

# **СОМАТИПОЛОГИЯ**



**ЧТО ЭТО?**

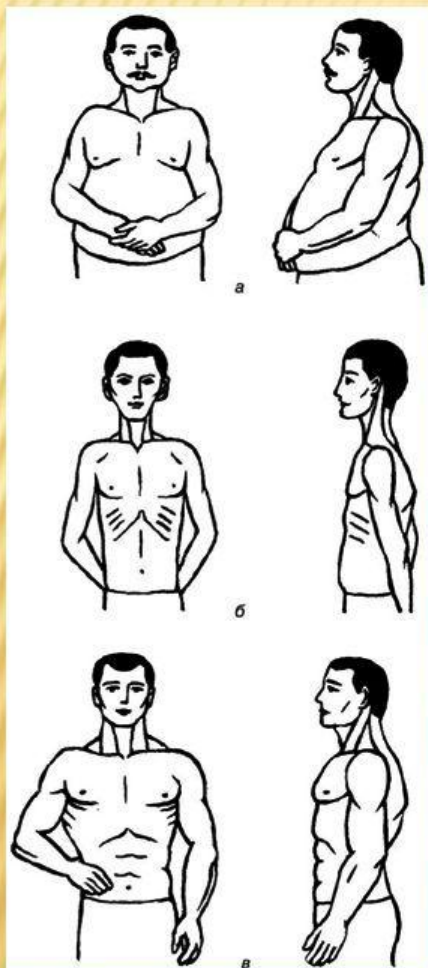


**Соматип** – генотипически обусловленный конституционный тип, характеризующийся уровнем и особенностями обмена веществ (преимущественным развитием мышечной, жировой или костной ткани), склонностью к определенным заболеваниям, а также психофизиологическими отличиями.

**СОМАТИПОЛОГИЯ** — комплексная наука, изучающая связь строения тела человека и его психики.

Наука невероятно интересная и полезная, ведь она позволяет **ПОНЯТЬ И ПОЗНАТЬ СЕБЯ НАСТОЯЩЕГО** — это и есть ее главная задача.

# Конституционные типы Кречмера



Тип телосложения	Внешние признаки	Особенности характера
Пикник (от греч. толстый, плотный)	Среднего или малого роста, со слабой мускулатурой, с богатой жировой тканью, расплывшимся туловищем, круглой головой на короткой шее. Имеет широкое лицо, высокий выпуклый лоб, часто двойной подбородок, склонность к облысению.	Отличается перепадами настроения, общительностью, открытостью, мягкостью, чувствительностью, добродушием, спокойствием.
Астеник (от греч. слабый)	Имеет хрупкое телосложение, высокий рост, узкие покатые плечи, длинную худую шею, плоскую грудную клетку, длинные узкие руки, вытянутое лицо, острый угловатый профиль, длинный тонкий нос, покатый подбородок.	Робкий, склонный к одиночеству и умственной деятельности, сложная натура, сдержанный внешне, рассудительный, чувствительный и ранимый.
Атлетик (от греч. борьба, схватка)	Имеет крепкое телосложение, высокий или средний рост, хорошую мускулатуру, широкий плечевой пояс и узкие бедра, сильно развитую грудь, грубые руки, выпуклые лицевые кости, грубые черты лица, широкие брови, мощный подбородок, широкий тупой нос.	Уверенный внешне, спокойный, стабильный, стремящийся к доминированию, склонный к приключениям и занятиям спортом.

# Типология по Шелдону



Ectomorph



Mesomorph



Endomorph

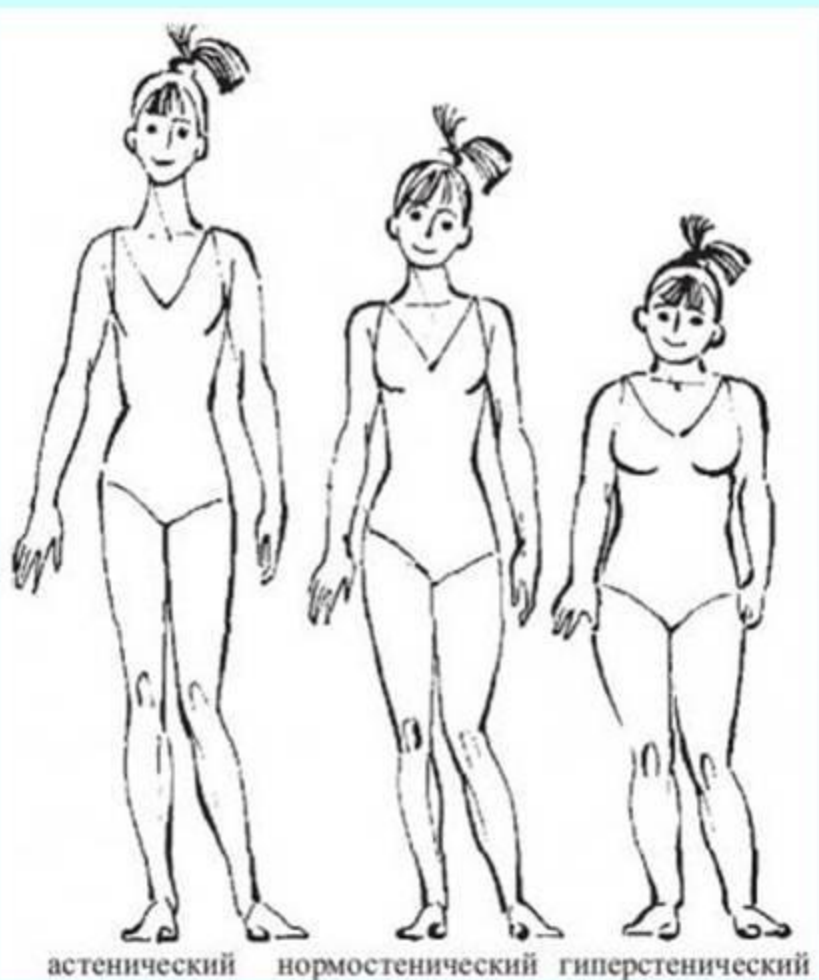
стремление к комфорту, ненасытность в еде, общении и привязанности  
Человек «желудочный»

стремление к приключениям, риску, потребностью в физических упражнениях, стремлением к власти  
Человек «телесный»

сдержанность, замкнутость, потребность в информации  
Человек «умственный»

## ТРИ ОСНОВНЫХ ТИПА ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ ЖЕНЩИН

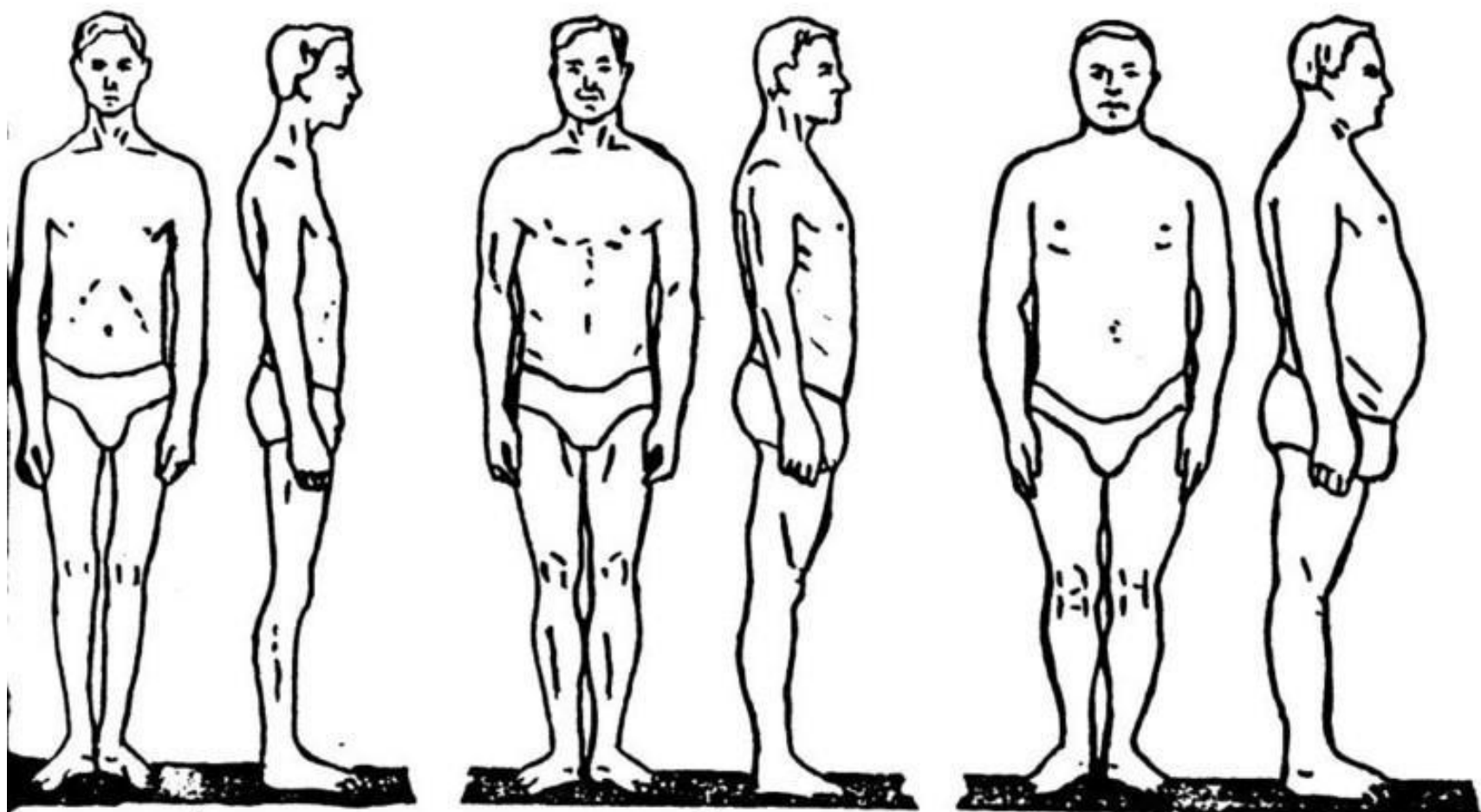
классификации профессора В.М. Черноруцкого



**Астенический  
(легкокостный тип)**

**Нормостенический  
(среднекостный тип)**

**Гиперстенический  
(ширококостный тип)**



1

2

3

**ТИПОЛОГИЯ В.В.БУНАКА ДЛЯ МУЖЧИН. ВАРИАНТЫ:**

1 – грудной, 2 – мускульный, 3 – брюшной

# Схема типов телосложения женщин по И.Б. Галанту – В.П. Чтецову

1 - астенический

(а - вид спереди),

(б - вид сбоку);

2а, б - стенопластический;

3а, б - пикнический;

4а, б - мезопластический;

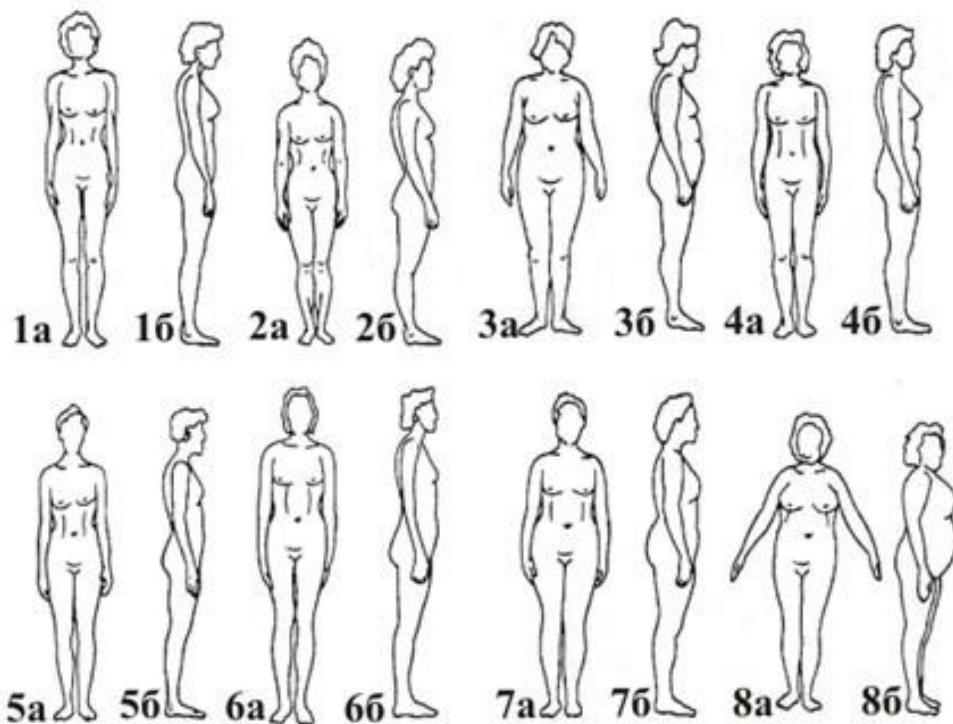
5а, б - субатлетический;

6а, б - атлетический;

7а, б - эурипластический;

8а, б – эурипластический

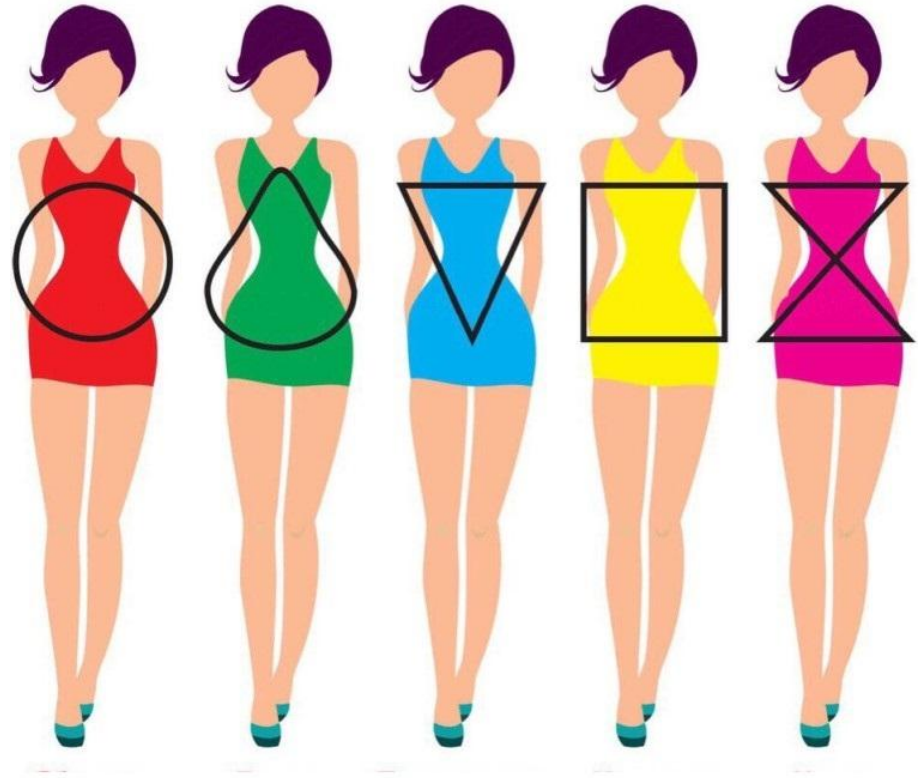
низкорослый.



# Типы фигуры – классификация

## Сюзанна и Тринни:

1. тип фигуры «песочные часы»
2. тип фигуры «виолончель»
3. тип фигуры «кегля»
4. тип фигуры «ваза»
5. тип фигуры «груша» («треугольник»)
6. тип фигуры «яблоко» («овал»)
7. тип фигуры «колонна» («прямоугольник»)
8. тип фигуры «колокольчик»
9. тип фигуры «бокал»
10. тип фигуры «конус»
11. тип фигуры «брикет» («полный прямоугольник»)
12. тип фигуры «леденец» («перевернутый треугольник»)



**В.П Казначеев** : - спринтеры  
- стайеры

**В.К.Шевкуненко** : - долихоморфный  
- мезоморфный  
- брахимоморфный

**К.Сиго** : - респираторный (дыхательный)  
- дигестивный (пищеварительный)  
- мускульный  
- церебральный (мозговой)

**Эрик Берг**:

-  
Адреналиновый  
- Щитовидный  
Яичниковый  
Печеночный





# Константин Шадрин

---

**Автор методики, ведущий типолог России и СНГ  
Российский учёный, автор более 30 научных монографий и трудов, книг по генетической совместимости. Эксперт федеральных телеканалов - Первого канала, Россия, НТВ, ТВ Центр, РЕН ТВ.**

**20 лет стажа:  
врач-эндокринолог, хирург**



Диплом Пермского государственного медицинского университета



**Консультант совета по профессиональным квалификациям при президенте РФ**

**Главный врач**



Центр физической реабилитации и восстановительной медицины

**Научный сотрудник и преподаватель МГТУ**



Кафедра менеджмента Московского Государственного Технологического Университета им. Н.Э. Баумана

**Автор 30 научных монографий и трудов**



Продано более 10 000 книг

**Практическая работа в компаниях с 2009 в сфере управления персоналом**



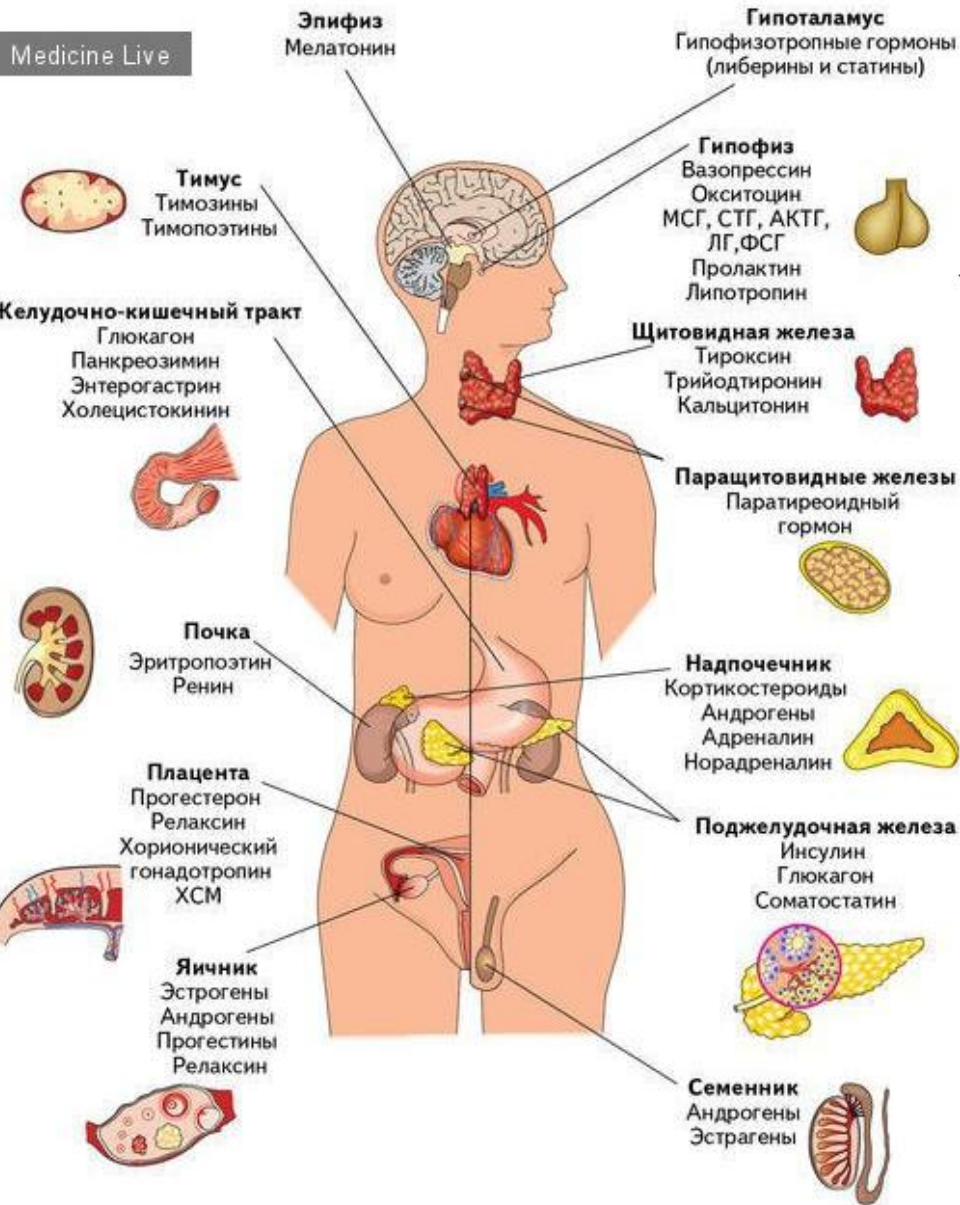
Более 100 компаний применяют Технологию

**Благотворительная помощь**



Работа с детьми в интернатах по помощи в профориентации





- Железы, образующие эндокринную систему, выделяют биологически активные вещества – **гормоны.**
- Гормоны образуются и действуют в **малых количествах,** характеризуются **высокой активностью и специфичностью.**



ЦЕНТР  
СоматИпы  
ШАДРИНА

# 7 СОМАТИПОВ ШАДРИНА СОМАТИПОЛОГИЯ

Авторская методика познания себя и человека  
Обучающая программа российского учёного  
Константина Шадрина



1. Тиреоидный
2. Окситоциновый
3. Адреналиновы  
й
4. Инсулиновый
5. Мелатониновы  
й
6. Соматотропн

## СОМАТИП И ЛИЧНОСТЬ

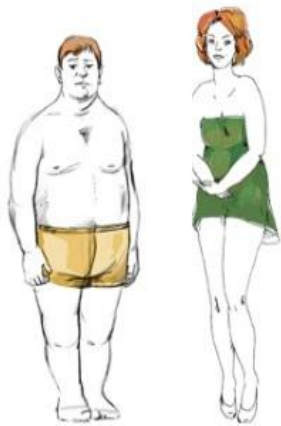
- Человек с подавленной сущностью будет проявлять негативные качества своего соматипа.
- Человек с раскрытой сущностью будет проявляет позитивные качества соматипа.



**Сущность** – это то, с чем человек родился, его глубинная суть.



**Личность** – это родительское воспитание и общественная мораль, правила и нормы, устои и догмы, программирующие в нас стереотипы поведения.



Мелатониновый тип



Окситоциновый тип  
(политик, бизнесмен)



Тиреоидный тип



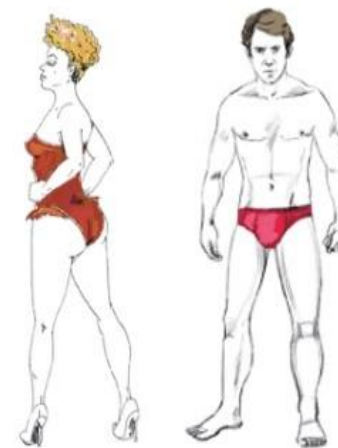
Соматотропный тип



МСГ тип



Инсулиновый тип



Адреналиновый тип



## Тиреоидный тип

*«- Друг, а у тебя кастрюля есть?»*

- *Есть.*
- *Большая?*
- *И такая есть.*
- *С крышечкой?*
- *Ну, могу и крышечку найти.*
- *Зеленая?*
- *А тебе что, именно зелёная нужна?*
- *Да нет, я просто общаюсь...»*

**«Ужасно интересно всё то, что неизвестно!»**

Функция: сбор, анализ, передача знаний и передача информации.

**Щитовидная железа и ее гормоны: трийодтиронин (Т3), тетраiodтиронин или тироксин (Т4).**

**«+»:** быстрота, острый ум, находчивость, обаяние, предупредительность.

**«-»:** излишнее беспокойство, любовь к пустым спорам, склонность разбрасываться по мелочам, излишняя подозрительность, склонность к обману.

Фрэнк Синатра, Хью Хефнер, Луи де Фюнес. Лия Ахеджакова. Павел Воля.



Окситоциновый тип

*«Отличились наши фигуристы: сегодня они трижды поднимались на пьедестал почёта и трижды организаторы их оттуда сгоняли».*

## «Жизнь – очень приятная штука»

Функция: организовывать и направлять.

Окситоцин, прогестерон.

«+» : ПОЗИТИВНЫЙ ВЗГЛЯД НА ЖИЗНЬ;

щедрость; оптимизм; веселость; энергичность, гостеприимство, заботливость.

«-» : гордыня; распушенность; самодовольство и хвастливость; многословие; самонадеянность; неумеренность в еде и питье; уязвленное самолюбие, склонность к барству.

Рембрант, Иоганн С. Бах, К.Маркс, Б.Ельцин, И.Кобзон, Ю.Антонов, Л. Зыкина, Н.Мордюкова, Винни-Пух



Адреналиновый тип

*« – Дорогой, у нас сыр закончился!*

*-Надо говорить не «сыр закончился», А я сожрала весь сыр».*

*Ответственность надо нести, милая, ответственность*

## **«Нападай и беги!»**

Функция: активация мира. Создают напряжение, которое приводит к результату.

**Адреналин (надпочечники, ЦНС).  
Тестостерон.**

**«+»:** активность, ответственность, честность, надёжность, сила, воля, энергичность, готовность отстаивать свои права, отвага.

**«-»:** вспыльчивость, прямолинейность, грубость, торопливость, категоричность.

Брюс Ли, Чак Норрис, Владимир Высоцкий, Дж.Буш, Мадонна, Татьяна Догилева, Волк из «Ну, погоди!»





Инсулиновый тип

**«Прочитал, что  
большинство  
талантливых людей  
ленивы. Сомнения в  
сторону, я – талант!»**

## **«Ребята, давайте жить дружно!»**

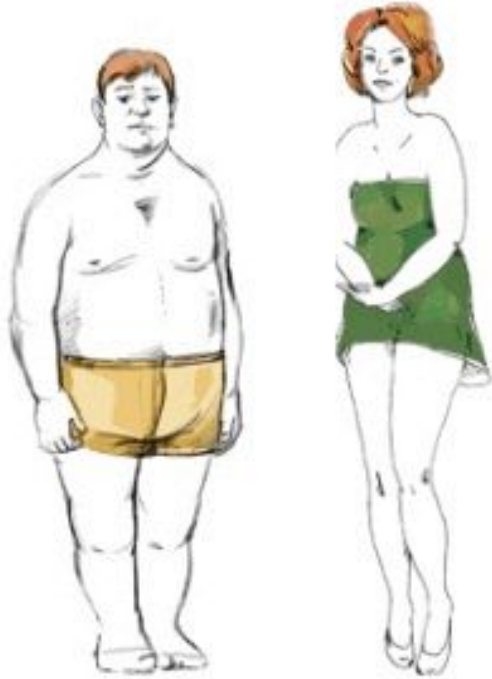
**Функция:** нести в мир любовь, доброту, красоту (создавать гармонию).

**Яичники, поджелудочная железа  
(островки Лангерганса: В-клетки  
(инсулин). Эстроген, прогестерон.**

**«+» : положительная оценка мира,  
доброта, готовность помочь, обаяние,  
преданность.**

**«-» : лень, потакание чувственным  
удовольствиям, пассивность,  
потакание чужим слабостям,  
привязчивость.**

Венера Милосская, Моника Белуччи,  
Валентина Толкунова, М.Державин,  
Михаил Горбачёв, Дмитрий Медведев,  
Марина Александрова, Александр  
Олешко. Кот Леопольд.



## Мелатониновый тип

*Идет Ёжик по лесу и за собой батон тащит.*

*Лиса навстречу:*

*-Ёжик, ты куда?*

*-Да вот вешаться иду.*

*-А батон зачем?*

*-Ну, я же не знаю, сколько я там буду висеть!»*

## «Как много поводов для переживаний!»

Функция. Чувствовать и помнить, обращать внимание на детали (сохранять информацию).

Альдостерон, вазопрессин (антидиуретический гормон гипофиза) и мелатонин – антипод серотонина («гормона хорошего настроения»).

Главные черты: эмоциональность, чувственность, склонность к мистицизму и созерцательности.

«+»: развитая интуиция, внимательность, способность замечать важные мелочи, упорство в достижении цели, воля к жизни, способность подниматься после падений.

«-»: склонность к печали, унынию, переживанию по любому поводу, пассивность, неуверенность в себе, медлительность, несобранность, упрямство.

## «Всё под контролем!»



Соматотропный тип

**«У научного сотрудника родились близнецы. Одного он крестил, а другого оставил в качестве**

**Функция:** структурировать этот мир, сохранять его, систематизировать и придавать ему форму.

**Соматропин (передняя доля гипофиза), адренокортикотропный гормон (АКТГ).**

Основные качества: педантизм, бескомпромиссность, беспристрастность.

**«+»:** спокойствие, взвешенность, логическое мышление, сила воли, дисциплинированность, целеустремлённость, надёжность.

**«-»:** подозрительность, пессимизм, фатализм, узость кругозора, прижимистость. Мрачность, нелюдимость, скупость, зависть, склонность к подавлению других.

Иван Грозный, Авраам Линкольн, Виктор Цой, Шарль де Голль, Георгий Лепс, Марлен Дитрих, Михаил Прохоров, Кристина Орбакайте, Василий Ливанов.

Кремль, Банк, депутаты, Пушкин, парк, Ойлер, Успенский



МСГ тип

**«Проверено:  
если крикнуть:  
«Эй,  
красавица!», то  
обернутся  
даже  
старушки»**

**«Эти красивые глаза! Это восхитительное тело! Эти соблазнительные губы, очаровательная улыбка... Но довольно обо мне. Как ты-то поживаешь?»**

**Функция: быть положительным примером для других.**

**Меланостимулирующий гормон (ср.доля гипофиза) образуется под контролем гормонов гипоталамуса меланолиберина и меланостатина. Усиленная деятельность вилочковой железы (тимуса).**

**«+»: энергичность, жизнерадостность, внутренняя свобода и независимость, сила духа, самодостаточность, творческая жилка.**

**«-»: гордыня, тяга к внешним эффектам, зависимость от мнения других, авторитарность, эгоцентризм, капризность. Чрезмерно развитое Эго. Если Эго компенсировано, то человек просто хорошо умеет защищать свои интересы.**





## Порядок подготовки видео анкеты для типирования



для предварительного типирования,  
необходимо подготовить  
видео анкету, в которой:

**Важно!** Одежда облегающая и не мешковатая, таким образом, чтобы были видны пропорции телосложения. Длинные волосы собраны. Желательно без обуви, чтобы было видно ваш размер стоп.

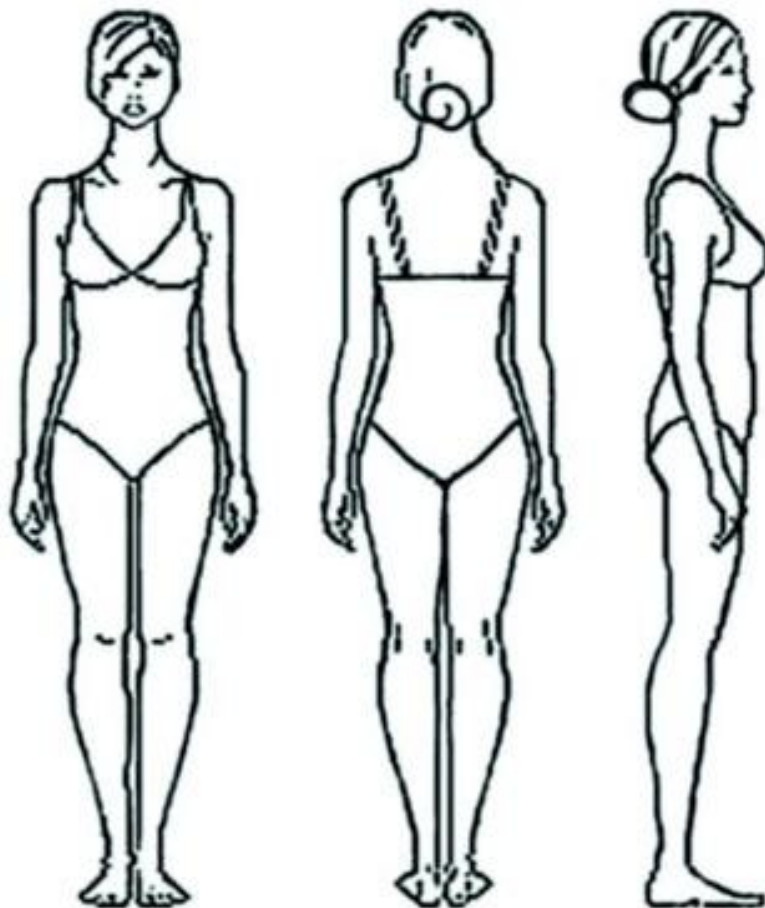
### Начало анкеты:

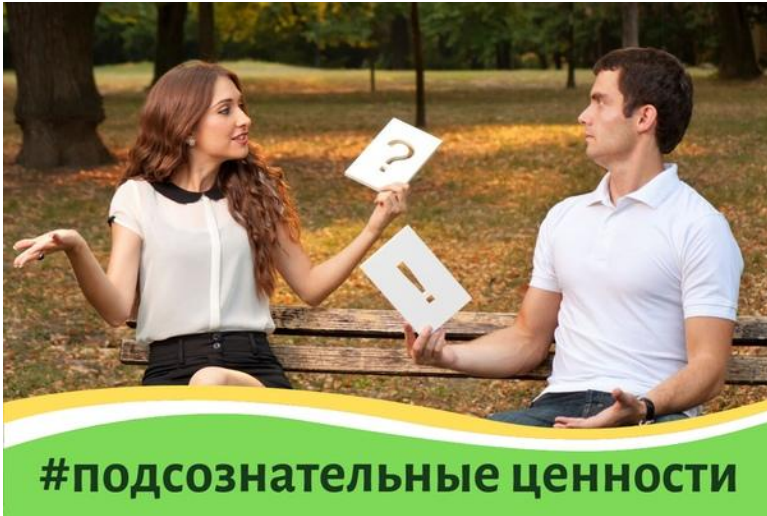
В полный рост медленно повернуться вокруг своей оси, продемонстрировав себя в полный рост со всех сторон.

### Расскажите о себе:

1. Ваше имя? Ваш рост? Сколько Вам полных лет?
2. Какое у Вас образование и какова Ваша занятость (деятельность) на данный момент?
3. Каковы Ваши хобби? Как вы любите отдыхать? Увлечения? Какая деятельность (работа, занятие) Вас вдохновляет?
4. О чем Вы мечтаете? Какие у Вас цели и планы на ближайшие 1-3 года?
5. Какую информацию ожидаете получить на консультации? На какой вопрос ищите ответ?

PS1: Ваш максимально открытый ответ, дает возможность подготовить максимально точные и корректные заключение и рекомендации.





1. **Интеллект, духовность** (люди знания)
2. **Карьера, честь** (люди чести)
3. **Деньги, материальные ценности** (люди денег)
4. **Труд, умения, работоспособность** (люди труда)
5. *Маргинальность*

## Силы:

Идея

Власть  
(слава)

Деньги



Контакт  
ы

Привлекательнос  
ть

## 12 Уровней развития (энергий)

1. «Бомж»



2. «Ленивец»



3. «Ни рыба, ни мясо»



4. «Пинок»



5. «Ботан»



6. «Серьезный человек»

7. «Непризнанный гений»



8. «Интегратор»



9. «Интересный Человек, или Человек Прогноза»



10. «Хитрая Лиса»



11. «Лидер»



12. «Мудрец»

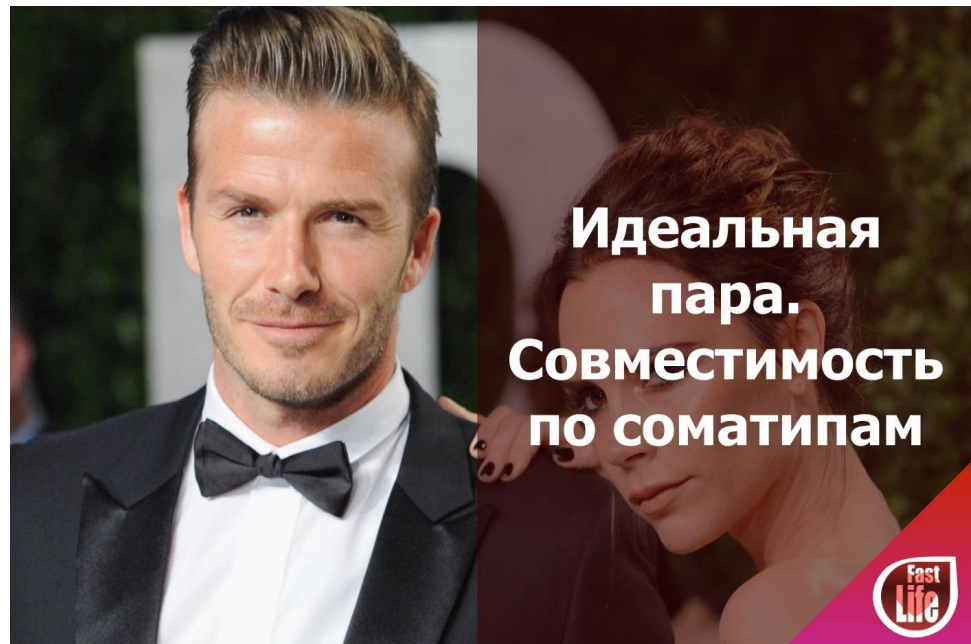
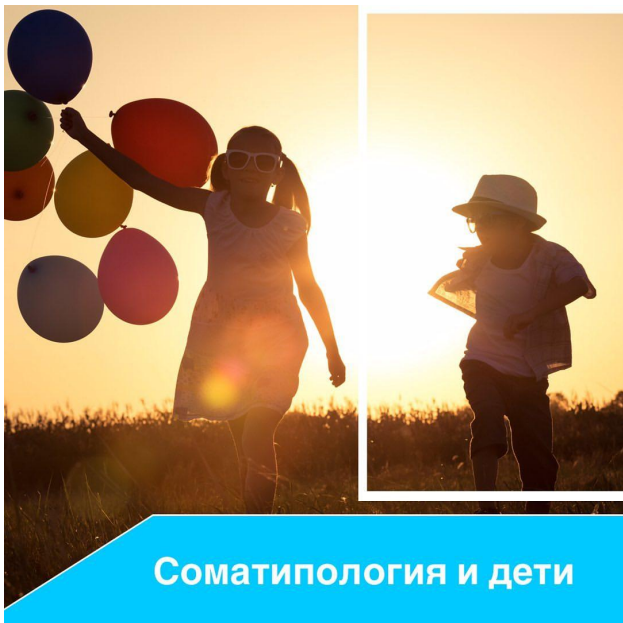






**Научно-исследовательский  
центр “Соматипологии”**

**Профессия – соматиполог.**



Дополнительные обучающие курсы:

- Совместимость
- Типирование детей
- Коучинг
- Здоровье
- Лидеры
- Расстановка





ЦЕНТР  
СоматиПы  
ШАДРИНА

# СЕРТИФИКАТ

№ 0882

удостоверяет что Петрусевич Ольга Юрьевна  
прошла курс обучения по программе «Соматиполог. Эксперт по людям»  
продолжительностью с 9 февраля по 10 марта, включая практические занятия.  
По результатам обучения присвоена квалификация:

**Соматиполог**  
с правом ведения консультаций на 1 год

Основатель и руководитель Центра СоматиПы Шадрина,  
автор методики, ведущий типолог России и СНГ



Константин Шадрин  
март 20 19



ЦЕНТР  
СоматиПы  
ШАДРИНА

# СЕРТИФИКАТ

№ 0882

удостоверяет, что Петрусевич Ольга Юрьевна  
прошла дополнительное обучение по программе:

«Определение соматипа у детей»  
«Совместимость»  
«Здоровье»

Основатель и руководитель Центра СоматиПы Шадрин,  
автор методики, ведущий типолог России и СНГ



Константин Шадрин  
май 20 19



Департамент образования и науки города Москвы

кабинетное лицензирующее органы

## ЛИЦЕНЗИЯ

№ 040373

от «08» октября 2019 г.

на осуществление образовательной деятельности

Настоящая лицензия предоставлена Частному учреждению

(Скажывается физическое и (или) юридическое лицо)

дополнительного образования «Университет онлайн профессий»

(ЧУ ДО «Университет онлайн профессий»)

сокращение наименования (в том числе фирменное наименование), организационно-правовая форма

Частное учреждение

юридическое лицо, физическое или и (или) юридическое лицо (индивидуальный предприниматель),

наименование и реквизиты документа, удостоверяющего его личность)

на право оказывать образовательные услуги по реализации образовательных программ по видам образования, по уровням образования, по профессиям, специальностям, направлениям подготовки (для профессионального образования), по подвидам дополнительного образования, указанным в приложении к настоящей лицензии

Основной государственный регистрационный номер юридического лица (индивидуального предпринимателя) (ОГРН) 1197700003467

Идентификационный номер налогоплательщика 9718131648

Серия 77Л01 № 0011287

ИНТЕРЕСНО

---



Соматипологию  
изучают в  
медвузах

КОНСТАНТИН ШАДРИН

# ВЫБОР ДЕЛА ПО ДУШЕ КТО Я?

КАК ПОВЫСИТЬ УРОВЕНЬ ВАШЕЙ ЖИЗНИ,  
ЗНАЯ ВАШЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ  
И ВАШИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ

