

**«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА  
МЕЛАНХОЛИКА»**

# План работы

Вступление

1. Исторические аспекты формирования типов темперамента

2. Типология темперамента

по И.П.Павлову

3. Сравнительный анализ типов темперамента Гиппократа и Павлова

4. Понятие и виды темперамента

5. Известные личности и их темперамент

6. Психологическая характеристика меланхолика

7. Признаки поведения меланхолика

8. Психологическая характеристика меланхолика.

Характерологические черты

9. Мужчины и женщины меланхолики

10. Ребенок-меланхолик

11. Меланхолики в деятельности

Выводы

Список литературы



# Вступление

В своей работе я рассмотрела такую актуальную тему, как темперамент человека и заострила внимание на меланхолическом темпераменте. Каждый человек рождается с определенным набором особенностей его личности, проявляющихся в темпераменте. Темперамент-это индивидуальные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые, одинаково проявляясь в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и во взаимосвязи характеризуют тип темперамента. Когда говорят о темпераменте, то имеют в виду многие различия между людьми: различия по устойчивости эмоций, эмоциональной впечатлительности, энергичности действий, поведения и деятельности. Различия в поведении людей существуют даже у близких родственников. Темпераменты различаются у людей воспитанных в одной семье, имеющих одинаковые убеждения и идеалы.

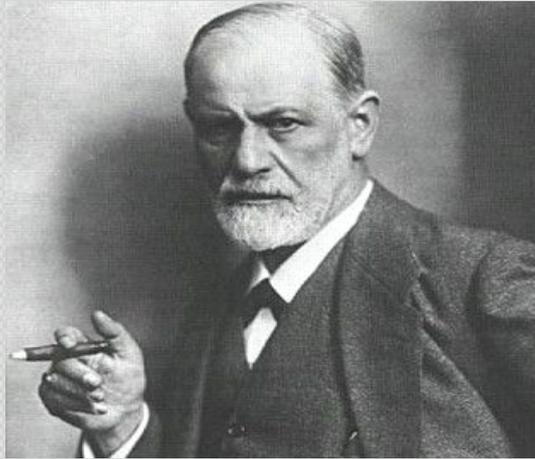
Существует четыре вида темперамента ,которые я рассмотрела в данном реферате ,такие как: меланхолик, холерик, флегматик и сангвиник.

При написании работы я поставила перед собой цель - раскрыть сущность темперамента, в частности меланхолика. Чтобы раскрыть эту цель рассмотрела следующие задачи:

- рассмотреть что такое темперамент человека
- узнать историю развития темперамента
- изучить виды темпераментов
- раскрыть свой тип темперамента: меланхолик



# 1. Исторические аспекты формирования типов темперамента



В V веке до нашей эры в Греции жил великий ученый Гиппократ, в роду которого было 17 поколений врачей. Опыт и наблюдательность помогли ему описать ныне всем известные типы людей: сангвника, холерика, флегматика и меланхолика. Четыре темперамента Гиппократ сравнивал с четырьмя стихиями: огонь, земля, вода, воздух. Гармония четырех стихий создает жизнь на земле, гармония четырех начал в человеке позволяет ему жить полноценной жизнью.



**Гиппократ - считал, что в теле человека имеются 4 основные жидкости:  
кровь, слизь, желчь и черная желчь.**

От преобладания той или иной жидкости зависит темперамент человека, темп, ритм, интенсивность происходящих в его душе процессов

**Виды темперамента:**

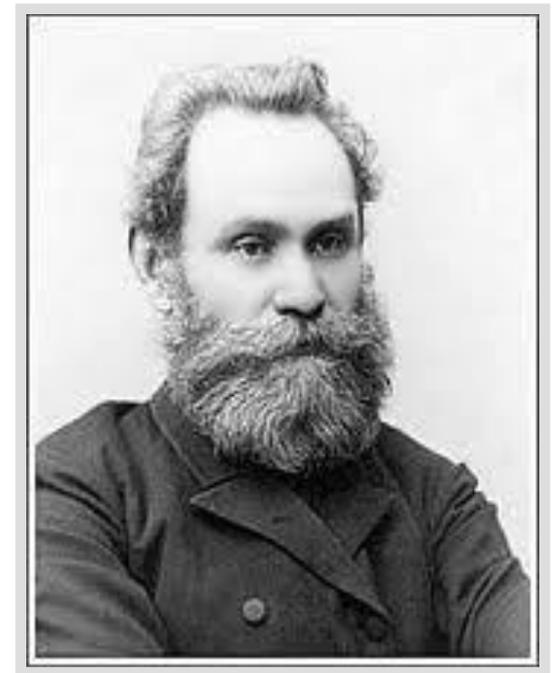
- **Холерический** – от слова «желчь»
- **Сангвинический** – от слова «кровь»
- **Флегматический** – от слова «слизь»
- **Меланхолический** – от слова «черная желчь»



«Греческий гений Гиппократ уловил в массе бесчисленных вариантов человеческого поведения капитальные черты»

Русский ученый, первый русский нобелевский лауреат, физиолог, создатель науки о высшей нервной деятельности и представлений о процессах регуляции пищеварения.

И.П.Павлов доказал, что указанные Гиппократом 4 вида темперамента связаны с высшей нервной деятельностью



И.П.Павлов  
1849 - 1936

## 2. Типология темперамента по И.П.Павлову:

О с о б е с т и н е р в н ы х	Типы нервной системы	Слабый	Сильные		
			инертный	живой	безудержный
Сила Уравновешенность Подвижность	Слабый Неуравновешенный Подвижный или инертный	Сильный Уравновешенный Инертный	Сильный Уравновешенный Подвижный	Сильный Неуравновешенный Подвижный	
Темперамент	Меланхолик	Флегматик	Сангвиник	Холерик	
Реакции	Медленные Сильные	Медленные Сильные	Быстрые Умеренные	Быстрые Чрезмерные	

### 3. Сравнительный анализ типов темперамента Гиппократата и Павлова

<b>Темперамент по Гиппократу</b>	<b>Краткая характеристика</b>	<b>Свойства нервной системы по Павлову</b>
<b>ФЛЕГМАТИК</b>	<b>Работоспособный</b> <b>Малоэмоциональный</b> <b>Серьезный</b> <b>Надежный</b> <b>Спокойный</b>	<b>Сильный</b> <b>Уравновешенный</b> <b>Малоподвижный</b>
<b>САНГВИНИК</b>	<b>Активный</b> <b>Энергичный</b> <b>Жизнерадостный</b> <b>Легкомысленный</b> <b>Беззаботный</b>	<b>Сильный</b> <b>Уравновешенный</b> <b>Подвижный</b>
<b>ХОЛЕРИК</b>	<b>Очень энергичный</b> <b>Вспыльчивый</b> <b>Эмоциональный</b> <b>Напористый</b> <b>Чувствительный</b>	<b>Сильный</b> <b>Неуравновешенный</b> <b>Подвижный</b>
<b>МЕЛАНХОЛИК</b>	<b>Замкнутый</b> <b>Ранимый</b> <b>Сдержанный</b> <b>Задумчивый</b> <b>Грустный</b>	<b>Слабый</b> <b>Неуравновешенный</b> <b>Сдержанный</b>

# 4. Понятие и виды темперамента

Темперамент (от латинского *temperamentum* – надлежащее соотношение частей), особенности психики, объясняющие образ действий человека в той или иной ситуации. Отражает динамическую, а не содержательную сторону психической деятельности.

## Типы темперамента

Холерик



Сангвиник



Флегматик



Меланхолик



## 5. Известные личности и их темперамент



**А.С.Пушкин**  
(холерик)



**М.Ю.Лермонтов**  
(сангвиник)



**Н.В.Гоголь**  
(меланхолик)



**А.В. Суворов**  
(холерик)



**М.И. Кутузов**  
(флегматик)

## 6. Психологическая характеристика меланхолика

*Кант называл меланхоликов людьми с весьма мрачным характером, которые в первую очередь обращают внимание на жизненные трудности.*



Э.Кант

Меланхолик – это человек, который не выплескивает негатив на окружающих и не устраивает ссор, предпочитая все обиды и переживания копить в себе. Такие личности склонны к самокопанию и самоанализу, но при этом эти же эмоции делают их очень творческими личностями.

Люди, обладающие таким складом характера, отличаются склонностью к постоянным переживаниям. Они испытывают яркие эмоции, которые могут возникать вспышками и тут же затухать. Но в отличие от холерика, меланхолик не показывает их, внешне оставаясь невозмутимым.

## 6. Психологическая характеристика меланхолика

Как говорилось, выше описание этого типажа (впрочем, как и других) сформулировал еще древнегреческий целитель и философ Гиппократ, дав ему название в честь черной желчи – *melaina chole*. Именно этот недуг, по его мнению, характеризовал склад характера лучше всего. Точно так же, как и черная желчь, негативные переживания отравляют тело. В современном мире продолжают использовать его трактовку, лишь дополняя ее результатами новых исследований.

Достаточно некоторое время провести с человеком, чтобы узнать его типаж. Знание особенностей черт характера меланхолика даст понять, как общаться с ним правильно, чтобы не испытывать чувство неловкости.



## 6. Психологическая характеристика меланхолика

Данный тип ВВД отличается высокой эмоциональной чувствительностью, повышенной ранимостью. Сильные воздействия вызывают у меланхолика запредельное, торможение, характеризующееся преобладанием тормозного процесса при слабости как возбуждения, так и торможения. Слабое раздражение у меланхолика субъективно может переживаться им как сильное, по незначительному поводу он склонен к внутреннему переживанию. Замкнут, трудно и медленно сближается с людьми. Настороженный, тревожный взгляд. Стремится быть «в тени». Сдержанная, неопределенная, неуверенная мимика. Тихая, негромкая речь. Осторожные, робкие движения. Склонен к внутренним переживаниям.



## 7. Признаки поведения меланхолика

Чрезмерная обидчивость.	С меланхоликом вам придется тщательно следить за тем, что вы и как говорите. Резкое слово или неподходящий тон могут вызвать обиду у такого человека. Но не факт, что вы сможете распознать ее по внешним признакам.
Замкнутость.	Часто меланхолики не сильно общительны. Они не любят шумные компании (им просто неуютно в чужом обществе), а если приходится находиться среди людей, то вы редко от них услышите больше 1 – 2 фраз.
Тактичность.	Меланхолик не спросит вас, когда вы уже выйдете замуж или родите ребенка. Это не значит, что ему неинтересно. Просто исходя из личного опыта он не будет “лезть в душу”
Креативность.	Часто эти люди – представители творческих профессий. Внутренние эмоциональные всплески позволяют направлять свою энергию в правильное русло. Поэтому часто можно слышать, что творческие личности “сами себе на уме” или капризны, хотя эта характеристика ошибочна. Это просто издержки темперамента.

## **8. Психологическая характеристика меланхолика. Характерологические черты**

<b>ПОЗИТИВНЫЕ</b>	<b>НЕГАТИВНЫЕ</b>
<b>Высокая чувствительность</b>	<b>Легко раним и застенчив</b>
<b>Сердечность</b>	<b>Мнителен и замкнут</b>
<b>Тонкая восприимчивость</b>	<b>Пониженная активность</b>
<b>В привычной обстановке - исполнительный работник.</b>	<b>Неуверенность движений Низкая работоспособность.</b>

## 9. Мужчины и женщины меланхолики

<b>Особенности мужчины-меланхолика</b>	<b>Особенности женщины-меланхолика</b>
<p>Мужчина этого склада характера вежлив и обходителен, обладает пунктуальностью и сдержанностью. Достаточно целеустремлен, хотя бывает немного не уверен в себе и чувствителен к критике. Особенно если это еще молодой парень. У него хорошая интуиция, которая часто помогает в жизни и работе, но ему не хватает оптимизма. Очень не любит, когда что-то выбивается из намеченного плана, так как сам по себе он прагматик.</p>	<p>Девушка этого склада характера очень скромная, зачастую закомплексованная личность, избегает больших и шумных компаний. Со стороны она может казаться слегка заторможенной. Внешне она практически не показывает эмоций, хотя внутри может происходить буря. Обычно женщины-меланхолики очень творческие, любят украшать жилье, делая что-либо своими руками, шить или вязать одежду для своих близких.</p>

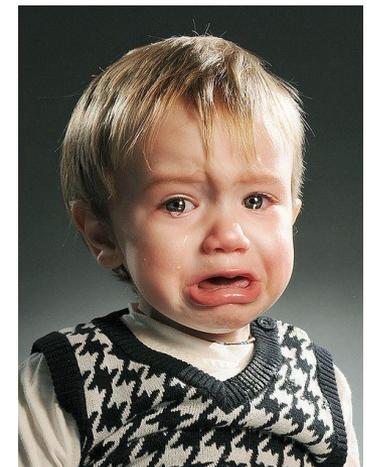


## 10. Ребенок-меланхолик

Ребенок-меланхолик с раннего детства любит игрушки на логику, охотно познает окружающий мир, любознателен. Но со сверстниками часто может на контакт не идти. В школе малыш неплохо учится, у него хорошее поведение, но редко по собственной инициативе отвечает на уроках. При этом у такого ребенка может напрочь упасть интерес к предмету, если учитель его обидел или оскорбил.

Родителям малыша-меланхолика необходимо хорошо отфильтровывать информацию, поступающую к ребенку. Благодаря хорошо развитому воображению и повышенной чувствительности такие дети тяжело переживают жестокие сцены из фильмов или даже сказок.

Подросток-меланхолик нуждается в поддержке своего окружения и родных, быстро утомляется, сильно переживает за распределение сил в классе. Мальчики тяжело переносят неудачи, могут увлечься коллекционированием и спортом. Девочки тихие, охотно могут выполнить поручения учителей. Часто становятся любимицами преподавателей независимо от успеваемости.



# 11. Меланхолики в деятельности

Придает большое значение мелочам. Болезненно и долго переживает неудачи и наказания. Опасается перемены мест, изменения уклада жизни. В новых, особенно конфликтных, ситуациях теряется, работает ниже своих возможностей. Склонен недооценивать свои силы и переоценивать препятствия.

Для меланхоликов идеально подходит монотонная работа, способная дисциплинировать неустойчивую нервную систему. Они отличные работники, когда для этого созданы необходимые условия, имеются точные инструкции, а их поощряют и поддерживают. Им противопоказаны сильные или долго действующие раздражители. Меланхолики мало приспособлены для самостоятельной управленческой работы. Им больше подходит работа точная, пусть и кропотливая, но зато не требующая инициативы, решения практических задач со многими неизвестными. Преимущества проявляются, например, в профессиях, требующих большого внимания в условиях принудительного ритма деятельности: переводчиков-синхронистов, секретаря-машинистки, авиадиспетчера. Они первыми чувствуют в каком направлении надо начинать поиск. Удовлетворительный выбор профессии: оператор ЭВМ, биолог, слесарь, ветеринар, библиотекарь, цветовод, секретарь-машинистка.

# Выводы

Человек с меланхолическим темпераментом обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнью, придаёт большое значение всему, что касается, обладает повышенной тревожностью и ранимой душой. Меланхолик почти всегда человек сдержанный и слов на ветер не бросает. Когда он не может выполнить обещанное, то искренне страдает, даже если знает, что от него ничего не зависело.

Судя по всему, принц Гамлет и Евгений Онегин были типичными меланхоликами.



# Список литературы

1. Акцентуации характера и использование опросника Г. Шмишека // Методические рекомендации для практических психологов [Текст]. Составила В.Г. Сахарова. - Владивосток, 1998.-32с.
2. Аверин, В.А. Психология личности [Текст] : Учебное пособие.- СПб.: Изд-во Михайлова В.А.,1999. - 89с.
3. Асмолов А. Г. Психология личности. М., 1990 г.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. М.: Изд-во МГУ, 1988. С. 257-280.
5. Леонгард К. Акцентирование личности. – М., 1982.
6. Левитов Н.Д. Психология характера. – М., 1969.
7. Личко А.Е. Психопатии и акцентирование характера. – Л., 1983.
8. Общая психология; /Состав. Е.И. Рогов - М. ВЛАДОС, 1995 г.
9. Общая психология: Учебник для вузов/А. Маклаков. – СПб.: Питер, 2003. – 592 с.: ил. – (Серия «Учебник нового века»).
10. Парыгин Б.Д. Социальная психология: Учеб. Пособие. – СПб.: СПбГУП, 2003. – 616 с., 4 с. ил. (Серия «Библиотека Гуманитарного университета». Выпуск 15).