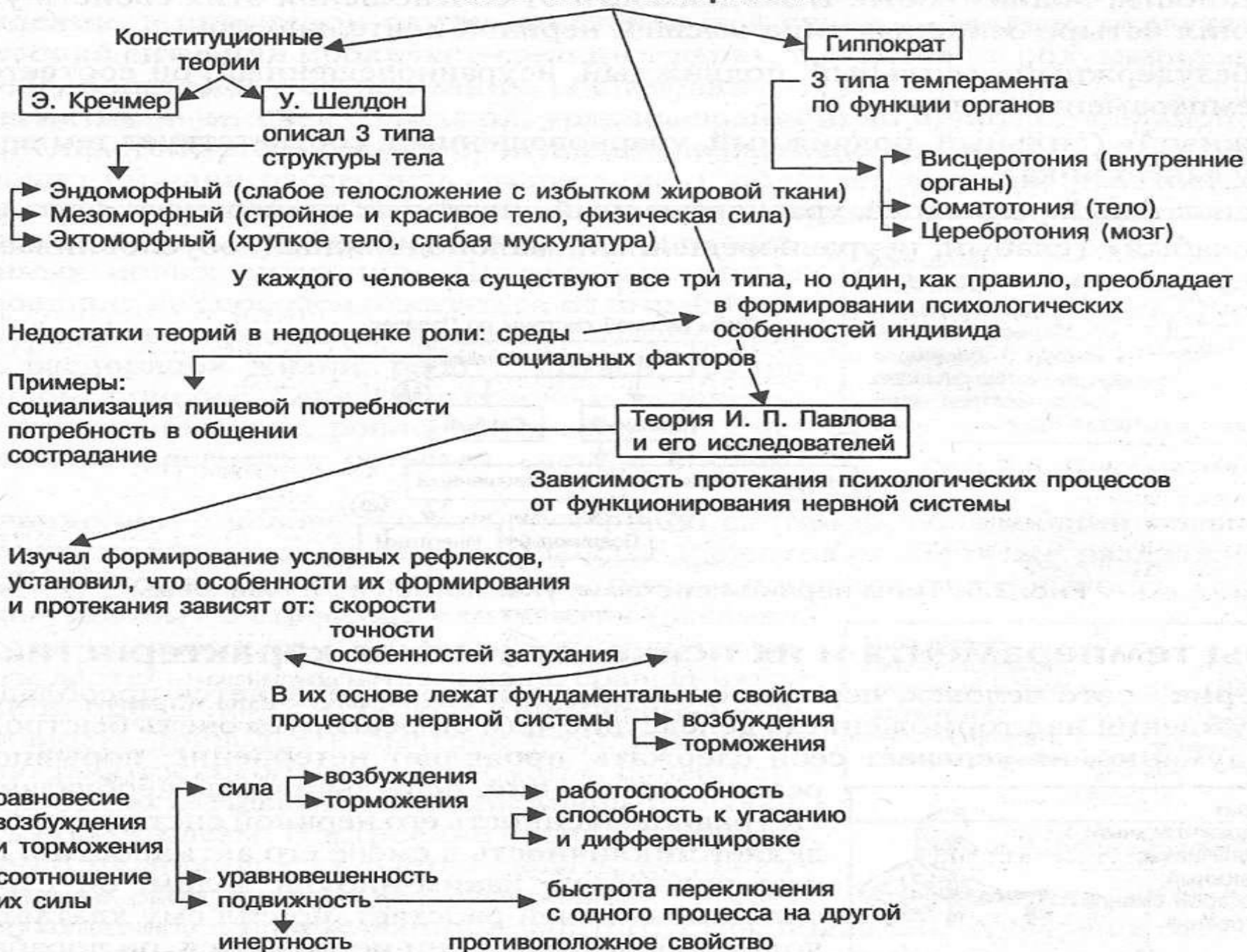


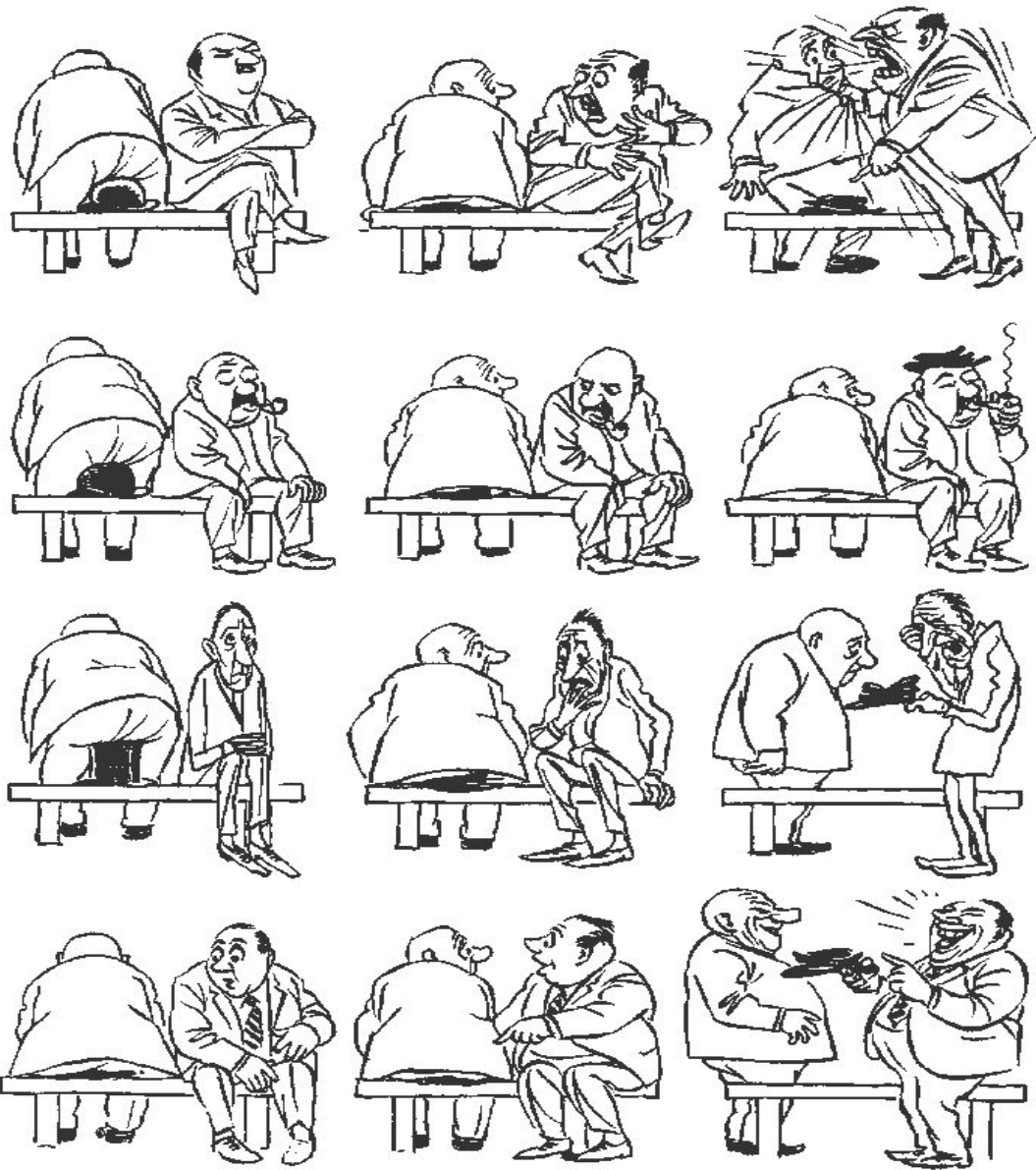
Типы высшей  
нервной  
деятельности  
человека.  
Темперамент

# Учения о типах темперамента



# Темперамент

Врожденные способности человека, которые обуславливают устойчивое объединение индивидуальных особенностей личности, связанных с динамическими, а не содержательными аспектами деятельности. Темперамент составляет основу развития характера; вообще, с физиологической точки зрения темперамент — тип высшей нервной деятельности человека.







## Типы ВНД по И.П. Павлову



# Темперамент и профессиональная сфера

## **Сангвиник**

Частая смена работы, хорошие организаторы и руководители

## **Флегматик**

Четко спланированная деятельность, пунктуальность, стереотипные действия

## **Холерик**

Высокие притязания, идут навстречу трудностям, загружают себя работой

## **Меланхолик**

Сильная мотивация на выполнение монотонной работы

# Известные личности и их темперамент

Н.В. Гоголь  
(меланхолик)





# Известные личности и их темперамент

А.В. Суворов  
(холерик)



М.И. Кутузов  
(флегматик)



# Поведенческие признаки темперамента

Сангвиник ?



Холерик ?



Меланхолик ?



Флегматик ?



# ХОЛЕРИК

Отличительная черта холерика - это сильные эмоции и быстрая смена настроений. То есть за одну минуту может быть, как очень весёлым, потом сникнуть, а дальше начать злиться. При этом, он сам может не понимать, отчего только что смеялся, а теперь плачет.



На первом месте у них стоят виды деятельности, подразумевающие общение с людьми.

У холерика - сильная, неуравновешенная, подвижная нервная система.

# ХОЛЕРИК

Движения резкие, голос громкий, речь быстрая. Быстро загорается что-либо делать и так же быстро может бросить. Подвижность нервной системы холерика больше её торможения. Начиная что-то, вкладывает туда всю свою энергию, быстро истощается и бросает это дело, потому что сил больше не остается.

Например, может по несколько раз переписывать статью и так и не дописать недописанную.

Холерикам нежелательно выбирать работу, требующую монотонности. Для них некоторое время это будет интересно, а потом наскучит.



# САНГВИНИК



Сангвиник - он жизнерадостный и энергичный, распространяет вокруг себя радость и теплоту. Как и у холерика эмоции сильные и подвижные, но уравновешенные. То есть он внешне очень активен, зато внутри царит спокойствие.

Если случается неудача, то сангвиник за счет своих качеств быстро приходит в себя и продолжает жить, как не бывало.

Сангвиник занимается тем, что хочет и из-за этого не может долго находиться на одном месте. При этом у него огромная работоспособность. И если что-то делает, то делает это запоем, за один раз.

# САНГВИНИК



У этого типа темперамента преобладает хорошее настроение, поэтому сангвиники легко сходятся с другими людьми.

Движения быстрые, как у холериков. Преобладает торопливая речь и громкий голос.

Сангвиник - нервная система сильная, подвижная, уравновешенная.



# ФЛЕГМАТИК

Про флегматика можно сказать, что он очень нетороплив. Его эмоции медленны и очень трудно сдвигаются из одного положения. Он мало смеётся и раздражается, практически всегда спокоен и его трудно вывести из этого состояния. Когда о чем-то говорит, то безо всяких эмоций, монотонно, поэтому с ними трудно общаться.



Флегматик копит в себе эмоции и, когда наступает переломный момент, он их выплёскивает.

В каждом его движении чувствуется основательность и уверенность. Думает и принимает решения флегматик очень долго, зато, сделав выбор, он от него не отступится.

# ФЛЕГМАТИК

Попав в новую обстановку, флегматик, скорее всего будет одинок, так как ему нужно время, чтобы привыкнуть к ситуации. Он будет общаться с теми людьми, с которыми знаком и предпочтёт не замечать других, ведь они создают для него дискомфорт.



Для флегматика лучше всего будет однообразная, постоянная работа, без смены вида деятельности. Тут он проявит себя лучше других, потому что очень работоспособен, когда входит в колею.

У флегматика - сильная, уравновешенная, инертная нервная система.



# МЕЛАНХОЛИ

К



Меланхолик - это печальный человек, который ведет себя так, что вот-вот заплачет. Грусть распространяется вокруг него на много метров. Мысли в голове меланхолика о неизбежном и обязательно скорбном.

Примечательно, что всё это происходит внутри и почти не видно снаружи. Если его обидеть, то на лице и теле мало чего отразится, зато в душе останется глубокая рана.

# МЕЛАНХОЛИ

К



Внешне меланхолики выглядят худыми, грустными и суетливыми. Они тянутся к людям и очень хорошо реагируют на то, что происходит вокруг. При этом быстро выпадают в эмоции и не могут их контролировать. В основном боятся или печалются. Занимаются тем, чем скажут другие.

Например, девушки-меланхолики читают советы в женских журналах и безукоризненно следуют им.

Лучше всего меланхоликами удаются виды деятельности не связанные с эмоциональной сферой - программирование, конструирование, бухгалтерия.

Меланхолик - слабый, подвижный, неуравновешенный тип НС.