

**Психогеометрия тела
или
Конституциональный анализ**

Эрнст Кречмер



Э. Кречмер – немецкий психиатр-психолог, который создал типологию темпераментов на основе их телосложения. Дело в том, что Кречмер, будучи врачом, обратил внимание, что **телосложение и характер определенным образом связаны между собой.**

На основании множества вычислений и соотношений частей тела Кречмер выделил основные типы строения, которые он соотнес с психическими заболеваниями. И оказалось, что между этими аспектами существует определенная связь.

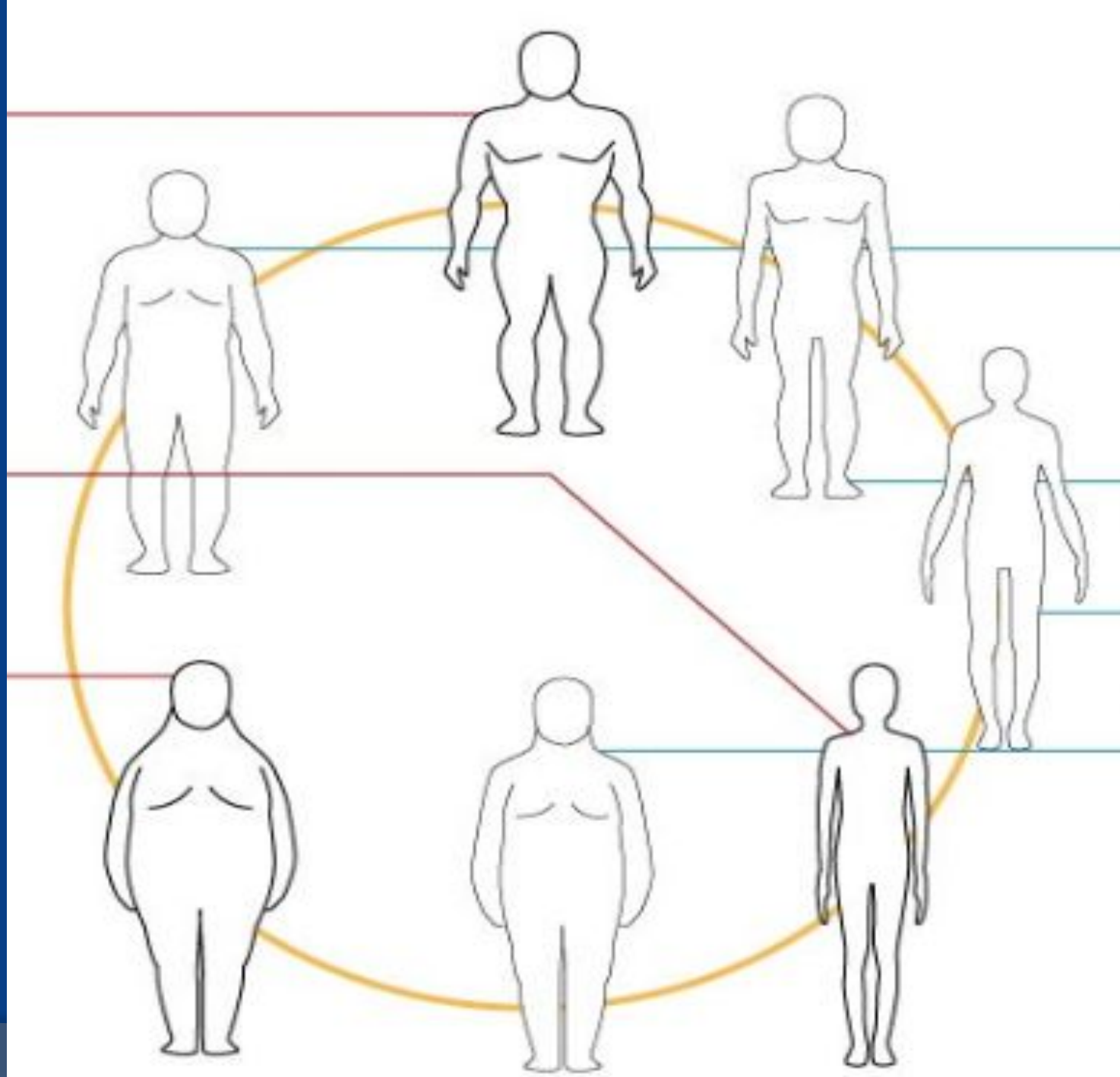
Основные типы Телосложений

- Пикнистическое;
- Атлетическое;
- Астеническое;
- Грациальное

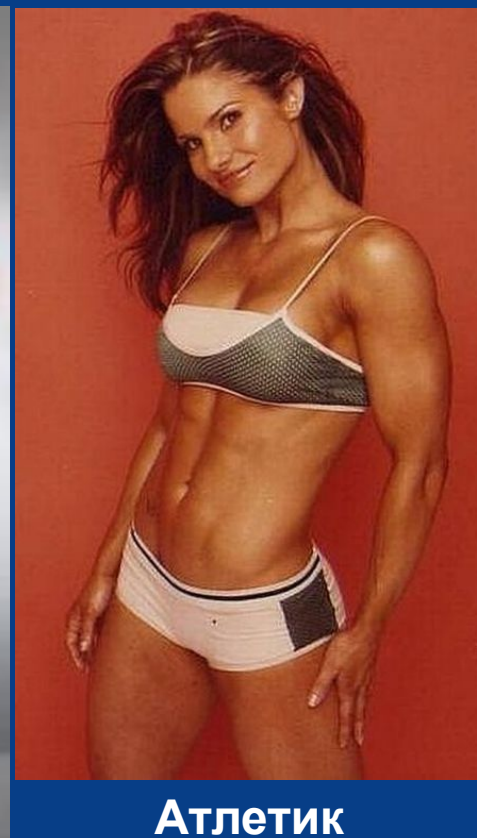
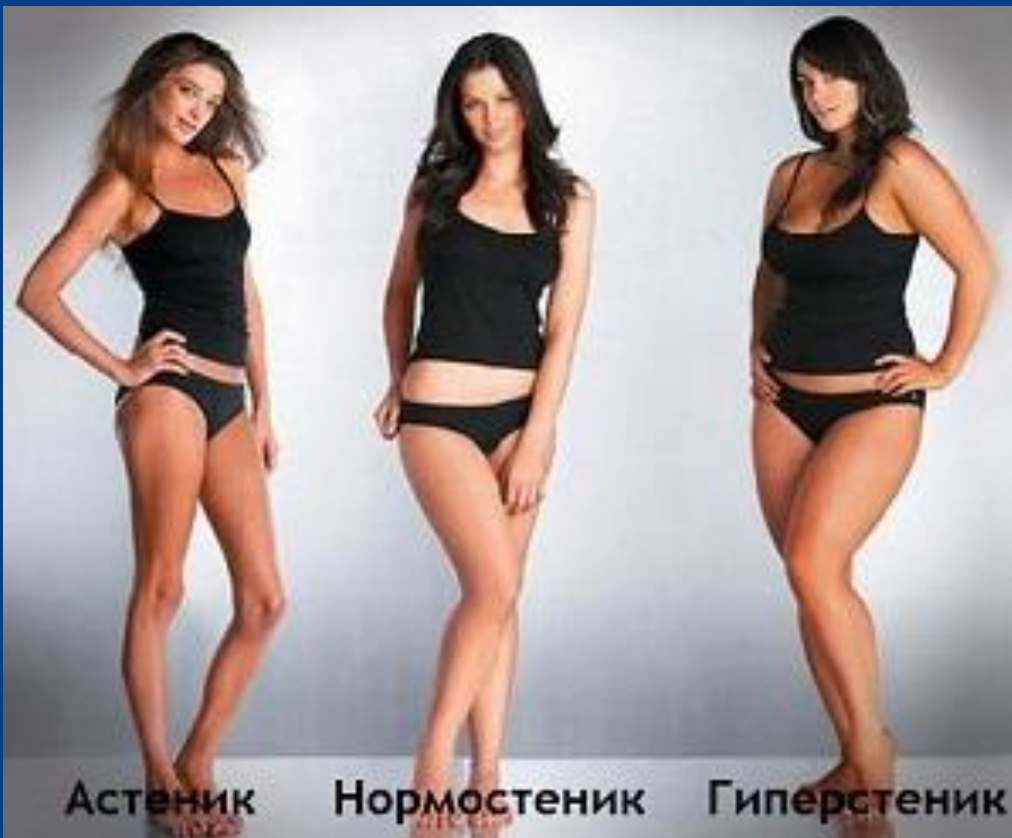
У каждой конституции существует базовая поведенческая черта!

Описание конституциональных типов

- **Пикник:** люди, у которых повышенная жировая прослойка, жира достаточно много;
- **Атлетик («саблезубый тигр»):** люди с четко сформированными костями и мускулатурой, имеющие небольшое число жировой прослойки;
- **Астеник:** люди с малым числом жировой прослойки и небольшим числом мускульной ткани;
- **Грациал:**



Конституциональные типы



Диспластик
(бесформенный,
неправильный,
непропорциональный)



Грациал
(маленький,
пропорциональный,
изящный)



Характерные черты

ПИКНИК	АТЛЕТИК	АСТЕНИК
Расслаблены в осанке и движениях.	Уверены в осанке и движениях.	Заторможены, скованы в осанке.
Любят комфорт.	Склонны к физической деятельности.	Чрезмерная физиологическая реактивность.
Замедленная реакция.	Энергичны.	Повышенная скорость реакции.
Социализация пищевой потребности.	Потребность в доминировании.	Склонны к рассуждениям. Исключительно внимательны.
Склонны к общественным контактам (социофилия).	Адаптивны	Страх перед общественными контактами (социофобия).
Ориентируются на других людей в пространстве	Боязнь закрытых помещений.	Боязнь открытого пространства.
Эмоциональная ровность.	Отсутствие сострадания.	Непредсказуемы.

ПИКНИК	АТЛЕТИК	АСТЕНИК
Рваный голос	Громкий голос.	Тихий голос.
Безмятежная удовлетворенность.	Спартанское безразличие к боли.	Чрезмерно чувствительны к боли.
Хороший сон.	Шумное поведение.	Недостаточный сон, хроническая усталость.
Общительны и расслаблены в опьянении.	В опьянении агрессивны и самодовольны.	Устойчивы к действию алкоголя и других депрессантов.
В тяжелую минуту тянутся к людям.	В тяжелую минуту склонны действовать.	В тяжелую минуту склонны к уединению.
Ориентированы на детей и семью.	Ориентированы на юношеские занятия и цели.	Ориентация на консервативные ценности.

Подстройка и дезадаптация

Пикник

Подстройка

- предложите ему чашку чая или кофе, пригласите его в место, например, в кафе, где можно спокойно пообщаться, поболтать на разные темы.

Дезадаптация

- нужно заставить его очень быстро переключаться с темы на тему, а главное – переходить с места на место.