



# Характер и темперамент.



# 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 договорят и только потом бегут на урок.

Третьи, 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 –  
зависят от  
особенностей его нервной системы.



# Темперамент.

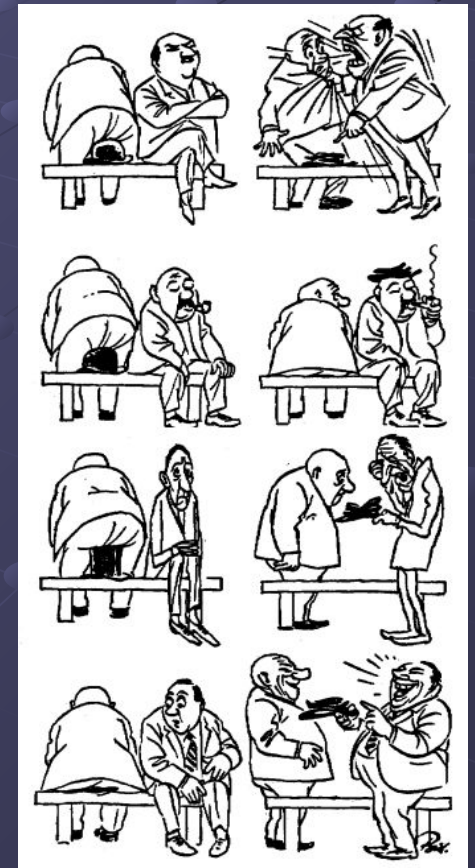
Особенности нервной системы человека называются **темпераментом**.

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.



Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

# Сангвиник.

Сангвиник – человек  
уравновешенный,  
активный,  
подвижный,  
легко переживающий неприятности и  
неудачи,  
практичный.



Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

# Флегматик.



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



# Холерик.

Холерик –  
возбудимый,  
порывистый,

несдержанный в эмоциях,  
с частыми сменами настроения,  
быстроговорящий  
человек.







# Меланхолик.

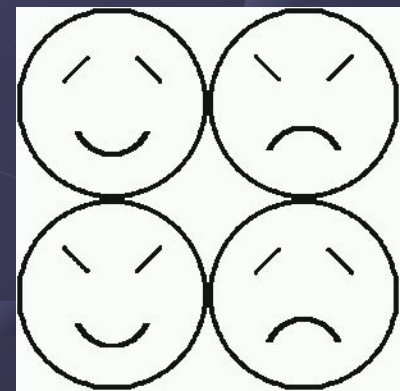
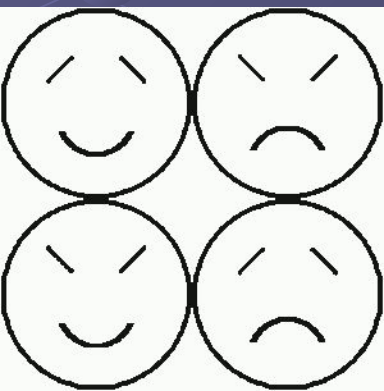
Меланхолик — человек со слабым типом нервной системы, очень впечатлительный, обидчивый, глубоко всё переживающий, но способный тонко чувствовать и воспринимать больше информации, чем другие, отчего он и быстрее устаёт.





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!

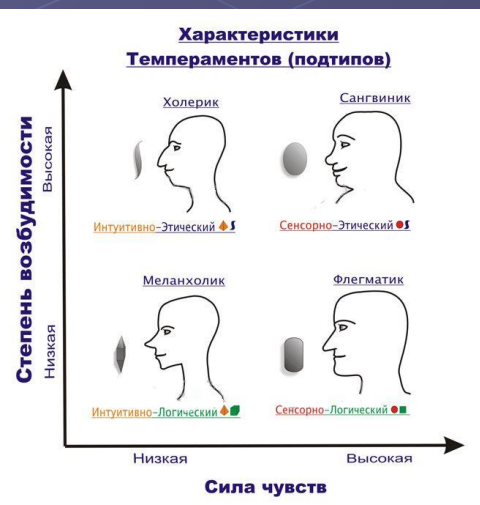
Экспериментально доказано, что в экстремальных ситуациях или когда долго приходится заниматься одним делом, преобладающий тип темперамента обязательно начинает играть главную роль.



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.

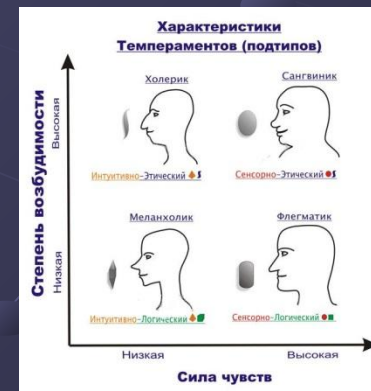


Например, в условиях приближения  
любого стихийного бедствия

## меланхолик

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

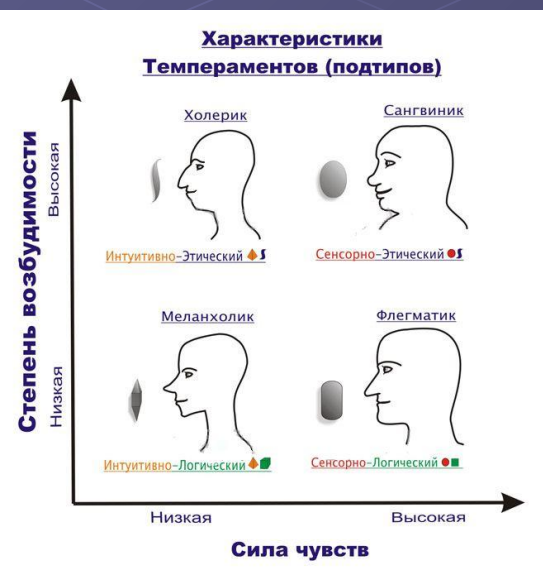
Это может помешать ему принять  
правильное решение.



Например, в условиях приближения  
любого стихийного бедствия

## флегматики

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



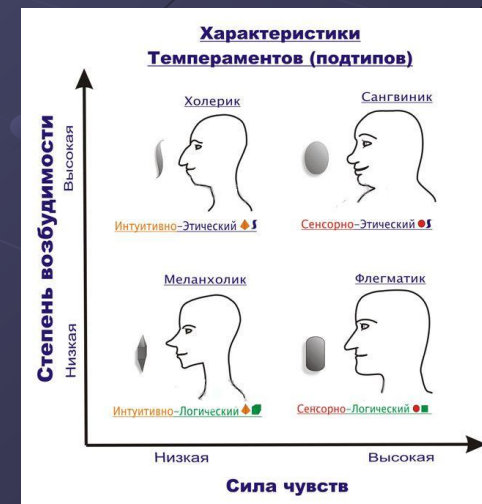


Например, в условиях приближения  
любого стихийного бедствия

**сангвиник,**

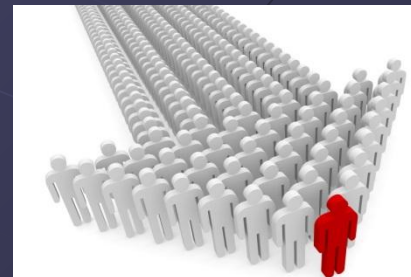
скорее всего сумеет быстро побороть  
свой страх и даже найти в себе силы  
подшутить над происходящим.

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.





board.com.ua

# 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

Слабой тип нервной системы

Сильный тип нервной системы

Слабый  
Неуравновешенный  
Подвижный или  
инертный

Сильный  
Уравновешенный  
Инертный

Сильный  
Уравновешенный  
Подвижный



Сильный  
Неуравновешенный  
Подвижный

ОЖДО  
ТЫ БУДЕШЬ  
ТАКОЙ?



# 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. Латчук, В.В.Марков. – 13-е изд., стереотип. – М. : Дрофа, 2010.
- <http://nova.rambler.ru>
- <http://images.rambler.ru>

Спасибо за внимание!

До новых  
встреч!

