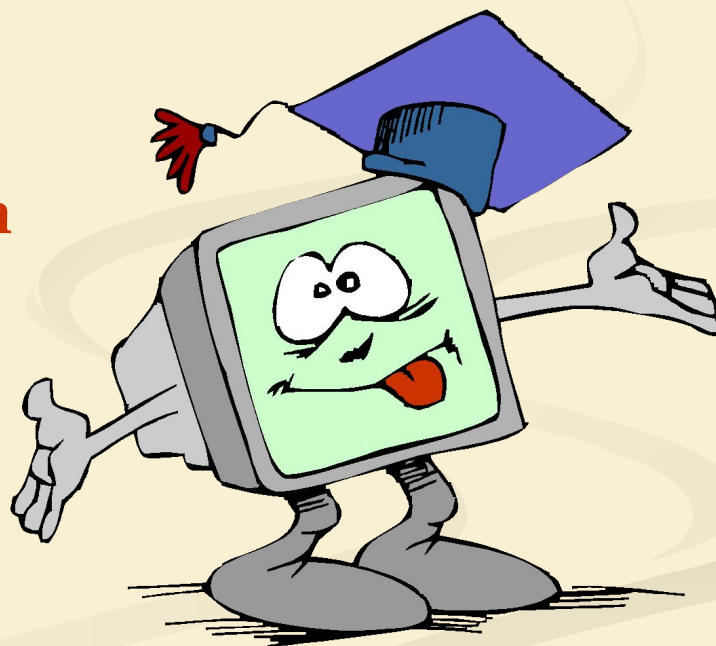


МОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» им. Г. М. Пясецкого

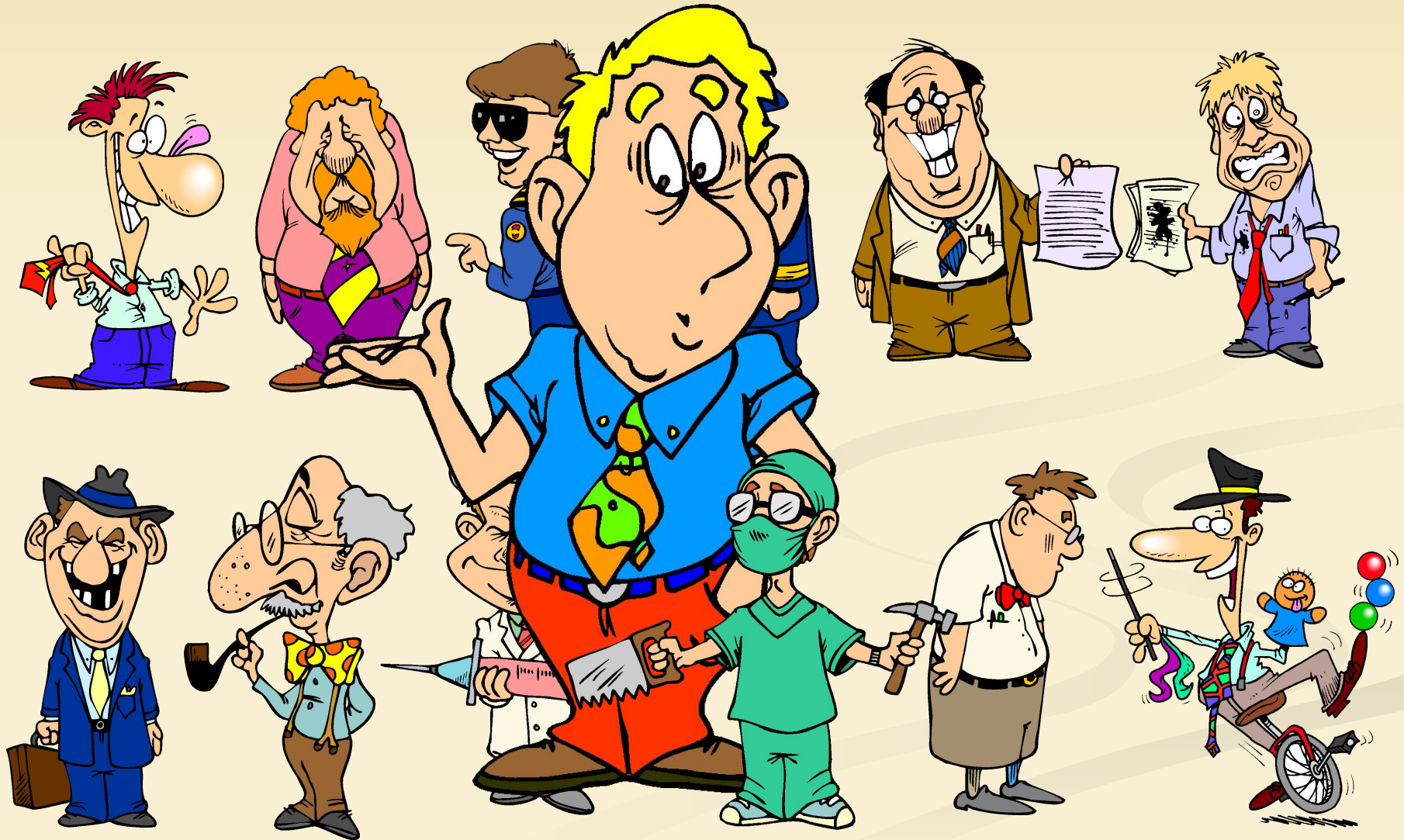
Темперамент

мультимедийная
презентация
занятия элективного курса
в 9 классе

Автор:
учитель технологии
Баланцева Е. Н.

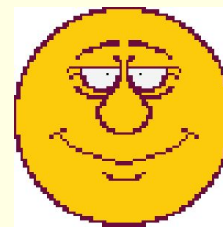


Чем мы отличаемся ?



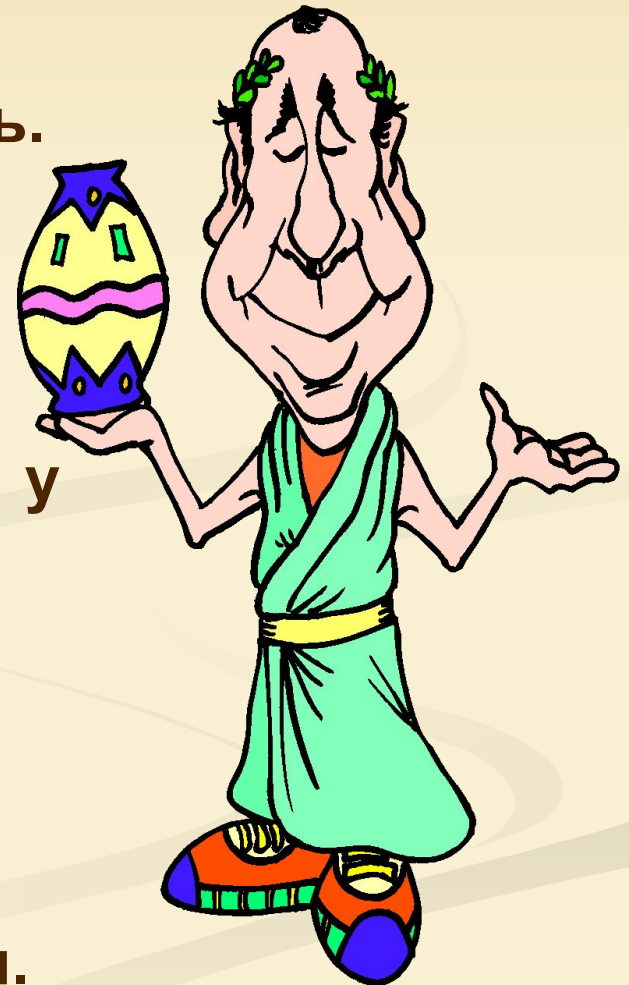
В будничных радостях и
горестях жизни нужно быть
сангвиником,
в важных событиях жизни –
меланхоликом,
относительно влечений,
затрагивающих наши интересы, -
холериком
и ,наконец,
в исполнении решений –
флегматиком.

(Вильгельм Вундт)



Предыстория

Само слово **"темперамент"** означает в переводе с латинского - соотношение частей, соразмерность. Впервые это слово в обиход ввел древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что различия между людьми определяются соотношением в их теле жидкостей: у сангвиника - преобладает кровь (сангвэ), у холерика - желтая желчь (холэ), у флегматика - слизь или лимфа (флегма), у меланхолика - черная желчь (меланэ холэ). Темперамент проявляется в мышлении, речи, манере поведения.



Темперамент - совокупность природных, врожденных свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека.

Русский физиолог И. П. Павлов описал 3 основные свойства нервных процессов, которые определяют тип нервной системы:

- Сила нервных процессов;
- Уравновешенность нервных процессов;
- Подвижность нервных процессов;

Соотношение основных свойств нервной системы лежит в основе темперамента.

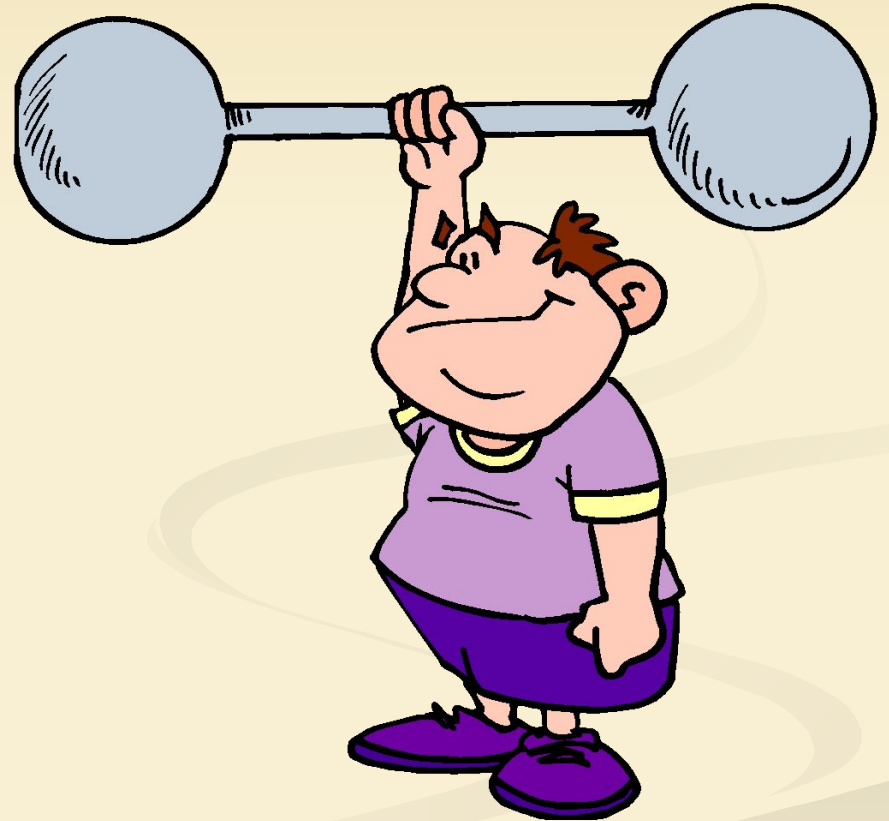


Сила нервных процессов

Сила нервных процессов -

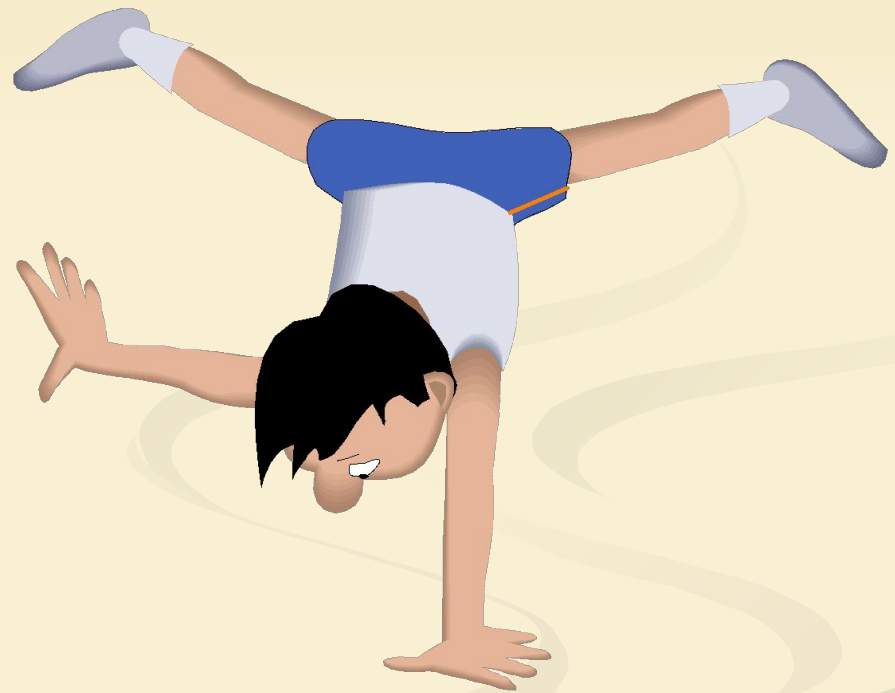
способность нервной системы человека выдерживать большие нагрузки и раздражители.

Это природная индивидуальная особенность, показывающая работоспособность и выносливость. Силу нервных процессов переделать нельзя, но можно регулировать.



Уравновешенность нервных процессов.

Уравновешенность нервных процессов - процессы возбуждения и торможения могут быть либо уравновешены, т.е. одинаковой силы, либо какой-то из них преобладает.



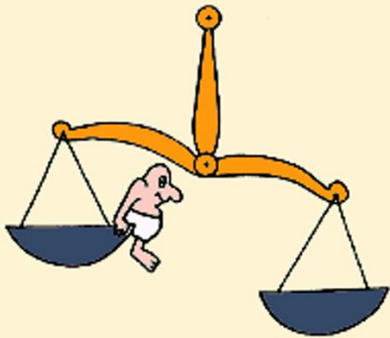
Подвижность нервных процессов

Подвижность нервных процессов -

способность быстро реагировать на изменения в окружающей среде. Данное свойство является показателем быстроты смены возбуждения и торможения.



Соотношение показателей ВНД и типов темперамента



Тип нервной
системы

Сильный

Слабый

Неуравновешенный

Уравновешенный

Уравновешенный

Неуравновешенный

Подвижный

Подвижный

Инертный

Подвижный
Инертный

Холерик

Сангвиник

Флегматик

Меланхолик

Особенности Холерика проявления:

- ❑ Действия порывисты, резки, стремительны, быстрый темп движений, речи.
- ❑ Инициативность, энергичность, активность.
- ❑ Склонность к резким сменам настроения, необдуманность, вспыльчивость, раздражительность.
- ❑ Подвержен эмоциональным срывам.
- ❑ Недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных обстоятельствах.



Сангвиник.

- ❑ Высокая психическая активность, энергичность, работоспособность.
- ❑ Быстро приспосабливается к новым условиям, сходится с людьми.
- ❑ Общителен.
- ❑ Чувства легко возникают и легко сменяются, мимика богатая.
- ❑ Свойственна открытость и доступность, а в некоторых случаях - беззаботность, поверхностность, непостоянство.
- ❑ Стремится к частой смене впечатлений.
- ❑ Сравнительно легко и быстро переживает неудачи.



Флегматик

- ❑ Низкий уровень психической активности, медлительность, невыразительность мимики.
- ❑ Новые формы поведения формируются медленно, но являются стойкими.
- ❑ Как правило, редко выходит из себя, ровен и спокоен в общении.
- ❑ Вдумчивый, миролюбивый, старательный и размеренный, но в некоторых случаях могут проявляться пассивность, вялость и безучастность к окружающему, лень и безволие.
- ❑ Чувства и настроения обычно отличаются постоянством.



Меланхолик.

- ❑ Низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность моторики и речи, быстрая утомляемость.
- ❑ Высокая эмоциональная чувствительность, глубина и устойчивость эмоций при слабом их внешнем выражении, причем преобладают отрицательные эмоции.
- ❑ Это, как правило, тревожные, малообщительные люди.
- ❑ При неблагоприятных условиях может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчужденность.



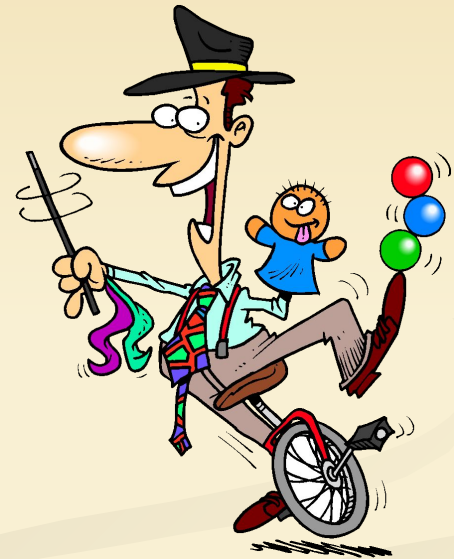
Темперамент и профессия

- **Холерику** подходит циклическая работа, в которой чередуются периоды больших усилий и спокойной деятельности.



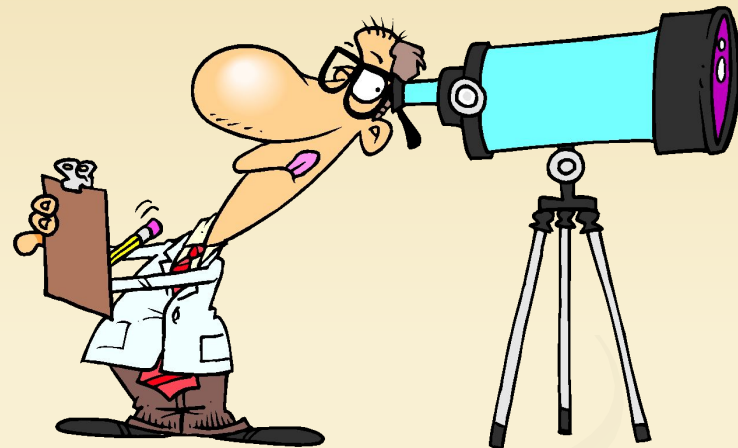
Темперамент и профессия

- **Сангвинику** интереснее заниматься разнообразной работой, где он получает постоянно новые знания. Профессии должны быть постоянно связаны с общением, а также организацией деятельности людей.



Темперамент и профессия

- Флегматик в работе должен иметь возможность соблюдать привычный режим, деятельность может носить **монотонный** характер.



Темперамент и профессия

- **Меланхолику** подходит работа, требующая точных ручных умений. Противопоказаны профессии, связанные с неожиданностями и сложностями.



Методика диагностики темперамента Айзенка



- **Цель методики:** Выявить особенности темперамента.
- **Задачи:** На основе анализа ответов на анкетный опросник определить, к какому типу темперамента относится человек.
- **Материал методики:** Для проведения методики подготавливается специальный тестовый бланк, ручка или карандаш для его заполнения и текст опросника.
- **Обработка результатов:** используются "ключи", предлагаемые ниже.
- Используя данную методику, можно определить **тип темперамента.**

Тестовый бланк.

Инструкция: "Вам предлагается ряд вопросов об особенностях Вашего поведения. Если Вы отвечаете на вопрос утвердительно ("согласен"), то поставьте в соответствующей клетке знак "+", если отрицательно ("не согласен"), то знак "--". Отвечайте на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна Ваша первая реакция. Отвечать нужно на каждый вопрос. Результаты фиксируются на тестовом бланке."

| | | | | | | | | | |
|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1 + | 2 - | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |
| 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |

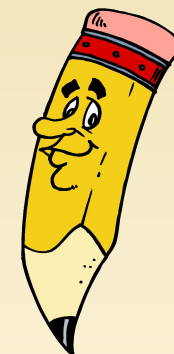
Вопросы:

- 1) Пробавляешь ли себя в компании, если тебе не интересно? Оживленный бы часок, смелый и смелый, ты бы не хотел бы быть активнее?
- 2) Навсегда ли ты нуждаешься в друзьях, которые умели бы тебя поддразнивать, особенно для обдумывания?
- 3) Ты часто считаешь, что ты не умеешь общаться в обществе?
- 4) Тебе часто приходится говорить с друзьями, которые своим поведением пытаются заставить тебя делать что-то, что тебе не нравится?
- 5) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 6) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 7) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 8) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 9) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 10) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 11) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 12) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 13) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 14) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 15) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 16) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 17) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 18) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 19) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 20) Ты часто чувствуешь себя в компании, как будто ты один? Потому что тебе не нравится, что тебе не нравится?
- 59) Ты считаешь, что трудно получить настоящее удовольствие от оживленной компании?
- 60) Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал чего-нибудь, не подумав?

Обработка результатов.

Шкала социальной желательности

(шкала лжи) определяется по числу совпадений знаков при ответе на вопросы :
со знаком "+" на вопросы: 8, 16, 24, 28, 36, 44;
со знаком "-" на вопросы: 4, 12, 20, 32, 40, 48.



По шкале социальной желательности (шкала лжи) показатель в 4-5 баллов рассматривается как критический, что свидетельствует о тенденции обследуемого ориентироваться на хорошее впечатление о себе. Это распространяется и на другие шкалы. Шкала лжи является своеобразным индикатором демонстративности в поведении обследуемого. Такого рода данные с превышением шкалы лжи выше критического уровня при обработке берутся на заметку.

Экстраверсия – интроверсия.

Экстраверсия - интроверсия определяется по сумме

положительных ответов "+" на вопросы:

1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57;

и отрицательных ответов "-" на вопросы:

6, 33, 51, 55, 59.

| Интроверсия | | Экстраверсия | |
|--------------|-----------|--------------|--------------|
| Значительная | Умеренная | Умеренная | Значительная |
| 1-7 | 8-11 | 12-18 | 19-24 |

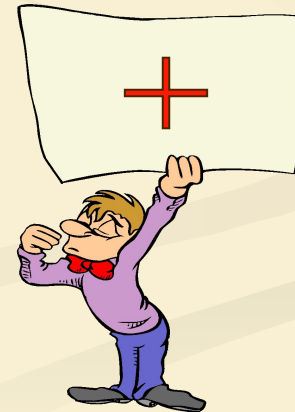
Нейротизм. Эмоциональная стабильность - нестабильность

Эмоциональная стабильность определяется суммой положительных "+" ответов на вопросы: 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

| Эмоциональная стабильность | | Эмоциональная нестабильность | |
|----------------------------|---------|------------------------------|---------------|
| Высокая | Средняя | Высокая | Очень высокая |
| 0-10 | 11-14 | 15-18 | 19-24 |

Нейротизм.

- **Нейротизм** (по Айзенку) характеризует эмоциональную устойчивость или неустойчивость (эмоциональную стабильность - нестабильность). Нейротизм, по некоторым данным, связан с показателями лабильности нервной системы. На одном полюсе эмоциональной стабильности находится тип личности, характеризующийся чрезвычайной устойчивостью, зрелостью, отличной адаптацией, а на другом - чрезвычайно нервный, неустойчивый, плохо адаптированный тип.



Темперамент

| | | |
|-------------------|------------------------------|--|
| Сангвиник | Экстраверсия умеренная | Эмоциональная стабильность средняя |
| Холерик | Экстраверсия значительная | Эмоциональная нестабильность высокая |
| Флегматик | Интроверсия умеренная | Эмоциональная стабильность высокая |
| Меланхолик | Интроверсия значительная | Эмоциональная нестабильность очень высокая |

Какой темперамент лучше?

Не бывает «хорошего» или «плохого» темперамента. Вопрос, кем лучше быть, не имеет смысла, как и вопрос какое время года лучше. В каждом есть свои плюсы и минусы. Надо их знать и действовать, выбирая эффективную модель поведения в зависимости от ситуации, не идя на поводу у природных качеств, а развивая их.





Например в...кий
составоводе...таров
то...ивляя
омму
сильней. Ю...
...астремол...
...ени, ко...
на...ему фле...
К...в.



Полн...
прот...жностью
б...
...но это
казал
...бор
...не с

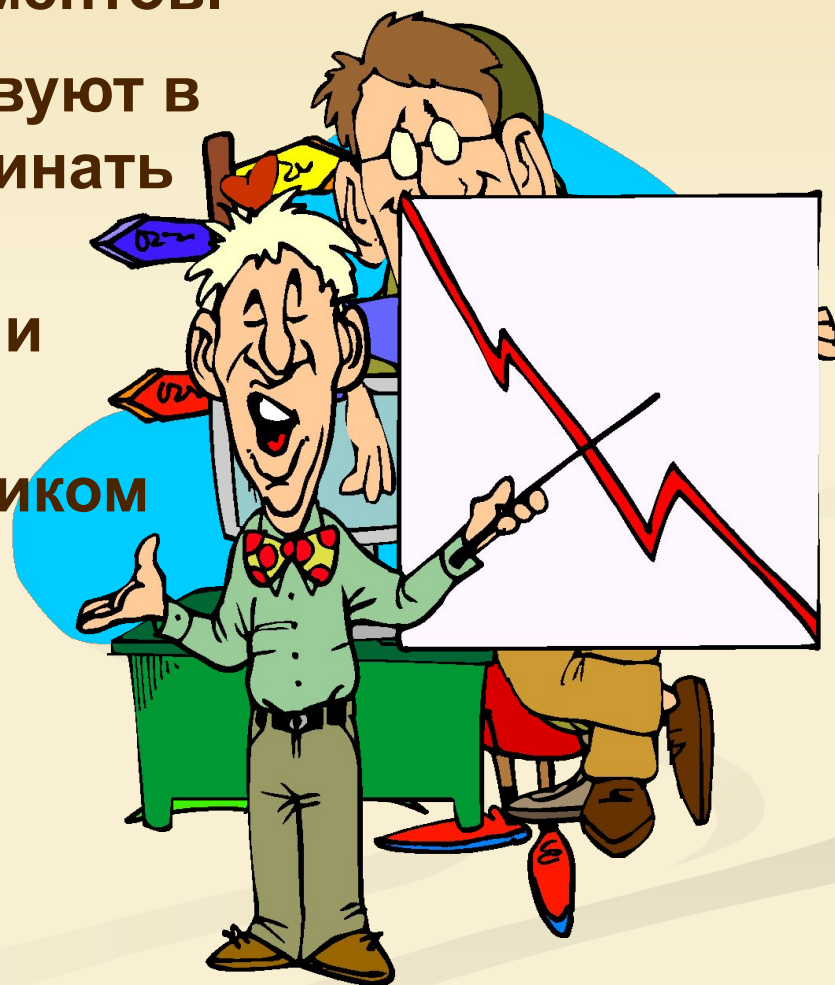
Любая группа людей работает эффективней, если в ней есть представители всех темпераментов.

Меланхолики первыми чувствуют в каком направлении надо начинать поиск.

Холерики выполняют функции бесстрашных разведчиков.

Сангвиники являются источником положительных эмоций и постоянно генерируют неожиданные идеи.

Флегматики анализируют информацию и предлагают взвешенное решение.



Заключение:

В жизни в «чистом» виде темпераменты встречаются редко, как правило, говорят о преобладании тех или иных черт темперамента (смешанный тип). Проявление свойств темперамента во многом зависит и от условий жизнедеятельности.



Домашнее задание.

Помните «Три мушкетера»?

Атос, Портос, Арамис и Д'Артаньян как раз и представляют четыре темперамента. Они дополняют друг друга, как четыре стихии, четыре времени года, и поэтому непобедимы!

Попробуйте определить темпераменты мушкетеров.

