Як уживатися з людьми

# ЗМІСТ

**ВСТУП**

**I. СИЛЬНІ СТОРОНИ У ВЗАЄМИНАХ**

А. Сангвінікам найкраще вдається

Б. Холерикам найкраще вдається

В. Меланхолікам найкраще вдається

Г. Флегматикам найкраще вдається

**II. ПОТРЕБИ У ВЗАЄМИНАХ**

А. Сангвінік

#### 1. Зрозумійте, що сангвінікам важко довести справу до кінця

#### 2. Усвідомлюйте те, що вони говорять, спершу не подумавши

#### 3. Зрозумійте, що їм подобається різноманітність і гнучкість

#### 4. Допомагайте їм не братися за більше, ніж вони здатні виконати

#### 5. Не чекайте від них того, що вони пам’ятатимуть про зустрічі чи будуть пунктуальними

#### 6. Хваліть їх за будь-які досягнення

#### 7. Пам’ятайте, що сангвініки — це люди обставин

#### 8. Прийміть той факт, що сангвініки можуть з гумором поставитися до того, про що іншим було б незручно зізнатися

#### 9. Ставтесь до їхньої дитячості з радістю

#### 10. Пам’ятайте!

Б. Холерик

#### 1. Визнайте, що вони природжені лідери

#### 2. Наполягайте на двобічному обміні думками

#### 3. Знайте, що вони не мають наміру образити

#### 4. Намагайтеся розділяти сфери відповідальності

#### 5. Зрозумійте, що холерики не співчутливі

#### 6. Зрозумійте, що холерики відчувають дискомфорт, коли не контролюють ситуацію

#### 7. Пам’ятайте!

#### В. Меланхолік

#### 1. Пам’ятайте про те, що меланхоліки чутливі та схильні до образ

#### 2. Зрозумійте, що меланхоліки запрограмовані на песимізм

#### 3. Навчіться правильно поводитися під час депресій

#### 4. Хваліть меланхоліків щиро та з любов’ю

#### 6. Намагайтеся дотримуватися розумного графіка

#### 7. Зрозумійте, що акуратність для меланхоліка — це необхідність

#### 8. Допомагайте їм не перетворюватися на рабів у сім’ї (особливе нагадування для чоловіків, чиї дружини є меланхоліками)

Г. Флегматик

#### 1. Зрозумійте, що флегматиків потрібно напряму спонукати до дії

#### 2. Допомагайте флегматикам установлювати цілі та винагороджуйте за досягнення

#### 3. Не сподівайтеся на ентузіазм

#### 4. Зрозумійте, що відкладання справ на потім — це їхня форма тихого контролю

#### 5. Змушуйте їх приймати рішення

#### 6. Не ліпіть усі звинувачення докупи

#### 7. Заохочуйте флегматиків брати на себе відповідальність

#### 8. Пам’ятайте!

**ПІДСУМОК**

**ПРАКТИЧНЕ ЗАВДАННЯ**