



Характер и темперамент.

Выполнил
учитель ОБЖ

МКОУ «Нарышкинская СОШ»
Тепло-Огаревского района
Тульской области

Козырь Юрий Дмитриевич.



Характеристики человека.

Вы, наверное, заметили, что вы и ваши друзья, школьные товарищи, по-разному реагируете на школьный звонок.

Одни всё бросают и сломя голову бегут в класс.
Другие, если заняты были разговором, сначала все-таки договаряют и только потом бегут на урок.

Третий, не торопясь, степенно возвращаются в класс.





Характеристика человека – это особенность нервной системы.

Эти характеристики человека –

быстро или медленно,

импульсивно или степенно,

в одиночестве или всегда в компании,

доведя дело до конца или бросая в

середине дела –

от

особенностей его нервной системы.



Темперамент.

Особенности нервной системы человека называются темпераментом.

В психологии под темпераментом понимают характеристику человека со стороны интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний, зависящих от свойств нервной системы этого человека: силы, подвижности и возбудимости.

Типы темперамента.

Условно выделяют
четыре типа темперамента:

- сангвиник,
- флегматик,
- холерик,

- меланхолик





Холерик

Сангвиник

Сагваник.

Сангвиник – человек
уравновешенный,

активный,
подвижный,

легко переживающий неприятности и

неудачи,

практичный.





Холерик



Меланхолик



Сангвиник

Флегматик.



Флегматик – человек
с замедленными реакциями,
невозмутимый,
постоянный в своих чувствах,
размеренный в действиях и речи.



Холерик.

Холерик –
возбудимый,
порывистый,
несдержаный в эмоциях,
с частыми сменами настроения,
быстроговорящий
человек.





Меланхолик.

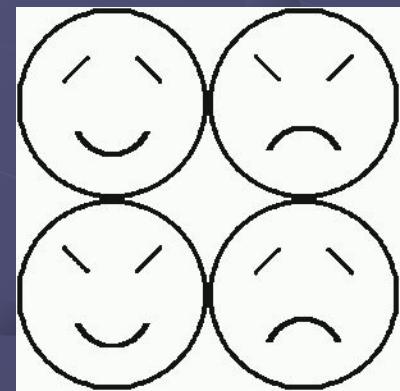
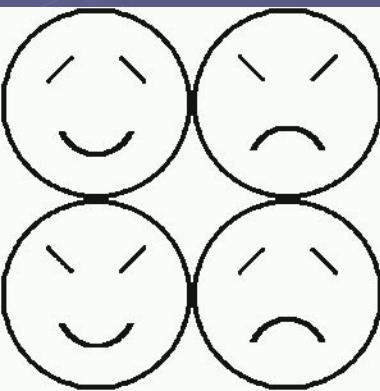
Меланхолик – человек
со слабым типом нервной системы,
очень впечатлительный,
обидчивый,
глубоко всё переживающий,
но способный тонко чувствовать и
воспринимать больше информации, чем
другие,
отчего он и быстрее устает.





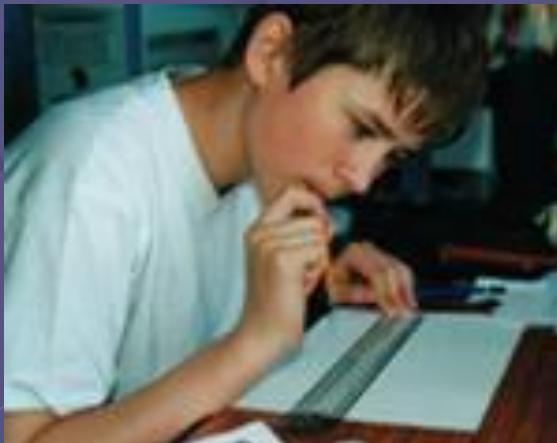
Помните, что в жизни одни и те же люди в зависимости от ситуации могут вести себя по-разному.

Например, когда вы увлечённо болеете за любимую спортивную команду, вы можете вести себя **как холерик**, то есть прыгать, вскакивать с места, кричать, обнимать соседа или отчаянно ругать незадачливого игрока.



Помните, что в жизни одни и те же люди в зависимости от ситуации могут вести себя по-разному.

Когда вы готовите уроки, понимая, что для вас это важно, вы можете выглядеть флегматиком.



Однако!

Экспериментально доказано, что в экстремальных ситуациях или когда долго приходится заниматься одним делом, преобладающий тип темперамента

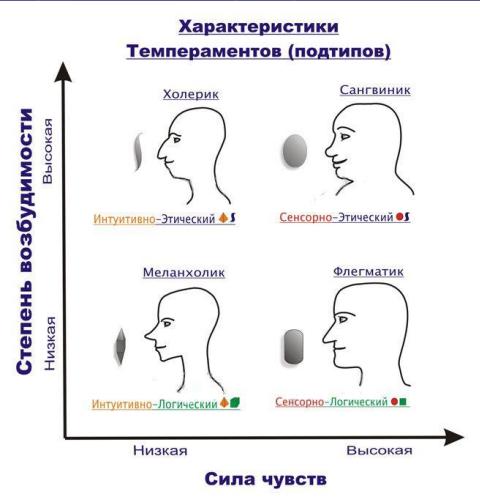
играть главную роль.



Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

холерик

начнёт лихорадочно метаться и
суетиться, а если не сможет взять под
контроль проявления своего
темперамента, то, скорее всего,
поддастся панике.

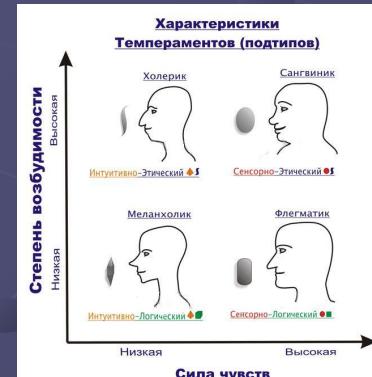


Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

меланхолик

наверняка впадёт в глубокое уныние и
начнёт представлять возможные
страшные картины того, что может
произойти.

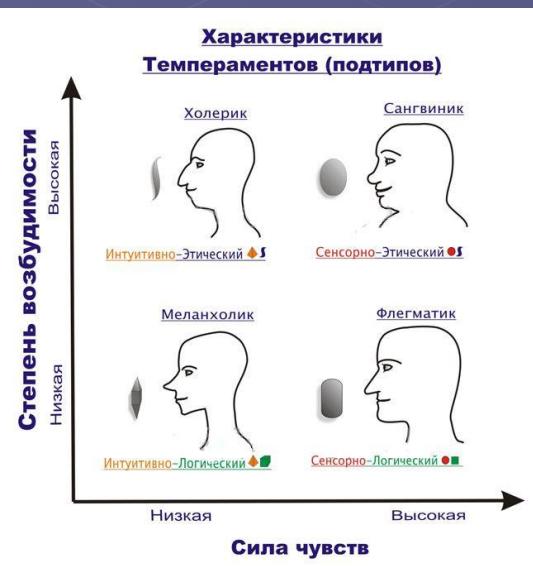
Это может помешать ему принять
правильное решение.



Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

флегматики

из-за своей заторможенности чаще всего
недооценивают опасность, что также
вредно для обеспечения безопасности.

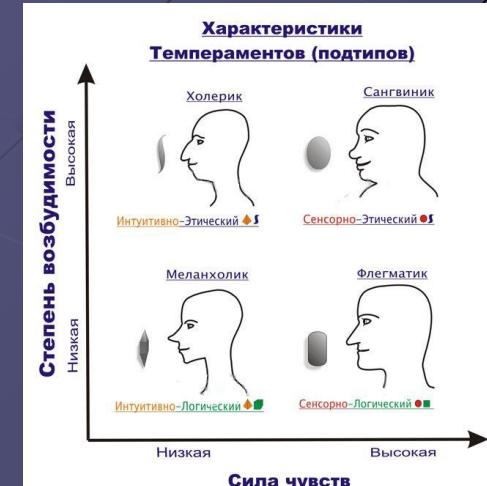


Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

сангвиник,

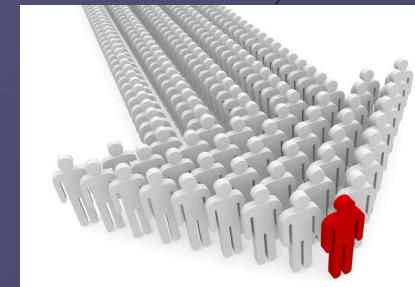
скорее всего сумеет быстро побороть
свой страх и даже найти в себе силы
подшутить над происходящим.

Но ему может не хватить чуткости к
ближним.



Вы сможете в чрезвычайной природной ситуации преодолеть особенности своей нервной системы.

- Если вы будете **тренировать свою волю** (решительность, настойчивость, управление своими эмоциями, настроением).
- Если вы будете **тренировать свои психические процессы** (внимание, ощущения, восприятие, память, мышление, речь, воображение).



Чтобы психологически
подготовиться к встрече с
опасностью:

надо
обратить внимание
на свой
характер.



От кого зависит формирование нашего характера?

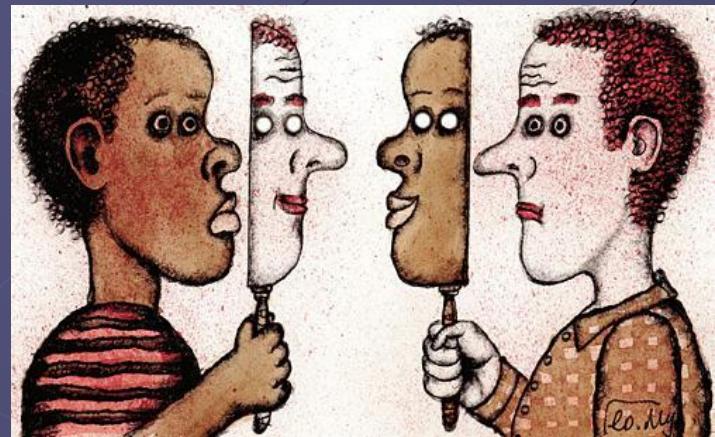
В основе характера человека лежит его темперамент, который дан нам от природы, а характер – это то, за что ответственны мы сами.

Чем мы старше, тем в большей степени формирование нашего характера зависит от нас самих.



Несамостоятельный характер.

Если при любой ситуации, даже самой незначительной опасности вы привыкли постоянно прятаться за чью-нибудь спину (папину, мамину, брата, сестры, друга), то, значит, у вас вырабатывается несамостоятельный характер.





Помните!

В случае опасности, когда никого не окажется рядом, несамостоятельный характер может вас подвести.



Учитесь принимать решения и грамотно действовать сами, советуясь вначале с более опытными и знающими людьми.

ТЕМПЕРАМЕНТ

{Слабый тип нервной системы}

Слабый
Неуравновешенный
Подвижский или
инертный



ОКТО
ТЫ будешь
такой?

{Сильный тип нервной системы}

Сильный
Уравновешенный
Инертный

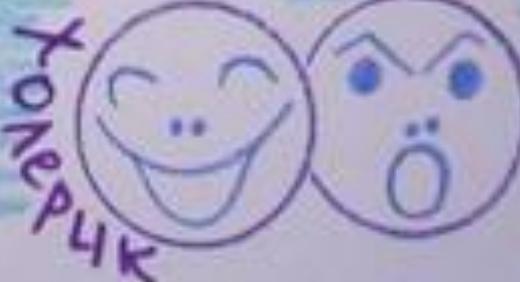


Сильный
Уравновешен
Подвижный



Сильный
Неуравновешенный
Подвижный

САН





Помните!



Любые чрезвычайные ситуации природного или техногенного характера страшны прежде всего тем, , что они, как правило, внезапны.

Двадцать первый век богат такими происшествиями в разных частях планеты и нашей страны.





Помните!

Тем не менее в значительной мере **вы**
можете помочь себе выжить,
если
противопоставите чрезвычайным
ситуациям
свои
знания, умения, силу воли, характер и
способности.

Источники.

- Основы безопасности жизнедеятельности. 7 кл. : учебник для общеобразоват. учреждений / С.Н. Вангородский, М.И.Кузнецов, В.Н. Патчук, В.В.Марков. – 13-е изд., стереотип. – М. : Дрофа, 2010.
- <http://nova.rambler.ru>
- <http://images.rambler.ru>

Спасибо за внимание!

До новых
встреч!

