# *Настроение и темперамент*

# Что такое эмоции?

- это переживания, в которых проявляется отношение людей к окружающему миру и к самим себе.

# Какие бывают эмоции?

СЧАСТЬЕ

ГРУСТЬ

РАЗДРАЖЕНИЕ

ОДИНОЧЕСТВО

УДИВЛЕНИЕ

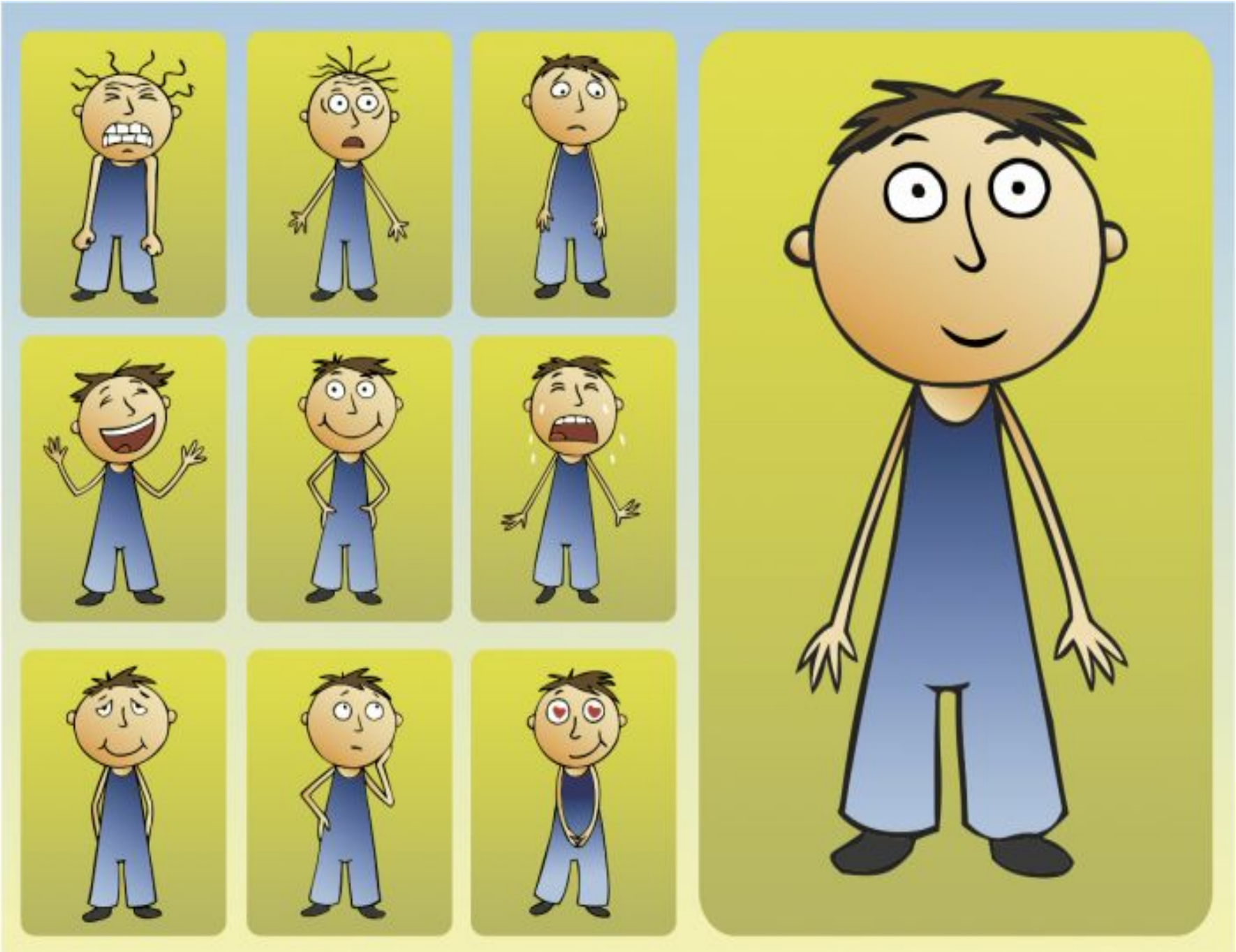
СКЕПСИС

ЯРОСТЬ

ЗАДУМЧИВОСТЬ

# Положительные эмоции

# Отрицательные эмоции



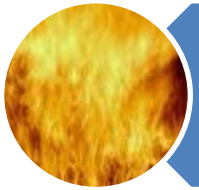
# Что такое настроение?

**Настроение** – это эмоциональное состояние, изменяющее все поведение.

# "Оптимист или пессимист"

RastiVmeste.ru

# Четыре типа темперамента и стихии



ХОЛЕРИК

ФЛЕГМАТИК

МЕЛАНХОЛИК

САНГВИНИК

# Типы темперамента и особенности их поведения

## Меланхолик

обидчивый
тревожный
неподатливый
впечатлительный
пессимистический
необщительный
сдержанный

## Холерик

раздражительный
поддающийся настроению
агрессивный
импульсивный
оптимистический
лидирующий
активный

## Флегматик

пассивный
старательный
вдумчивый
миролюбивый
направленный
надёжный
размеренный
спокойный

## Сангвиник

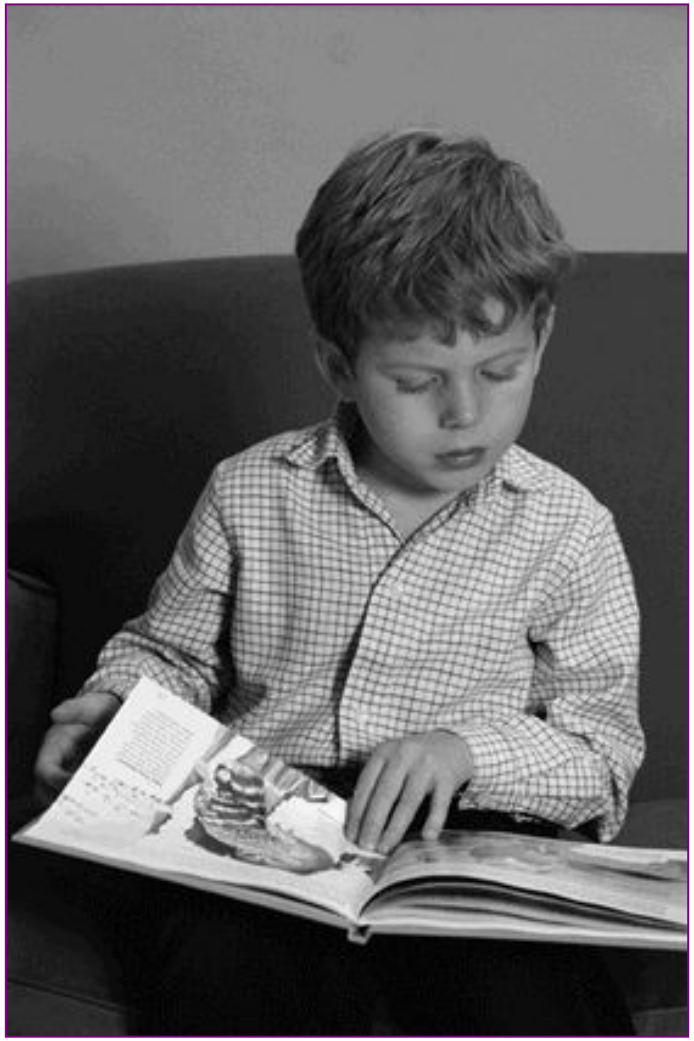
общительный
открытый
разговорчивый
доступный
живой
беззаботный
любящий удобства
инициативный

# Сангвиник

**Сангвиник легко привыкает к новой обстановке, легко входит в новые компании. *Если сангвиник увлечен делом, то обязательно доведет его до конца. Он, как никто другой, умеет все организовать.***

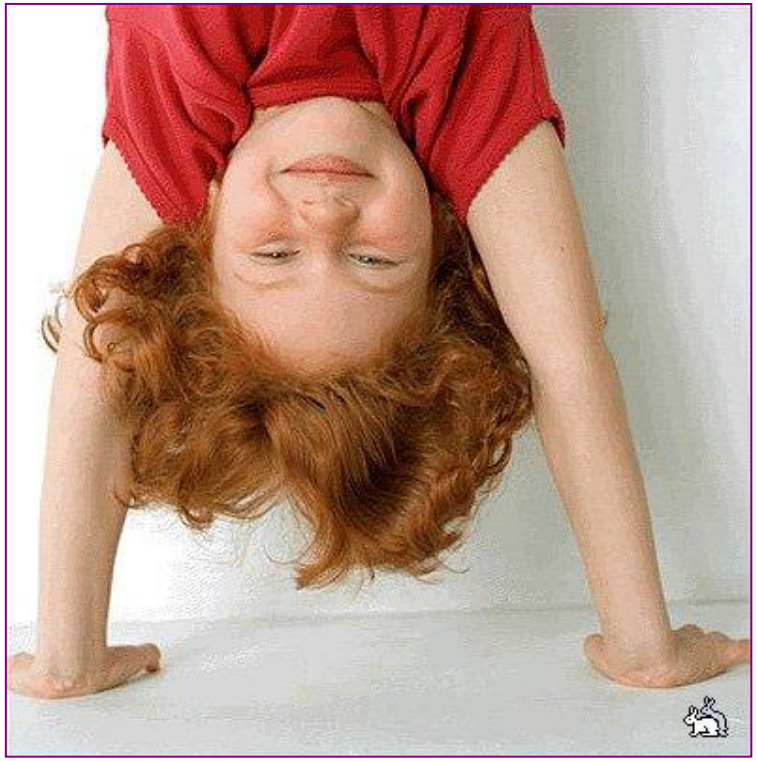
# Флегматик

***Это спокойный, невозмутимый, основательный, обстоятельный человек.***



# Холерик

***Холерик обладает прекрасной памятью, хорошими интеллектуальными способностями, легко и быстро запоминает нужную ему информацию.***



# Меланхолик

**Для такого человека характерны неуверенность в своих силах, тревожность, ему трудно сделать выбор. Он не любит общаться с незнакомыми людьми. Очень подозрителен и обидчив. Голос у него тихий, речь замедленная. Очень волнуется перед важными событиями. *Выполняет все по правилам***

# Анкетирование

# 1. Как ты ведешь себя в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

А) Легко включаешься в работу;

Б) Активно действуешь;

В) Действуешь спокойно, без лишних слов;

Г) Действуешь робко, неуверенно.

## 2. Как ты реагируешь на замечания учителя, родителей?

А) Говоришь, что больше так делать не будешь;

Б) Не слушаешь и поступаешь по-своему, бурно реагируя на замечания;

В) Выслушиваешь молча;

Г) Молчишь, обижен, переживаешь.

# 3. Как ты обычно разговариваешь с другими детьми в значимых для тебя ситуациях?

А) Быстро, с жаром, но прислушиваешься к высказываниям других;

Б) Быстро, со страстью, других даже не слушаешь;

В) Медленно, спокойно, но уверенно;

Г) С большой неуверенностью.

# 4. Как ты обычно ведешь себя в необычной обстановке?

А) Легко ориентируешься, проявляешь активность;

Б) Активен, очень возбужден;

В) Спокойно рассматриваешь окружающее;

Г) Робок, растерян.

# Подведение итогов