

Психологический портрет личности: темперамент и характер.





Психологический портрет личности

- Темперамент
- Характер
- Способности
- Интеллект
- Чувства
- Эмоции





Темперамент

Совокупность индивидуально-психических свойств человека, характеризующаяся главным образом быстротой возникновения чувств и их силой.



ИЗ ИСТОРИИ



- Первое упоминание о темпераментах мы встретим в Древней Греции.
- Древнегреческий врач Гиппократ (5-4 век до нашей эры) выделил четыре главных сока: **сангвис**" - **кровь**, "**флегма**" - **лимфа**, "**холе**" - **желчь** и "**мехайно коле**" - черная желчь.
- У разных людей они смешаны по-разному: верное сочетание соков приносит здоровье, а неверное - болезнь.



Типы темперамента

Холерик



Сангвиник



Флегматик



Меланхолик



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.



Сангвиник

Обладатель уравновешенного,
подвижного типа нервной системы.

ПЛЮСЫ	МИНУСЫ
жизнерадостность, общительность, отзывчивость, увлеченность, трудоспособность, лидерство	зазнайство, легкомыслие, поверхностность, сверхобщительность, ненадежность.



Известные сангвиники



М. Ю. Лермонтов



В. А. Моцарт

MyShared



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.



Флегматик

Сильный, но неподвижный тип.

Медлительный, но настойчивый и упорный человек.

плюсы	минусы
Устойчивость, постоянство, терпеливость, надежность, осмотрительность, миролюбивость	Пассивность, медлительность, невъразительность



Известные флегматики



М. И. Кутузов



И. А. Крылов

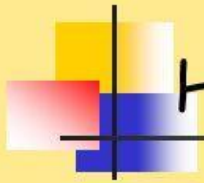
MyShared



Особенно Холери проявления:

- 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.





Холерик

Неуравновешенный, вспыльчивый тип

плюсы	минусы
Активность, энергичность, увлеченность, оптимистичность, трудоспособность, целеустремленность	Горячность, невыдержанность, нетерпеливость, беспокойность, непостоянство



Известные холерики



А.В.Суворов



Пётр I



А.С.Пушкин

 MyShared



Меланхолик:
впечатлительный;
склонный к грусти;
замкнутый;
чувствительный;
быстро утомляющийся



Рис. 2.9. Меланхолик



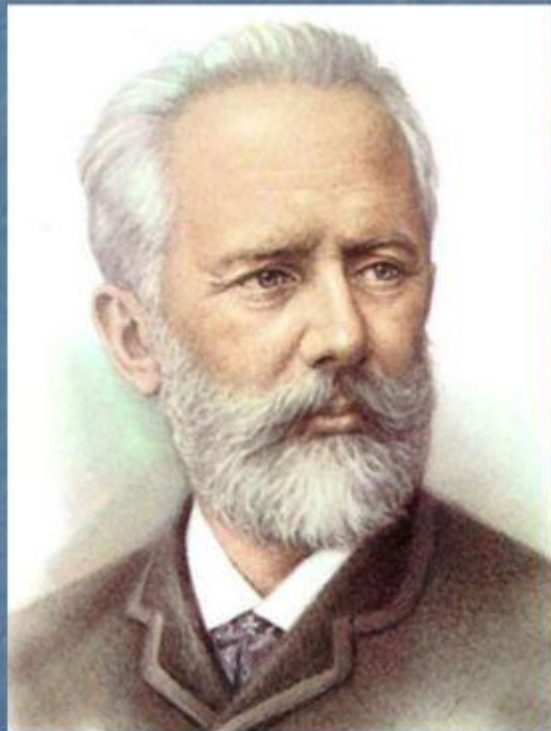
Меланхолик.

Слабый неуравновешенный тип.

плюсы	минусы
Чувствительность, мягкость, человечность, рассудительность, доброжелательность, способность к сочувствию.	Низкая работоспособность, мнительность, ранимость, замкнутость, тревожность, пессимистичность.



Известные меланхолики



П. И. Чайковский



Н. В. Гоголь

MyShared



Сангвиник - мозги управляют чувствами.

Холерик - чувства управляют мозгами.

Флегматик - мозгам не хватает чувств.

Меланхолик - чувствам не хватает мозгов.



Atkritka.com



ВНУТРЕННИЙ ЦВЕТ



Цвет	Основные черты	Действия внешних цветов	
		теплые	холодные
Холерик (красн.)	сорвиголова, вспыльчивый	легкомысленность	сдержанность
Сангвиник (желтый)	веселый	несознательность	урановешанность
Флегматик (зеленый)	равнодушный (медлитель.)	интеллектуальность	отстраненность
Меланхолик (синий)	серьезный (обособлен.)	контактность	отсраненность



Совместимость темпераментов

- **Холерика** лучше всего успокаивает и дополняет в работе его противоположность - **флегматик**.
- **Меланхолика** хорошо поддерживает и тонизирует **сангвиник**.

Эти две пары темпераментов во многом дополняют друг друга и даже частично сглаживают те недоразумения, которые могут возникнуть при несовместимости их типов личности.



Совместимость темпераментов

- Более проблематично взаимодействуют между собой пары
- **«холерик-меланхолик»** В этом случае рекомендуется холерикам больше себя сдерживать, а меланхоликам не принимать всё так близко к сердцу, хотя для обоих это будет не просто
- **«сангвиник-флегматик»** В этом случае можно посоветовать следующее: флегматикам нужно постараться более открыто и непосредственно проявлять свои чувства и не быть такими упрямыми, а сангвиникам-попытаться быть более последовательным в делах и более надёжным в своих обещаниях.



Совместимость темпераментов

- Другие сочетания (**холерик-сангвиник** и **флегматик-меланхолик**) требуют подстройки, так как первая пара эмоциональна и инициативна, что может вызвать проблему лидерства, а вторая - довольно инертна и пассивна.
- Наиболее благоприятным бывает взаимодействие **двух флегматиков** и **двух меланхоликов**, несколько хуже- **двух сангвиников** и совсем плохо- **двух холериков**.



Рекомендации



Рекомендации холерику

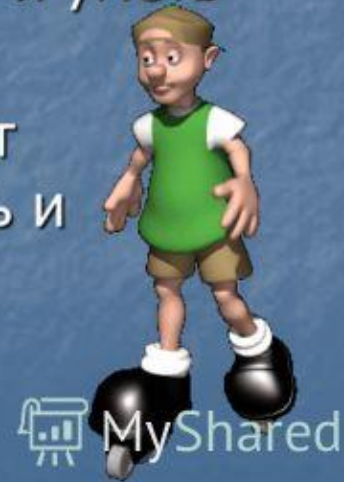
Главное - поверните свою бешеную энергию в нужное русло:

- Занимайтесь подвижными видами спорта- это даст выход стремлению к лидерству, тренировки научат контролировать свои движения, рассчитывать силу
- Вам необходимо много жизненного пространства- чаще бывайте на природе
- Помните: качество гораздо важнее скорости. Ваш девиз- лучше меньше, да лучше!
- Помните: человеку важно уметь контролировать свои эмоции и учитывать интересы других людей.



Рекомендации флегматику

- Вас могут заинтересовать те виды спорта, которые не требуют быстрой реакции
- Вам важно научиться понимать чувства и эмоции других людей
- Чтобы не вести себя стереотипно вам надо учиться сформировать своё мнение и уметь защищать его
- Вам важно помнить, что существуют люди с другими взглядами на жизнь и научиться принимать эти взгляды



Рекомендации для сангвиника

- Вам необходим подвижный образ жизни
- Помните: вам важно уметь сосредоточиться на выполняемой работе, и доводить её до конца
- Не забывайте про «мелочи» в работе
- Попробуйте свои силы в театральном кружке



Рекомендации для меланхолика

- Вы с трудом включаетесь в коллективные игры, но, сумеете преодолеть себя, и тогда с удовольствием повеселитесь вместе со всеми.
- Помните, что ошибка – это подсказка к будущим успехам. Спокойно разберитесь, в чём была неудача, и вы будете знать, как действовать в следующий раз.



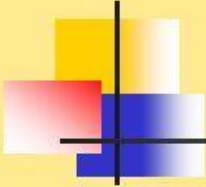
*Познав самого себя, никто не
останется тем, кто он есть.*

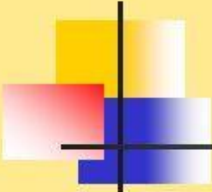
(Томас Манн)

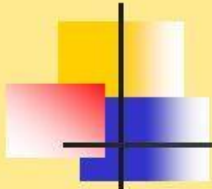


Угадай, какой вид темперамента изображен?









Как реагирует на препятствие, возникающее на его пути

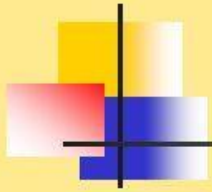
- **Холерик**
- **Флегматик**
- **Сангвиник**
- **Меланхолик**



Как реагирует на препятствие, возникающее на его пути

- **Холерик** - препятствие сметает
- **Флегматик** - часто даже не замечает
- **Сангвиник** - обходит
- **Меланхолик** - перед препятствием
останавливается





Характер

Совокупность индивидуальных устойчивых психических особенностей человека, проявляющихся в его поведении, деятельности.



Характер

- По Аристотелю то, что заставляет нас называть действующие лица каковыми-нибудь



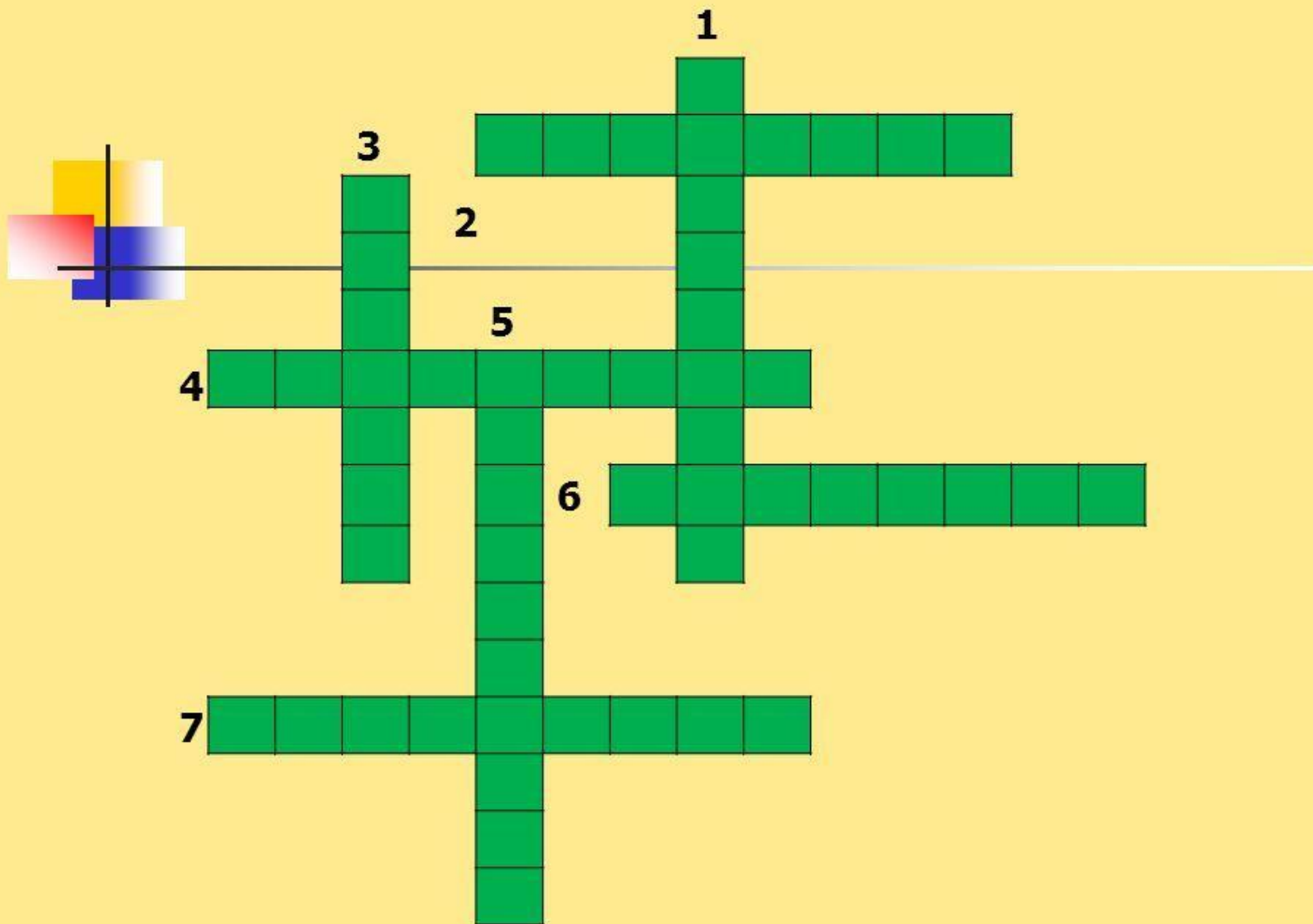
Черты характера.

Деление на группы по системе Б. М. Теплова



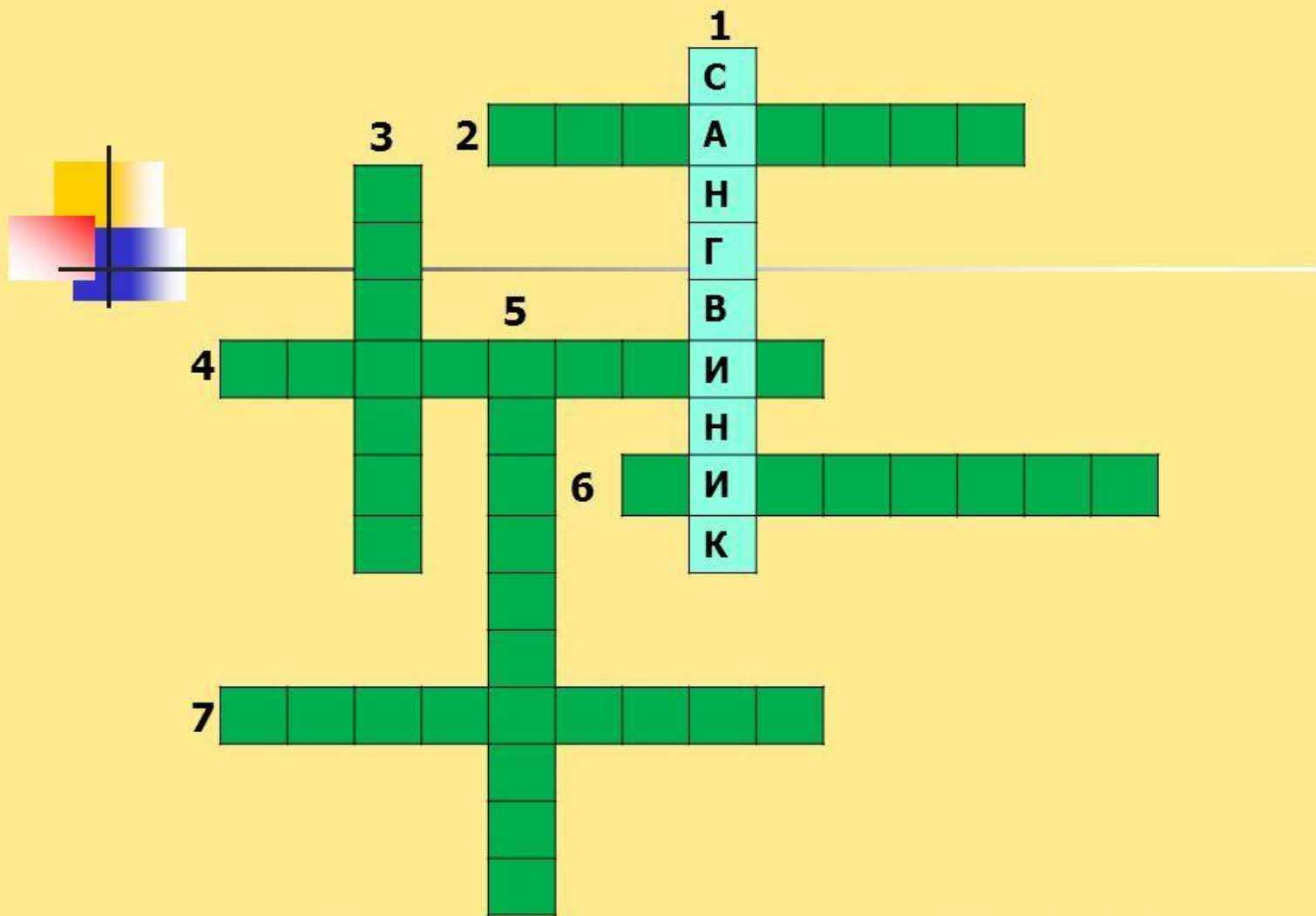
Первая группа	Вторая группа	Третья группа	Четвертая группа
черты характера, которые являются основой личности: <i>принципиальность</i> <i>честность,</i> <i>мужество,</i> <i>преданность,</i> <i>надежность,</i> <i>гражданственность</i> <i>смелость,</i> <i>малодушие,</i> <i>неискренность</i>	черты характера, в которых проявляется отношение к другим людям: <i>общительность,</i> <i>замкнутость,</i> <i>доброта,</i> <i>недоброжелательность</i> <i>внимательность,</i> <i>равнодушие</i>	черты характера, которые выражают отношение человека к самому себе: <i>гордость,</i> <i>самоуверенность,</i> <i>тщеславие,</i> <i>заносчивость</i>	черты характера, которые отражают отношение человека к труду: <i>трудолюбие</i> <i>лень</i> <i>боязнь трудностей,</i> <i>настойчивость</i> <i>активность</i> <i>ответственность</i> <i>безынициативность</i>





1. Подвижный, но уравновешенный человек, правильно (адекватно) реагирующий на окружающие события.

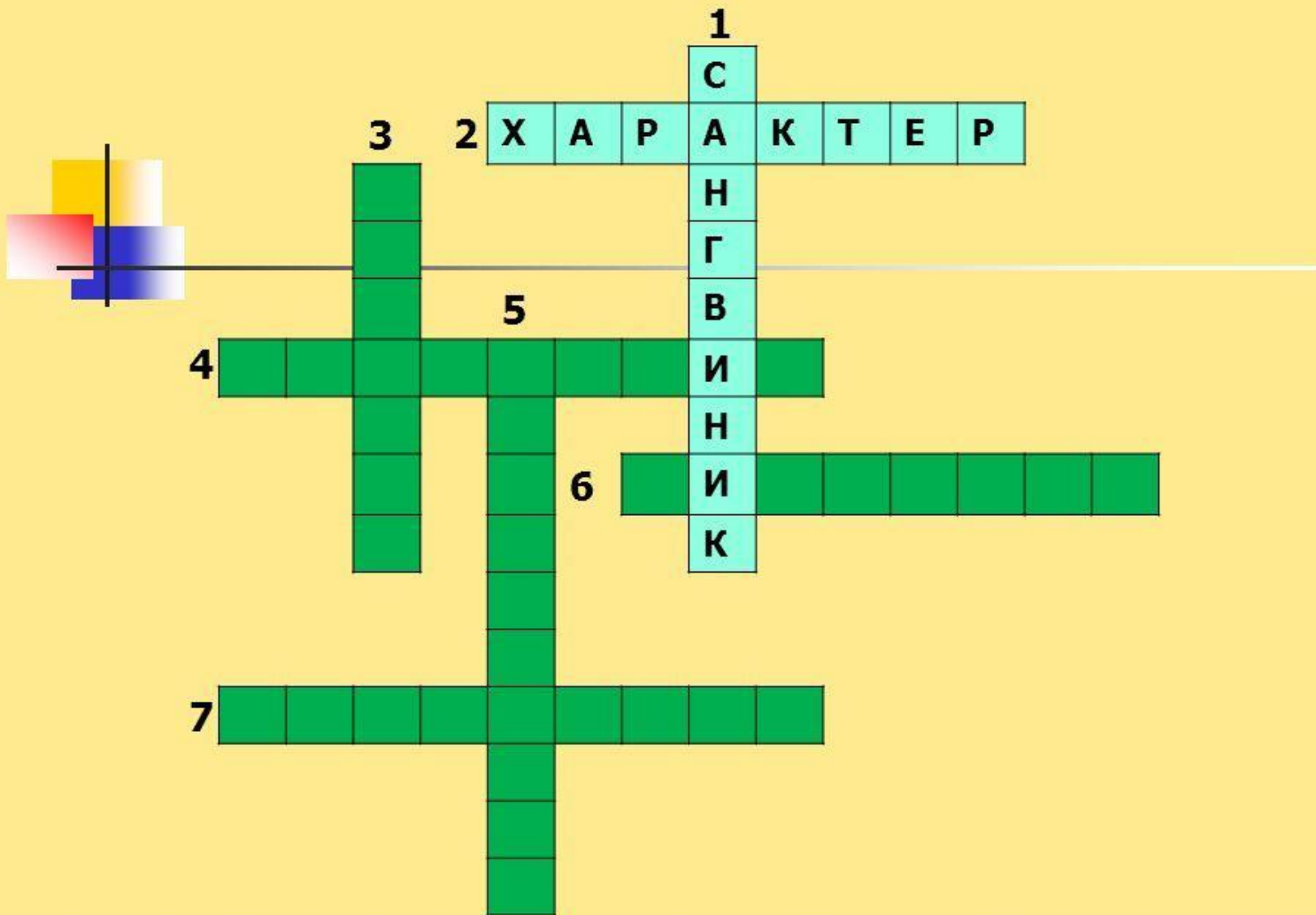




2. Совокупность устойчивых психических особенностей человека, проявляющихся в его поведении.

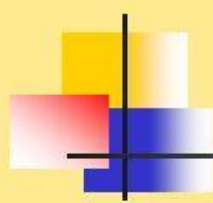
MyShared





3. Быстро возбуждающийся, неуравновешенный, вспыльчивый человек с резкими переходами настроения.

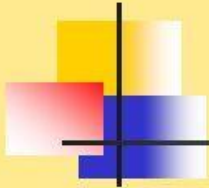




4. Медлительный, но настойчивый и упорный человек, которого трудно вывести из состояния равновесия.

MyShared





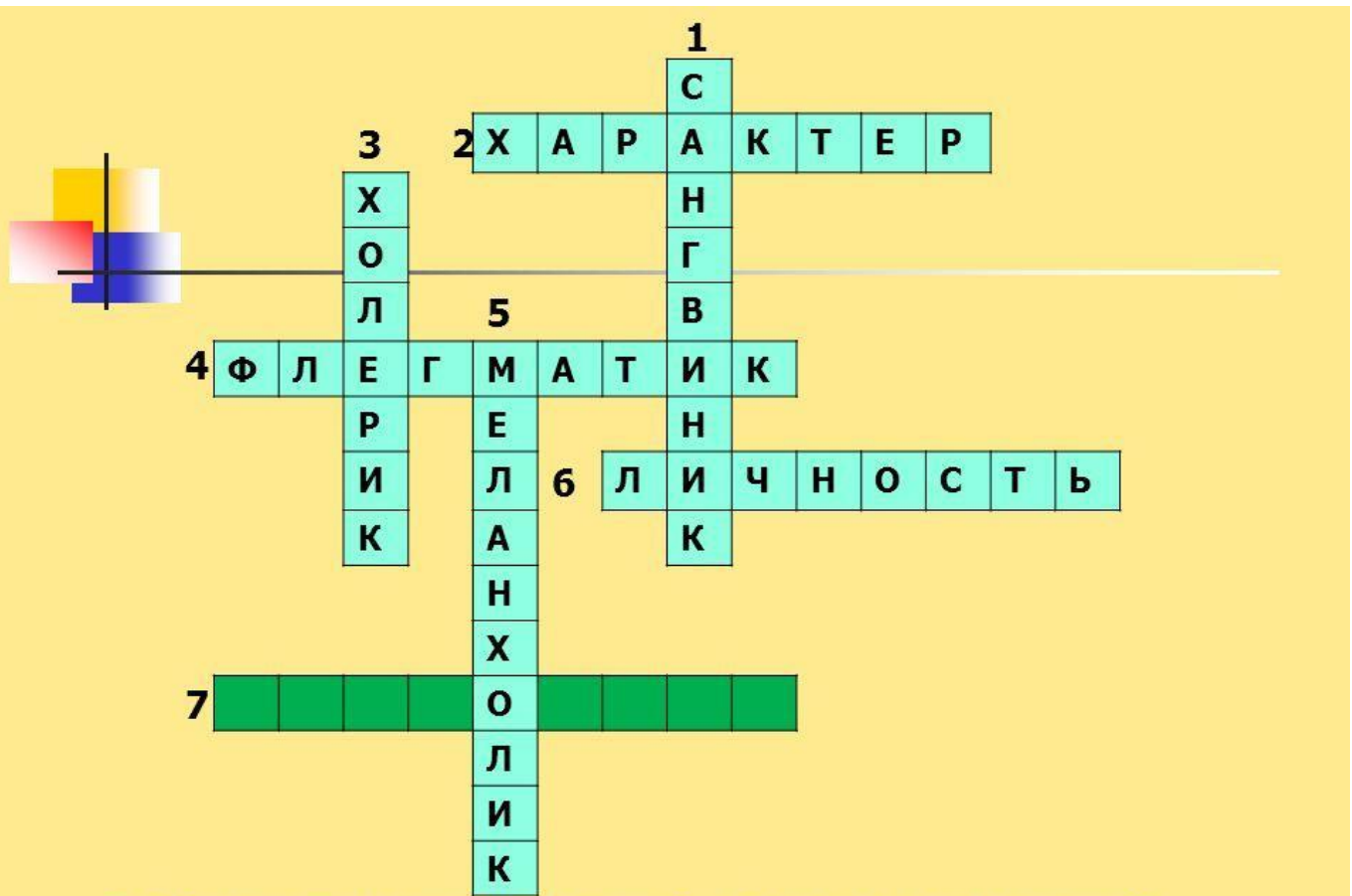
5. Человек, очень глубоко переживающий даже небольшие огорчения, склонный к хандре, пессимизму.





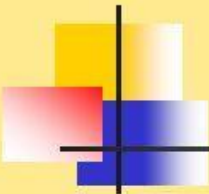
6. Совокупность всех психических качеств человека.





7. Древнегреческий ученный, впервые выделивший виды темперамента.







Мой характер

+

-



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ,

БРАТИШКИ

risovach.ru

