

# Психологический портрет личности



Презентация Половниковой О.В. учителя  
МОУ-СОШ №1 р.п. Степное Советского  
района Саратовской области

# Основные свойства личности

- Темперамент
- Характер
- Способности
- Интеллект
- Чувства
- Эмоции



# Темперамент

- **Холерик** («желчь»)-неуравновешенный тип, «ни минуты покоя»;
- **Сангвиник** («кровь»)-обладатель уравновешенного, подвижного типа нервной системы, «доверяй, но проверяй»;
- **Флегматик** («слизь»)- с сильным, но неподвижным типом, «не торопи»;
- **Меланхолик** («черная желчь»)-со слабым неуравновешенным типом, «не навреди».

# Сангвиник

- «+» - жизнерадостные, увлеченные, отзывчивые, общительные;
- «-» - склонность к зазнайству, разбросанность, легкомыслие, поверхностность, сверхобщительность, ненадежность.



Много обещает, но мало выполняет.

# Холерик

- «+» - энергичность, увлеченность, подвижность, целеустремленность.
- «-» - вспыльчивость, агрессивность, невыдержанность, нетерпимость, конфликтность.



Всё время должен быть занят делом.

# Флегматик

- «+» - устойчивость, постоянство, активность, терпеливость, самообладание, надёжность.
- «-» - медлительность, безразличие, «толстокожесть», сухость.



Не следует подгонять, сам рассчитает своё время и сделает дело.

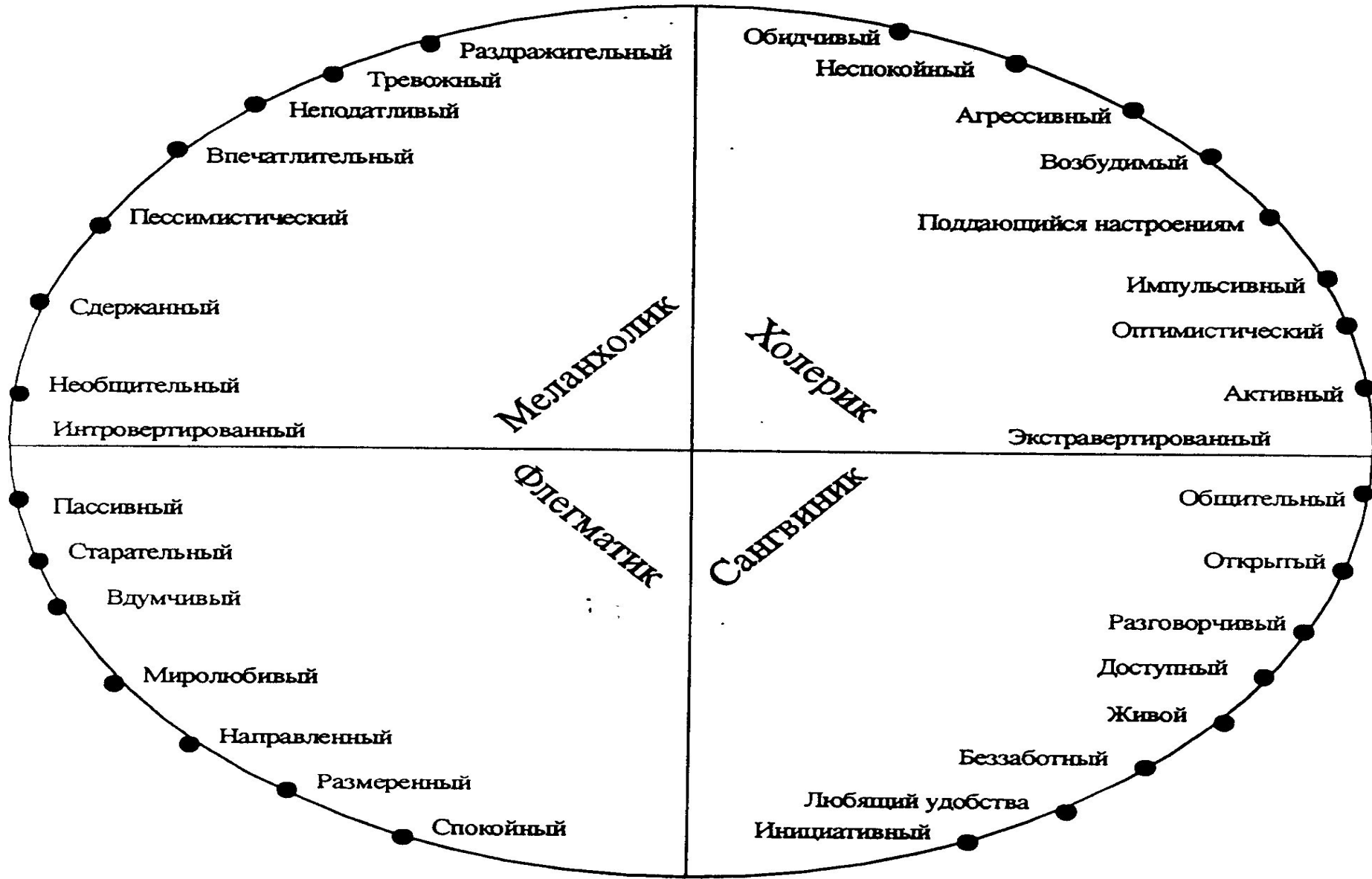
# Меланхолик

- «+» - чувствительный, легкоранимый, доброжелательный, сочувствующий.
- «-» - низкая работоспособность, мнительность, замкнутость, застенчивость.



Он очень чувствителен к интонациям и форме обращения к себе.

# Неустойчивый



# Устойчивый



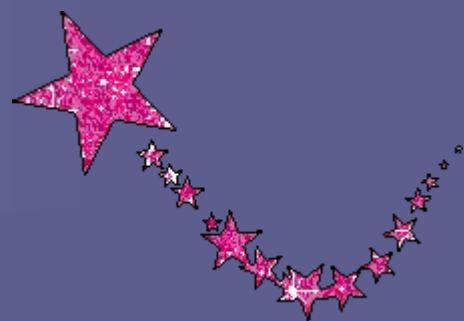
# Характер

- Не является врождённым, а скорее формируется по мере взросления.
- Стержнем характера являются морально-волевые качества личности: смелость, целеустремленность, самостоятельность, настойчивость, решительность, мужество, дисциплинированность.



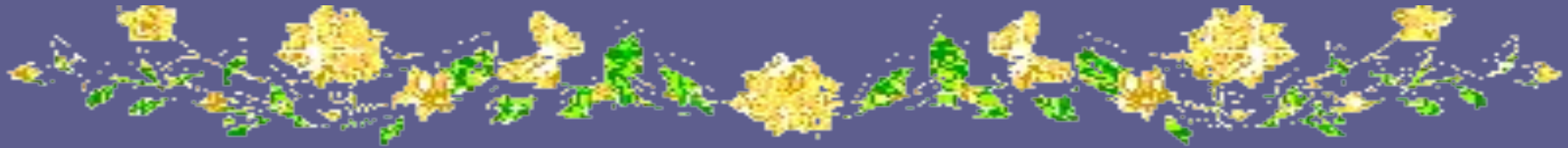
# Способности

- Это то, что не сводится к знаниям, умениям и навыкам, но объясняет (обеспечивает) их быстрое приобретение, закрепление и эффективное использование на практике.



# Интеллект

- Способность к познанию и логическому мышлению.

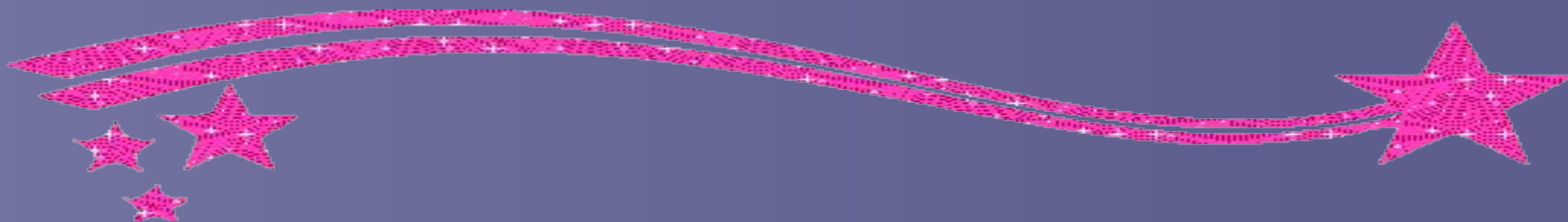


- Интеллектом обладает тот, кто способен в любой проблеме выделить главное, проанализировать её, разделив на составляющие части, и найти способы решения.

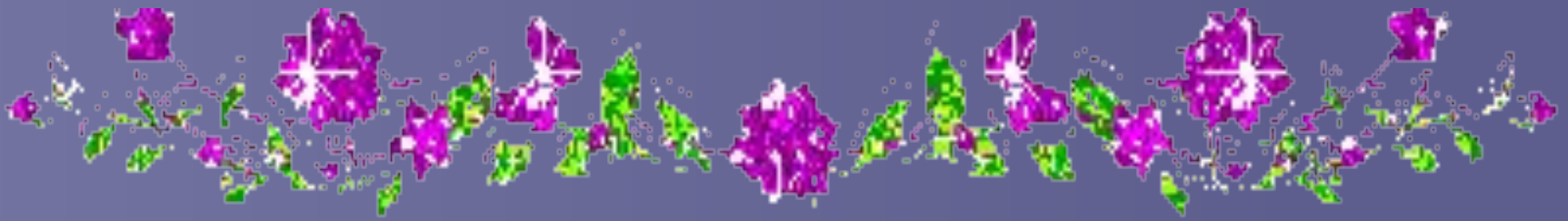
# Чувства и Эмоции

- Все чувства делятся на аффекты, эмоции, собственно чувства, настроения и стрессовые состояния.
- **Аффекты** – это бурные кратковременные эмоциональные реакции (гнев, ужас), возникающие, как правило, в ответ на сильный раздражитель.





- **Эмоция** – это более длительная реакция, которая возникает не только на свершившиеся события, но, главным образом, на предполагаемые или вспоминаемые. («уход в себя», чувство одиночества, паника, страх).
- **Чувства** – это отношения к конкретным событиям или людям (возможно, воображаемым)



- **Настроения** – наиболее длительное состояние. Настроение отражает общее состояние переживаний человека. Настроение может быть приподнятым или подавленным. К настроению относят скуку, печаль, страх, отчаяние, радость, надежду, увлеченность.
- **Стресс** – реакция организма в ответ на неожиданную и напряженную обстановку. Выражается в мобилизации резервных возможностей организма. Возникает в ответ на любое неблагоприятное воздействие – холод, усталость, боль, унижение и т. д.

# Проверьте свои знания:

- Составьте перечень положительных и отрицательных черт характера. Объясните свой выбор.
- Согласны ли вы с утверждением: «Плохой характер при желании можно исправить?»
- Напишите небольшое сочинение на тему: «Мне бы в моем характере очень хотелось избавиться от ...»



# Проверьте свои знания:

- Составьте фразы, включающие понятия: «голод, страх, усталость», «восторг, радость», «удивление, растерянность».
- Современные подростки часто сталкиваются со стрессовыми ситуациями. Подберите несколько примеров таких ситуаций.
- Как можно справляться со стрессом?
- Как вы понимаете характеристику: «человек настроения»? Кого так называют и почему?