

TEMAT: DORASTANIE. KIM JESTEM?

OKRES DORASTANIA, TO CZAS W KTÓRYM MŁODY CZŁOWIEK ROZWIJA SWOJĄ OSOBOWOŚĆ I KSZTAŁTUJE SIEBIE. CZYM JEST OSOBOWOŚĆ?

Osobowość to zbiór cech stałych, charakterystycznych dla danej jednostki, determinuje jej zachowania i odróżnia ją od innych. Osobowość w pewnej części jest dziedziczna, ale wpływ na jej kształtowanie mają również czynniki zewnętrzne np. środowisko.



DO POZNANIA WŁASNEJ OSOBOWOŚCI POTRZEBNA JEST ANALIZA NASZYCH MOCNYCH I SŁABYCH STRON. POMOŻE CI W TYM TABELKA:

BĄDŹ RZETELNY WOBEC SIEBIE, A NA PEWNO WYCIĄGNIESZ ODPOWIEDNIE WNIOSKI!



JAK ZAUWAŻYŁEŚ/AŚ JEST WIELE CZYNNIKÓW, KTÓRE KSZTAŁTUJĄ NASZĄ OSOBOWOŚĆ. NIE TYLKO GENETYKA ALE RÓWNIEŻ ŚRODOWISKO KSZTAŁTUJĄ NASZE CECHY CHARAKTERU. NAUKOWCY PRÓBUJĄ ZDEFINIOWAĆ RÓŻNE TYPY OSOBOWOŚCI, NA PODSTAWIE CECH, KTÓRE DOMINUJĄ U TYCH OSÓB.

WYKONAJ TEST I SPRAWDŹ JAKI TYP OSOBOWOŚCI REPREZENTUJESZ! CZY BYŁEŚ ŚWIADOMY SWOICH CECH CHARAKTERU?

Ten test opiera się na typologii charakterów opracowanej przez ojca medycyny Hipokratesa, który żył w IV-III wieku przed naszą erą!



TEST JEST PODZIELONY NA 2 CZĘŚCI – MOCNE I SŁABE STRONY. TWOIM ZADANIEM JEST POSTAWIENIE ZNAKU „X” PRZY **JEDNEJ** Z CZTERECH MOŻLIWOŚCI W **KAŻDYM RZĘDZIE**. ZSUMUJ NASTĘPNIE ILOŚĆ PUNKTÓW W KAŻDYM RZĘDZIE I WPISZ DO TABELI NR. 3. TYP CHARAKTERU, PRZY KTÓRYM MASZ NAJWIĘCEJ PUNKTÓW DOMINUJE U CIEBIE. OCZYWIŚCIE ZDARZAJĄ SIĘ RÓWNIEŻ TYPY MIESZANE.

MOCNE STRONY

Lp.	Nazwa cechy	Nazwa cechy	Nazwa cechy	Nazwa cechy
1	żywy	przedsiębiorczy	analityczny	elastyczny
2	wesoły	przekonywujący	stały	spokojny
3	towarzyski	o silnej woli	skłonny do poświęceń	ugodowy
4	wzbudzający zaufanie	współzawodniczący	rozważny	opanowany
5	pokrzepiający	zaradny	okazujący szacunek	powściągliwy
6	pełen zaufania	samodzielny	wrażliwy	niewymagający
7	animator	nastawiony na sukces	planuje	cierpliwy
8	spontaniczny	pewny	zorganizowany	skromny
9	optymista	szczerzy	uporządkowany	uczynny
10	lubi zabawę	autorytatywny	wierny	życzliwy
11	czarujący	odważny	drobiazgowy	dyplomatyczny
12	pogodny	pewny siebie	kulturalny	konsekwentny
13	inspirator	niezależny	idealista	taktowny
14	wylewny	zdecydowany	głęboki	cięty
15	łatwy w obcowaniu	działacz	muzykalny	mediator
16	rozmowny	wytrwały	myśliciel	tolerancyjny
17	energiczny	lider	lojalny	słuchacz
18	miły	szef	programuje	zadowolony
19	popularny	produktywny	perfekcjonista	pobłażliwy
20	dynamiczny	śmiały	przyswoity	zrównoważony
SUMA				

SŁABE STRONY

PODSUMOWANIE

Lp.	Nazwa cechy	Nazwa cechy	Nazwa cechy	Nazwa cechy
1	krzykliwy	apodyktyczny	wstydlivy	bezmyślny
2	niezdyscyplinowany	niewspółczujący	pamiętliwy	apatyczny
3	powtarza się	oporny	obraźliwy	nie angażujący się
4	zapominalski	bezceremonialny	kapryśny	łękliwy
5	wtrąca się	niecierpliwy	niepewny	niezdecydowany
6	nieprzewidywalny	nieczuły	niepopularny	izolujący się
7	chaotyczny	nieustępliwy	wybredny	ociągający się
8	zbyt przyzwalający	pyszałek	pesymista	bezbarwny
9	złośnik	dyskutant	wyobcowany	nie ma celu
10	naiwny	denerwujący	nastawiony negatywny	nonszalancki
11	żądny uznania	pracoholik	wycofujący się	zatoskany
12	gadula	nietaktowny	przewrażliwiony	nieśmiały
13	niezorganizowany	dominujący	przygnębiony	pełen wątpliwości
14	niekonsekwentny	nietolerancyjny	introwertyk	obojętny
15	bałaganiarz	manipulant	markotny	mamrot
16	popisuje się	uparty	sceptyk	powolny
17	głośny	wyniosły	samotnik	leniwy
18	roztargniony	zapalczywy	podejrzliwy	niemrawy
19	niespokojny	pochopny	mściwy	dystansujący się
20	zmienny	przebiegły	krytykant	ugodowiec
SUMA				

Lp.	SUMA „X”
	SANGWINIK
	CHOLERYK
	MELANCHOLIK
	FLEGMATYK

CO TO OZNACZA, ŻE KTOŚ JEST SANGWINIKIEM, CHOLERYKIEM, MELANCHOLIKIEM CZY FLEGMATYKIEM?

Typ osobowości	Mocne strony	Słabe strony
Sangwinik	Towarzyski sangwinik kocha zabawę i towarzystwo, pragnie zawsze być w centrum zainteresowania; To człowiek emocjonalny i wylewny, entuzjastyczny i ekspresywny, wesoły i spontaniczny. Sangwinik woli mówić niż słuchać; potrafi wyolbrzymić fakty. Lubi zmienność oraz spontaniczność; jest kreatywny, tryska energią i entuzjazmem. Potrzebuje swobody, ruchu i emocji.	brak determinacji – sangwinik rzadko realizuje założony wcześniej plan. Za dużo mówi i przesadnie koloryzuje, co w efekcie często doprowadza do kłamstwa. Nie dostrzega często swoich wad. Nienawidzi rutyny, reguł i schematów. Przerzywa rozmówcy i odpowiada za innych – czasem może mieć zbyt wysokie mniemanie o sobie.
Melancholik	Melancholik to człowiek skłonny do rozmyślań; posiada analityczny umysł; jest poważny i zdeterminowany. To typ filozofujący i poetyczny, wrażliwy na potrzeby innych, skłonny do poświęceń, sumienny. To idealista, również pod względem doboru partnera (!). Dobry słuchacz, jest wierny, oddany, wysłucha i pocieszy.	Melancholik łatwo wpada w depresję – czasami trudno odróżnić, kiedy jest szczęśliwy, a kiedy smutny. Wszystko traktuje bardzo poważnie. Może mieć niskie wyobrażenie o sobie. Wszystko odkłada na później – bardzo dużo czasu spędza na planowaniu. Jest to człowiek nieufny.
Choleryk	choleryk to urodzony przywódca, dynamiczny i aktywny. Posiada potrzebę zmian, silną wolę i zdecydowanie, upór. Trudno go zniechęcić – jest niezależny i samowystarczalny. Lubi pracować na potrzeby grupy i sprawdza się w nieoczekiwanych sytuacjach. Zazwyczaj przewodzi, organizuje i zazwyczaj ma rację. Niezbyt natomiast odczuwa potrzebę mocniejszej przyjaźni.	Choleryk może stać się pracoholikiem; To człowiek pełen entuzjazmu i zdecydowania w dążeniu do celu, ale musi mieć nad wszystkim kontrolę; nie pozwala innym na podejmowanie decyzji i organizowanie działań. Posiada niezachwiane przekonanie, że zawsze ma rację, a pozostali którzy myślą inaczej, są w błędzie.
Flegmatyk	flegmatyk to człowiek powściągliwy, spokojny, chłodny, opanowany. Jest cierpliwy, zrównoważony, cichy. Z drugiej strony dowcipny i życzliwy, który nie miewa napadów złego humoru i nie robi hałasu wokół swojej osoby. Jest uniwersalny. Flegmatyk jest łatwy we współżyciu, uprzejmy i pogodny. To dobry słuchacz, który ma wielu przyjaciół, ponieważ jest współczujący i troskliwy; lubi obserwować ludzi.	Flegmatyk nie potrafi się czymś ekscytować, nie lubi zmian i nie odczuwa potrzeby rozrywki, a co najlepsze przypuszcza, że inni czują tak samo. Potrzebuje od innych bezpośredniego bodźca, ale nie znosi przymuszania. Trwając w uporze spokojny flegmatyk nie pragnie porozumienia – zawsze idzie drogą najmniejszego oporu.

Jak widzisz każdy typ osobowości posiada swoje mocne i słabe strony! Cechy charakteru są indywidualne dla każdej osoby – nie ma dwóch takich samych osób pod względem charakteru. Pamiętaj o tym jeśli będziesz rozpoczynał związek z drugą osobą. Każde z Was może reagować na tą samą sytuację w inny sposób. Ważne jest, abyś był świadomy swojego charakteru i poszukiwał własnej tożsamości. Charakter można kształtować przez całe życie!



TA SAMA SYTUACJA I 4 RÓŻNE REAKCJE. CZY JESTEŚ W STANIE ROZPOZNAĆ WSZYSTKIE TYPY OSOBOWOŚCI?



JAK ZAREAGUJE CHOLERYK, SANGWINIK, FLEGMATYK I MELANCHOLIK NA ZAGNIECIONY KAPELUSZ??

