

**Темперамент. Диагностика.
Коррекция.**

Презентацию подготовила группа Ф-222

СОДЕРЖАНИЕ

- Понятие темперамента
- Виды темперамента
- Характеристики темперамента
- Круг Айзенка
- Тип темперамента в зависимости от свойств личности
- Тест Айзенка



Что такое темперамент?

Темперамент - это те врожденные особенности человека, которые обуславливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.



Виды темперамента



Сангвиник

- человек с сильной, уравновешенной, подвижной нервной системой, обладает быстрой скоростью реакции. Его поступки обдуманно, жизнерадостен, его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни. Это общительный человек, легко сходится с новыми людьми, хотя он и не отличается постоянством в общении и привязанности. В стрессовой ситуации проявляет "реакцию льва", т.е. активно, обдуманно защищает себя, борется за нормализацию обстановки.



Холерик



- это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением, вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не умеет себя сдерживать, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность. Чередование положительных циклов подъема настроения и энергичности с отрицательными циклами спада, депрессии, обуславливают неровность поведения и самочувствия, его повышенную подверженность к появлению невротических срывов и конфликтов с людьми.



Флегматик



- человек с сильной, уравновешенной, но инертной нервной системой, вследствие чего реагирует медленно, неразговорчив, эмоции проявляются замедленно; обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям, но не способен быстро реагировать в неожиданных новых ситуациях. Прочно запоминает все усвоенное, не способен отказаться от выработанных навыков и стереотипов, не любит менять привычки, работу, друзей, трудно и замедленно приспосабливается к новым условиям.
-



Меланхолик


- человек со слабой нервной системой, обладающий повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать "срыв", растерянность, поэтому в стрессовых ситуациях (экзамен, соревнования, опасность) могут ухудшиться результаты деятельности меланхолика по сравнению со спокойной привычной ситуацией. Повышенная чувствительность приводит к быстрому утомлению и падению работоспособности (требуется более длительный отдых). Незначительный повод может вызвать обиду, слезы.



Круг Айзенка

- Известный психолог Х. Айзенк считает, что личность человека включает четыре уровня:
 - I - уровень отдельных реакций;
 - II - уровень привычных реакций;
 - III - уровень отдельных черт личности;
 - IV - уровень типичных черт: интро-экстраверсия, нейротизм, психопатические черты, интеллект.



-
- Известный психолог К. Юнг подразделяет людей по складу личности на **экстравертов** ("обращенных вовне") и **интровертов** ("обращенных внутрь себя"). Любопытно, что у экстравертов ведущим полушарием является правое полушарие, что частично может проявляться даже во внешности - у них более развит левый глаз, т.е. левый глаз больше открыт и более осмыслен (нервы у человека идут крест-накрест, т.е. от правого полушария к левой половине тела, и от левого полушария - к правой половине тела). У интровертов ведущим является левое полушарие.
-
- 

Диагностика

Тест на определение склада личности.



□ **Верно ли, что:**

- 1. Вам нравится тихо сидеть наедине со своими мыслями.
- 2. Вас раздражают автомобильные пробки.
- 3. Вам нравится глубоко исследовать один предмет, чем постоянно искать новые
- 4. Вы чувствуете, что постоянно находитесь в движении.
- 5. Вы предпочитаете поговорить с клиентом по телефону, чем встречаться с ним.
- 6. Вас раздражают водители, которые медленно ездят.
- 7. Вы неуютно себя чувствуете, если во время разговора собеседник подходит к вам слишком близко.
- 8. Вам больше нравится принимать участие в театральных постановках, чем смотреть их. 9. Вы предпочитаете спокойный пассивный отдых активному.
- 10. Вам нравится, когда одновременно происходит много интересного.
- 11. Вы стараетесь избегать встреч с людьми.
- 12. Вам больше нравится, когда герои романа действуют, а не говорят.
- 13. Иногда вам хочется расслабиться.
- 14. Вы согласны с утверждением: «Чем больше, тем лучше».
- 15. Вам нравится размышлять над своей жизнью.
- 16. Бывают моменты, когда вы ощущаете в себе взрывную энергию и вам необходимо немедленно действовать.
- 17. Предпочитаете работать в одиночку.
- 18. Вас больше привлекает работа, требующая немедленного действия, а не долгого обдумывания.
- 19. Вы редко рассказываете о себе своим друзьям.
- 20. Вам нравится немножко пошуметь с близкими друзьями или даже знакомыми вам людьми.



-
- Если вы ответили «да» на восемь и более четных вопросов и «нет» на восемь и более нечетных, значит, у вас экстравертный характер. Обратное распределение положительных и отрицательных ответов свидетельствует об интроспективном отношении к жизни. содержание

