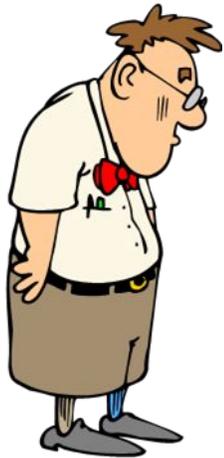


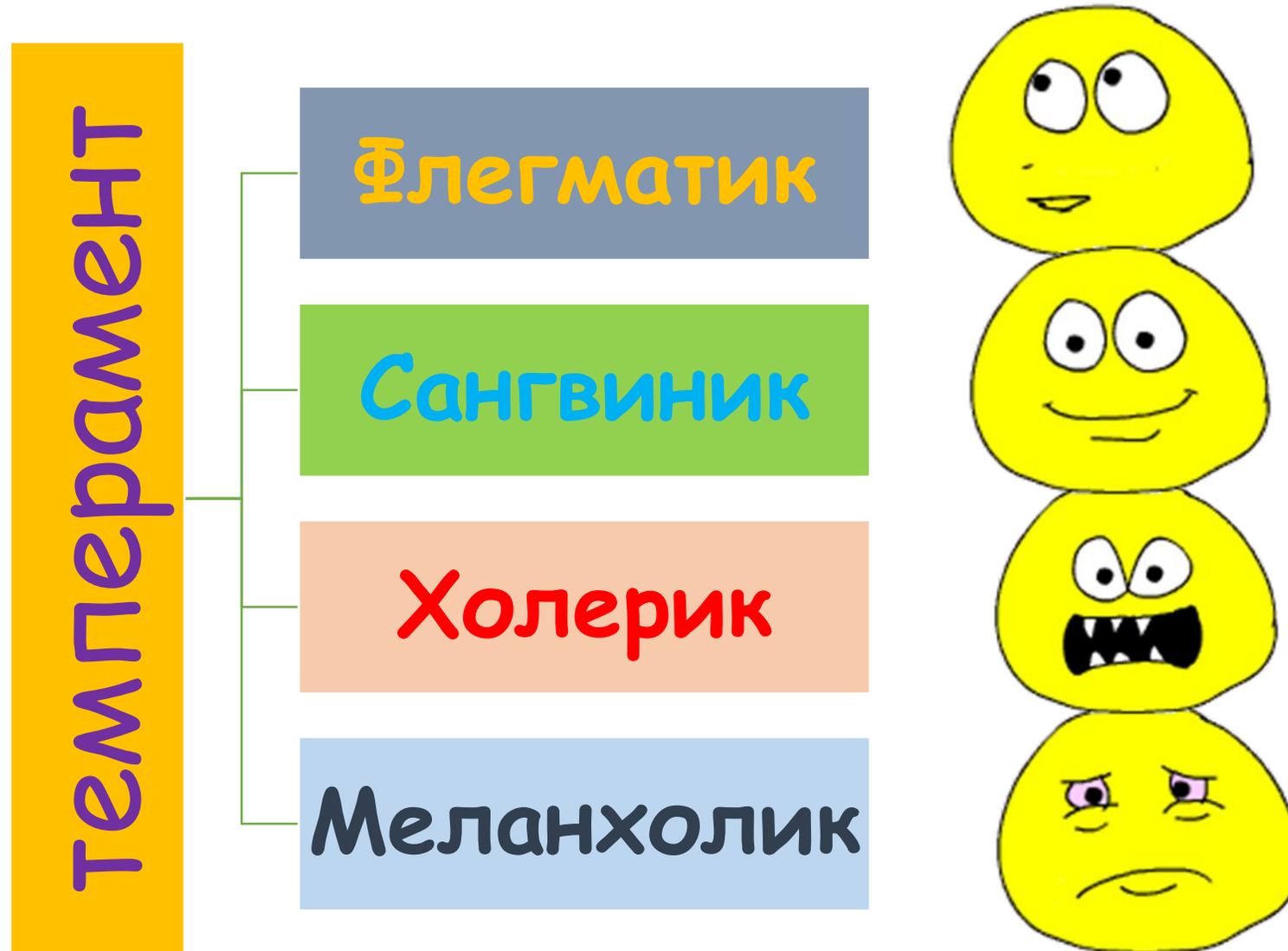
# Что такое темперамент. Узнай свой.



**Темперамент** -  
совокупность  
природных,  
врожденных свойств,  
характеризующих  
динамические  
особенности протекания  
психических процессов  
и поведения человека.



# Типы темперамента



# Роль темперамента в общении

## Холерик

- Подчиняет
- Непреклонный
- Властный

## Сангвиник

- Старается всех развеселить

## Меланхолик

- Ранимый
- Беззащитный

## Флегматик

- Наблюдательный
- Спокойный



# Холерик

- ❑ Действия порывисты, резки, стремительны, быстрый темп движений, речи.
- ❑ Инициативность, энергичность, активность.
- ❑ Склонность к резким сменам настроения, необдуманность, вспыльчивость, раздражительность.
- ❑ Подвержен эмоциональным срывам.
- ❑ Недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных обстоятельствах.



# Сангвиник

- ❑ Высокая психическая активность, энергичность, работоспособность.
- ❑ Быстро приспосабливается к новым условиям, сходится с людьми.
- ❑ Общителен.
- ❑ Чувства легко возникают и легко сменяются, мимика богатая.
- ❑ Свойственна открытость и доступность, а в некоторых
- ❑ случаях - беззаботность, поверхностность, непостоянство.
- ❑ Стремится к частой смене впечатлений.
- ❑ Сравнительно легко и быстро переживает неудачи.



# Флегматик

- ❑ Низкий уровень психической активности, медлительность, невыразительность мимики.
- ❑ Новые формы поведения формируются медленно, но являются стойкими.
- ❑ Как правило, редко выходит из себя, ровен и спокоен в общении.
- ❑ Вдумчивый, миролюбивый, старательный и размеренный, но в некоторых случаях могут проявляться пассивность, вялость и безучастность к окружающему, лень и безволие.
- ❑ Чувства и настроения обычно отличаются постоянством.



# Меланхолик.

- ❑ Низкий уровень психической активности, замедленность движений, сдержанность моторики и речи, быстрая утомляемость.
- ❑ Высокая эмоциональная чувствительность, глубина и устойчивость эмоций при слабом их внешнем выражении, причем преобладают отрицательные эмоции.
- ❑ Это, как правило, тревожные, малообщительные люди.
- ❑ При неблагоприятных условиях может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчужденность.



# Темперамент и профессия

- **Холерику** подходит циклическая работа, в которой чередуются периоды больших усилий и спокойной деятельности.



- **Сангвинику** интереснее заниматься разнообразной работой, где он получает постоянно новые знания. Профессии должны быть постоянно связаны с общением, а также организацией деятельности людей.



# Темперамент и профессия

- **Флегматик** в работе должен иметь возможность соблюдать привычный режим, деятельность может носить монотонный характер.



- **Меланхолику** подходит работа, требующая точных ручных умений. Противопоказаны профессии, связанные с неожиданностями и сложностями.



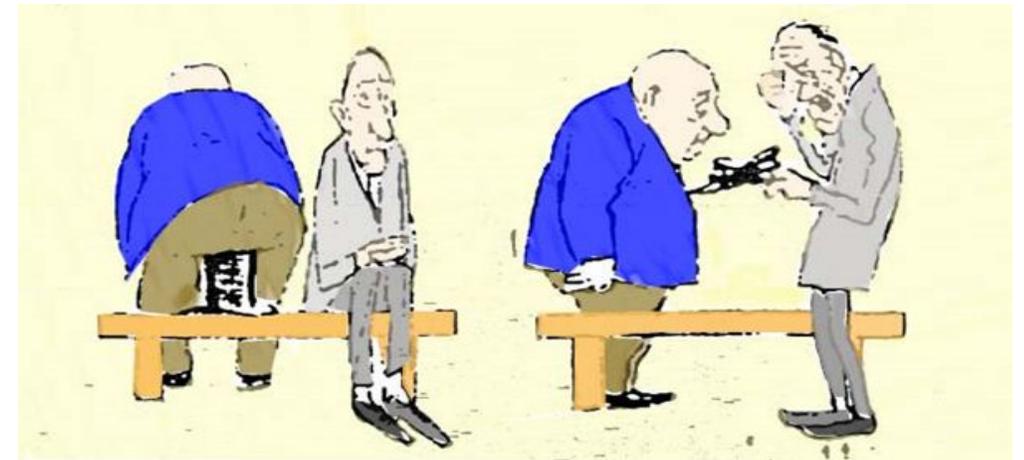
**Представьте: вы сидите на скамейке, рядом с вами лежит ваша шляпа, к вам подходит человек и садится на неё! Как вы отреагируете?**

### **1. Сангвиник**



### **3. Холерик**

### **2. Меланхолик**



### **4. Флегматик**



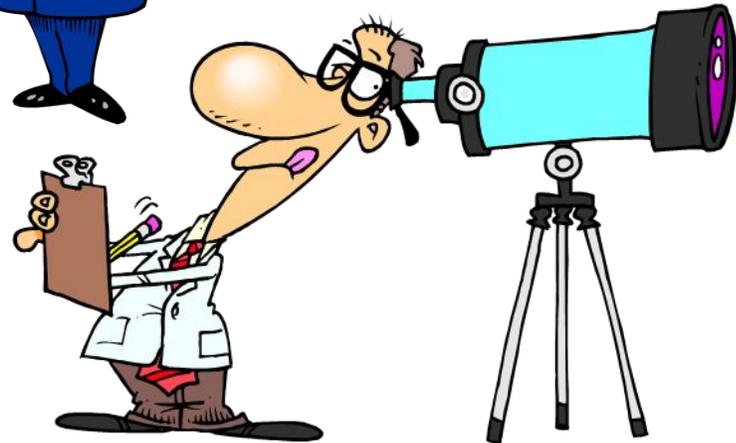
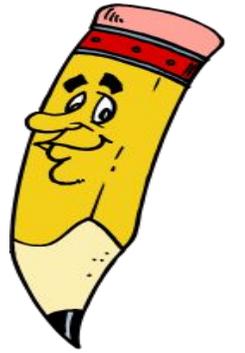
# Определите тип темперамента

1. Человек подвижный, веселый, стремящийся к частой смене впечатлений?

2. Человек уравновешенный, медлительный, с устойчивыми стремлениями и интересами?

3. Человек быстрый, порывистый?

4. Человек глубоко переживающий, чувствительный?



**Помните «Три мушкетера»?**

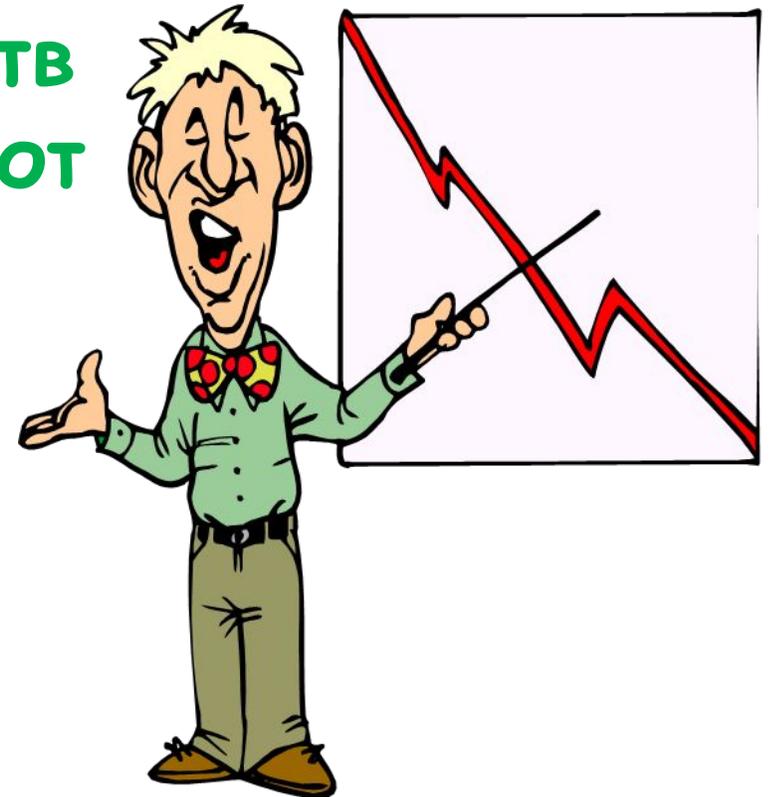
**Атос, Портос, Арамис и Д'Артаньян как раз и представляют четыре темперамента. Они дополняют друг друга, как четыре стихии, четыре времени года, и поэтому непобедимы!**

**Попробуйте определить темпераменты мушкетеров.**



# Заключение:

В жизни в «чистом» виде темпераменты встречаются редко, как правило, говорят о преобладании тех или иных черт темперамента (смешанный тип). Проявление свойств темперамента во многом зависит и от условий жизнедеятельности.



**Спасибо за внимание!!!**

