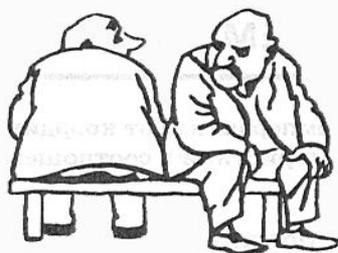


ТЕМПЕРАМЕНТ

The background of the image consists of several overlapping, stylized autumn leaves in various shades of orange and brown. The leaves are rendered in a flat, graphic style with visible veins. The overall composition is centered around the text.



ТЕМПЕРАМЕНТОМ называют природно обусловленную совокупность динамических проявлений психики – интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний.

ТРИ СИСТЕМЫ ОБЪЯСНЕНИЯ СУЩНОСТИ ТЕМПЕРАМЕНТА:

1. Гуморальная (Гиппократ, Гален);
2. Конституциональная (Э. Кречмер, У. Шелдон);
3. Связь темперамента с функционированием ЦНС (И. Павлов)

Гуморальная система

Тип темперамента обусловлен соотношением в организме различных жидкостей:

- преобладает кровь («сангвис») – **сангвинический;**
- желчь («холе») – **холерический;**
- слизь («флегма») – **флегматический;**
- черная желчь («мелана холе») – **меланхолический**

Конституциональная система

Конституциональные типы:

- **лептосоматик** (хрупкое телосложение)
- **атлетик** (крепкое телосложение, развитая мускулатура)
- **пикник** (чрезмерно тучное телосложение)
- **диспластик** (бесформенное, неправильное строение тела).

Типы темперамента (конституциональный подход)

- **Шизотимик** - замкнутый, склонен к колебаниям эмоций, упрям, малоподвижен.
- **Иксотимик** - спокойный, мало впечатлительный человек со сдержанной мимикой и жестами, с невысокой гибкостью мышления.
- **Циклотимик** - эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах.

Тип темперамента обусловлен свойствами ЦНС

СИЛА - способность НС выдерживать сильные раздражители (выносливость и работоспособность нервных клеток);

УРАВНОВЕШЕННОСТЬ – соотношение процессов возбуждения и торможения.

ПОДВИЖНОСТЬ - быстрота смены процессов возбуждения и торможения

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА НС

ЛАБИЛЬНОСТЬ – скорость
возникновения и протекания
возбудимого и тормозного процесса;

ДИНАМИЧНОСТЬ – скорость и легкость
выработки условных рефлексов;

КОНЦЕНТРИРОВАННОСТЬ – показатель
меры дифференцировки
раздражителей.

ОТДЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА НС И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА

- сензитивность
- реактивность
- активность
- темп реакций
- пластичность/ригидность
- экстраверсия/интроверсия

ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА

ХОЛЕРИК

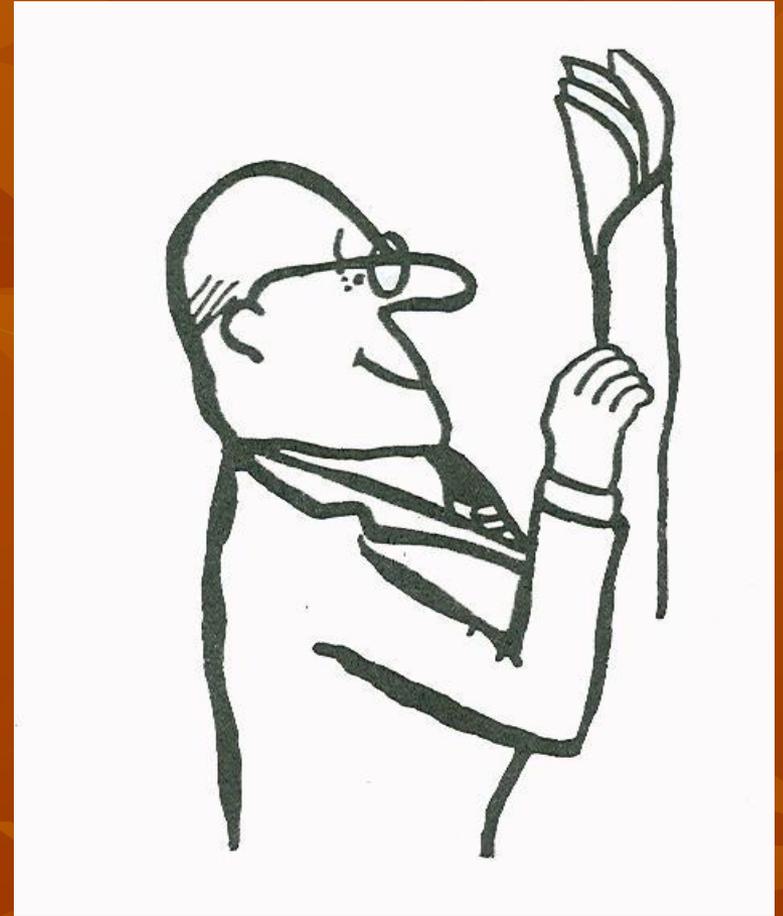
(сильный,
неуравновешенный,
подвижный)



ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА

САНГВИНИК

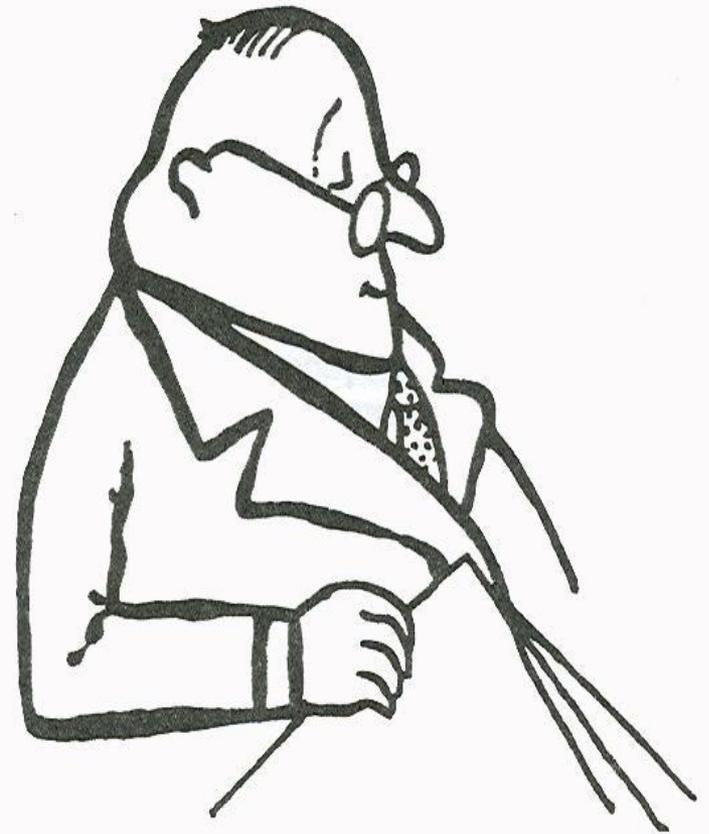
(сильный,
уравновешенный,
подвижный)



ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА

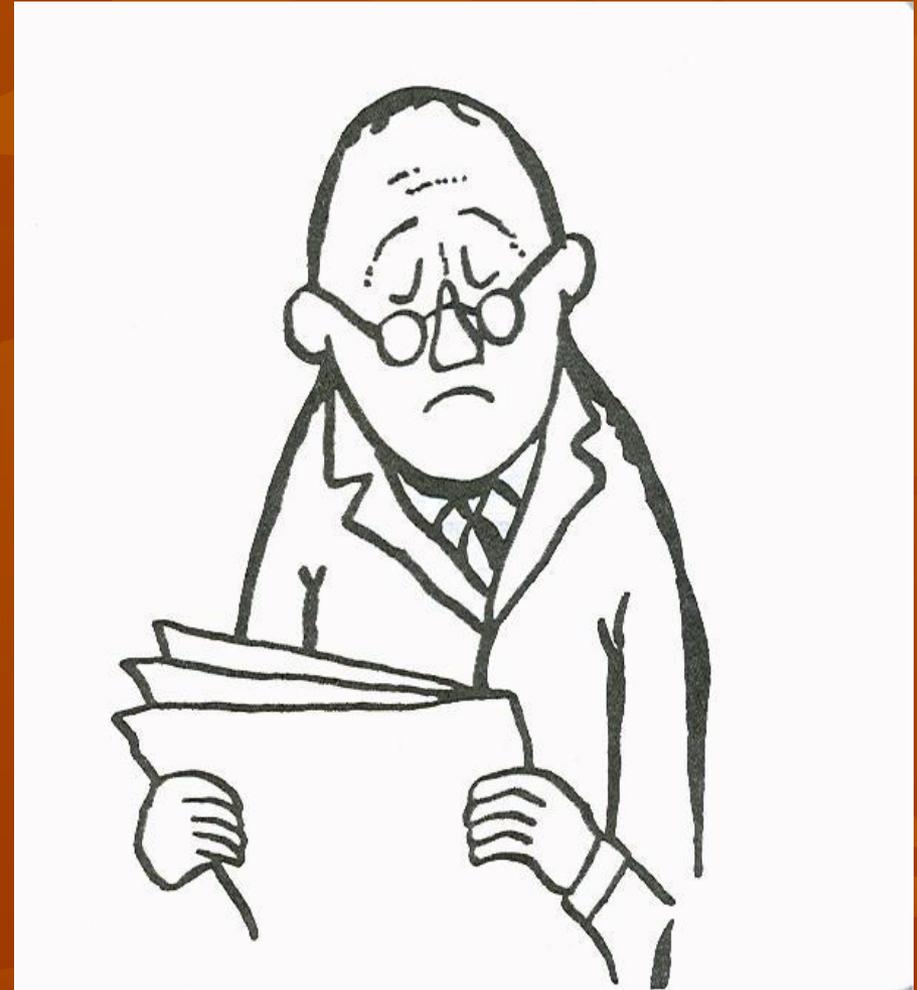
ФЛЕГМАТИК

(сильный,
уравновешенный,
инертный)



ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА

МЕЛАНХОЛИК
(слабый)



ХАРАКТЕР — совокупность наиболее устойчивых, существенных приобретенных особенностей личности, проявляющихся в поведении и отношении к действительности.

В СТРУКТУРЕ ХАРАКТЕРА

выделяют 2 группы черт:

1 группа - (устойчивые потребности, установки, склонности), систему отношений к окружающей действительности и способы осуществления этих отношений.

2 группа – интеллектуальные, волевые и эмоциональные черты.

Черта характера —
особенность личности
человека, которая
систематически проявляется
в различных видах его
деятельности.

ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА ОБЛАДАЮТ СЛЕДУЮЩИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ:

устойчивостью
обобщенностью
нравственным измерением
уровнем выраженности

ТИПЫ ХАРАКТЕРА

- Гипертимный
- Лабильный
- Сенситивный
- Астеноневротический (тревожный)
- Психоастенический
- Истероидный
- Эпилептоидный
- Циклоидный
- Неустойчивый
- Шизоидный
- Конформный

ТИПЫ ХАРАКТЕРА

Тип характера определяется как наиболее вероятное сочетание ведущих черт.

Типология по А. Личко

Каждый из типов имеет свои достоинства, недостатки и труднопереносимые ситуации, где их носитель обнаруживает полную или частичную несостоятельность.

ГИПЕРТИМНЫЙ – сверхактивный, напряженно-деятельный

Позитивные черты: энергичность, инициативность, жизнерадостность, предприимчивость, разговорчивость, открытость, общительность, быстрота реагирования.

Негативные черты: легкомысленность, безудержный риск, грубость, недисциплинированность, зазнайство, бравада, стремление командовать по своему усмотрению.

Труднопереносимые ситуации: ситуации императивного подчинения строгим дисциплинарным правилам; ситуации, лишаящие свободного контакта с окружающими людьми; ограничивающие общение, двигательную активность, вынужденного бездействия, ситуации, не позволяющие проявлять лидерство, инициативу; ситуации однообразной, монотонной деятельности.

Лабильный — эмоционально — неустойчивый , реактивный

Позитивные черты: в периоды приподнятого настроения добродушны, аккуратны, общительны, способны на дружбу и привязанность, чуткость, искренность, отзывчивость к товарищам, которые помогают; проявляют любовь к животным.

Негативные черты: в периоды подавленного настроения раздражительны, вспыльчивы, драчливы, ослабленный контроль за своими поступками, которые могут переходить рамки дозволенного; склонность к конфликтам.

Труднопереносимые ситуации: ситуации в которых обижают, ущемляют чувство собственного достоинства; дисгармонируют с настроением радости или огорчения, удовлетворенности или неудовлетворенности; ситуации неуспеха, ситуации критики, конкуренции, страха угрозы наказания.

Сенситивный (эмотивный) - чувствительный

Позитивные черты: устойчивая привязанность в дружбе, альтруизм; дисциплинированность, чувство долга, ответственность, добросовестность при выполнении заданий, умение уступать, высокие требования к себе, самокритичность, стремление преодолевать недостатки.

Негативные черты: робость, застенчивость, мнительность, пугливость, замкнутость, самобичевание, а иногда и самоунижение, крайняя обидчивость и конфликты на этой почве; растерянность в неожиданных ситуациях.

Труднопереносимые ситуации: ситуации сложных альтернативных выборов; ситуации резких переходов от одних дел к другим; ситуации несправедливых обвинений, ситуации трудных поручений с организаторскими функциями, ситуации критики и насмешек, невозможности поделиться своими переживаниями.

АСТЕНОНЕВРОТИЧЕСКИЙ, ТРЕВОЖНО-НАСТОРОЖЕННЫЙ

Позитивные черты: исполнительность, аккуратность, дисциплинированность, скромность, дружелюбие, послушание, незлопамятность, способность к раскаянию.

Негативные черты: капризность, плаксивость, неуверенность, вялость, робость, забывчивость, несопротивление сильным, особая раздражительность по пустякам.

Труднопереносимые ситуации: ситуации физических и психических нагрузок, ситуации соревнования и соперничества; ситуации активного общения; ситуации конфликтов; ситуации насмешек; ситуации быстрого переключения в работе и в общении; ситуации неопределенности и новизны; ситуации необходимости проявления воли.

ПСИХОАСТЕНИЧЕСКИЙ – мнительный, застревающий

Позитивные черты: рассудительность, самокритичность, аккуратность, серьезность, добросовестность, ровное настроение, верность данным обещаниям, определенная надежность в делах и чувствах.

Негативные черты: мнительность, наличие навязчивых идей, стремление следовать инструкциям, определенный формализм, нерешительность в новых начинаниях, безынициативность, бесконечные рассуждения, самокопания; нежелание выполнять работу, требующую проявления собственной активности, ограниченный прагматизм.

Труднопереносимые ситуации: ситуации принятия самостоятельных решений при наличии альтернатив, ситуации выполнения заданий при отсутствии инструкций и готовых примеров, перехода от одних дел к другим; ситуации сильного страха, беспокойства; ситуации длительных физических и психических нагрузок.

Истероидный – демонстративный, эгоцентричный

Позитивные черты: упорство, инициативность, целенаправленность, общительность, находчивость, самостоятельность, способность взять на себя руководство, организаторские наклонности.

Негативные черты: эгоизм, чрезмерное себялюбие, жажда внимания к своей персоне, демагогия, лживость, способность строить интриги, лицемерие и рисовка, задиристость, бесшабашность и риск, похвальба дутыми успехами.

Труднопереносимые ситуации: ситуации равнодушия и невнимания к себе, ситуации одиночества, невозможности проявить себя, ситуация непризнания и нелюбви, ситуации, требующие постоянного длительного психического или физического напряжения.

Эпилептоидный (возбудимый) - агрессивный

Позитивные черты: настойчивость в достижении намеченной цели, смелость, решительность, целеустремленность, аккуратность, скрупулезность.

Негативные черты: мелочность, агрессивность, злопамятность, деспотизм, грубый и развязный стиль отношений; подхалимство перед старшими, яростные вспышки аффективных реакций; возможны асоциальные аморальные поступки.

Труднопереносимые ситуации: ситуации, ущемляющие интересы, прихоти и капризы; ситуации, ограничивающие возможность проявлять власть, своеобразие; ситуации, требующие быстрой переключаемости в работе, нестандартности решений; ситуации критики и замечаний, конкуренции.

Циклоидный

– периодической смены настроений

Позитивные черты: в периоды настроения проявляются гипертимные черты, т.е. жизнерадостность, общительность, высокая активность и работоспособность и т.д.

Негативные черты: в периоды подавленного состояния проявляются вялость, замкнутость; непоследовательность, неуравновешенность, нравственная и эмоциональная неустойчивость, пониженная работоспособность; безразличие; чрезмерная обидчивость и придирчивость.

Труднопереносимые ситуации: ситуации смены жизненных стереотипов; ситуации неожиданных, противоречащих настроением, поручений; ситуации ломки сложившихся традиций, распорядков, обязанностей, правил; ситуации неудач, ситуации психических перегрузок.

Неустойчивый - безвольный

Позитивные черты: внешнее послушание, общительность, открытость, услужливость, быстрая переключаемость в делах и общении.

Негативные черты: безволие, тяга к развлечениям и пустому времяпровождению, болтливость, хвастовство, бездуховность, конформизм, соглашательство, лицемерие, трусость, безответственность.

Труднопереносимые ситуации: ситуации длительных усилий, концентрация психических сил; ситуации ответственных решений; ситуации преодоления трудностей и решения сложных задач; ситуации выполнения учебных поручений, требующих усилий над собой; ситуации подчинения дисциплинированным правилам и требованиям; ситуации ограничения в общении, в новых контактах и впечатлениях, в делах, которые приносят удовольствия и не требуют усилий.

Шизоидный, дистимический

- замкнутый, интровертированный

Позитивные черты: серьезность, несуетливость, постоянство увлечений и интересов; рассудительность, целеустремленность.

Негативные черты: холодность, замкнутость, недружелюбие, отсутствие эмпатий, безразличие к делам и интересам других; аффективные вспышки раздражительности.

Труднопереносимые ситуации: ситуации установления неформальных контактов, неформального общения; ситуация «разговоров по душам»; ситуации организаторской деятельности и активного участия в коллективных делах, ситуации смены сложившихся стереотипов, привычек и режимных традиций.

Конформный - подражательный

Позитивные черты: дружелюбие, дисциплинированность, покладистость, несопротивление общественному мнению большинства; при наличии положительного примера закрепляют позитивные черты того человека, который служит идеалом.

Негативные черты: несамостоятельность, слабая воля, некритичность, консерватизм, зависимость от окружения; слабая реализация своих потенциальных возможностей.

Труднопереносимые ситуации: ситуации самостоятельных решений; ситуации изгнания из референтной группы; ситуации освоения новых идей и новых видов деятельности: без наличия образцов для подражания и помощников; ситуации, требующие проявления волевых качеств, ситуации решения проблемных задач.