

ПСИХОЛОГИЯ

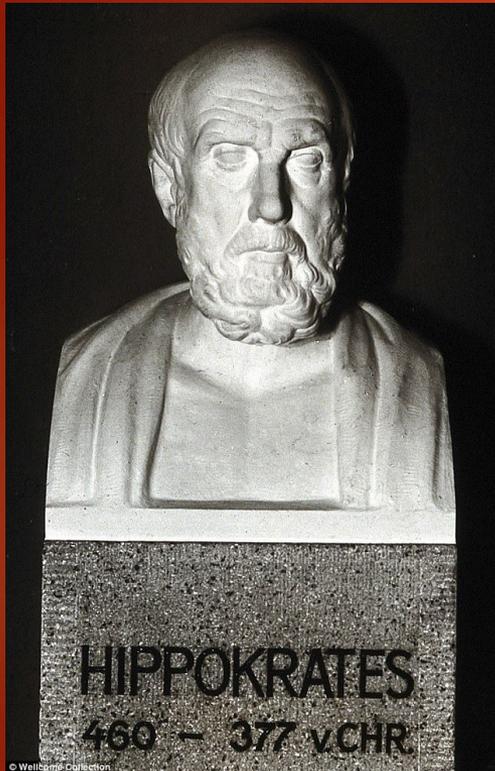
ТЕМПЕРАМЕНТ ЛИЧНОСТИ

ГИППОКРАТ

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: сангвника, 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.



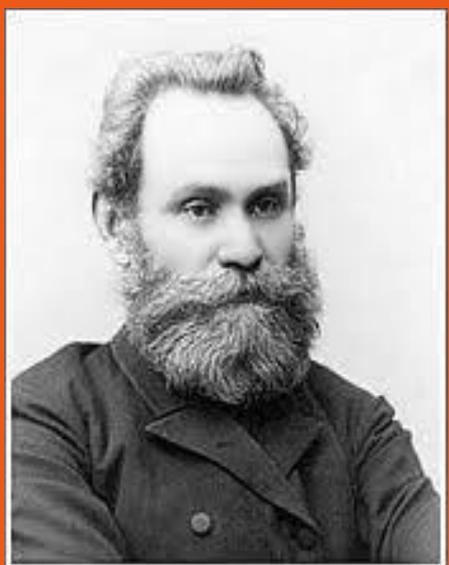
4 ЖИДКОСТИ

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»

ИВАН ПЕТРОВИЧ ПАВЛОВ



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

И.П. ПАВЛОВ
1849 - 1936

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 ТЕМПЕРАМЕНТОВ



ТЕСТ

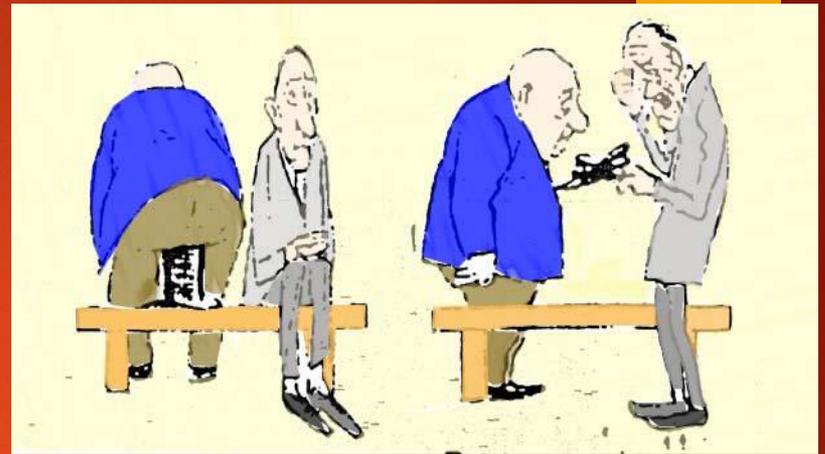
Инструкция:

Попробуйте представить себя на месте человека, шляпа которого «пострадала» и выберите соответствующий вариант.

В момент тестирования будьте честным с самим собой!



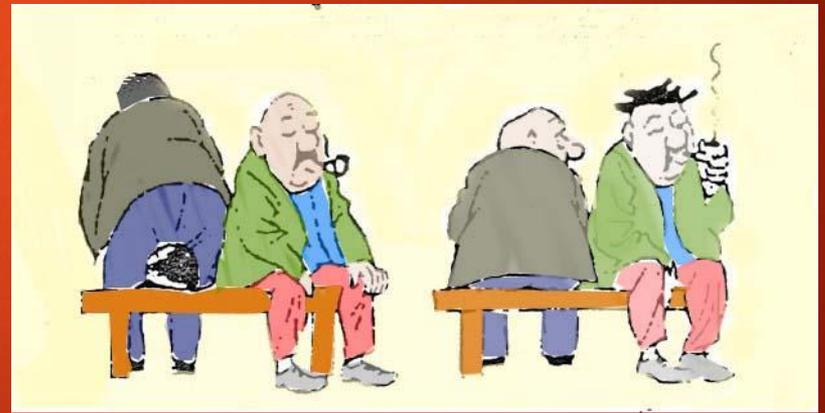
1



2



3

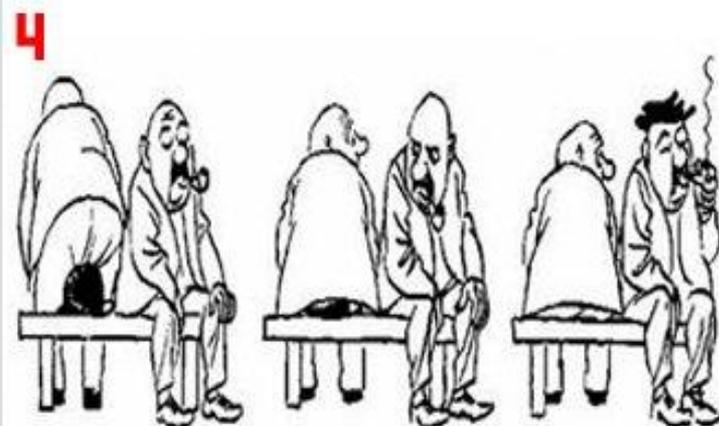
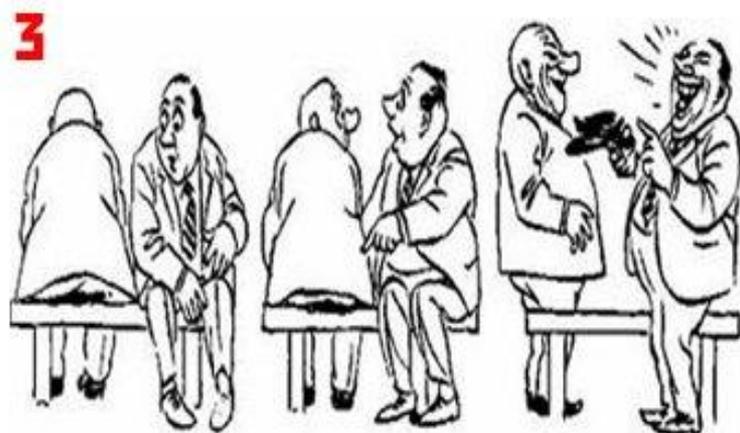
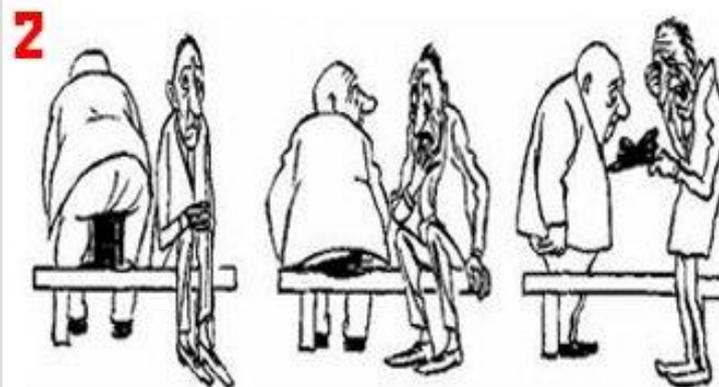
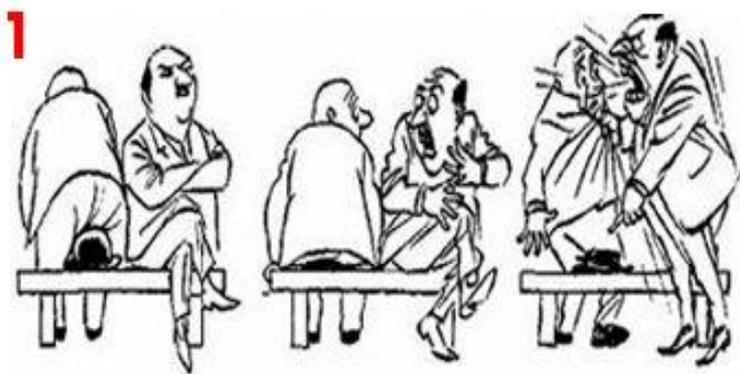


4

Интерпретация данных:

Холерик

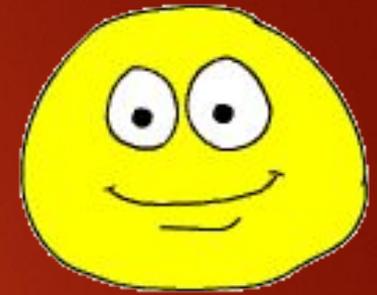
Меланхолик



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, долгая, 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.

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.

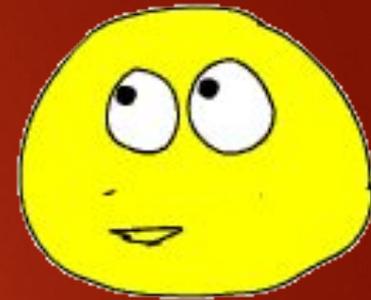
Вместе с тем холерик быстро остывает и успокаивается, если ему уступают и идут на встречу.

Его душевные движения порывисты, но непродолжительны, настроение часто меняется.

Способен выполнять быструю, несложную работу.

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.

СМЕШЕНИЕ ТЕМПЕРАМЕНТОВ



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

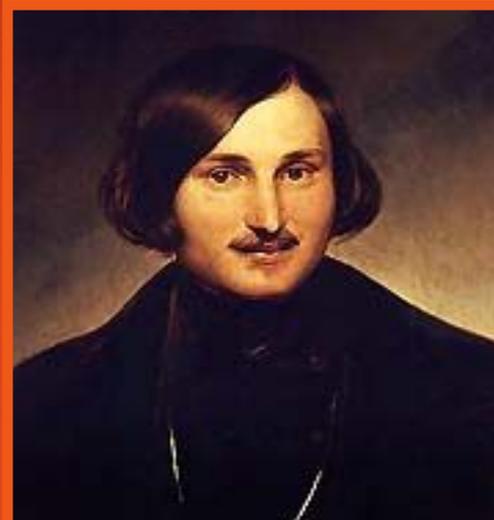
Выбор профессии и темперамент

- ▶ Меланхолики: часто люди искусства.
- ▶ Холерики: великолепные летчики-испытатели, каскадеры.
- ▶ Флегматики: прекрасные бухгалтера, экономисты.
- ▶ Сангвиники: хорошие водители, саперы, инженеры.

Известные личности и их темперамент



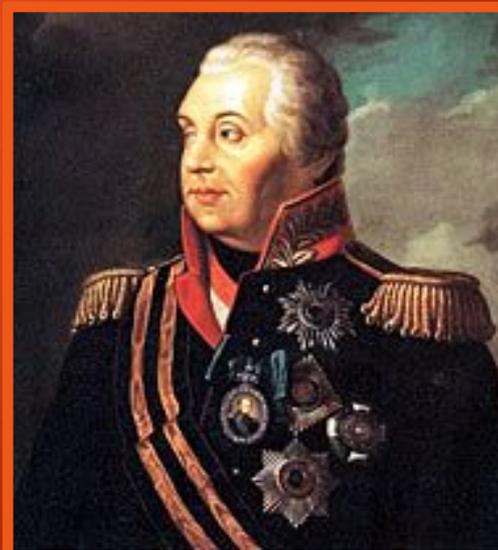
А.С.Пушкин
(холерик)



Н.В.Гоголь
(меланхолик)



М.Ю.Лермонтов
(сангвиник)



М.И. Кутузов
(флегматик)

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



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

ФЛЕГМАТИК

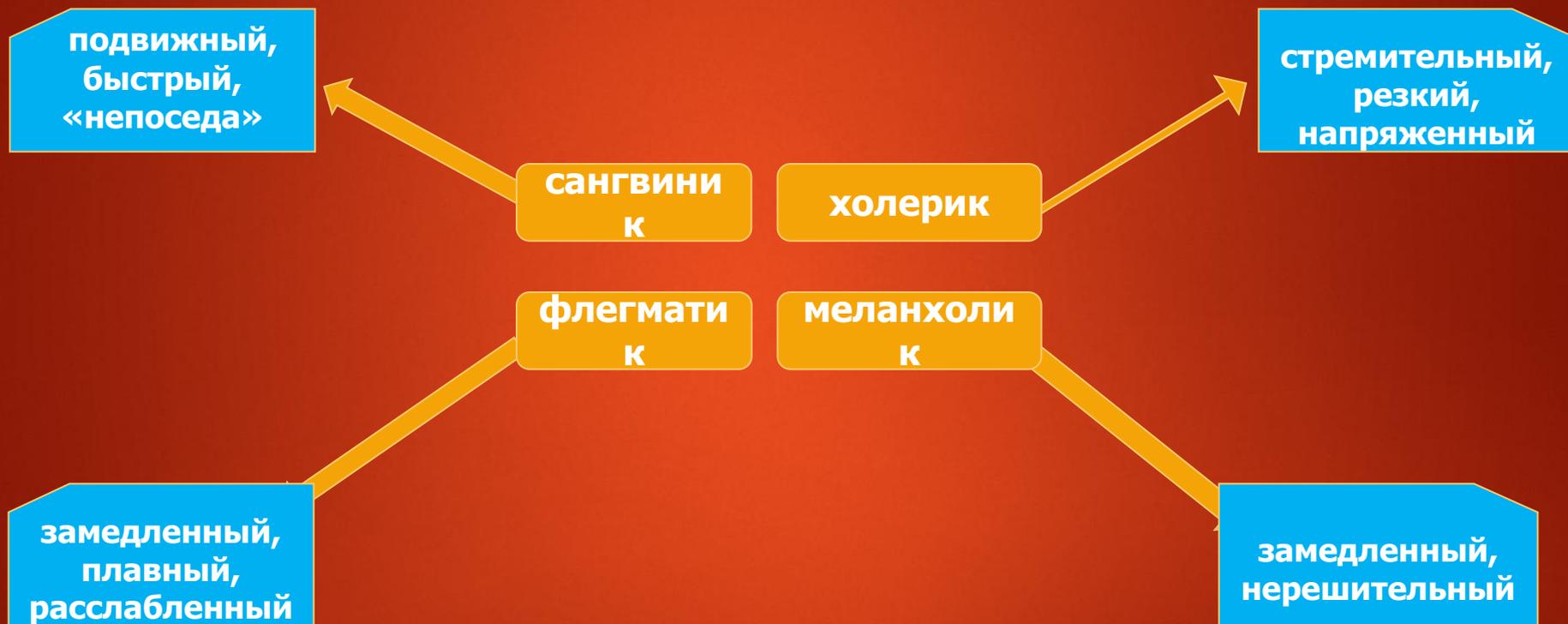
не склонен к
выражению ярких
чувств, спокойное
отношение к
партнеру,
влюбчив, спокойная
привязанность

МЕЛАНХОЛИК

преданность,
подчиняется паре,
стыдится
открывать
свои чувства,
однолюб

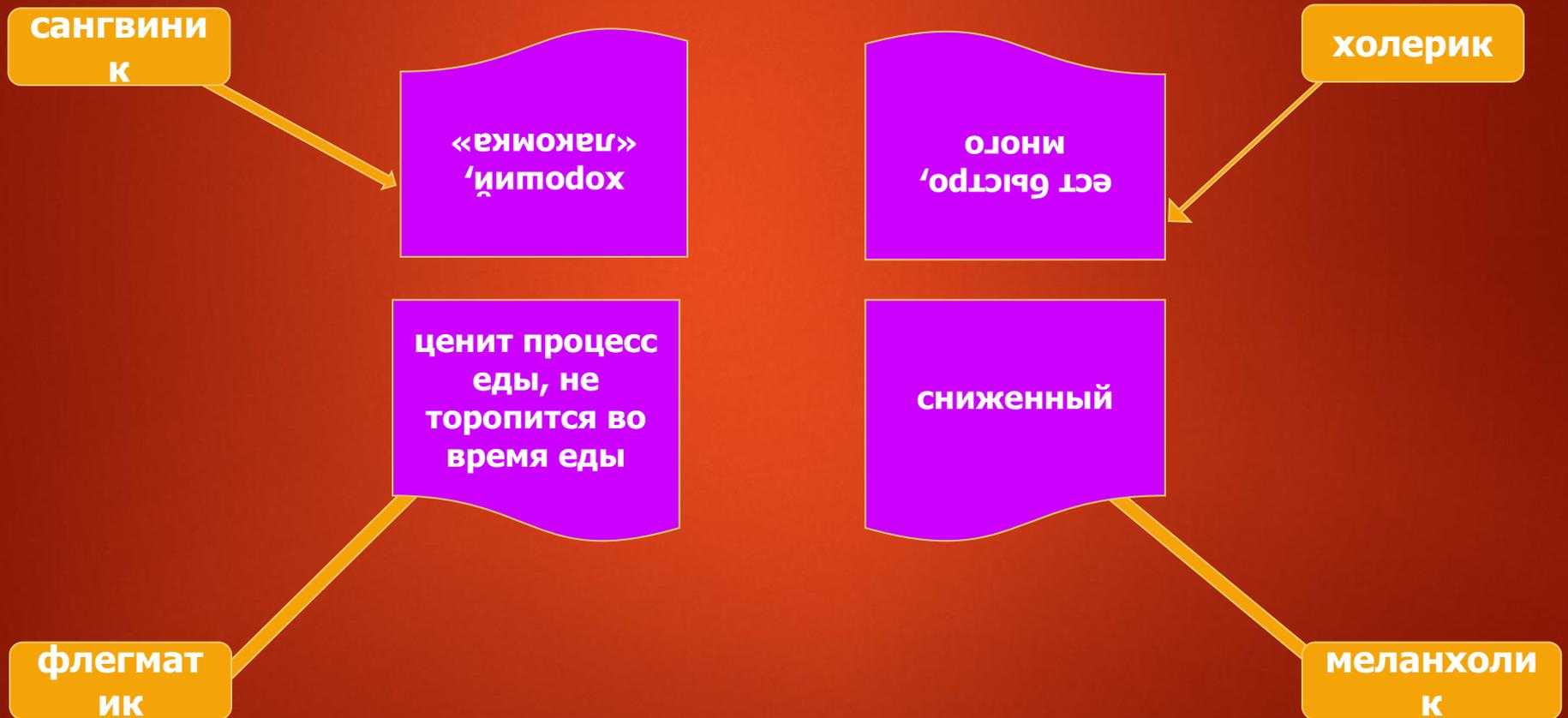
ДВИЖЕНИЯ И ПОХОДКА

в зависимости от темперамента



АППЕТИТ

В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТЕМПЕРАМЕНТА



СОН

В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТЕМПЕРАМЕНТА



«Всякий человек есть творец своей судьбы»
(Саллюстий)

Темперамент дается человеку на всю жизнь.
Его не переделаешь, **НО МОЖНО КОНТРОЛИРОВАТЬ!**

Плохих и хороших темпераментов не бывает.

Свой темперамент можно и нужно контролировать.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!