

Személyközi
hatékonyság otthon és
a munkahelyen

SELLYE



MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.

Személyiség – jellemzők

- olyan alkati és viselkedésbeli jellegzetesség (minőségi különbségek), amelyek alapot adnak további sajátosságok következtetéséhez és a várható viselkedés előrejelzéséhez,
- a pszichikus sajátosságoknak csak néhány, igen általános jegyét veszik figyelembe,
- ismerete megkönnyíti a környezethez való alkalmazkodást, munkahelyi beilleszkedést, növeli a kommunikáció hatékonyságát



Személyiségtipológiai főbb irányzatok

- Hippokratész-Galenosz-féle vérmérsékleti típusok
(szangvinikus-bizakodó; kolerikus-lobbanékony; melankolikus-szomorú; flegmatikus-közönyös)
- Sheldon alkati tipológiája
(zsigeri-oldottság, kényelemszeretet; izomzati-magabiztos, energikus; agyi-visszafogottság, túlzott feszültség)
- Pavlov idegrendszeri típusai
(élénk, féktelen, nyugodt, gyenge)
- Jung típusana
(extravertált, introvertált, gondolkodó-érző, érzékelő-intuitív)

Az irányzatokra épülő, hatékonyságot segítő viselkedés tipológia



Helyes viselkedés velük szemben

Tényszerűség
Felkészültség
Átgondoltság
Alaposság

1

Precíz
Elemző
Részletező
Kritikus

2

Versenyző
Céltudatos
Irányító
Erős akaratú

Lendületesség
Elfogadás
Magabiztosság
Eredményorientáltság

Türelem
Segítőkészség
Megerősítés
Empátia

4

Gondoskodó
Konfliktuskerülő
Türelmes
Bizonytalan

3

Társasági
Nyílt
Szétszórt
Szószátyár

Közvetlenség
Rugalmasság
Érdeklődés
Vidámság

Önnek melyik viselkedéssel szemben van nehézsége?