

Психологический портрет личности





Эпиграф

**«У каждого человека три характера:
тот, который ему приписывают, тот,
который он сам себе приписывает,
тот, который есть в
действительности»**

В. Гюго



Темперамент

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

Гиппократ

древнегреческий
врач и философ

(около 460 до н.э., остров Кос — 377 до н.э.) — древнегреческий врач, естествоиспытатель, философ, реформатор античной медицины.

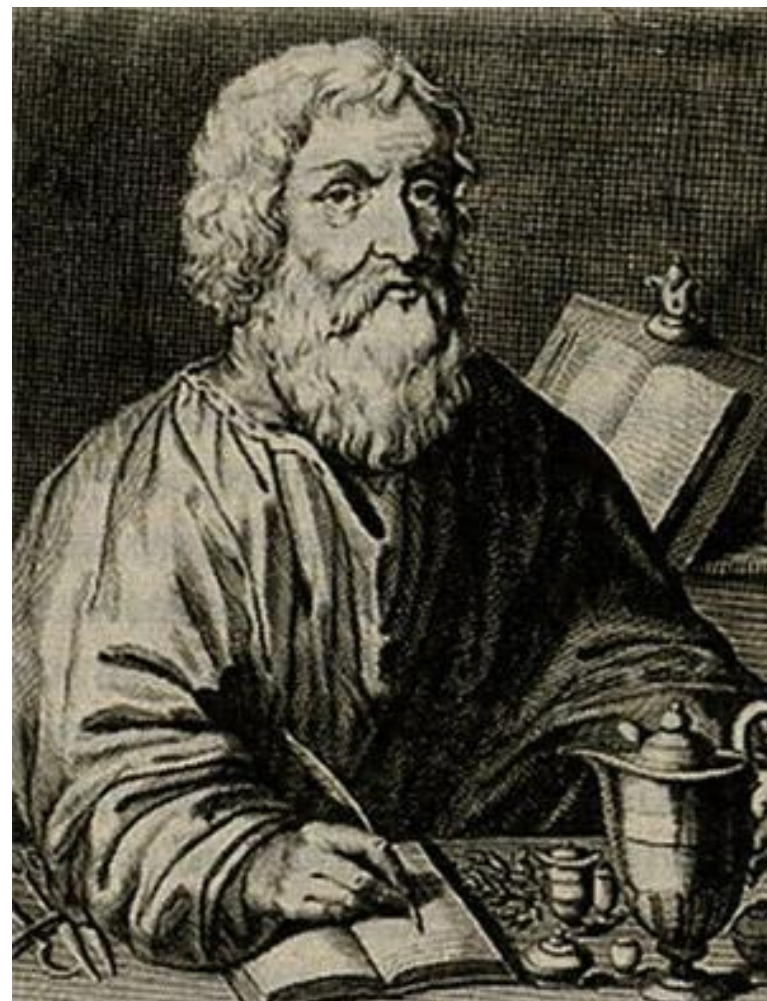
4 жидкости в теле человека:

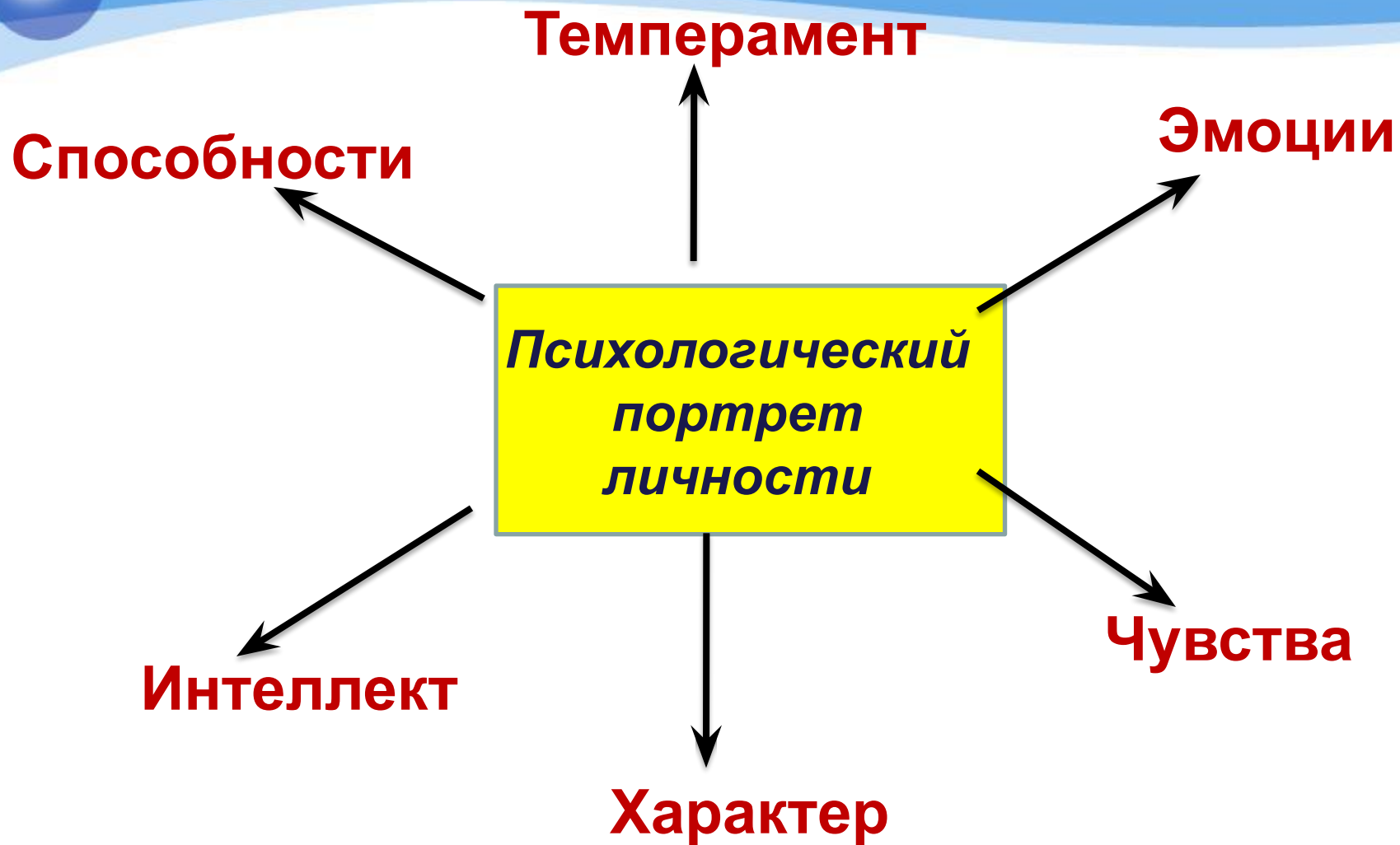
кровь (сангвиник)

слизь (флегматик)

желчь (холерик)

чёрная желчь (меланхолик)







Типы темперамента

Сангвиник
«доверяй, но
проверяй»

Флегматик
«не торопи»

Холерик
«ни минуты покоя»

Меланхолик
«не навреди»

Сангвиник

*Обладатель уравновешенного,
подвижного типа нервной системы.*

+

**жизнерадостность,
общительность,
отзывчивость,
увлеченность,
трудоспособность,
лидерство**

-

**зазнайство,
легкомыслие,
поверхностность,
сверхобщительность,
ненадежность.**

Холерик

Неуравновешенный, вспыльчивый тип

+	-
Активность, энергичность, увлеченность, оптимистичность, трудоспособность, целеустремленность	Горячность, невыдержанность, нетерпеливость, беспокойность, непостоянство

Флегматик

Сильный, но неподвижный тип.

Медлительный, но настойчивый и упорный человек.

+	---
Устойчивость, постоянство, терпеливость, надежность, осмотрительность, миролюбивость	Пассивность, медлительность, невыразительность

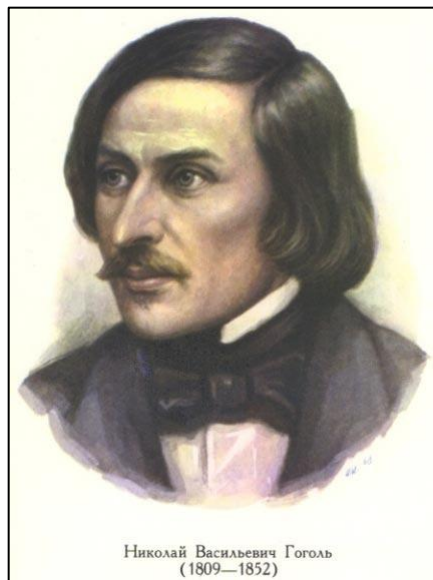
Меланхолик

Слабый неуравновешенный тип.

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



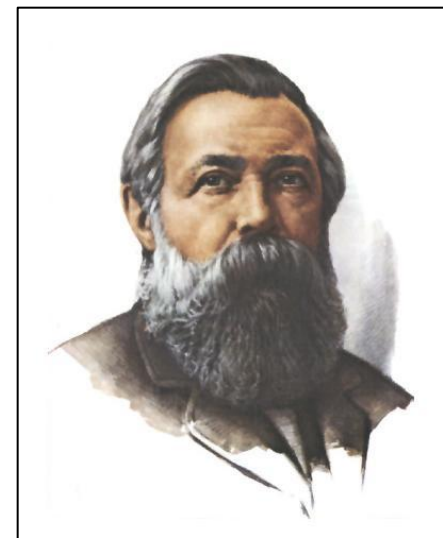
Суворов
(холерик)



Гоголь
(меланхолик)



Крылов
(флегматик)



Энгельс
(сангвиник)

Тест

сангвиник	холерик	флегматик	меланхолик
1. Как вы ведете себя в ситуации, когда необходимо быстро действовать?			
<i>Легко включается</i>	<i>Действуете со страстью</i>	<i>Спокойно, без лишних слов</i>	<i>Неуверенно, робко</i>
2. Как реагируете на замечания учителя?			
<i>Говорите, что больше не будете, а сами - снова</i>	<i>возмущаетесь</i>	<i>Выслушиваете спокойно</i>	<i>Молчите, но обижены</i>
3. Как говорите о том, что вас затрагивает?			
<i>Быстро, с жаром, но прислушиваетесь к другим</i>	<i>Быстро, не слушая других</i>	<i>Медленно, уверенно</i>	<i>С большим волнением и сомнением</i>
4. Надо сдавать контрольную работу. А она еще не закончена:			
<i>Легко реагируете</i>	<i>Торопитесь закончить</i>	<i>Решаете спокойно. Пока не отберут</i>	<i>Сдаете работу, но неуверенно</i>



5. Трудная задача не получается сразу:

<i>Решаете упорно и настойчиво</i>	<i>Бросите – продолжаете – бросите – еще пробуете</i>	<i>Спокойно продолжаете</i>	<i>Проявляете растерянность, неуверенность</i>
------------------------------------	---	-----------------------------	--

6. После уроков вы спешите домой. А учитель предлагает остаться. Сделать работу:

<i>Быстро соглашаетесь</i>	<i>Возмущаетесь: «Почему я?:»</i>	<i>Остаетесь, не говоря ни слова</i>	<i>Проявляете растерянность</i>
----------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------

7. Родители делают вам не совсем справедливое замечание:

<i>Спокойно выслушиваете. Спокойно заявляете о своем мнении</i>	<i>Взрываетесь. Вступаете в спор, опровергаете замечание</i>	<i>Не обращаете внимания: «Пусть повыступают»</i>	<i>Очень переживаете, плачете</i>
---	--	---	-----------------------------------

8. Вы получаете плохую оценку: как изменяется ваше настроение:

<i>Внешне незаметно, но внутри есть горечь</i>	<i>Раскаиваетесь, развиваете деятельность по исправлению</i>	<i>«Ну и что? Исправлю»</i>	<i>Приходите в отчаяние, в уныние</i>
--	--	-----------------------------	---------------------------------------

9. Ваш друг (подруга) не пришел на встречу:

Ничего не предпринимаете до выяснения причин

Проклинаете, мечете в его адрес гром и молнии

«Все, что ни делается, все к лучшему!»

Переживаете, воображаете измену, крах отношений

10. Вы проигрываете в соревновании, в игре:

Продолжаете борьбу, тренировки, готовитесь к будущей победе

Теряете самообладание, обрушиваете обвинения на окружающих

«Не корову же проигрываем!»

Приходите к выводу о своем ничтожестве,

Оценка результатов:

- *Подсчитайте количество баллов в каждой колонке.*
- *Преобладает тот. По которому вы набрали больше всего баллов.*



Характер

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



Интеллект

Способность к познанию и логическому мышлению. Интеллект проявляется в способности к логическому мышлению, способностью ставить перед собой цель и добиваться ее осуществления.



Способности

*Умение что-либо делать,
склонность к определенным
занятиям и профессиям.*



Чувство

*Отношение к конкретным
событиям и людям*



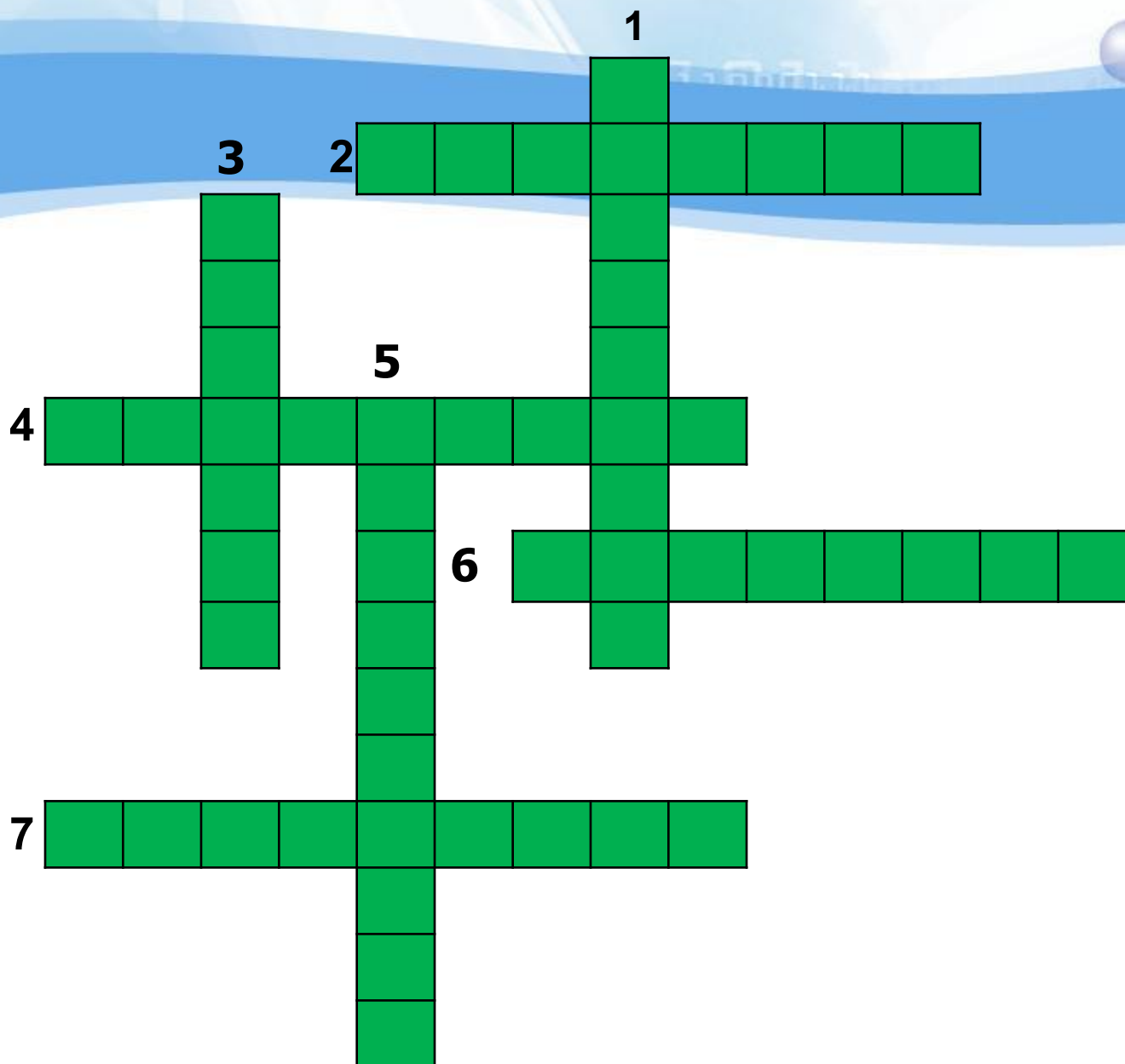
Эмоции

Это более длительная реакция, которая возникает не только на свершившиеся события, но и главным образом, на предполагаемые или вспоминаемые

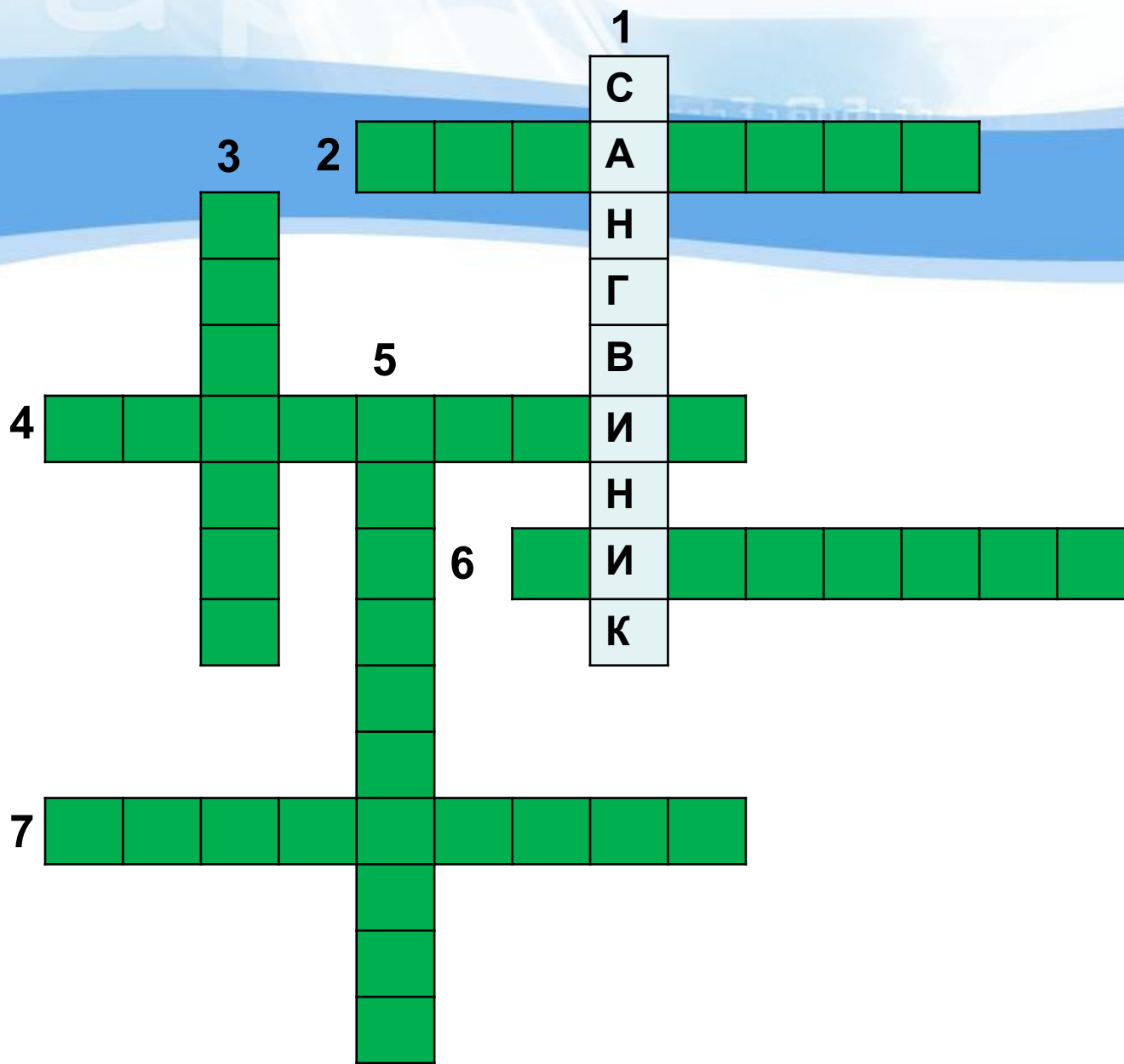


Стресс

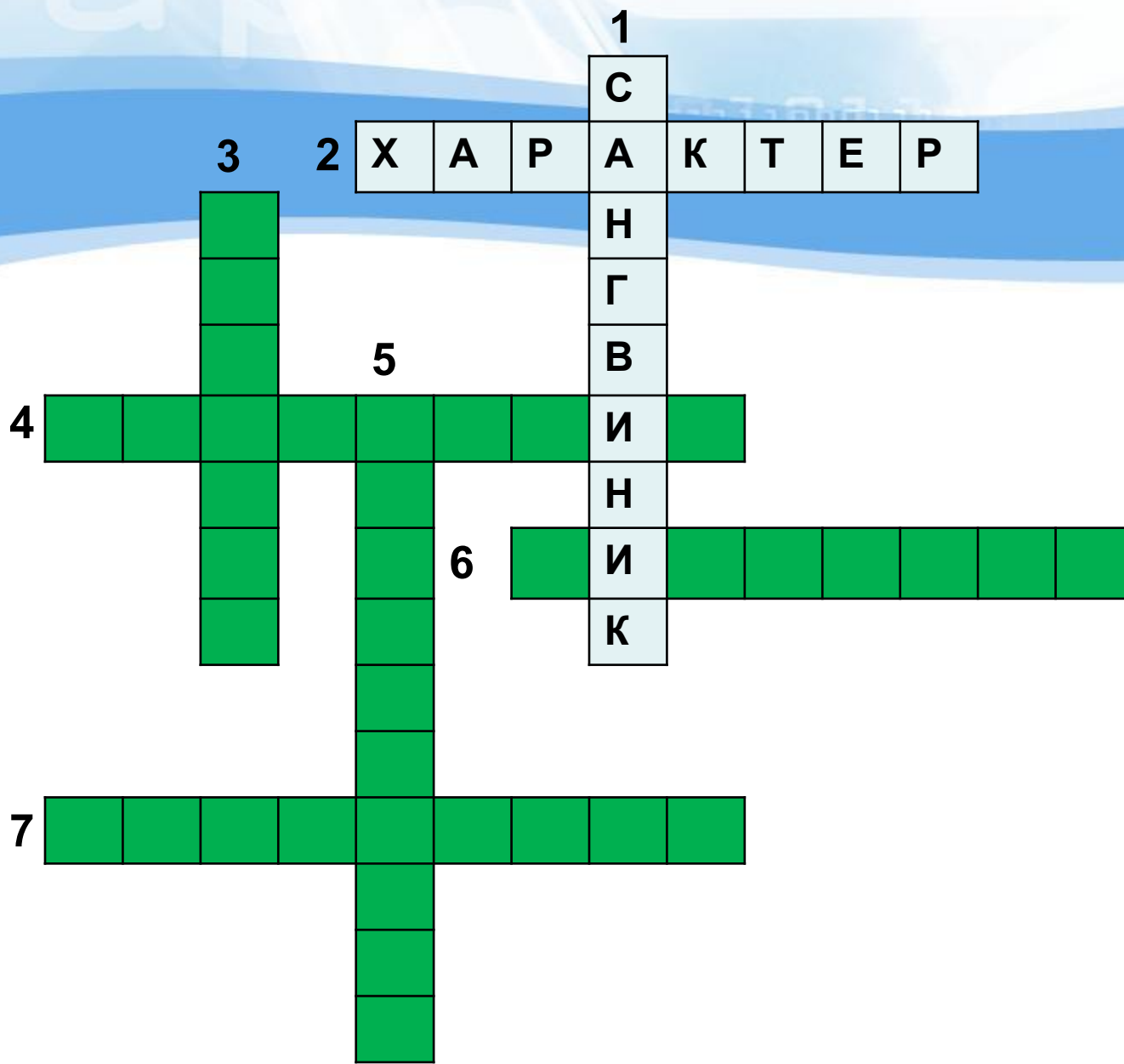
*Реакция организма на
неожиданную и напряженную
обстановку*



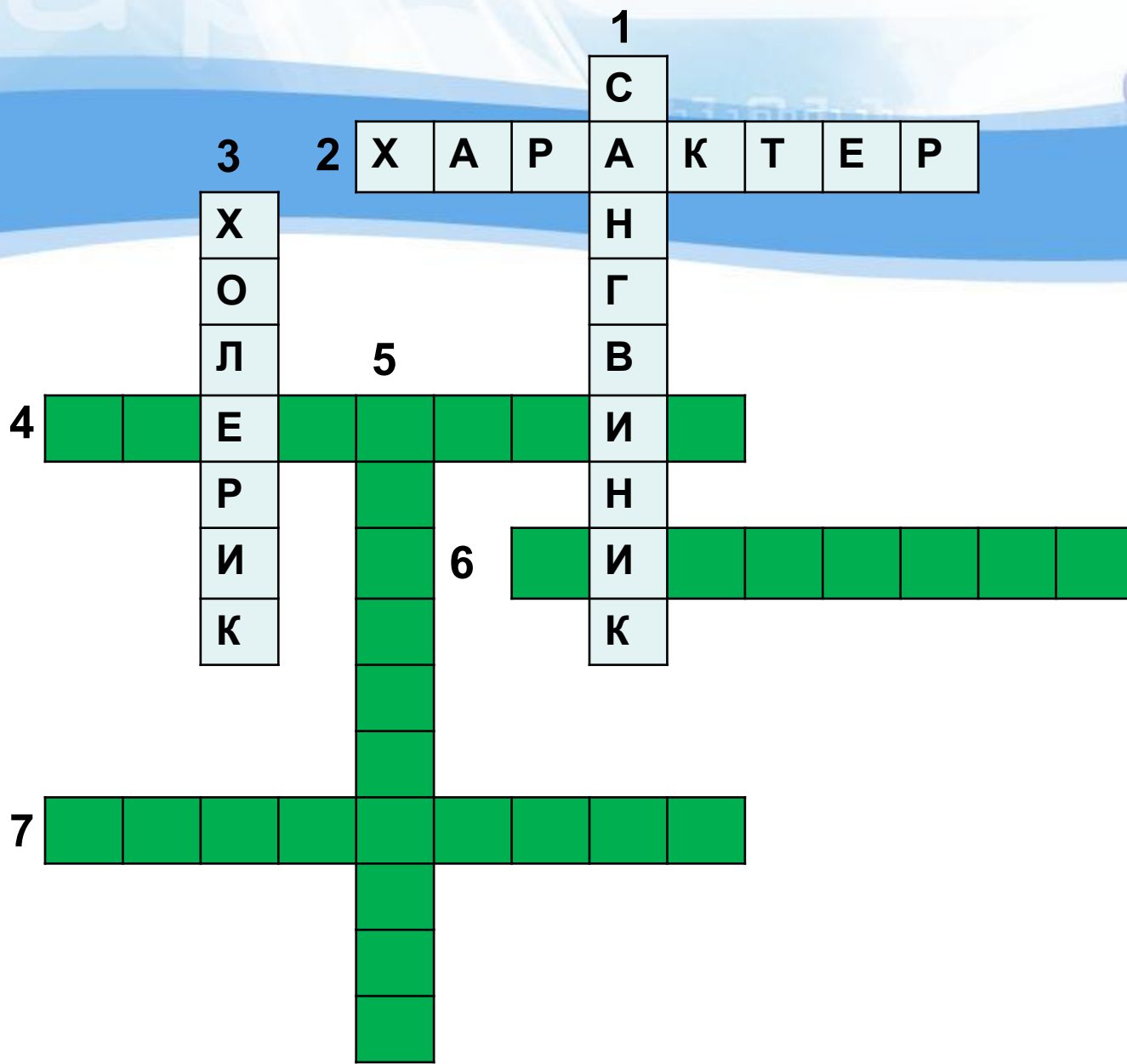
**1. Подвижный, но уравновешенный человек,
правильно (адекватно) реагирующий на окружающие события.**



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



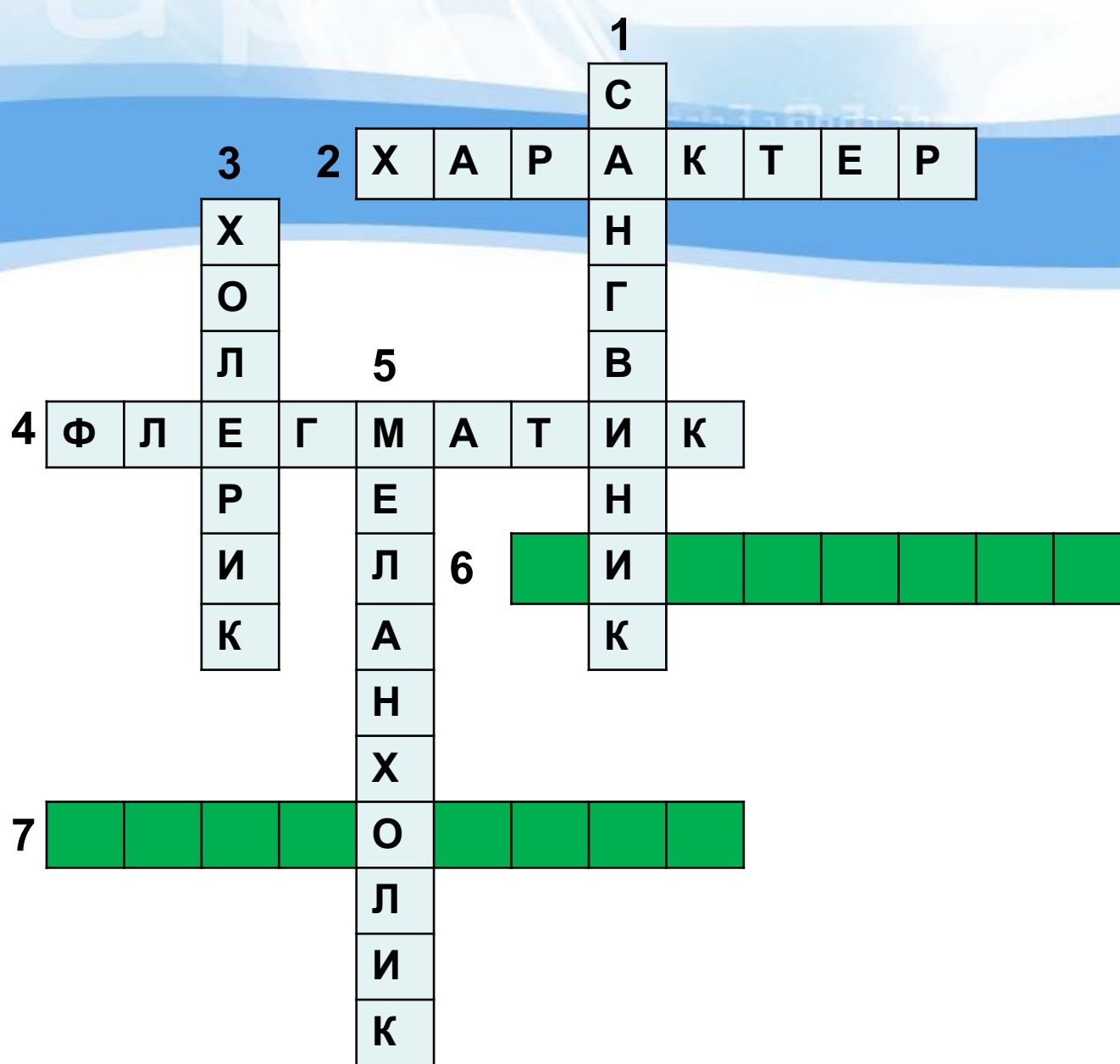
3. Быстро возбуждающийся, неуравновешенный, вспыльчивый человек с резкими переходами настроения.



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



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

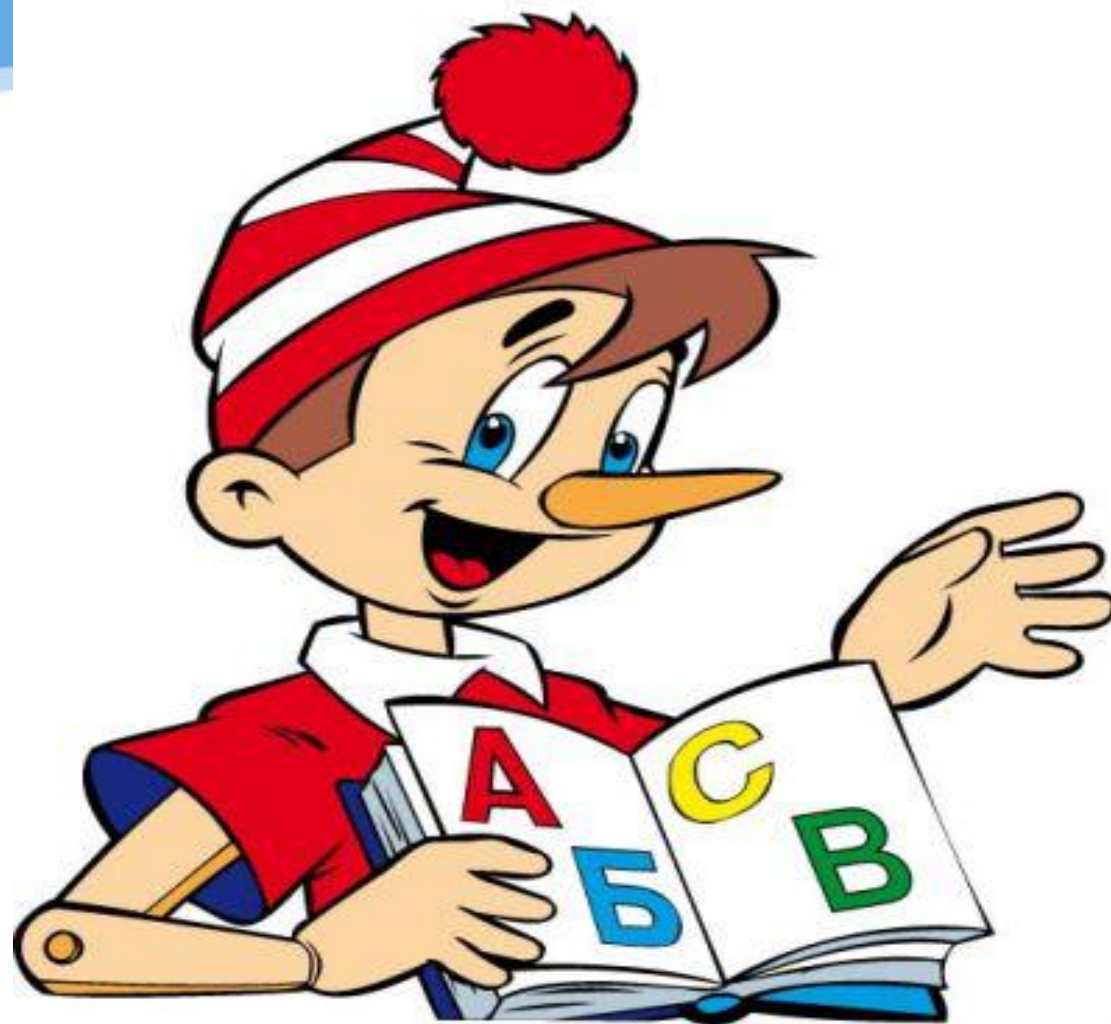


6. Совокупность всех психических качеств человека.



7. Древнегреческий ученный, впервые выделивший виды темперамента.









НЕИЗНАЙКА®



Домашнее задание

- *Прочитать: § 5.*
- *Написать небольшое сочинение на тему « Мне в моем характере хотелось бы избавиться от...»*



Вопросы к ситуациям:

1. Может ли стать данная ситуация причиной стресса?

2. Как можно избежать стресса в подобной ситуации?



Ситуация 1

Маша получила двойку, а итоговую к\р по алгебре и теперь ей грозит единственная «3» в четверти.

Ситуация 2

Лена узнала о предательстве лучшей подруги, которая рассказала ее секреты всем девчонкам класса.



Ситуация 3

У Пети родители купили квартиру в другом городе. Он вынужден перейти в другую школу.

Ситуация 4

Катя перешла в новый класс.
Над девочкой все смеются и издеваются.