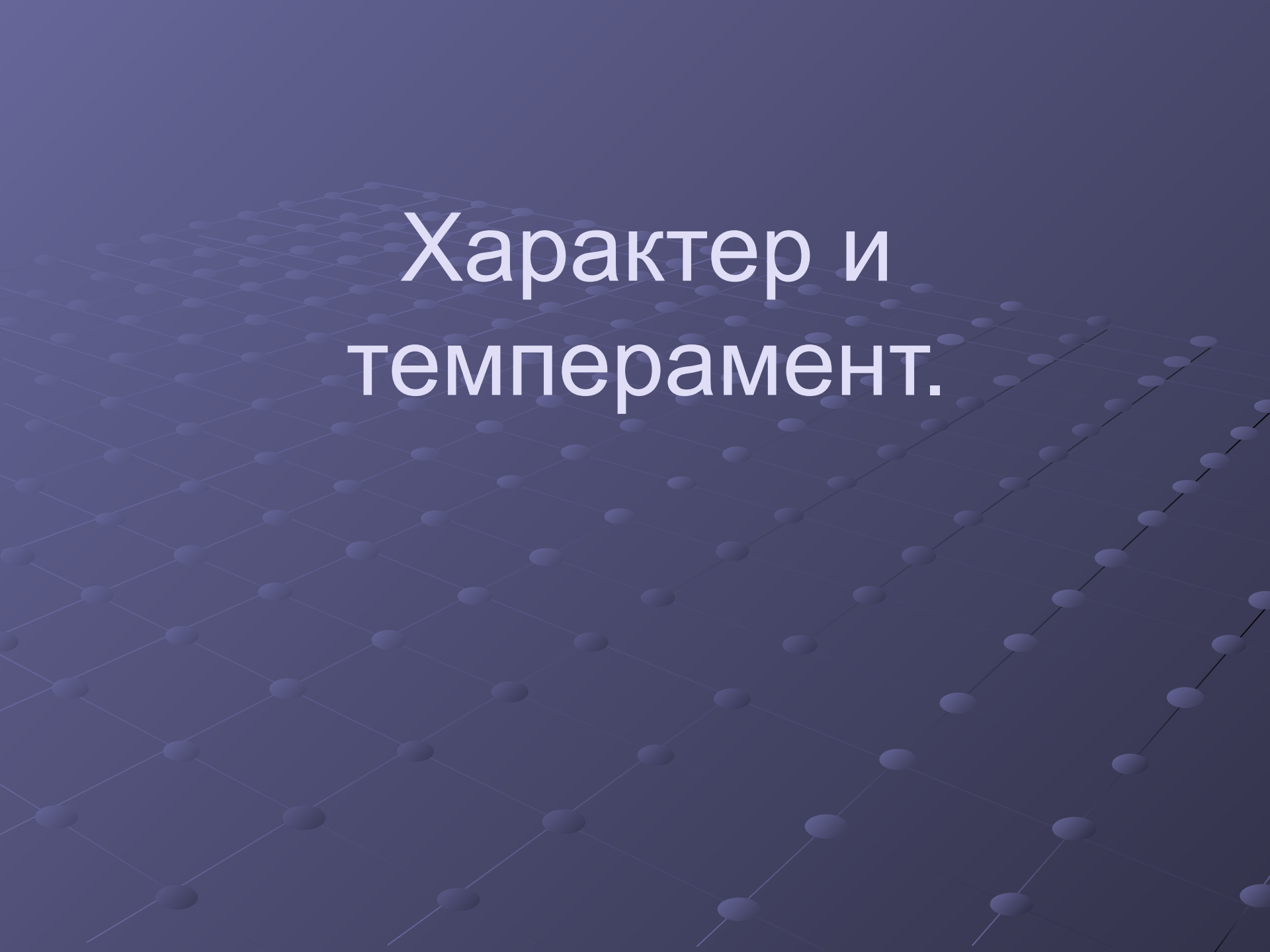


The background is a dark blue gradient with a subtle, isometric grid pattern. The grid consists of small, light blue dots connected by thin, light blue lines, creating a sense of depth and perspective. The text is centered in the upper half of the image.

Характер и темперамент.

Характеристики человека.

Вы, наверное, заметили, что вы и ваши друзья, школьные товарищи, по-разному реагируете на школьный звонок.

Одни всё бросают и сломя голову бегут в класс.

Другие, если заняты были разговором, сначала все-таки договорят и только потом бегут на урок.

Третьи, не торопясь, степенно возвращаются в класс.





Характеристика человека – это особенность нервной системы.

Эти характеристики человека –
быстро или медленно,
импульсивно или степенно,
в одиночестве или всегда в компании,
доведя дело до конца или бросая в
середине дела –
зависят от
особенностей его нервной системы.



Темперамент.

Особенности нервной системы человека называются **темпераментом**.

В психологии под темпераментом

понимается характеристику человека со стороны интенсивности, скорости, темпа, ритма психических процессов и состояний, зависящих от свойств нервной системы этого человека: силы, подвижности и возбудимости.

Типы темперамента.

Условно выделяют
четыре типа темперамента:

- сангвиник,
- флегматик,
- холерик,
- меланхолик.



Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

Сангвиник.

Сангвиник — человек
уравновешенный,
активный,
подвижный,

легко переживающий неприятности и
неудачи, практичный.



Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

Флегматик.



Флегматик — человек
с замедленными реакциями,
невозмутимый,
постоянный в своих чувствах,
размеренный в действиях и речи.

Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

Холерик.

Холерик —
возбудимый,
порывистый,

несдержанный в эмоциях,
с частыми сменами настроения,
быстроговорящий
человек.





Меланхолик.

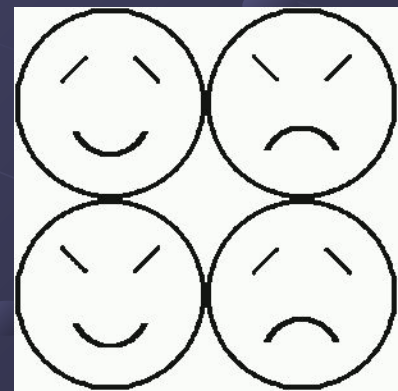
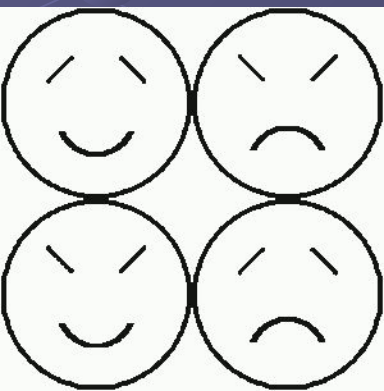
Меланхолик — человек со слабым типом нервной системы, очень впечатлительный, обидчивый, глубоко всё переживающий, но способный тонко чувствовать и воспринимать больше информации, чем другие, отчего он и быстрее устаёт.





Помните, что в жизни одни и те же люди в зависимости от ситуации могут вести себя по-разному.

Например, когда вы увлечённо болеете за любимую спортивную команду, вы можете вести себя **как холерик**, то есть прыгать, вскакивать с места, кричать, обнимать соседа или отчаянно ругать незадачливого игрока.



Помните, что в жизни одни и те же люди в зависимости от ситуации могут вести себя по-разному.

Когда вы готовите уроки, понимая, что для вас это важно, вы можете выглядеть флегматиком.



Однако!

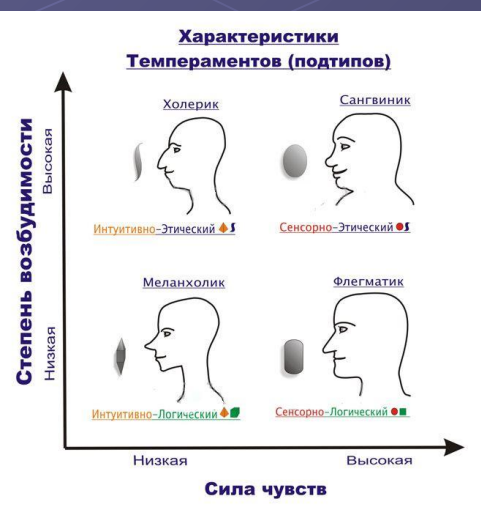
Экспериментально доказано, что в экстремальных ситуациях или когда долго приходится заниматься одним делом, преобладающий тип темперамента обязательно начинает играть главную роль.



Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

холерик

начнёт лихорадочно метаться и
суесться, а если не сможет взять под
контроль проявления своего
темперамента, то, скорее всего,
поддастся панике.

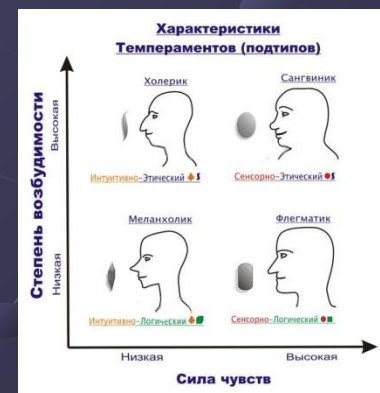


Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

меланхолик

наверняка впадёт в глубокое уныние и
начнёт представлять возможные
страшные картины того, что может
произойти.

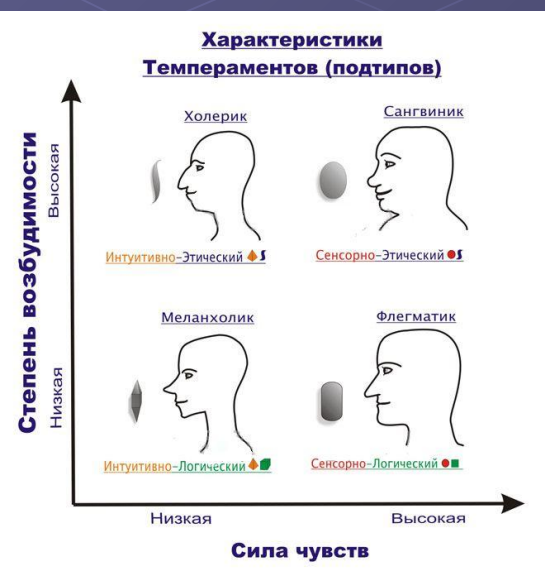
Это может помешать ему принять
правильное решение.



Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

флегматики

из-за своей заторможенности чаще всего
недооценивают опасность, что также
вредно для обеспечения безопасности.

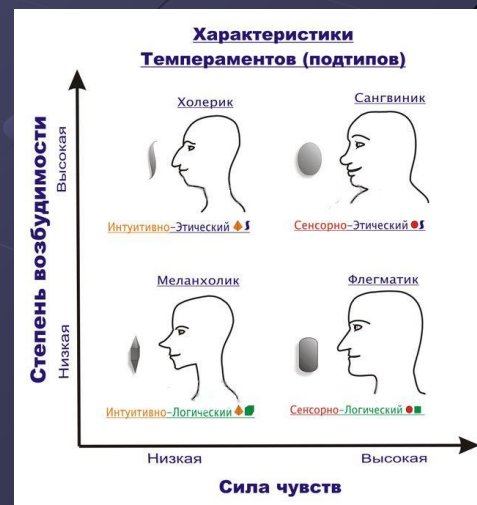


Например, в условиях приближения
любого стихийного бедствия

сангвиник,

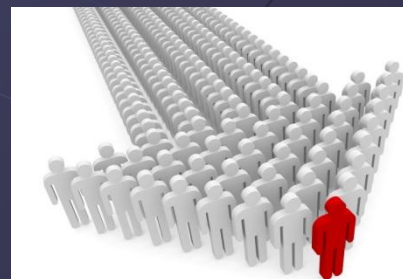
скорее всего сумеет быстро побороть
свой страх и даже найти в себе силы
подшутить над происходящим.

Но ему может не хватить чуткости к
ближним.



Вы сможете в чрезвычайной природной ситуации преодолеть особенности своей нервной системы.

- Если вы будете **тренировать свою волю** (решительность, настойчивость, управление своими эмоциями, настроением).
- Если вы будете **тренировать свои психические процессы** (внимание, ощущения, восприятие, память, мышление, речь, воображение).



Чтобы психологически
подготовиться к встрече с
опасностью:

надо
обратить внимание

на свой
характер.



От кого зависит формирование нашего характера?

В основе характера человека лежит его темперамент, который дан нам от природы, а характер — это то, за что ответственны мы сами.

Чем мы старше, тем в большей степени формирование нашего характера зависит от нас самих.



Несамостоятельный характер.

Если при любой ситуации, даже самой незначительной опасности вы привыкли постоянно прятаться за чью-нибудь спину (папину, мамину, брата, сестры, друга), то, значит, у вас вырабатывается несамостоятельный характер.





Помните!



В случае опасности, когда никого не окажется рядом, **несамостоятельный характер** может вас подвести.



Учитесь принимать решения и грамотно действовать сами, советуясь вначале с более опытными и знающими людьми.

ТЕМПЕРАМЕНТ

Слабый тип
нервной
системы

Сильный тип
нервной системы

Слабый
Неуравновешенный
Подвижный или
инертный

Сильный
Уравновешенный
Инертный

Сильный
Уравновешенный
Подвижный



Сильный
Неуравновешенный
Подвижный

ОКТО
Ты будешь
такой?



Помните!



Любые чрезвычайные ситуации природного или техногенного характера страшны прежде всего тем, , что они, как правило, внезапны.

Двадцать первый век богат такими происшествиями в разных частях планеты и нашей страны.





Помните!

Тем не менее в значительной мере **вы**
можете помочь себе выжить,
если
противопоставите чрезвычайным
ситуациям
свои
знания, умения, силу воли, характер и
способности.

Источники.

- Основы безопасности жизнедеятельности. 7 кл. : учебник для общеобразоват. учреждений / С.Н. Вангородский, М.И.Кузнецов, В.Н. Латчук, В.В.Марков. – 13-е изд., стереотип. – М. : Дрофа, 2010.
- <http://nova.rambler.ru>
- <http://images.rambler.ru>

Спасибо за внимание!

До новых
встреч!

