

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПО ПСИХОЛОГИИ

на тему:

ТЕМПЕРАМЕНТ

Группа: М1-07

Выполнил: Садковский М.А.

СОДЕРЖАНИЕ

- Понятие темперамента
- Физиологические основы темперамента
- Виды темперамента
- Характеристики темперамента
- Темперамент и деятельность
- Темперамент и свойств нервной

- Проявление качеств личности в зависимости от темперамента

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.

Выделяются две ведущие характеристики:

- **Активность, в которой человек взаимодействует с окружающим миром. Она проявляется в темпе, быстроте, интенсивности действий;**
- **Эмоциональность, которая выражается в чувствительности, импульсивности и впечатлительности.**

Физиологические основы темперамента

- Подлинно научное объяснение темпераментов даёт учение И.П. Павлова о типах высшей нервной деятельности.
- И.П. Павлов открыл три свойства процессов возбуждения и торможения: 1) силу процессов возбуждения и торможения; 2) уравновешенность процессов возбуждения и торможения; 3) подвижность процессов возбуждения и торможения.
- Сила нервных процессов характеризует работоспособность, выносливость нервной системы и означает способность её переносить либо продолжительное, либо кратковременное, но очень сильное возбуждение или торможение. Противоположное свойство - слабость нервных процессов - характеризует неспособность нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение.
- Уравновешенность нервных процессов есть соотношение возбуждения и торможения. У некоторых людей эти два процесса взаимно уравновешиваются, а у других равновесие не наблюдается: преобладает процесс торможения или возбуждения.
- Подвижность нервных процессов - это способность их быстро сменять друг друга, скорость движения нервных процессов (иррадиации и концентрации), быстрота появления нервного процесса в ответ на раздражение, быстрота образования новых условных связей.
- Комбинации указанных свойств нервных процессов образуют четыре типа высшей нервной деятельности. В зависимости от соотношения уравновешенности процессов возбуждения и торможения и подвижности высшей нервной деятельности.



- И.П. Павлов соотнёс выделенные им типы нервных систем с психологическими типами темпераментов и обнаружил их полное сходство. Таким образом, темперамент есть проявление типа нервной системы в деятельности, поведения человека. В итоге соотношение типов нервной системы и темпераментов выглядит следующим образом :

ТЕМПЕРАМЕНТ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

- Динамические черты личности человека выступают не только во внешней манере поведения, не только в движениях - они проявляются и в умственной сфере, в сфере побуждения, в общей работоспособности. Естественно, особенности темперамента сказываются в учебных занятиях и в трудовой деятельности. Но главное заключается в том, что различия по темпераментам - это различия не по уровню возможности психики, а по своеобразию ее проявлений.
- Установлено отсутствие зависимости между уровнем достижений, т. е. конечным результатом действий, и особенностями темперамента, если деятельность протекает в условиях, которые можно определить как нормальные. Таким образом, независимо от степени подвижности или реактивности индивида в нормальной, несstressовой ситуации результаты деятельности в принципе будут одинаковыми, поскольку уровень достижений будет зависеть главным образом от других факторов, в особенности от уровня мотивации и способностей.
- Вместе с тем исследования, устанавливающие эту закономерность, показывают, что в зависимости от темперамента изменяется способ осуществления самой деятельности. В зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов.
- Были проведены исследования с целью установить зависимость между способом выполнения действий и особенностями темперамента. В этих исследованиях рассматривался индивидуальный стиль деятельности как путь к достижению результатов или способ решения определенной задачи, обусловленной главным образом типом нервной системы.
- Результаты исследований подавляющего большинства авторов, независимо от особенностей исследуемых групп и экспериментальных ситуаций, в которых изучался типичный для данных индивидов способ выполнения действий, показывают, что именно тип нервных процессов, оказывает существенное влияние на формирование определенного стиля деятельности. Перед сангвиником следует непрерывно ставить новые, по возможности интересные задачи, требующие от него сосредоточенности и напряжения. Необходимо постоянно включать его активную деятельность и систематически поощрять его усилия.
- Флегматика нужно вовлечь в активную деятельность и заинтересовать. Он требует к себе систематического внимания. Его нельзя переключать с одной задачи на другую. В отношении меланхолика недопустимы не только резкость, грубость, но и просто повышенный тон, ирония. Он требует особого внимания, следует вовремя хвалить его за проявленные успехи, решительность и вол. Отрицательную оценку следует использовать как можно осторожнее, всячески смягчая ее негативное действие. Меланхолик - самый чувствительный и ранимый тип с ним надо быть предельно мягким и доброжелательным.
- От темперамента зависит, каким способом человек реализует свои действия, но при этом не зависит их содержательная сторона. Темперамент проявляется в особенностях протекания психических процессов. Влияя на скорость воспоминания и прочность запоминания, беглость мыслительных операций, устойчивость и переключаемость внимания.

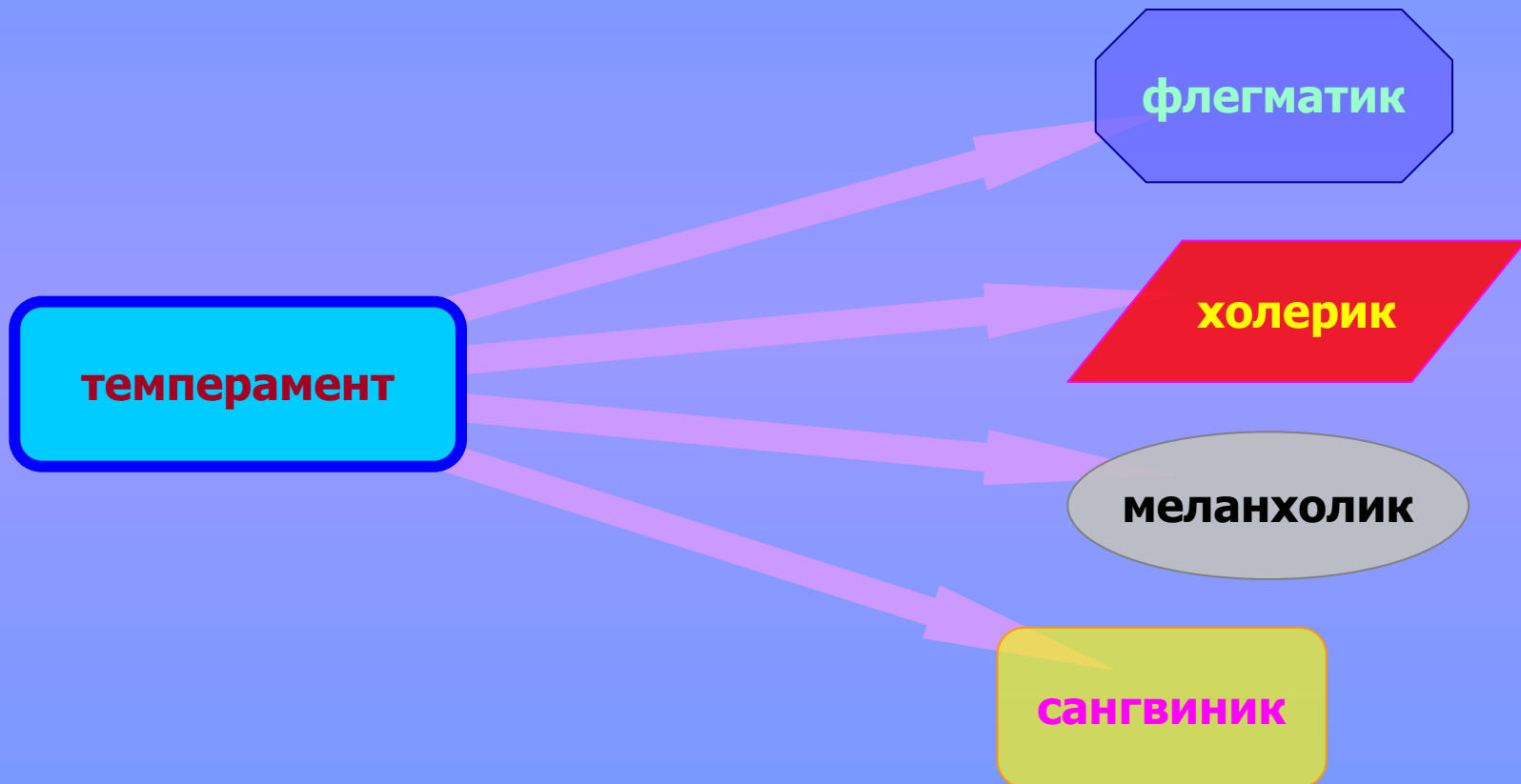


К началу

СОН



Виды темпераментов



САНГВИНИК

Беззаботный
Легкомысленный
Живой
Активный
Общительный
Отзывчивый
Разговорчивый
Быстрый
Трудоголик
Болтун
Красноречивый
Поверхностный
Чуткий
Болтливый
Дружелюбный
Легко приспосабливающийся
Яркий
Нетерпеливый
Безответственный
Ненадежный
Непостоянный
Гибкий
Щедрый
Легкий
Счастливым

ХОЛЕРИК

Импульсивный
Неугомонный
Вспыльчивый
Активный
Легковозбудимый
Пышущий здоровьем
Агрессивный
Лидер
Сильный
Энергичный
Экстраверт
Нетерпеливый
Инициатор
Шумный
Практичный
Эффективный
Забывчивый
Спортивный
Соперничающий
Выносливый
Доминирующий
Нетерпимый
Упрямый
Сердитый
Деятельный

МЕЛАНХОЛИК

Пессимистичный
Печальный
Грустный
Серьезный
Нервный
Погруженный в себя
Тихий
Сдержанный
Замкнутый
Скучный
Павший духом
Задумчивый
Требовательный
Ранимый
Читатель
Медлительный
Мрачный
Мыслитель
Умный
Хорошая память
Созерцатель
Неблагодарный
Неудовлетворенный
Самоотверженный
Безутешный

ФЛЕГМАТИК

Внимательный
Методичный
Уравновешенный
Пассивный
Миротлюбивый
Задумчивый
Спокойный
Сдержанный
Расслабленный
Неторопливый
Медлительный
Непреклонный
Размеренный
Тихий
Погруженный в себя
Контролирующий себя
Мечтательный
Любящий рутинный труд
Медленно учится
Настойчивый
Упрямый
Застенчивый
Мудрый
Унылый

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 бездеятельности, 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 свойства нервной системы

Определенные устойчивые сочетания свойств нервной системы образуют типы высшей нервной деятельности, или сокращенно – типы ВНД. Темперамент, по мнению И.П.Павлова – психическое проявление общего типа нервной системы, а типы ВНД могут быть соотнесены с классификацией темпераментов:

- «живой» тип ВНД – сильный, уравновешенный, легко приспособляющийся (сангвиник)
- «безудержный» тип ВНД – сильный, неуравновешенный, подвижный, большая жизненная энергия, отсутствие самообладания, вспыльчивый, несдержанный (холерик)
- «инертный» тип ВНД – сильный, спокойный, медлительный (флегматик)
- «слабый» тип ВНД – плохая сопротивляемость к стимулам внешней среды, пассивность, высокая чувствительность (меланхолик)

Тип темперамента в зависимости от свойств личности

Знаменитый английский психолог Айзенк предложил определить тип темперамента в зависимости от свойств личности:

1) *экстраверсия - интроверсия* 2) *нейротизм - эмоциональная стабильность*

Экстравертам свойственны общительность, стремление быть среди людей, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность и высокая социальная адаптированность.

Интровертам присущи : необщительность, уход в себя, богатый внутренний мир, социальная пассивность, склонность к самоанализу.

Показатель "*экстраверсия - интроверсия*" характеризует содержание индивидуально – психологическую ориентацию человека либо на мир **содержание**

Круг Айзенка

нейротизм

Н
Е
У
С
Т
О
Й
Ч
И
В
О
С
Т
Ь

М

Х

Ф

С

У
С
Т
О
Й
Ч
И
В
О
С
Т
Ь

стабильность

впечатлительный
необщительный
пессимистичный
неподатливый
сдержанный
обидчивый
тревожный

поддающийся насилию
раздражительный
оптимистичный
импульсивный
агрессивный
вспыльчивый
лидирующий

интроверсия

экстраверсия

миролюбивый
старательный
пассивный
надежный
вдумчивый
размеренный
спокойный

любящий удобства
разговорчивый
общительный
беззаботный
доступный
открытый
живой

ПРОВЕДЕМ ЕЩЁ ОДИН ТЕСТ!

Хотите узнать кто вы: экстраверт или интроверт?

Вам понадобится листочек и ручка!

На предлагаемые вопросы нужно ответить «да» или «нет», не задумываясь.

(ТЕСТ И КЛЮЧ К ТЕСТУ ПРИВЕДЕНЫ НА СЛЕДУЮЩИХ СЛАЙДАХ)

Верно ли, что:

1. Вам нравится тихо сидеть наедине со своими мыслями.
2. Вас раздражают автомобильные пробки.
3. Вам нравится глубоко исследовать один предмет, чем постоянно искать новые
4. Вы чувствуете, что постоянно находитесь в движении.
5. Вы предпочитаете поговорить с клиентом по телефону, чем встречаться с ним.
6. Вас раздражают водители, которые медленно ездят.
7. Вы неуютно себя чувствуете, если во время разговора собеседник подходит к вам слишком близко.
8. Вам больше нравится принимать участие в театральных постановках, чем смотреть их.
9. Вы предпочитаете спокойный пассивный отдых активному.
10. Вам нравится, когда одновременно происходит много интересного.
11. Вы стараетесь избегать встреч с людьми.
12. Вам больше нравится, когда герои романа действуют, а не говорят.
13. Иногда вам хочется расслабиться.
14. Вы согласны с утверждением: «Чем больше, тем лучше».
15. Вам нравится размышлять над своей жизнью.
16. Бывают моменты, когда вы ощущаете в себе взрывную энергию и вам необходимо немедленно действовать.
17. Предпочитаете работать в одиночку.
18. Вас больше привлекает работа, требующая немедленного действия, а не долгого обдумывания.
19. Вы редко рассказываете о себе своим друзьям.
20. Вам нравится немножко пошуметь с близкими друзьями или даже знакомыми вам людьми.

Проявление качеств личности в зависимости от темперамента

- Роль в общении
- Самооценка
- Уверенность в себе
- Дружба и любовь
- Движения и походка
- Аппетит
- Сон

Ключ.

Если вы ответили «да» на восемь и более четных вопросов и «нет» на восемь и более нечетных, значит, у вас экстравертный характер.

Обратное распределение положительных и отрицательных ответов свидетельствует об интроспективном отношении к жизни.

Роль в общении

ХОЛЕРИК

САНГВИНИК

ФЛЕГМАТИК

МЕЛАНХОЛИК

подчиняет,
непреклонен,
властен

развлекатель,
старается всех
развеселить

спокойный,
созерцатель

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,
стеснителен,
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



Аппетит

сангвиник

холерик

хороший,
«лакомка»

ест быстро,
много



ценит процесс
еды, не
торопится во
время еды

сниженный

флегматик

меланхолик