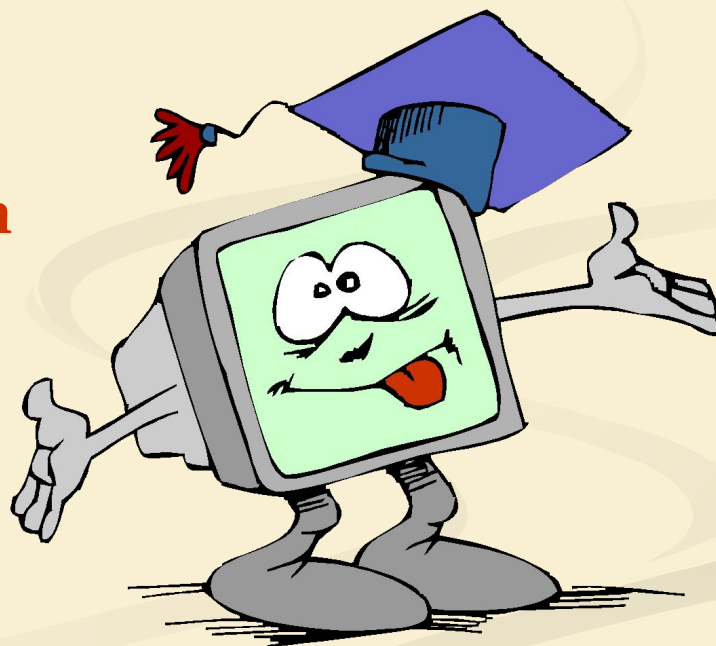


МОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» им. Г. М. Пясецкого

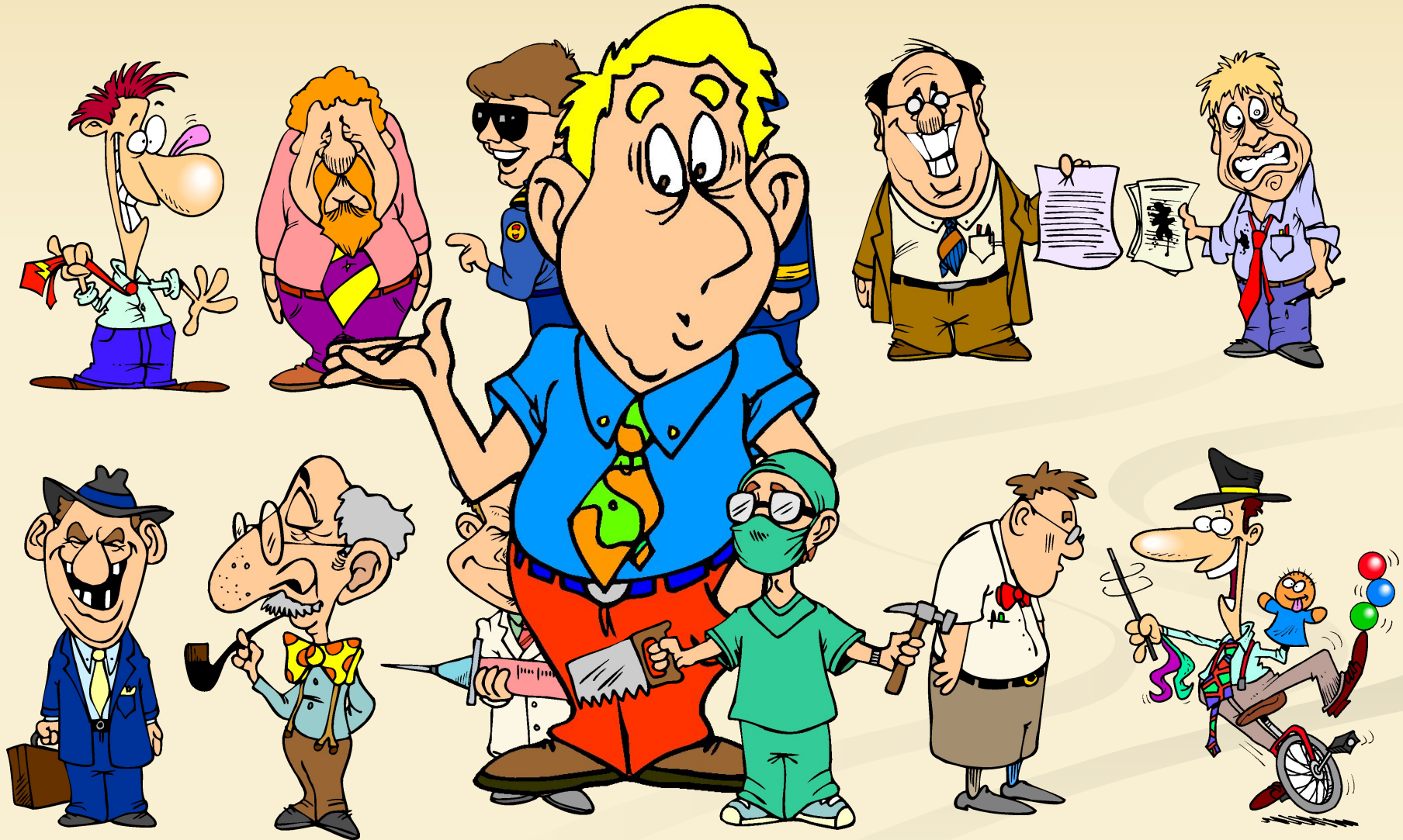
# Темперамент

мультимедийная  
презентация  
занятия элективного курса  
в 9 классе

Автор:  
учитель технологии  
Баланцева Е. Н.

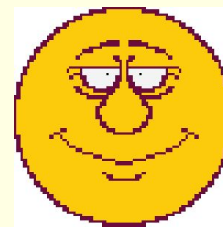


# Чем мы отличаемся ?



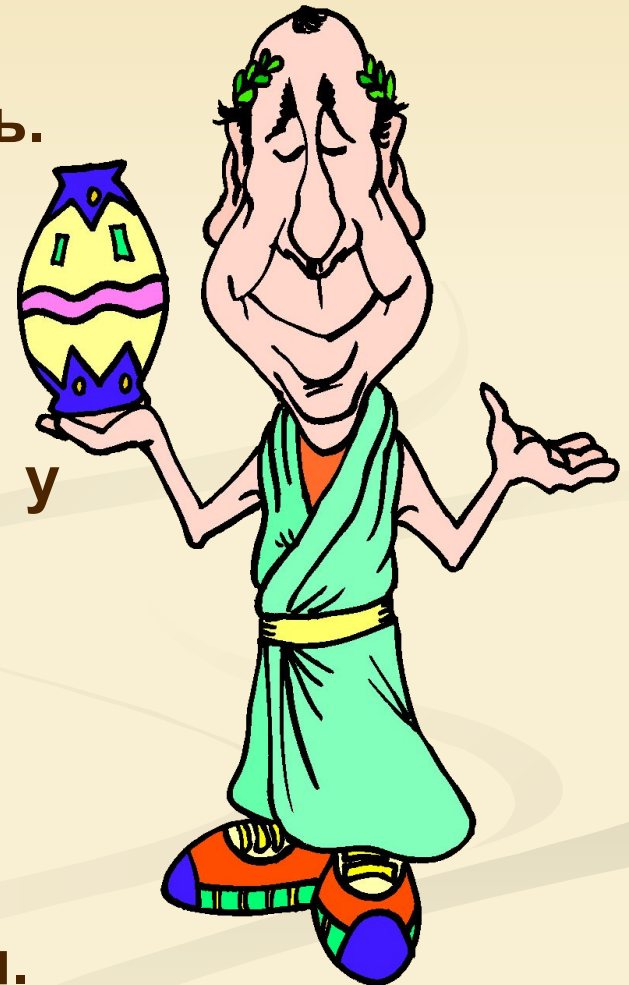
В будничных радостях и  
горестях жизни нужно быть  
**сангвиником**,  
в важных событиях жизни –  
**меланхоликом**,  
относительно влечений,  
затрагивающих наши интересы, -  
**холериком**  
и ,наконец,  
в исполнении решений –  
**флегматиком**.

(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.

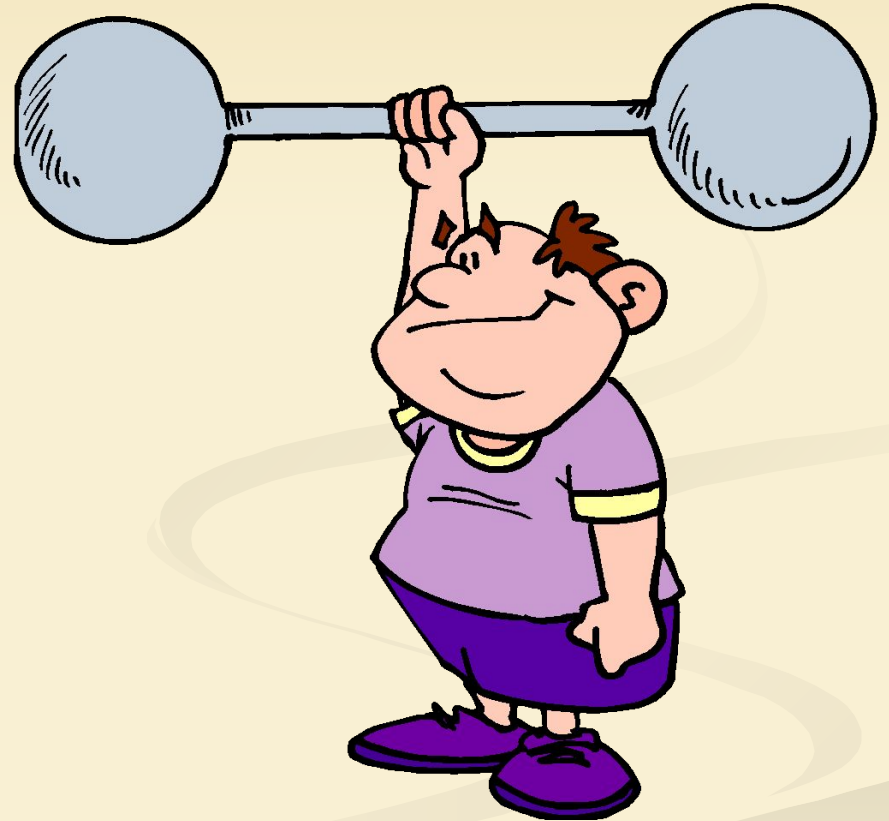


# Сила нервных процессов

## Сила нервных процессов -

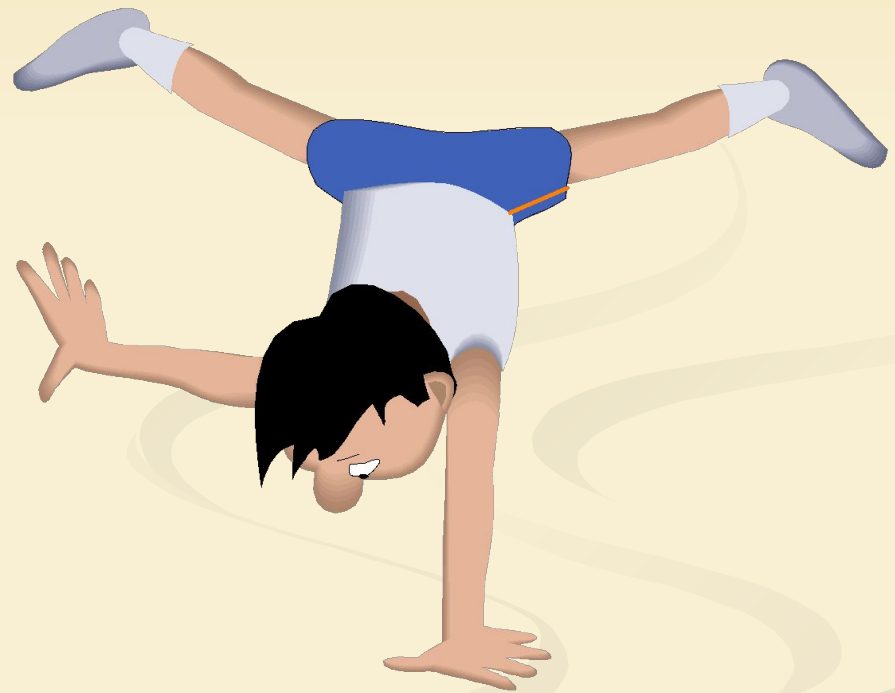
способность нервной системы человека выдерживать большие нагрузки и раздражители.

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

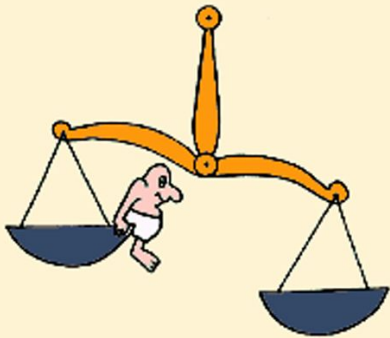
## Подвижность нервных процессов -

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

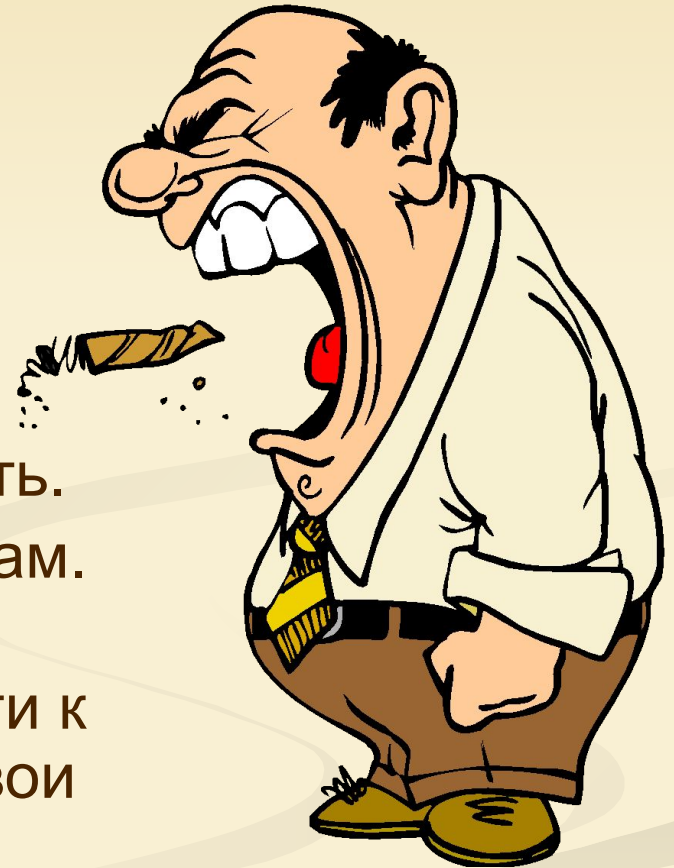
Сангвиник

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.



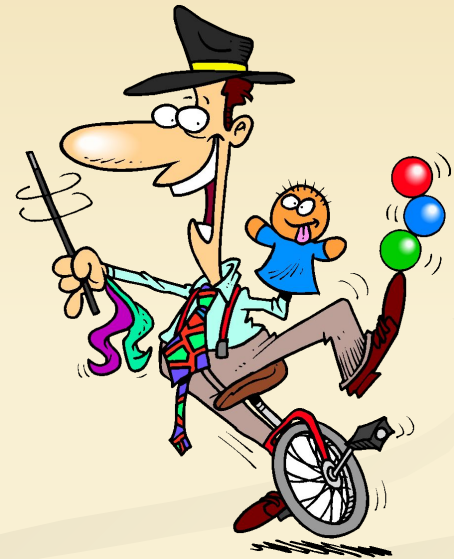
# Темперамент и профессия

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



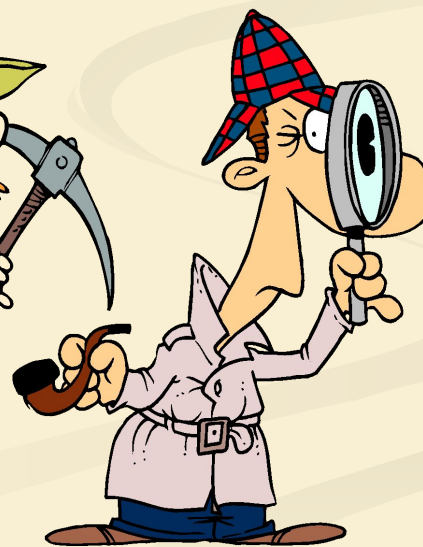
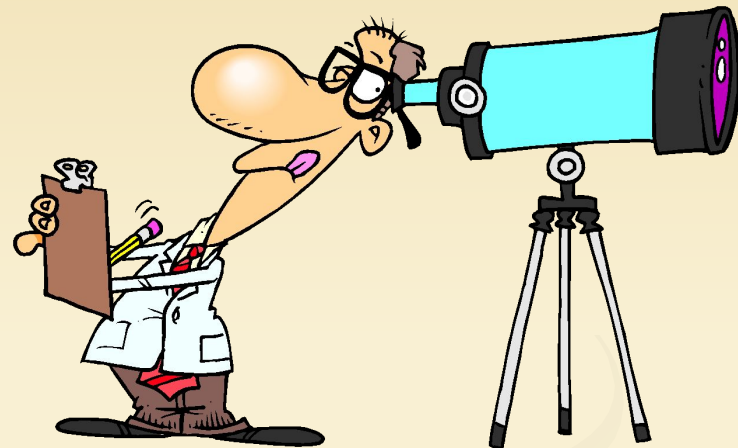
# Темперамент и профессия

- **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

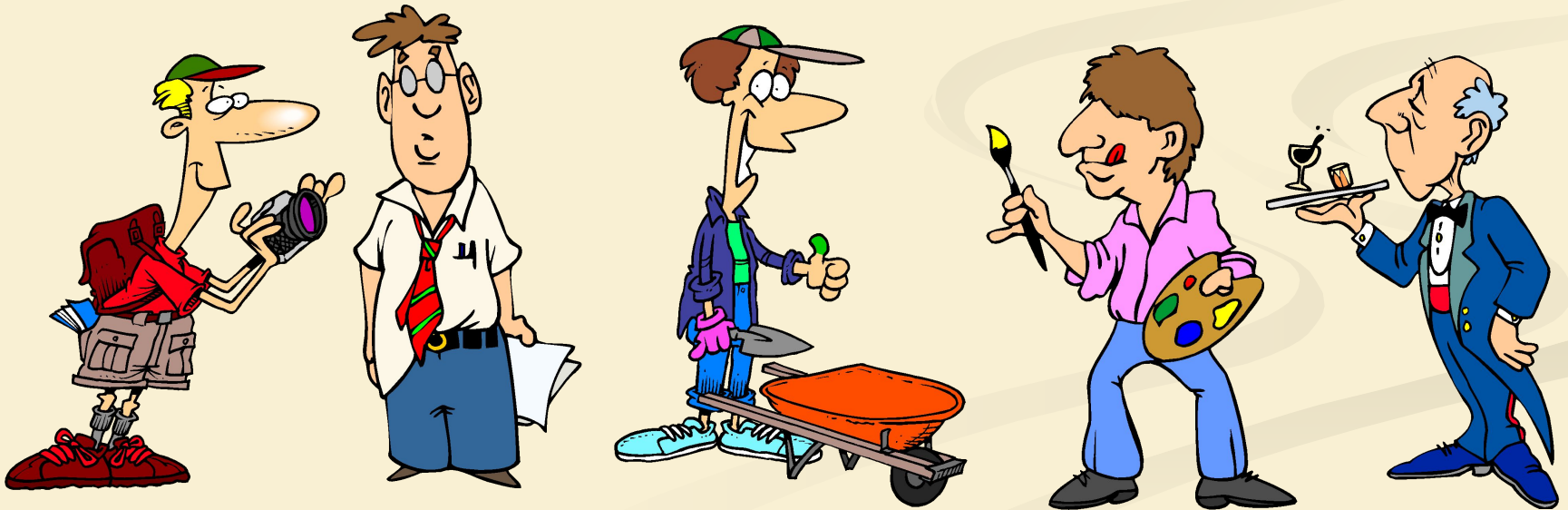
- Флегматик в работе должен иметь возможность соблюдать привычный режим, деятельность может носить **монотонный** характер.





# 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."

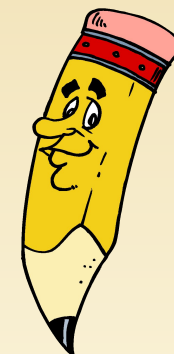
1 +	2 -	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60



# 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;

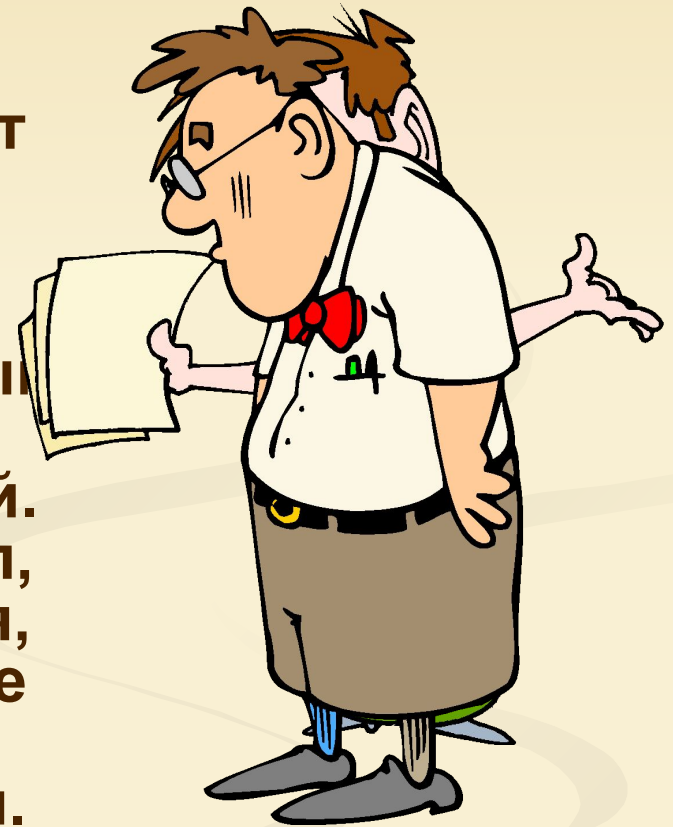
и отрицательных ответов "-" на вопросы:

6, 33, 51, 55, 59.

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

# Экстраверсия и интроверсия.

- **Экстраверт** - (по Айзенку) - общителен, склонен к каждой возможности вылезти вперед и считает возбуждения и действиями. Имеет твердую уверенность в себе и во всех, проковывает и приводит к успеху, действует по своим идеям и планам, не доверяет в него и в своих шубках. Не имеет проблем с принятием решений. Беззаботен, добродушен, весел, оптимистичен, любит вылезать, предоступает и активно, не действует из себя и обращает к людям и восторгам. Его идеи и проекты не контролируются, на него всегда можно положиться.



# Нейротизм. Эмоциональная стабильность - нестабильность

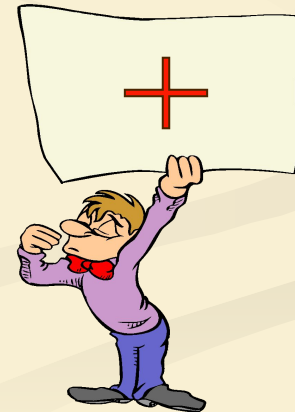
Эмоциональная стабильность определяется суммой положительных "+" ответов на вопросы: 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

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

<b>Сангвиник</b>	Экстраверсия умеренная	Эмоциональная стабильность средняя
<b>Холерик</b>	Экстраверсия значительная	Эмоциональная нестабильность высокая
<b>Флегматик</b>	Интроверсия умеренная	Эмоциональная стабильность высокая
<b>Меланхолик</b>	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...

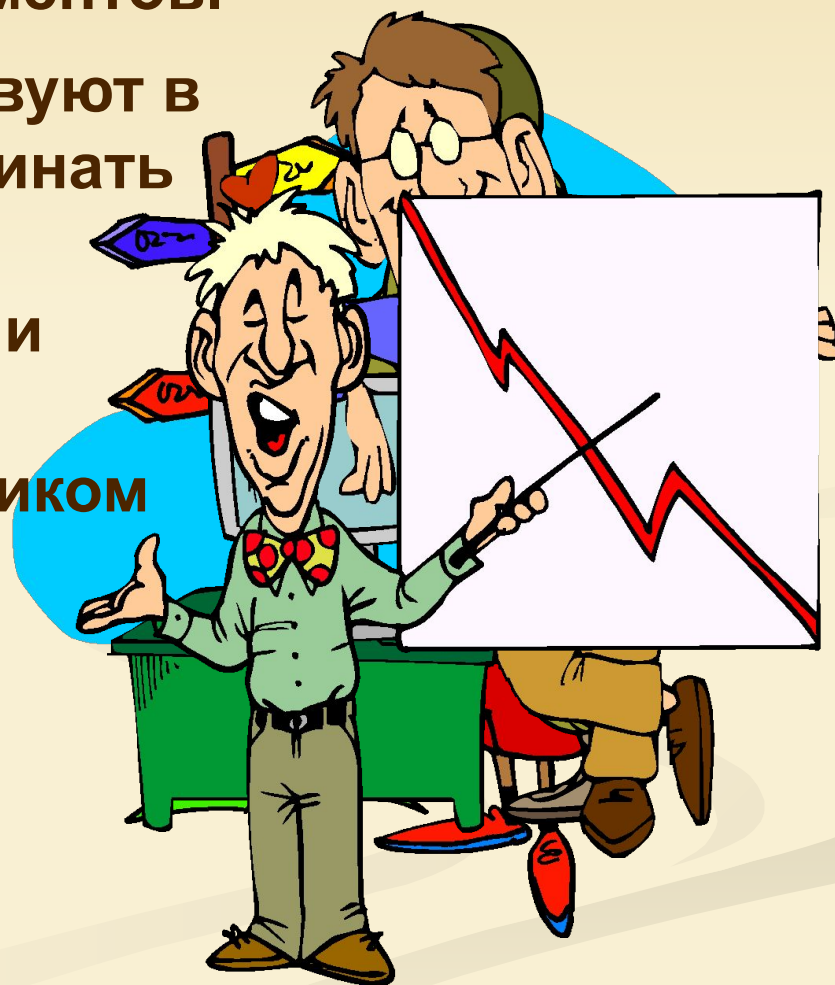
Любая группа людей работает эффективней, если в ней есть представители всех темпераментов.

**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.

