

**Prelucrare și interpretare:** Cele 15 întrebări vizează: **E** (emotivitate); **A** (activism) și **P-S** (persistența impresiilor – **P** – primar și **S** – secundar).

După completarea tabelului conform instrucțiunilor se face suma aritmetică a cifrelor înscrise în spațiile din tabel – pe coloane – astfel: se adună cifrele înscrise ca răspunsuri la întrebările: 1, 4, 7, 10, 13; - întrebări ce vizează gradul de emotivitate notat cu **E**; apoi se face suma cifrelor înscrise ca răspunsuri la întrebările: 2, 5, 8, 11, 14 – care apreciază gradul de activism – notat cu **A** – și în sfârșit se procedează asemănător pentru întrebările: 3, 6, 9, 12, 15 – care apreciază persistența impresiilor – notată cu **P** – primar și **S** – secundar. Cum se procedează în continuare? – valorile cuprinse între 0 - 4 înseamnă **non E non A - P** (nonemotiv; nonactiv; primar) iar valorile cuprinse între 6 - 10 înseamnă **E A S** (emotiv, activ, secundar). Exemplu: dacă cineva a obținut pe prima coloană valoarea – 6 – pe a doua 8 și pe a treia 4 înseamnă că este **E A P** (emotiv, activ, primar) – aceasta însemnând temperament **coleric**; sau dacă cineva a obținut pe prima coloană 4 – pe a doua – 3 și pe a treia 6 – înseamnă **non E non A S** – temperament sentimental. Dacă pe vreuna din coloane se obține valoare de 5 atunci se scrie formula temperamentală de două ori – odată cu valoare pozitivă (la coordonata respectivă) odată cu valoarea negativă: ex: valori obținute: coloana întâia 5; a doua 6; a teria 4 – va rezulta următoarea formulă temperamentală: **E A P** și **non E A P** adică = **coleric și sangvinic**.

Prezentăm în continuare caracteristicile celor opt tipuri de temperament.

Nr. crt.	Tipul de temperament	Emotivitate E	Activism A	Persistența impresiilor		Valoare dominantă
				Primar (P)	Secundar (S)	
1.	Pasionant	E	A	-	S	opera de îndeplinit
2.	Coleric	E	A	P	-	acțiunea
3.	Sentimental	E	non A	-	S	intimitatea
4.	Nervos	E	non A	P	-	divertismentul
5.	Flegmatic	non E	A	-	S	legea
6.	Sangvinic	non E	A	P	-	succesul social
7.	Apatic	non E	non A	-	S	liniștea
8.	Amorf	non E	non A	P	-	plăcerea

## TEMPERAMENTUL PASIONAT

### Trăsături pozitive:

- ambițios
- manifestă tensiune extremă a întregii personalități
- activitate concentrată asupra unui scop unic
- puternic, serios, metodic, voluntar
- disciplinat cu el însuși și același lucru îl cere și altora
- echilibrat, perseverent
- bun organizator
- calități de conducător
- serviabil, iubește societatea
- bun vorbitor
- ia în serios familia, patria, societatea
- știe să reducă valorile lui organice mergând până la ascetism
- conștiincios, punctual, eficace, obiectiv

### Trăsături negative:

- excesiv, uneori dur
- dominator
- încăpățânat, uneori violent
- are un profund sentiment al grandorii
- nu-i place să fie deranjat
- susceptibil
- simțul proprietății extrem de dezvoltat, tot ce-i aparține poartă eticheta invizibilă „strict personal, este interzis a se atinge“
- dramatizează unele nereușite, se simte persecutat

### Măsuri educative:

- să i se dea sarcini de răspundere
- să manifestăm încredere în calitățile și posibilitățile lui
- să nu fim ironici cu el
- să le oferim modele de stăpânire de sine
- să le dăm explicații rezonabile



- să evităm favoritismele și preferințele
- să-l obișnuim să coopereze cu alții

## TEMPERAMENTUL COLERIC

### Trăsături pozitive:

- concret, orientat spre dificultăți practice
- generos, cordial, plin de vitalitate
- exuberant, optimist, de bună dispoziție
- îi place activitatea, mișcarea, relațiile cu semenii
- impetuos, entuziast
- activitate intensă, multiplă, crede în progres
- aptitudini de orator, animator de echipe
- procese afective intense
- plăcerea de a înfrunta greutățile
- receptiv la influența mediului
- trăsături volitive accentuate

### Trăsături negative:

- combativ, certăreț
- indisciplinat
- orientat spre improvizații
- metodic, calm în rezolvarea problemelor personale
- greu de supus și de dominat
- plăcerea de a opune rezistență, iritabil, excitabil, agresiv, nemulțumit, furios, îndârjit
- inegal în trăiri afective
- nerăbdător, mândru
- împrăștiat, impulsiv
- pierde controlul gesturilor
- brutal, credul

## Măsuri educative:

- nu trebuie izolat de prieteni
- să-i oferim o oarecare independență supraveghindu-l discret
- să-i oferim afecțiune, să nu-l tratăm cu răceală
- să facem apel la autocontrol, să-I oferim un mediu familial stabil
- să-i înfrânăm credulitatea
- să nu-l contrazicem prea des
- să fie uneori pus în situația în care forțele sale sunt insuficiente pentru a realiza sarcina – va trăi un sentiment de rușine binefăcător văzând că nu este acel – învingător al tuturor obstacolelor

## TEMPERAMENTUL SENTIMENTAL

### Trăsături pozitive:

- viața interioară bogată
- scrupulos
- tinde spre perfecțiune
- dotat cu o extraordinară intuiție
- ambițios dar rămâne la stadiul de aspirație
- tradiționalist, profund, conștiincios
- strălucește prin conștiință morală și profesională, perseverent, are un viu sentiment al naturii
- meditativ, introvertit
- sensibil la ideea de dreptate

### Trăsături negative:

- pasiv, vulnerabil, idealist
- nemulțumit de el însuși
- lent, timid, se adaptează greu
- nedecis în acțiuni, susceptibil
- gelos, ironic, izolat, astenic
- impresionabil



- dramatizează insuccesele
- nu știe să intre în relații cu alții
- îi lipsește facultatea de improvizație și suplețe
- individualist

#### **Măsuri educative:**

- întotdeauna trebuie căutată cauza căderilor sale afective
- să-i acordăm multă atenție, să fim înțelegători cu el, să-l ajutăm să treacă peste starea de astenie, să-i oferim un climat familial stabil și unitar; să-l ajutăm să învingă timiditatea; să nu-l lăsăm singur; să fie angajat în acțiuni concrete; un climat familial tensionat și conflictual îl va împinge înspre ceea ce se numește „atitudine schizoidă“.

### **TEMPERAMENTUL FLEGMATIC**

#### **Trăsături pozitive:**

- echilibrat, calm, prietenos
- tolerant, răbdător, perseverent
- trăsături volitive accentuate
- constanță a trăirilor afective
- tandru, afectuos, simț critic dezvoltat; conștiință morală puternică
- viață ordonată, ține la obișnuințe și principii, inteligență practică
- putere de muncă deosebită
- obiectiv, ponderat, metodic
- are un viu simț al umorului
- fidel prietenilor sale
- simț estetic bine dezvoltat

#### **Trăsături negative:**

- cinic
- uneori despuiat de orice afecțiune,

- conciliant dacă nu i se deranjează obiceiurile
- reactivitate slabă
- adaptabilitate scăzută
- calculat uneori peste măsură
- monoton, pedant
- comod, lent, tipicar
- îi place să fie protejat
- iubește plăcerile, este gurmand

#### **Măsuri educative:**

- să-i fixăm scopuri clare
- să-i lăsăm lui libertatea de a alege mijloacele de acțiune
- să-i oferim colectivitatea
- să nu-l răsfațăm
- să nu-l bruscăm
- să-l ajutăm să lupte împotriva propriei lui inerții
- să folosim metode energice în educația lui
- să-l determinăm să facă sport
- atenție! doarme mult, mănâncă mult!

### **TEMPERAMENTUL NERVOS**

#### **Trăsături pozitive:**

- vioi, mobil, reacționează foarte repede
- dinamic, îi place mișcarea, noutatea
- se adaptează ușor momentului
- îi plac relațiile umane și varietatea acestora
- vorbăreț
- entuziast
- foarte practic
- adesea „artist“



#### Trăsături negative:

- își schimbă mereu centrul atenției
- efort fluctuant
- interese și randament oscilante
- muncește în „salturi“ și numai ceea ce îi place
- impulsiv, nerăbdător
- dispoziția variabilă, inconstant în trăiri afective
- vrea să uimească lumea și să atragă atenția asupra lui
- puțin sensibil la idei generale și principii
- repede sedus, repede consolată
- indisciplinat, mândru
- indiferent la obiectivitate
- tendința spre minciună
- capricios, furios, nu luptă pentru scopuri îndepărtate

#### Măsuri educative:

- să nu-l obligăm să facă ceva amenințându-l
- să-i oferim un climat moral normal
- să nu-l forțăm să stea mult timp în tăcere
- nu trebuie să lucreze neîntrerupt mai mult de o oră
- să nu-i cerem să persevereze; să nu-i vorbim despre viitor, el nu înțelege decât realitatea imediată
- să nu folosim violența pentru că se răzvrățește
- să nu-l umilim în public, să nu-l forțăm să recunoască public că a greșit sau să-și ceară iertare
- să-l ferim de contacte nocive; să-i alcătuim un regim de viață ordonat; să nu manifestăm indiferență față de el; să-l ajutăm să coopereze; să-i recomandăm să facă sport

### TEMPERAMENTUL SANGVINIC

#### Trăsături pozitive:

- extrovertit, foarte bun observator
- dă dovadă de remarcabil spirit practic

- își păstrează sângele rece când majoritatea celorlalți se agită
- iubește lumea, este foarte sociabil
- politic, spiritual, optimist
- știe să mânuiască oamenii
- este un bun diplomat
- „oameni de viață“, bun simț
- ușor adaptabil, oportun
- dă dovadă de inițiativă și mare suplețe spirituală
- curajos, amabil, cu mult farmec
- se decide ușor, activ, energetic

#### Trăsături negative:

- ușor cinic
- atitudini ușuratece
- mulțumit de sine
- instabil în sentimente
- nestatornic
- expresivitate exagerată
- superficial, capacitate de concentrare slabă
- lipsă de aprofundare
- guraliv, neponderat, șiret
- uneori lipsit de scrupule
- utilitarist
- este un tip „aerian“

#### Măsuri educative:

- să facem uz de autoritate constantă și severă
- vom miza pe calitățile și memoria lui, pe ușurința cu care poate învăța limbile străine
- avid de succes trebuie să-i demonstrăm că se poate obține prin activitate sistematică și nu prin frondă
- să-i explicăm că îndeplinind anumite anumite îndatoriri își va procura și anumite satisfacții, stima celor din jur
- să-l punem în situația de a alege uneori între a-și face datoria și o pedeapsă sau o privațiune penibilă



➤ să ne folosim de faptul că frumosul din natură, artă, societate exercită asupra lui o influență deosebită

### TEMPERAMENTUL APATIC

#### Trăsături pozitive:

- onest, onorabil
- iubește tradiția și continuitatea
- viața interioară foarte bogată
- sever
- observator imparțial
- rezistent la influențele exterioare
- introvertit

#### Trăsături negative:

- închis
- puțin comunicativ
- taciturn
- solitar
- râde rar
- nemaleabil, rigid
- neimpresionabil
- sclavul propriilor obișnuințe
- indiferent la viața socială

### TEMPERAMENTUL AMORF

#### Trăsături pozitive:

- ușor abordabil
- amabil
- atent
- tenace
- omul prezentului

➤ participă la toate cu condiția ca ambianța să nu solicite din partea lui efort și inițiativă

#### Trăsături negative:

- pasiv
- nepăsător
- încăpățânat
- susceptibil
- neglijent
- indiferent la trecut și mai ales la viitor

După Hipocrate – care a realizat prima clasificare a temperamentelor având la bază un criteriu de natură fiziologică – fiecărui tip de temperament i-ar corespunde o secreție a unei glande interne, astfel:

- temperamentului coleric îi corespunde – bila galbenă
- temperamentului sangvinic îi corespunde – sânge
- temperamentului flegmatic îi corespunde – flegma
- temperamentului melancolic îi corespunde – bila neagră

Mai târziu Empedocle a asociat fiecărui tip de temperament un element fundamental din natură și un anotimp:

- temperamentului coleric i-a asociat – focul și vara
- temperamentului sangvinic i-a asociat – aerul și primăvara
- temperamentului flegmatic i-a asociat – apa și iarna
- temperamentului melancolic i-a asociat – pământ și toamnă

În situații emoționale deosebite sangvinicul capătă o culoare roșie („roșu ca racul“); flegmaticul albește („s-a făcut alb ca varul“); colericul îngălbenește („s-a făcut galben ca ceara“) și melancolicul învinețește („s-a făcut negru ca pământul“).

Pavlov a caracterizat cele patru tipuri de temperament în funcție de particularitățile activității nervoase superioare ale proceselor acesteia (excitația și inhibiția) – forța, echilibrul și mobilitatea – constatând că:

- temperamentul coleric este – puternic – neechilibrat – mobil
- temperamentul sangvinic – puternic – echilibrat – mobil
- temperamentul flegmatic – puternic – echilibrat – inert
- temperamentul melancolic – slab