

# ТЕМПЕРАМЕНТ

Выполнили Ахметова Ильвира,  
*Курицына Елена*

## ЧТО ТАКОЕ ТЕМПЕРАМЕНТ

- ? Это психологическое свойство личности, характеризующееся динамикой протекания психических процессов.
- ? Павлов считал, что темперамент — это генотип, т.е. природная способность нервной системы.
- ? ВНД характеризуется различными соотношениями процессов **возбуждения и торможения**. Различные сочетания этих показателей присуще различным типами ВНД.



## 5 КРИТЕРИЕВ ТЕМПЕРАМЕНТА

- ? Врожденная особенность ВНД
- ? Рано проявляется в детстве
- ? Устойчив в течении длительного периода жизни человека
- ? Проявляется во всех сферах жизнедеятельности человека
- ? Коррелирует с некоторыми индивидуальными анатомическими и физиологическими параметрами человека



# ПОНЯТИЕ ТЕМПЕРАМЕНТА

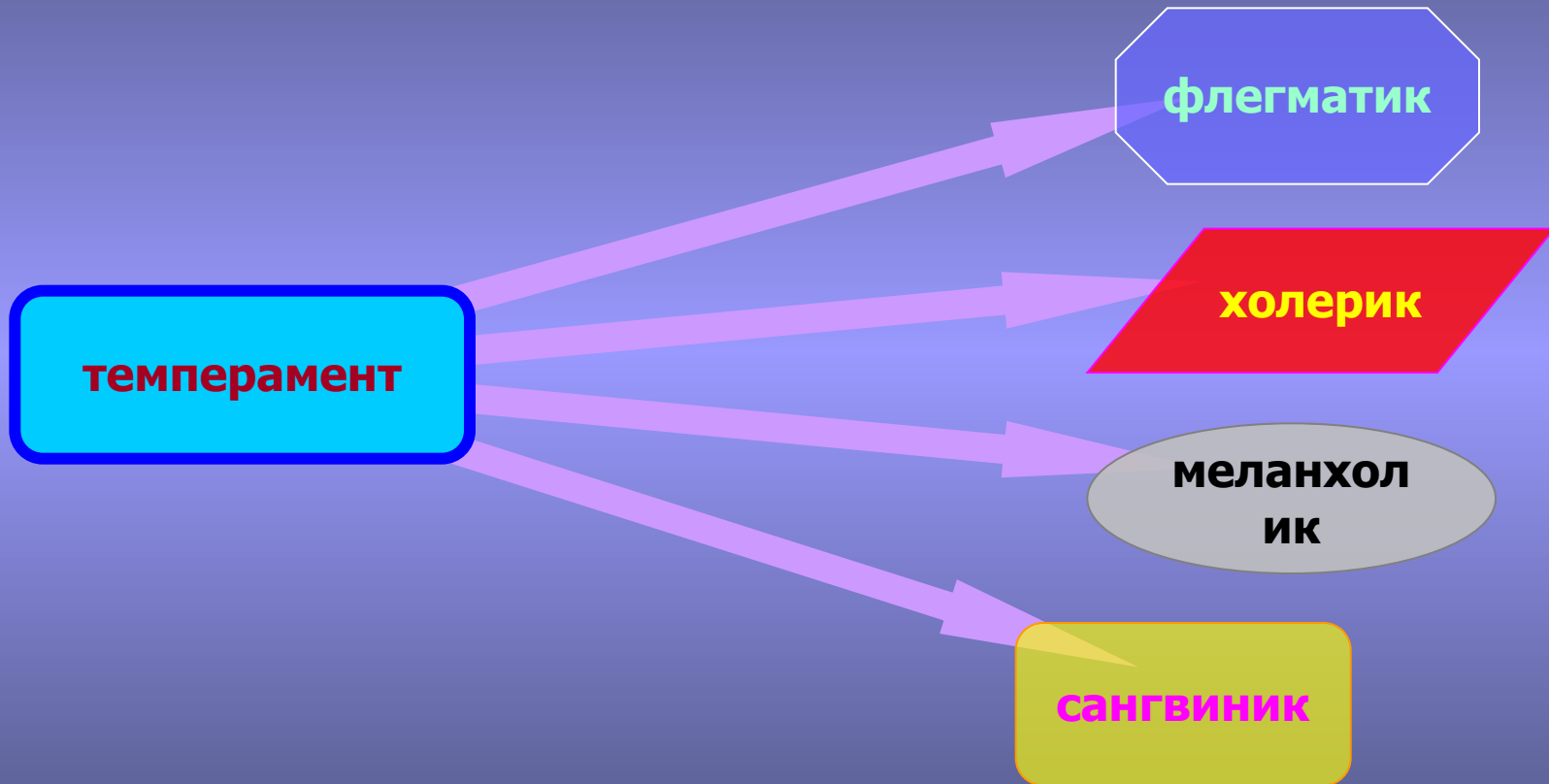
Темперамент (от латинского *temperamentum* – надлежащее соотношение частей), особенности психики, объясняющие образ действий человека в той или иной ситуации. Отражает динамическую, а не содержательную сторону психической деятельности.

*Выделяются две ведущие характеристики:*

- ▣ Активность, в которой человек взаимодействует с окружающим миром. Она проявляется в темпе, быстроте, интенсивности действий;
- ▣ Эмоциональность, которая выражается в чувствительности, импульсивности и впечатлительности.



# Виды темпераментов



Типы ВНД	Характеристика нервных процессов возбуждения и торможения			Вид темперамента
	<i>Сила</i>	<i>Уравновешенность</i>	<i>Подвижность</i>	
1. Сильный	сильный	Уравновешенный	<b>подвижный</b>	<b><i>сангвиник</i></b>
2. <b>Безудержный</b>	сильный	<b>Неуравновешенный</b>	<b>подвижный</b>	<b><i>холерик</i></b>
3. Инертный	сильный	Уравновешенный	Мало-подвижный	<b><i>флегматик</i></b>
4. Слабый	<b>слабый</b>	<b>Неуравновешенный</b>	<b>неподвижный</b>	<b><i>меланхолик</i></b>

# ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

## САНГВИНИК



Это человек весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Сангвиник быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем ещё недавно очень его волновало и притягивало к себе. Он много обещает, но не всегда сдерживает свои обещания, легко и с удовольствием вступает в контакты с незнакомыми людьми, является хорошим собеседником. Его отличает доброта, готовность прийти на помощь. Напряженная умственная и физическая работа быстро утомляет. Сангвиник очень активен, энергичен, у него живые движения, богатая мимика. При неблагоприятных условиях и отсутствии воспитания у сангвиника могут развиваться поспешность, легкомыслие к поступкам, невнимательность.

Примером сангвинического темперамента может служить знаменитый д'Артаньян – порывистый, увлекающийся герой Дюма.



Положительные	Отрицательные
высокая подвижность	несобранность
высокая адаптивность (легко приспосабливается к новым условиям)	ненадёжность (всегда обещает, но не всегда выполняет свои обещания)
увлечённость	непостоянство, легкомыслие, разбросанность
общительность	поверхностность восприятия
жизнерадостность, оптимизм	недостаточная способность к сосредоточению, отсутствие усидчивости
доброжелательность	недостаточная настойчивость
не обидчивость	тяготится однообразием
выразительность мимики и пантомимики	деятелен при условии интересного дела





# ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

## МЕЛАНХОЛИК



Человек с меланхолическим темпераментом обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнью, придаёт большое значение всему, что касается, обладает повышенной тревожностью и ранимой душой. Меланхолик почти всегда человек сдержанный и слов на ветер не бросает. Когда он не может выполнить обещанное, то искренне страдает, даже если знает, что от него ничего не зависело.

Судя по всему, принц Гамлет и Евгений Онегин были типичными меланхоликами.



<b>Положительные</b>	<b>Отрицательные</b>
высокая чувствительность	легко раним и застенчив, неуверен в себе
сердечность, способность к сочувствию	мнительность
тонкая восприимчивость	замкнутость
в привычной обстановке - исполнительный работник	пониженная активность
мягкость, доброжелательность	низкая работоспособность (в неблагоприятных условиях)



# ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

## ХОЛЕРИК



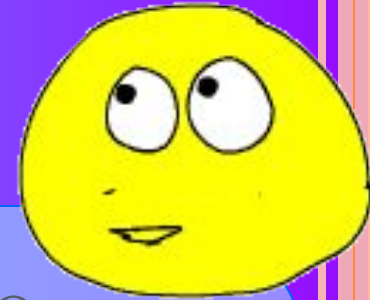
**Такой человек обычно очень вспыльчив, горяч и несдержан. Вместе с тем холерик быстро остывает и успокаивается, если ему уступают и идут на встречу. Его душевные движения порывисты, но непродолжительны, настроение часто меняется. Вспомним рыцаря Дон Кихота, быстро сменявшего гнев на милость, а благородную ярость – на уныние.**

<b>Положительные</b>	<b>Отрицательные</b>
высокая активность	невыдержанность
энергичность	вспыльчивость
быстро уясняет обстановку	агрессивность
общительность	неустойчивость в поведении
решительность	резкость в отношениях, конфликтность
возбуждённая убедительная речь	цикличность в работе, в переживаниях, настроениях



# ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

## ФЛЕГМАТИК



Обладатель этого темперамента хладнокровен. Он больше склонен к бездеятельности, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, но и успокаивается постепенно. Мимика и движения флегматика невыразительны и медлительны.

Илья Ильич Обломов, который проводил все время на диване, в ленивой полудреме – яркий флегматик.

В жизни редко приходится встречать «стопроцентных» флегматиков или сангвиников, так как большинство людей соединяют в себе черты разных темпераментов.

<b>Положительные</b>	<b>Отрицательные</b>
всегда спокоен, терпелив, обязателен	всё делает медленно
не обидчив	малоподвижность
его практически невозможно вывести из себя	требует времени для сосредоточения
отличается высокой работоспособностью	медленно принимает решения
настойчив	упрямство
способен к большому напряжению в работе	безынициативность
ровен в отношениях	-



# СХЕМА ТЕМПЕРАМЕНТОВ



*Флегматик*



*Меланхолик*



*Холерик*



*Сангвиник*





# Тип темперамента в зависимости от свойств личности

Знаменитый английский психолог Айзенк предложил определить тип темперамента в зависимости от свойств личности:

1) *экстраверсия - интроверсия* 2) *нейротизм - эмоциональная стабильность*

*Экстравертам* свойственны общительность, стремление быть среди людей, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность и высокая социальная адаптированность.

*Интровертам* присущи : необщительность, уход в себя, богатый внутренний мир, социальная пассивность, склонность к самоанализу.

Показатель "*экстраверсия - интроверсия*" характеризует индивидуально – психологическую ориентацию человека либо на мир внешних объектов (*экстраверсия*), либо на внутренний субъективный мир (*интроверсия*).

Показатель "*нейротизма*" характеризует человека со стороны эмоциональной устойчивости. Показатель типов биополярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся высокой эмоциональной устойчивостью, а на другом – нервные, неустойчивые и плохо адаптированные индивиды.

# Проявление качеств личности в зависимости от темперамента

- Роль в общении
- Самооценка
- Уверенность в себе
- Дружба и любовь
- Движения и походка
- **Аппетит**
- **Сон**

# Роль в общении

**ХОЛЕРИК**

**САНГВИНИК**

**ФЛЕГМАТИК**

**МЕЛАНХОЛИК**

подчиняет,  
непреклонен,  
властен

развлекатель,  
старается всех  
развеселить

спокойный,  
созерцатель

подопечный,  
беззащитный

# Самооценка в зависимости от темперамента

**сангвиник**

неустойчивая,  
повышенная,  
рассказывает  
об  
успехах,  
у всех на  
виду

**холерик**

наивысшая,  
стремление  
к  
первенству,  
соперник

**флегматик**

занижена,  
скромен,  
не на виду

**меланхолик**

низкая,  
стеснитель,  
в группе  
держится  
в  
тени

# Уверенность в зависимости от темперамента

**САНГВИНИК**

надеется  
на удачу

**ХОЛЕРИК**

самоуверен  
,  
скрывает  
слабости

**ФЛЕГМАТИК**

нет  
самоуверен  
-  
ности,  
переживает  
за себя,  
не унывает

**МЕЛАНХОЛИК**

Неуверен в  
себе,  
преувели-  
чивает  
недостатки,  
не верит в  
удачу

# Дружба и любовь в зависимости от темперамента

**САНГВИНИ**  
**К**

переживает симпатии легко, ярко и весело



**ХОЛЕРИК**

дружит с немногими, другом командует, сильно привязан, склонен к гневу, ревности, к разрыву из склонности

**ФЛЕГМАТИ**  
**К**

не склонен к выражению ярких чувств, спокойное отношение к партнеру, влюбчив, спокойная привязанность



**МЕЛАНХОЛИ**  
**К**

преданность, подчиняется паре, стыдится открывать свои чувства, однолюб





# Движения и походка



# Аппетит

сангвини  
к

холерик

хороший,  
«лакомка»

ест быстро,  
много



ценит  
процесс  
еды, не  
торопится во  
время еды

сниженный

флегмат  
ик

меланхоли  
к



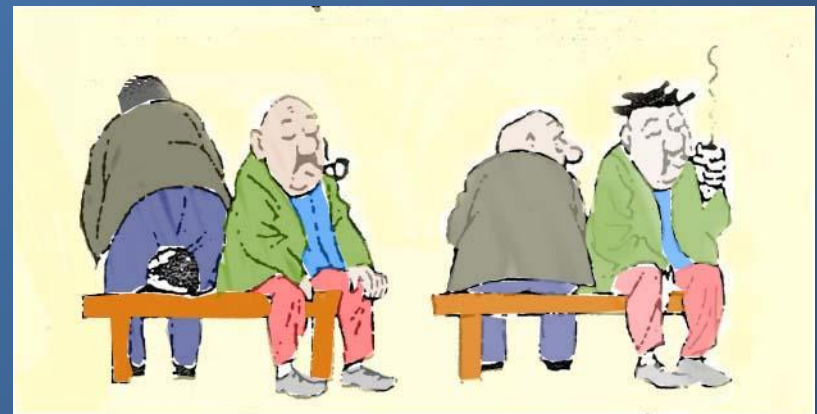
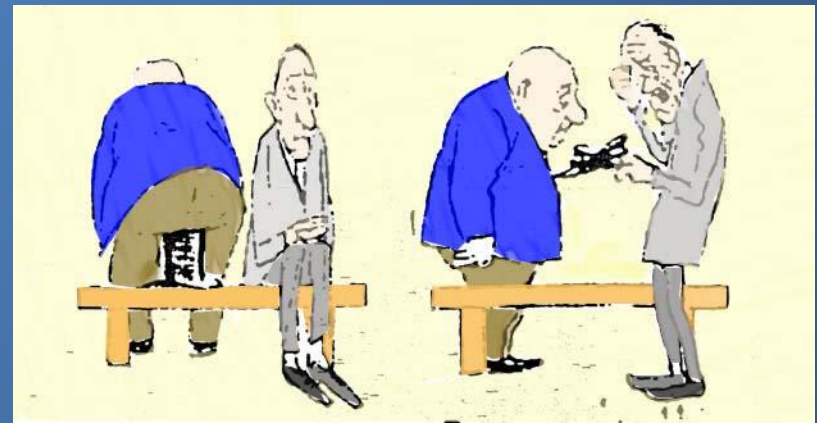
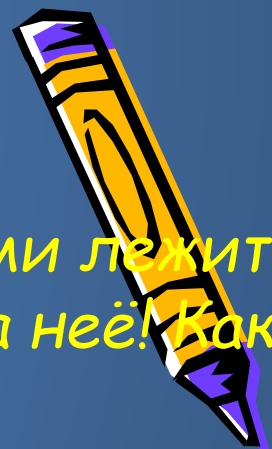
# Сон



# Совместимость темпераментов

<i>Тип темперамента</i>	<i>Идеальный партнер</i>	<i>Подходит более-менее</i>	<i>Не совместим</i>
<b>Сангвиник</b>	Сангвиник	Меланхолик Холерик	Флегматик
<b>Холерик</b>	Флегматик	Сангвиник Меланхолик	Холерик
<b>Флегматик</b>	Флегматик Меланхолик	Холерик	Сангвиник
<b>Меланхолик</b>	Сангвиник	Флегматик Холерик	Меланхолик

Представьте: вы сидите на скамейке, рядом с вами лежит ваша шапка, к вам подходит человек и садится на неё! Как вы отреагируете???



# Результаты теста

- Вы выбрали картинку под номером 1, это значит, что вы поведете себя в этой ситуации как сангвиник!!!

Вернуться к  
тесту

ВЫЙТИ

# Результаты теста

- Вы выбрали картинку под номером 2, это значит, что вы поведете себя в этой ситуации как меланхолик!!!

Вернуться к  
тесту

ВЫЙТИ

# Результаты теста

- Вы выбрали картинку под номером 3, это значит, что вы поведете себя в этой ситуации как холерик!!!

Вернуться к  
тесту

ВЫЙТИ

# Результаты теста

- Вы выбрали картинку под номером 4, это значит, что вы поведете себя в этой ситуации как флегматик!!!

Вернуться к  
тесту

Выйти