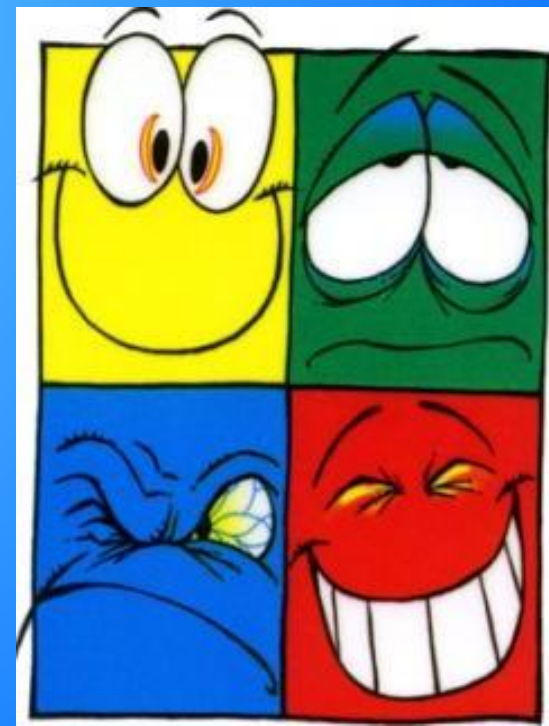


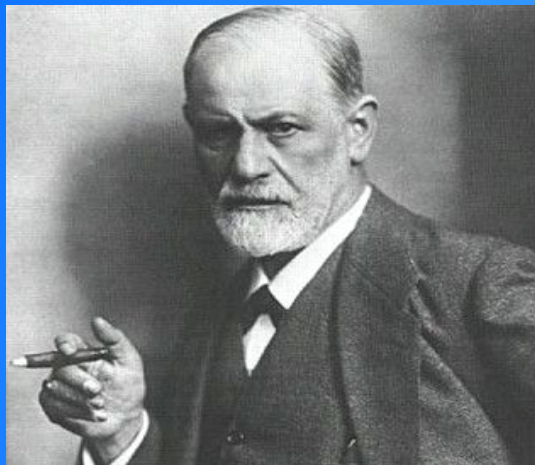
# ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПО ПСИХОЛОГИИ

на тему:

## ТЕМПЕРАМЕНТ

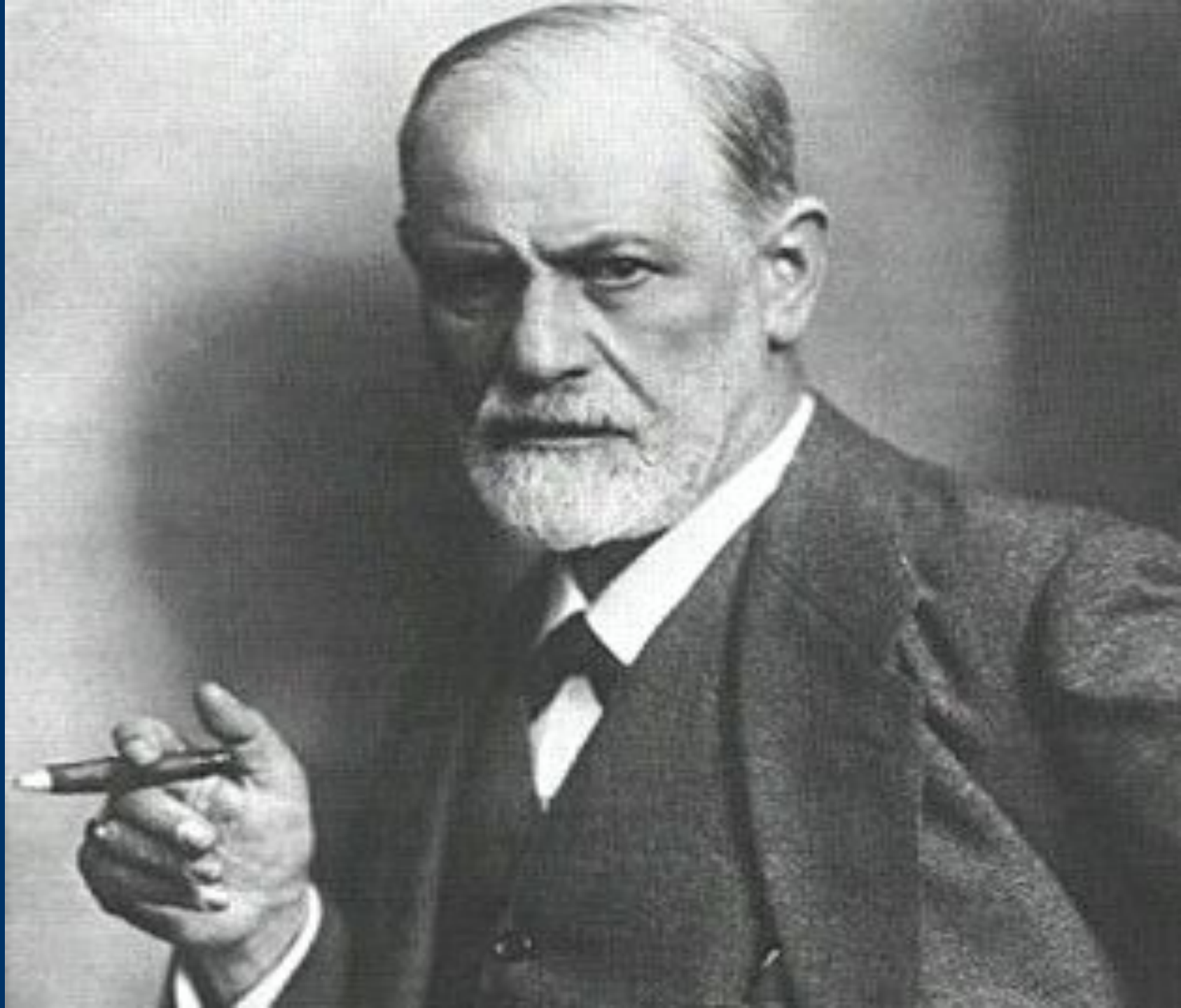


# Экскурс в историю

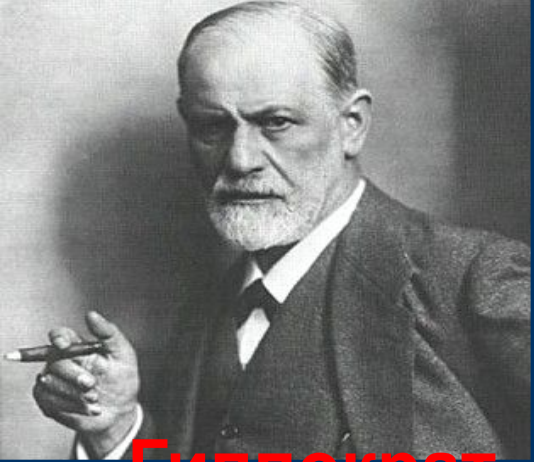


В V веке до нашей эры в Греции жил великий ученый Гиппократ, в роду которого было 17 поколений врачей. Опыт и наблюдательность помогли ему описать ныне всем известные типы людей: сангвиника, холерика, флегматика и меланхолика. Четыре темперамента Гиппократ сравнивал с четырьмя стихиями: огонь, земля, вода, воздух. Гармония четырех стихий создает жизнь на земле, гармония четырех начал в человеке позволяет ему жить полноценной жизнью.









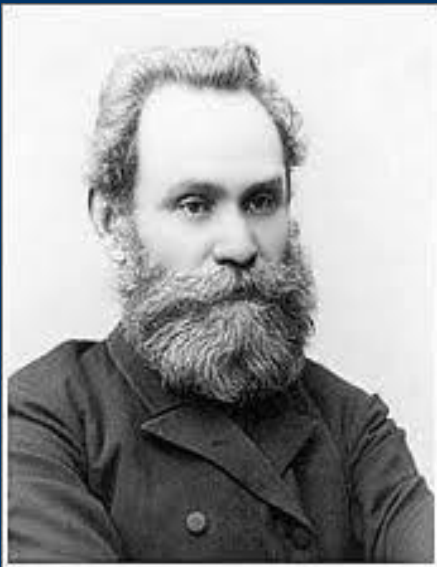
Гиппократ

Считал, что в теле человека имеются 4 основные жидкости:  
**кровь, слизь, желчь и черная желчь.**

### Виды темперамента:

- **Холерический** – от слова «желчь»
- **Сангвинический** – от слова «кровь»
- **Флегматический** – от слова «слизь»
- **Меланхолический** – от слова «черная желчь»

От преобладания той или иной жидкости зависит темперамент человека, темп, ритм, интенсивность происходящих в его душе процессов



**И.П.Павлов  
1849 - 1936**

**Русский ученый, первый русский нобелевский лауреат, физиолог, создатель науки о высшей нервной деятельности и представлений о процессах регуляции пищеварения.**

*«Греческий гений Гиппократ уловил в массе бесчисленных вариантов человеческого поведения капитальные черты»*

**И.П.Павлов доказал, что указанные Гиппократом 4 вида темперамента связаны с высшей нервной деятельностью**

# Типология темперамента по И.П.Павлову:

Особенности	Типы нервной системы	Слабый	Сильные		
			инертный	живой	безудержный
Сила Уравновешенность Подвижность	Слабый Неуравновешенный Подвижный или инертный	Сильный Уравновешенный Инертный	Сильный Уравновешенный Подвижный	Сильный Неуравновешенный Подвижный	
Темперамент	Меланхолик	Флегматик	Сангвиник	Холерик	
Реакции	Медленные Сильные	Медленные Сильные	Быстрые Умеренные	Быстрые Чрезмерные	

# Сравнительный анализ

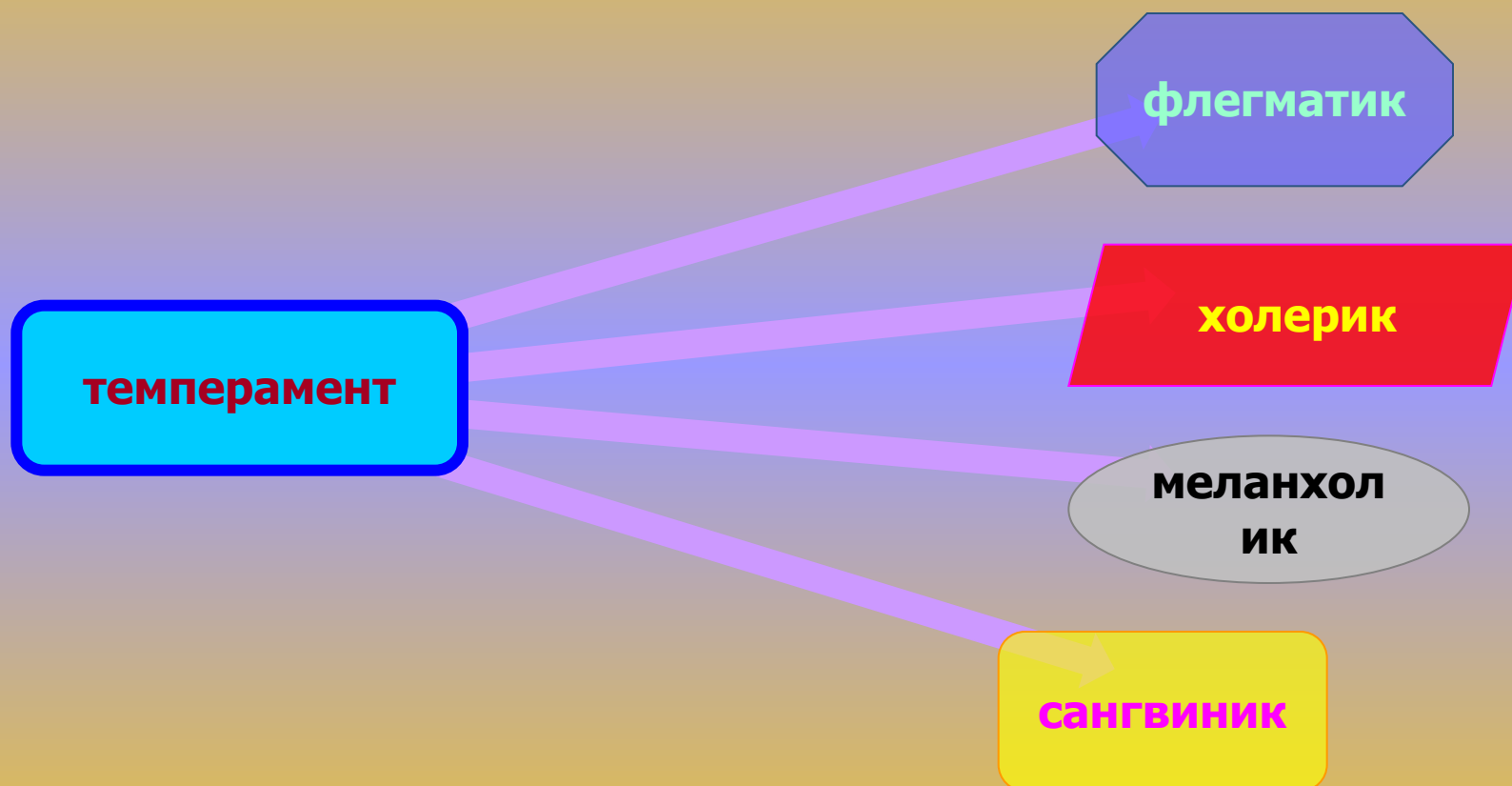
<b>Темперамент по Гиппократу</b>	<b>Краткая характеристика</b>	<b>Свойства нервной системы по Павлову</b>
<b>ФЛЕГМАТИК</b>	Работоспособный Малозмоциональный Серьезный Надежный Спокойный	Сильный Уравновешенный Малоподвижный
<b>САНГВИНИК</b>	Активный Энергичный Жизнерадостный Легкомысленный Беззаботный	Сильный Уравновешенный Подвижный
<b>ХОЛЕРИК</b>	Очень энергичный Вспыльчивый Эмоциональный Напористый Чувствительный	Сильный Неуравновешенный Подвижный
<b>МЕЛАНХОЛИК</b>	Замкнутый Раннимый Сдержанный Задумчивый Грустный	Слабый Неуравновешенный Сдержанный



# 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.

# Виды темперамента



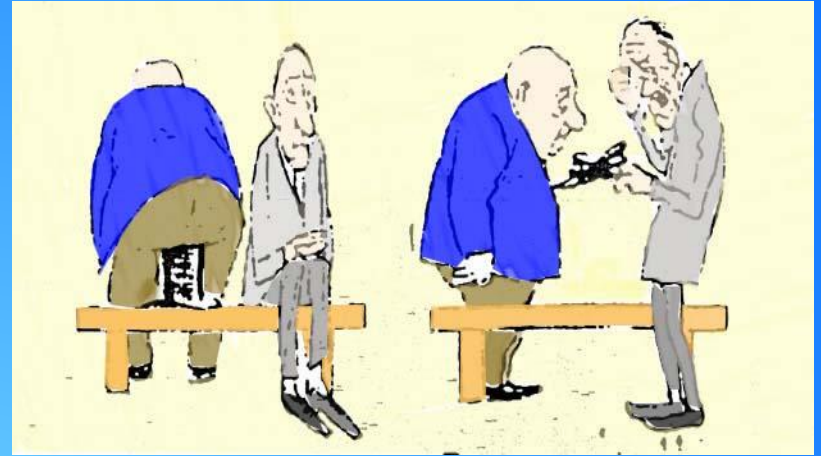
# Проведем небольшой тест на выявление вашего темперамента:

## **Инструкция:**

**Попробуйте представить себя на месте человека, шляпа которого «пострадала» и выберите соответствующий вариант. Вам предлагается выбрать картинку из карикатур. В момент тестирования будьте честными с самим собой!**



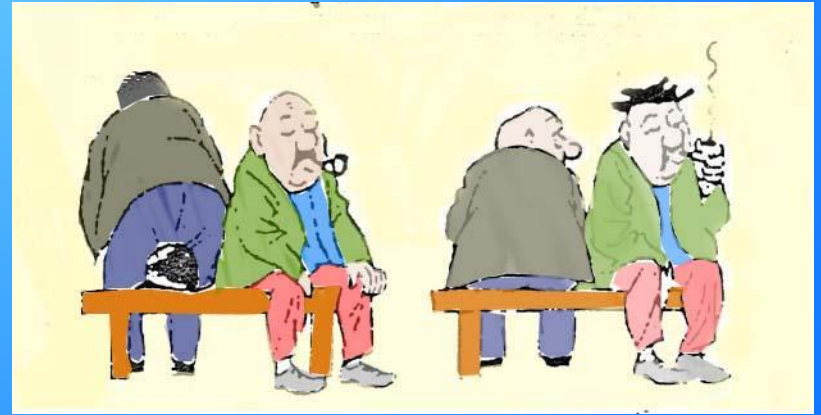
1



2



3

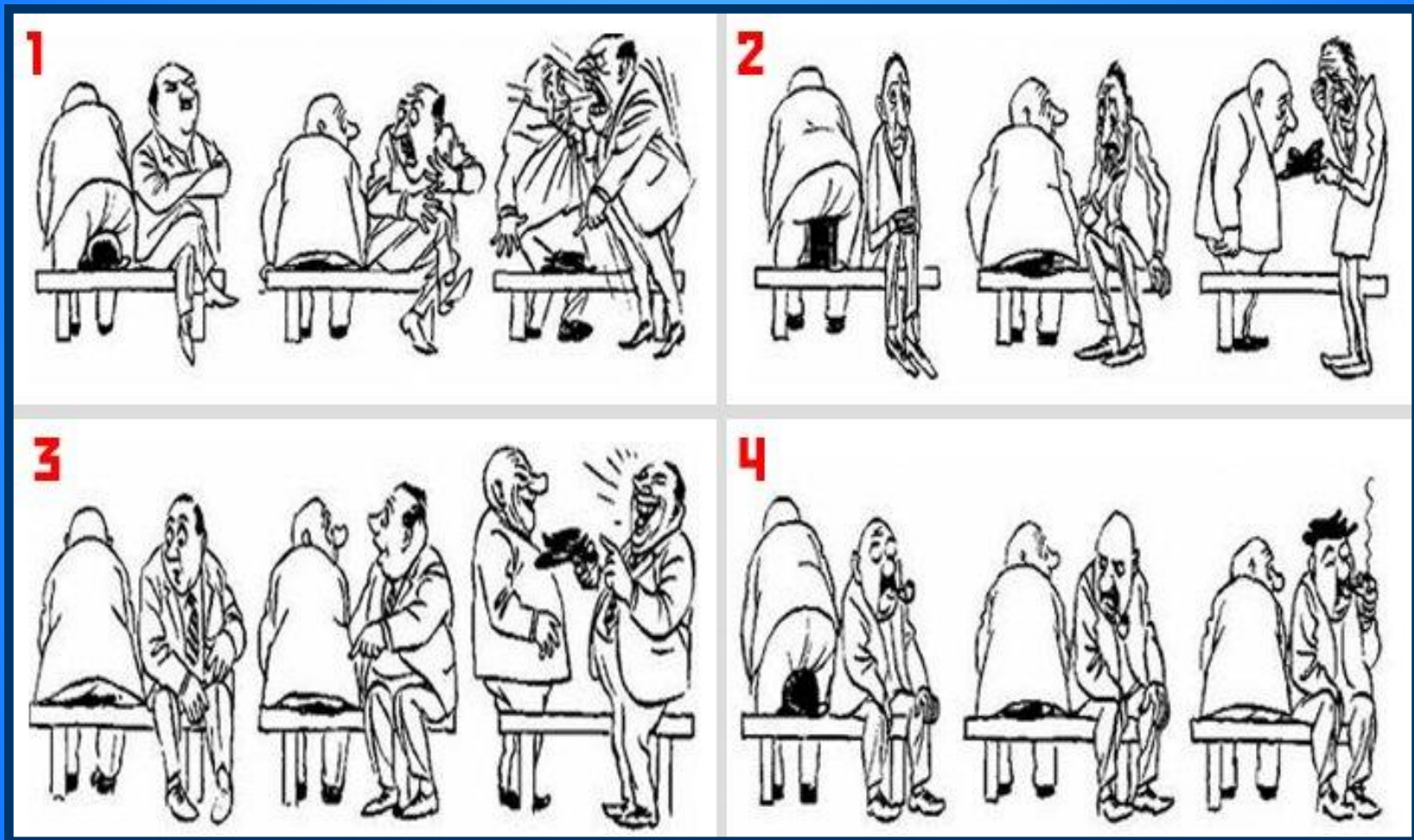


4

# Интерпретация данных:

Холерик

Меланхолик



Сангвиник

Флегматик

# Характеристики темпераментов

## сангвиник

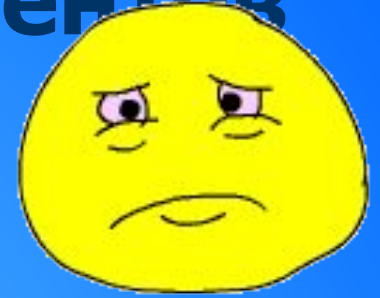


Это человек весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Сангвиник быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем ещё недавно очень его волновало и притягивало к себе. Он много обещает, но не всегда сдерживает 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.

# 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.**

# 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.



# Характеристики темпераментов флегматик



Обладатель этого темперамента хладнокровен. Он больше склонен к бездействию, 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.

# 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

# Выбор профессии и темперамент

Каждый тип психики больше подходит для одних дел и профессий и меньше – для других.

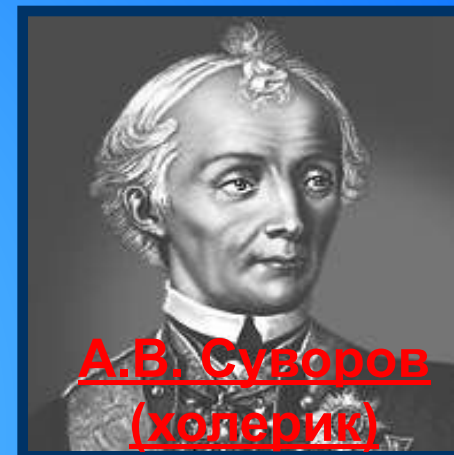
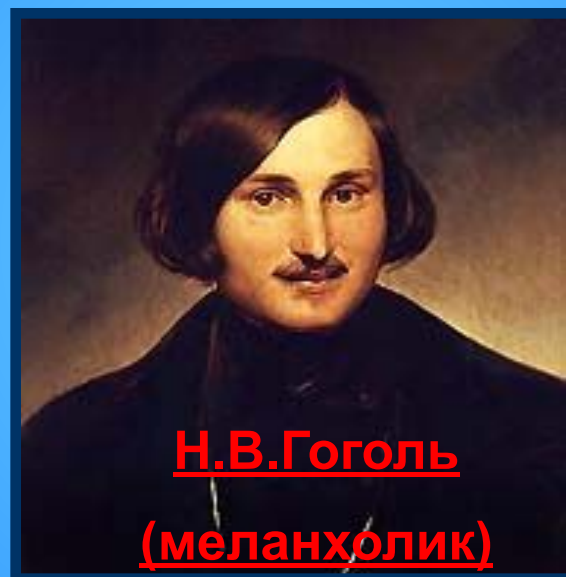
Меланхолики: часто люди искусства.

Холерики: великолепные летчики-испытатели, каскадеры.

Флегматики: прекрасные бухгалтера, экономисты, аудиторы.

Сангвиники: хорошие водители, саперы, инженеры.

# Известные личности и их темперамент



# Роль в общении

ХОЛЕРИК

подчиняет,  
непреклонен,  
властен

САНГВИНИК

развлекатель,  
старается всех  
развеселить

ФЛЕГМАТИК

спокойный,  
созерцатель

МЕЛАНХОЛИК

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,  
стеснительен,  
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

**САНГВИНИК**

переживает симпатии легко, ярко и весело



**ХОЛЕРИК**

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

**ФЛЕГМАТИК**

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



**МЕЛАНХОЛИК**

преданность, подчиняется паре, стыдится открывать свои чувства, однолюб





# Движения и походка



подвижный,  
быстрый,  
«непоседа»

стремительный,  
резкий,  
напряженный

сангвини  
к

холерик

флегмати  
к

меланхоли  
к

замедленный,  
плавный,  
расслабленный

замедленный,  
нерешительный



# Аппетит

сангвини  
к

холерик

«ажмога»  
‘ишош’,  
‘лакомка»

ест быстро,  
‘одт’я’т’



ценит  
процесс  
еды, не  
торопится во  
время еды

сниженный

флегмат  
ик

меланхоли  
к

# Сон



**«Всякий человек есть творец  
своей судьбы» (Саллюстий)**

**Темперамент дается человеку на всю  
жизнь. Его не переделаешь.**

**Плохих и хороших темпераментов не  
бывает.**

**Свой темперамент можно и нужно  
контролировать.**

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**