



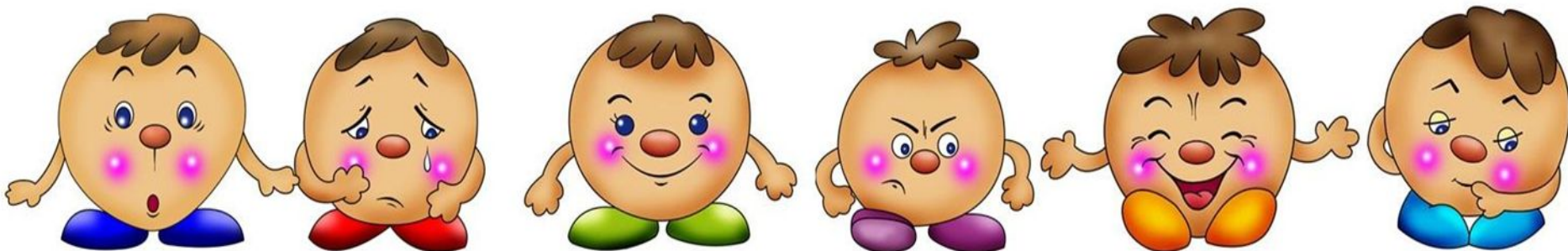




*Настроение и  
темперамент*

# 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.



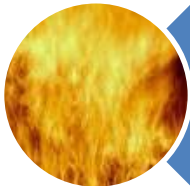


# "Оптимист или пессимист"



*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



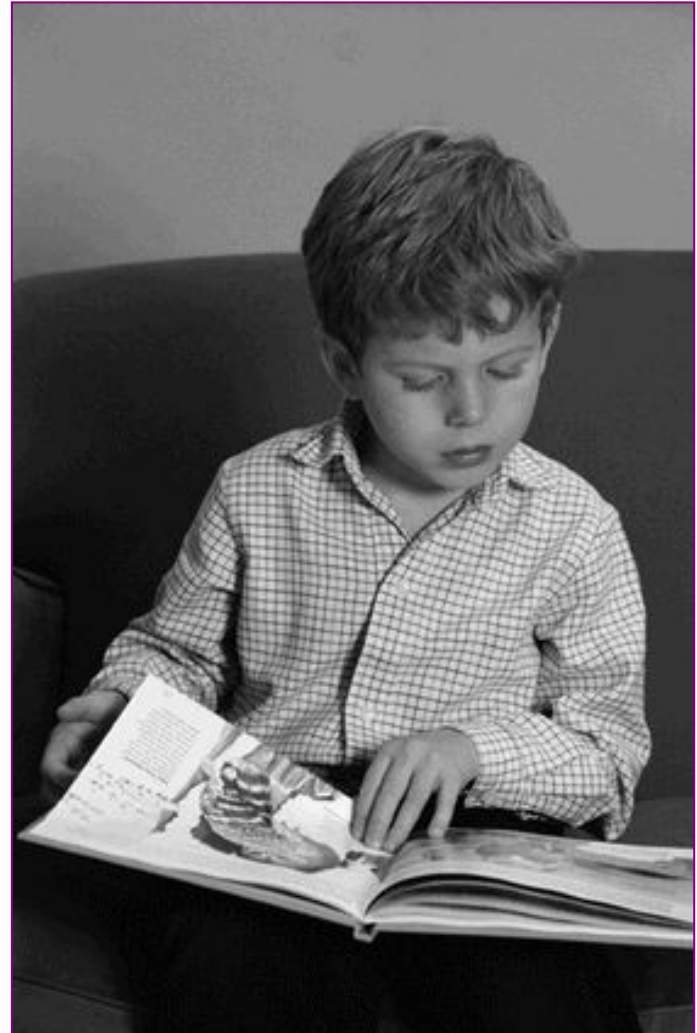
# Сангвиник

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

