

Тип акцентуации	Особенности общения и поведения	Черты, привлекательные для собеседника	Черты, отталкивающие и способствующие конфликту	Ситуации, в которых возможен конфликт	Предпочитаемая деятельность
Гипертимный (гиперактивный)	Стремится к лидерству, рискам, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания. Необходимо сдержанно относиться к его необоснованному оптимизму и переоценке своих возможностей. Энергия подчас направляется на употребление наркотиков, спиртного, беспорядочную половую жизнь	Чрезмерно приподнятое настроение, энергичность, жажда деятельности, инициативность, энергичность, чувство нового, оптимизм, разговорчивость	Легкомысленность, склонность к аморальным поступкам, несерьёзное отношение к обязанностям, раздражительность в кругу близких людей, отсутствие самокритичности и потеря грани дозволенного	Противопоказаны монотонность, одиночество, условия жесткой дисциплины, постоянные нравоучения могут вызвать гнев. Часто бывают случаи заболевания маниакально-депрессивным психозом	Работа, связанная с постоянным общением, организаторская деятельность, снабженец, служба быта, спорт, театр. Склонны к смене профессий, места работы
Дистимический (пассивно-депрессивный)	Постоянно пониженное настроение, тяготятся шумным обществом, с сослуживцами близко не сходятся. В конфликты вступают редко, чаще являются в них пассивной стороной. Ценят тех, кто дружит с ними и склонен им подчиняться	Серьёзность, высокая нравственность, добросовестность, справедливость	Пассивность, пессимизм, грусть, замкнутость, немногословность, пессимистичность, замедленность мышления, «отрыв от коллектива»	Ситуации, требующие бурной деятельности, смена привычного образа жизни противопоказаны. Склонность к невротической депрессии	Работа, не требующая широкого круга общения
Циклотимный	Общительность циклически меняется (высокая в период хорошего настроения и низкая в период подавленности)	В период подъёма настроения проявляют себя как люди с гипертимной акцентуацией, в период спада – с дистимической. В период спада обострённо воспринимают неприятности, вплоть до самоубийства. Бывают случаи маниакально-депрессивного психоза	Интересы зависят от цикла настроения. Склонны к разочарованию в профессии, смене места работы	См гипертимный тип или дистимический тип в зависимости от периода.	См гипертимный тип или дистимический тип в зависимости от периода.
Эмотивный (эмоциональный)	Чрезмерная чувствительность, ранимость, глубоко переживают малейшие неприятности. Предпочитают узкий круг друзей и близких, которые понимают с полуслова. Редко вступают в конфликты, играют в них пассивную роль. Склонны к невротической депрессии, инфаркту, гипертонии	Альтруизм, сострадание, жалостливость, умение радоваться чужим удачам. Исполнительны, с высоким чувством долга. Хорошие семьянины	Излишне чувствительны к замечаниям, неудачам, Крайняя чувствительность, слезливость. Могут провоцировать нападки невоспитанных или раздражительных людей	Конфликты с близким человеком, смерть или болезнь родных воспринимается трагически. Противопоказаны несправедливость, хамство, пребывание в окружении грубых людей	Сфера искусств, медицина, воспитание детей, уход за животными, растениями
Демонстративный	Выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой: слёзы, обморок, скандалы, болезни, хвастовства, наряды, необычное увлечение, ложь. Легко забывают о своих неблагоприятных поступках. Поведение зависит от человека, с которым имеет дело, высокая приспособляемость к людям	Обходительность, упорство, целенаправленность, актёрское дарование, способность увлечь других, неординарность	Эгоизм, необузданность поступков, лживость, хвастовство, отлынивание от работы, склонность «заболеть» в самые ответственные и трудные моменты. Склонность к интригам, самоуверенности и высоким притязаниям. Провоцируют конфликты, при этом активно защищаются	Ситуации ущемления интересов, недооценка заслуг, низвержение с «пьедестала», вызывают истерические реакции. Склонность к истерии. Замкнутый круг общения, однообразная работа угнетают	Благоприятна работа с постоянно меняющимися кратковременными контактами

Тип акцентуации	Особенности общения и поведения	Черты, привлекательные для собеседника	Черты, отталкивающие и способствующие конфликту	Ситуации, в которых возможен конфликт	Предпочитаемая деятельность
Возбудимый	Повышенная раздражительность, несдержанность, агрессивность, угрюмость, «занудливость», но возможны льстивость, услужливость (как маскировка). Склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленности в беседе. Активно и часто конфликтуют, не избегают ссор с начальством, неуживчивы в коллективе, в семье деспотичны и жестоки	Вне приступов гнева добросовестность, аккуратность, любовь к детям	Раздражительность, вспыльчивость, неадекватные вспышки гнева и ярости с рукоприкладством, жестокость, ослабленный контроль над влечением	Склонность к конфликтам по незначительным поводам, к невротическим срывам, психопатии, правонарушениям (злоупотребление алкоголем, асоциальные поступки)	Физический труд, атлетические виды спорта. Из-за неуживчивости часто меняют место работы. Необходимо развивать выдержку и самоконтроль
Педантичный	Выраженная занудливость в виде «переживания» подробностей, на службе способны замучить посетителей формальными требованиями, изнуряют домашних чрезмерной аккуратностью	Добросовестность, аккуратность, серьёзность, надёжность в делах и чувствах, ровное настроение	Формализм, «крючкотворство», «занудливость», стремление переложить принятие важного решения на других	Ситуация личной ответственности за важное дело, недооценка их заслуг; склонность к навязчивости, психастении	Профессии, не связанные с большой ответственностью, предпочитают бумажную работу, но склонны менять место работы
Застревающий	«Застревают» на своих чувствах, мыслях, не может забыть обид, «сводит счёты», служебная и бытовая несговорчивость, склонность к затяжным склокам, в конфликтах чаще всего являются активной стороной, чётко определены круг врагов и друзей. Проявляет властолюбие – «занудливость нравоучителя»	Стремление добиться высоких показателей в любом деле, проявление высоких требований к себе, жажда справедливости, принципиальность, крепкие устойчивые взгляды	Обидчивость, подозрительность, мстительность, честолюбие, самонадеянность, ревнивость, раздутое до фанатизма чувство справедливости	Задетое самолюбие, несправедливая обида, препятствие к достижению честолюбивых целей, ситуация ревнивости способна вызвать «бред преследования, ревнивости» и т.п.	Работа, дающая ощущение независимости и возможность проявить себя. Необходимо развивать гибкость, даже забывчивость
Тревожно-боязливый (психастенический)	Пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу, сомневается в своих действиях. Редко вступает в конфликты, играет в них пассивную роль. Склонны к психастении	Дружелюбие, самокритичность, исполнительность	Боязливость, мнительность, вследствие беззащитности служат мишенью для шуток, «козлами отпущения»	Ситуация страха, угрозы, наказания, насмешек, несправедливых обвинений противопоказаны. Часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной.	Лучше не быть руководителем, принимать ответственные решения, так как будет бесконечно взвешивать, переживать, а решение принять не сможет
Аффективно-неустойчивый (лабильный)	Повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость. Яркая черта этого типа – способность восторгаться, восхищаться, а также – улыбочивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема. Легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние – от печальных	Альтруизм, чувство сострадания, хороший художественный вкус, артистическое дарование, яркость и искренность чувств, высокая контактность, привязаны к друзьям и близким	Чрезмерная впечатлительность, патетичность, подверженность отчаянию. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты.	Неудачи, горестные события воспринимают трагически. Склонность к невротической депрессии	Сфера искусства, художественные виды спорта. Профессии, связанные с близостью к природе