский | 16 | 8/24 | 20/24 | меланхолик |
| 9 | мужской | 16 | 13/24 | 11/24 | сангвиник |
| 10 | женский | 16 | 16/24 | 20/24 | холерик |
| 11 | женский | 15 | 19/24 | 17/24 | холерик |
| 12 | женский | 17 | 20/24 | 11/24 | холерик |
| 13 | женский | 16 | 19/24 | 8/24 | сангвиник |
| 14 | мужской | 16 | 15/24 | 10/24 | холерик |
| 15 | женский | 15 | 13/24 | 11/24 | флегматик |
| 16 | мужской | 17 | 11/24 | 9/24 | флегматик |

2 этап: Результаты анкетирования учеников 10 классов Лицей №9
приведены в Таблице 1.

Анализ результатов анкетирования:

Обобщая данные таблицы, можно выявить следующее:

Большинство опрошенных старшеклассников по типу темперамента являются холериками, в процентном соотношении 50% от всех опрошенных, флегматиков же 18,75%, как и меланхоликов, а сангвинов 12,5%.

По школе Экстраверсия-Интроверсия все респонденты сангвиники и холерики являются экстравертами. Им свойственна высокая социальная адаптивность, инициативность, общительность. Почти все опрошенные флегматики и меланхолики являются интровертами. Им присущи наблюдательность, социальная пассивность, склонность к самоанализу.

Шкала нейротизма характеризует эмоциональную стабильность людей. Все респонденты меланхолики оказались с высокими показателями нейротизма. Таким людям свойственны эмоциональная неустойчивость и яркие эмоции на любые негативные стимулы. Низким уровнем нейротизма больше обладают флегматики и сангвиники. Низкий показатель выражается зрелостью, отсутствием беспричинного беспокойства.

1. Респонденты №1, №6 и №8 являются меланхоликами-интровертами, а также имеют высокий уровень нейротизма. Данным ученицам будет тяжело в профессиях, требующих постоянных взаимодействий с людьми и быстрое ориентирование в стрессовых ситуациях. Но у них хорошо выражены творческие способности. Возможные профессии: художник, копировщик рисунков, писатель, бухгалтер.
2. Респонденты №2, №5, №12 и №14 являются холериками-экстравертами с низким уровнем нейротизма. У данных учениц хорошее ориентирование во время стрессовых ситуаций. Также выявлены склонности к работе с возможностью проявления лидерских качеств. Возможные профессии: общественный деятель, режиссер, водитель.
3. Респонденты №3 и №16 являются флегматиками-интровертами с низким уровнем нейротизма. Публичная деятельность для них будет

тяжела, но ученики склонны к глубокому анализируванию своей деятельности. Возможные профессии: физик, математик.

4. Респондент №4, №7, № 10 и №11 являются холериками-экстравертами с высоким уровнем нейротизма. Ученикам не подойдут профессии с монотонной работой. Из-за этого они могут быстро уставать. Возможные профессии: телерепортер, артист, журналист.
5. Респонденты №9 и №13 являются сангвиникам -экстравертами с низким уровнем нейротизма. Ученики склонны к работе, которая требует постоянные взаимодействия с людьми. Возможные профессии: учитель, врач, психолог.
6. Респондент №15 является флегматиком-экстравертом с низким уровнем нейротизма. Данная ученица склонна неторопливо ориентироваться в стрессовых ситуациях и не поддаваться панике. Возможные профессии: инженер, агроном.

Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что ученикам с разным типом темперамента можно порекомендовать разные виды профессиональной деятельности. Человек, который знает свой тип темперамент, может сделать правильный выбор будущей профессии, учитывая своих склонности, интересы и особенности характера.

2.2. Продукт исследования.

Я рассматриваю как продукт своего исследования памятку для подростков “Как успешно определиться с профессией”. Она может быть использована на профориентационных часах для учащихся средней школы в Лицее№9.

Памятка включает в себя, как подобрать себе наиболее подходящую профессию. (Приложение №2)

Вывод к главе 2.

Во второй главе мы рассмотрели показатели результата тестирования Айзенка. На основе проведенного исследования были предложены рекомендации, как учесть темперамент при выборе сферы деятельности, а также памятка “Как успешно определиться с профессией.”

Заключение.

Выбор профессии - важнейший шаг в жизни каждого подростка. Этот выбор должен быть хорошо обдуман. Если выбрать неподходящую профессию, можно попасть в условия, где человек не будет доволен своей работой, из-за чего это будет страдать психологическое благополучие.

Мы выяснили, что успех овладения профессией зависит не только от интересов, склонностей, желаний, но и особенностей темперамента.

Профессии требуют разные требования, например, какая-то деятельность требует стрессоустойчивости, усидчивости и терпения, а другая - творческие склонности или высокую социальную адаптацию. Там, где может успешно работать флегматик, может не выдержать сангвиник или холерик. Конечно, существуют сферы деятельности, которые подходят всем типам. Именно поэтому основной целью работы было выявление профессий для определенных видов темперамента.

Существует множество учений о темпераменте. Однако при всем разнообразии, ученые признают, что темперамент - биологический на котором формируются качества личности.

Таким образом, я считаю, что моя гипотеза подтвердилась. Тип темперамента значительно влияет на выбор будущей профессии.

Список литературы и электронных ресурсов:

1. Презентация о типах темперамента ГБОУ ВПО БГМУ Министерства здравоохранения.
2. <https://ru.wikipedia.org>
3. Айзенк Г. Ю. Структура личности. - СПб.: Ювента, 1999.
4. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. - М., 1982
5. Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы. МГУ, 1998
6. О. П. Елисеев. Практикум по психологии личности, 2001.
7. Д. Я. Райгородский. Практическая психодиагностика, 1998
8. Ганс Айзенк, Гленн Вильсон. Как измерить личность, 2000.

Приложения

Приложение №1

Тест на определение типа темперамента по методике Айзенка.

!! Помните, тут нет «правильных» ответов, постарайтесь не задумываться долго над ответом, отмечайте то, что первое пришло в голову.

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытывать сильные ощущения?

- Да
- Нет

2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?

- Да
- Нет

3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?

- Да
- Нет

4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?

- Да
- Нет

5. Обдумываете ли вы свои дела не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?

- Да
- Нет

6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?

- Да
- Нет

7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?

-
- Да
- Нет

8.Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не тратите ли много времени на обдумывание?

- Да
- Нет

9.Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?

- Да
- Нет

10.Верно ли, что на спор вы способны решиться на всё?

- Да
- Нет

11.Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?

- Да
- Нет

12.Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?

- Да
- Нет

13.Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?

- Да
- Нет

14.Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?

- Да
- Нет

-

15.Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?

- Да
- Нет

16.Верно ли, что вас легко задеть?

- Да
- Нет

17.Любите ли вы часто бывать в компании?

- Да
- Нет

18.Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?

- Да
- Нет

19.Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что всё горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?

- Да
- Не

20.Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?

- Да
- Нет

21.Много ли вы мечтаете?

- Да
- Нет

22.Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?

- Да
- Нет

23.Считаете ли вы все свои привычки хорошими?

-
- Да
- Нет

24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?

Да

- Нет

25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?

- Да • Не

26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?

- Да
- Нет

27. Считают ли вас живым и весёлым человеком?

- Да
- Нет

28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?

- Да
- Нет

29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?

- Да
- Нет

30. Бывает ли, что вы передаете слухи?

- Да
- Нет

31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?

- Да
- Не

-

32.Что вы предпочитаете, если хотите узнать что-либо: найти в книге («Да») или спросить у друзей («Нет»)?

- Да
- Нет

33.Бывают ли у вас сильные сердцебиения?

- Да
- Нет

34.Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?

- Да
- Нет

35.Бывают ли у вас приступы дрожи?

- Да
- Нет

36.Всегда ли вы говорите только правду?

- Да
- Нет

37.Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?

- Да
- Нет

38.Раздражительны ли вы?

- Да
- Нет

39.Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?

- Да
- Не

•

40.Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя всё кончилось благополучно?

- Да
- Нет

41.Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?

Да

- Нет

42.Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?

- Да
- Нет

43.Часто ли вам снятся кошмары?

- Да
- Нет

44.Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?

- Да
- Нет

45.Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?

- Да
- Нет

46.Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?

- Да
- Нет

47.Можете ли вы назвать себя нервным человеком?

- Да
- Нет

-

48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?

- Да
- Нет

49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?

- Да
- Нет

50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?

Да

- Нет

51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?

- Да
- Нет

52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?

- Да
- Нет

53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?

- Да
- Нет

54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

- Да
- Нет

55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?

- Да
- Нет

56. Любите ли вы подшутить над другими?

- Да

-

- Нет

57.Страдаете ли вы бессонницей?

- Да

- Нет

Памятка

“Как успешно определиться с профессией”

- Выбор профессии - важнейший шаг в жизни, не нужно торопиться себя в этом вопросе.
- Не поддаваться чужому мнению, только ты знаешь, какая профессия будет для тебя лучшей
- Не поступай в учебное заведение из-за друзей. Поверь, ты найдешь новых друзей в Вузе или колледже.
- Узнавай о профессиях и направлениях, которые тебе интересны. Это поможет лучше убедиться нравится ли тебе эта деятельность.
- Отдавай себе отчет, что решение не может быть абсолютным, в любой момент могут произойти перемены.
- Попробуй пройти тест на профориентацию у психолога
- Не поддавайся страху - это нормально и свойственно людям перед выбором
- Старайся участвовать во внеклассных мероприятиях
- Учитывай все факторы при выборе, например, темперамент тоже значительно влияет на смену деятельности
- Верь в себя и в свои возможности.

Желаю удачи в выборе профессии!