Темперамент человека

Для начала разберемся «что такое темперамент?»

Я думаю это слово слышал каждый человек, но широко открыто о нём рассказать далеко не каждый может.

Так вот, темперамент — это поведение человека, в котором выражены все совокупности психологических и душевных эмоций, проявляющихся и характеризующихся в уровне степени возбудимости в той или иной окружающей среде или действии.

Самое распространённое понятие этого научного термина является исследование Гиппократа в данной сфере. Ученый считал, что у каждого человека есть свои особенности в характере. Исходя из концепции ученого были определены 4 разнообразных вида темперамента:

* Сангвиник
* Холерик
* Флегматик
* Меланхолик

Хотя, в разные времена, большинство психиатров, психологов, физиологов составляли свои особенности и свойства видов каждого характера.

Сангвиник

По сути данный вид характеризуется жизнерадостностью, оптимистичностью и самое главное человек уравновешенный в своих эмоциях. Лицо, с таким характером, всегда может поддержать компанию своим настроением, которым он живет. То есть, такая особь всегда ведет себя эмоционально (весело, общительно).

Многие окружающие думают о сангвинике, что это лицо не имеет не проблем не забот, и всегда улыбается. Но по правде, он, скорее всего, своим эмоционально веселым поведением может скрывать свои самые больные места в душе.

Человек имеет очень крепкую нервную систему, которая заметно отличается в общении и оптимистичным жизненным взглядом. Сангвиники не любят сидеть на одном месте, им всегда хочется узнать или сделать что-то новое. Но также, как и каждый человек, иногда впадают в грусть.

Завышенная самооценка и любовь похвастаться своими достижениями также свойственные сангвинику. Основной сильной стороной сангвиника является харизматичность, которая приковывает к себе внимание окружающих.

Человек с таким видом темперамента легко привлекает внимание людей в толпе. Вот какие особенности свидетельствуют этому:

* Быстрый, громкий и четкий разговор
* Активные жесты, но не слишком размашистые
* Яркая мимика, выражается в приподнятости уголков рта и глаз
* Голова почти не опускается, на лице чаще всего улыбка
* Умеренный темп при ходьбе
* Спина всегда ровно, и расправлены плечи

Сангвиники любят уделять внимание яркому общению. Интерес и выгода — это главное влияние на практичность таких людей. Если разобраться, они обладают достаточно неплохим умом, и в тоже время им тяжело справиться с соблазнами, ленью, азартом.

Обсудим в «нескольких словах» преимущества и недостатки.

Преимущества

1. Оптимистичность. Сангвиник всегда берет из жизни самое лучшее. Если вдруг случиться беда, человек, старается не грустить и не падать в отчаяние. Сразу же обдумывает ситуацию и приступает к решению проблемы.
2. Адаптация на высшем уровне. Представителю с таким характером свойственно легко переносить любые перемены, а возможно и радоваться им. Новые условие в жизни для него не проблема (всегда сможет найти общий язык с совершенно незнакомым человеком, а также быстро привыкнуть к новой окружающей среде)
3. Коммуникабельность. Человек-сангвиник сам по себе миролюбив. Сорится это вообще не в его интересах. Он лучше согласится с неправотой собеседника или перебьет тему, чем устраивать драку. Убедить, вдохновить, вселить надежду вот что является интересом сангвиника.
4. Рациональность. Данный вид темперамента обладает умением контролировать себя. Человек действует всегда по логике. Практически в любых ситуациях конфликт между эмоциями и разумом не происходит.



Недостатки

1. Поверхностность. Сангвиник, как было сказано выше, не любит заострять внимание на чем-то одном. Например, может бросить читать книгу на середине прочитанного, или спонтанно уйти с работы, так как увидел что-то лучше. Он может знать многое, но по немного.
2. Эгоизм. Наверное, самый большой недостаток такого человека. Присутствует не обращения внимания на чужие чувства. Сангвиник, скорее всего, их просто не замечает. У человека жизнь полна перемен, что делает его довольно суетливым. У него просто времени выслушивать других. Персоне интересно притягивать к себе внимание других людей и при этом нет желания его потерять.
3. Концентрация «не очень хороша». Человек-сангвиник не может долго заниматься одним делом. Если его что-то конкретно заинтересовало, то будут приложены все усилия для достижения этого дела. Личность быстро обучается новым навыкам в практически любых действиях, и легко может их потерять при резкой смене рода деятельности.

Подведём итог:

Сангвиники, можно сказать, самые интересные люди по темпераменту. Они уравновешенные, веселые, жизнерадостные, эмоциональные, общительные. В общем живущие с настроением!

Холерик

Данный вид темперамента, в основном характеризует эмоциональная вспыльчивость и активность. Они, как правило, доминируют в обществе, и считаются лидерами.

Холерики являются решительными и довольно смелыми людьми. Такие люди слабо контролируют себя, и у них довольно часто происходит перепад настроения, потому он становиться непредсказуемым. Личность данного типа темперамента очень старается успеть везде. У человека постоянно в настроении присутствует скукота, из-за чего он готов взяться за десяток дел сразу.

Холерика можно сразу определить по внешним признакам поведения – громкая и быстрая речь, постоянная смена интонации, незаконченные слова или предложения. У человека ярко выражена мимика. Если понаблюдать за походкой личности, то постоянно будет казаться, что он куда-то постоянно спешит или опаздывает. Холерики обычно худощавые и имеет рост выше среднего.

Лица, имеют следующие особенные свойства в своем характере:

* Гордые, общительные, любители похвастаться.
* Смелые, решительные.
* Инициативность.
* Открытые, прямолинейные, любят правду.
* Свойственные быстрые психические реакции

Человек-холерик просто не может без того, что быть в центре внимания. Он просто обожает, когда им восхищаются и гордятся. Особо значимо для них это внимание и слава. Этот вид темперамента характерный для человека стремлением доминировать всегда и везде. Очень негативно относятся если их кто-нибудь контролирует или критикует.

Персона с таким темпераментом не всегда горит желанием что-либо планировать. Как только появляется первая возможность, сразу предпочитает переходить к действиям.

Давайте же посмотрим на преимущества и недостатки:

Преимущества

1. Решительность. У холериков нет такой натуры, как отложить запланированные дела на следующий день. Если они видят возможность, то не отменно ею воспользуются. Это качество дает холерическим людям не упускать шанс, который предоставила им жизнь. Везение на их стороне, из-за которого они добиваются своего успеха. Также холерики любят рисковать, и совсем этого не боятся.
2. Настойчивость. Особа с темпераментом холерика никогда не отступает от поставленной им цели. Добивается практически всегда своего, несмотря на неудачи, там, где другие уже бы сдались сразу. У человека присутствует огромное желание добиваться своей мечты. Он может многое отдать, только бы реализовать желаемое. Если видит смысл, то холерик никогда не пожалеет не времени не денег, не сил. Ему не нужны дополнительные мотивации - одно его желание может справиться с реализацией его цели.
3. Харизма. Холерики считаются остроумными, сильными, открытыми персонажами. Это притягивает к ним людей, а иногда и наивность даже. Они всегда искренне верят в свою победу, которая дает вдохновения людям идти за холериком.
4. Разносторонность. Любовь к постоянному нахождению в движении, заставляет холерика не редко пробовать новые увлечения. Хотя, чтобы они зацикливались на конкретном занятии, сказать нельзя. Но все-таки фактом является то, что лица приобретают много различных знаний и умений.



Недостатки

1. Вспыльчивость. Неустойчивость в своих эмоциях влияет на жизнь самого холерика и его окружающих личностей. Персонаж очень раздражительный и несдержанный, агрессивный даже если будут происходить любые мелкие действия, которые его могут легко зацепить. В основном это происходит, когда у холерика плохое настроение. При своем неконтролируемом гневе, может устроить драку. Но представители этого характера быстро забывают об этом, после чего сожалеют о своем поведении в обществе. Часто при следующей встречи с людьми, где холерик всполохнул, они извиняются.
2. Поспешность. Холерический человек почти никогда не думает о последствии поступков, которые он собирается совершить. Как только ему в голову пришла его же вспыльчивая идея, он сразу приступает к её реализации. В последствии этого он может потерять деньги, попасть в неприятности, а также утратить доверие окружающих. Основная проблема холерика – он не может зациклится на одной вещи. Он предпочитает акцентировать внимание на все сразу. Из-за этого у него теряется концентрация и он становится очень невнимательным. При всем этом у него перед глазами только общая картина и никакие детали происходящего ему не интересны.
3. Иррациональность. Лица с холерическим характером не обладают даже средней логикой. Минутный импульс влияет на их действия. Разум такой личности всегда проигрывает над её эмоциями. Человека даже перестает интересовать его здоровый образ жизни: может забыть принять пищу вообще, или начать есть не здравую еду. Часто невнимательно относятся к друзьям, после чего происходят жалобные разговоры о не настоящей дружбе.

Вывод со всего этого такой:

Характер представителя холерического темперамента, как по мне, нежелательный. Все это сказывается на его как положительных, так и отрицательных усиленных эмоциях.



Флегматик

И так, большинство людей относятся к флегматикам, как к человеку, который плевал на все. В этой статье мы разберемся так ли это на самом деле.

У данного типа темперамента основной характеристикой считается уравновешенность. Эти люди сдержанные, психические реакции проявляются довольно медлительно, и так происходит постоянно. Персона с таким характером ответственна, надежна, предана, и также она считается старательным трудоголиком.

При разговоре такого человека речь, в основном, тянущаяся и тихая, но в это же время четкая без каких-либо эмоциональных перебоев. У флегматика медленная походка, присутствует вялость в жестах и мимике. По таким признакам можно определить флегматика в обществе. Эти лица не особо любят физически активничать, поэтому чаще всего они имеют полное телосложение.

Большая часть людей думает, что флегматичный человек ленив, но это не так. Флегматик сохраняет свою силу и энергию для полезного дела, то есть не тратит прост в пустую.

Вот еще несколько фактов личности с темпераментом флегматика:

* Рациональность, вдумчивость, хорошо развита логика.
* Миролюбивость, спокойствие, стабильность в своих интересах
* Консервативность, с трудом переносят жизненные перемены
* Пассивность, риск не в их интересах
* Обладают долговременной памятью, внимательностью
* Не любят много общаться

Но, как и все люди с любым видом темперамента, эти люди тоже бывает нервничают. Для них проблемой является смена окружения и привычных для него дел. Например, большой стресс будет проявляться при смене рабочего места.

Вообще для флегматика перенести стрессовую ситуацию не является большой проблемой, в отличии от других типов темперамента. Когда такого человека довести до конкретного гнева, его усмирить будет довольно непросто. Кажется, что личность не обращает внимание на происходящее, но в определенный момент может произойти «взрыв» накопившегося. Ну а в целом флегматическую особу вывести из себя тяжело.

Рассмотрим преимущества и недостатки.

Преимущества

1. Постоянство. Флегматики — это люди, которые никогда не бросают слова в воздух. Такое качество наделяет его преданности, делает хорошим другом или партнером по работе. У флегматичной персоны никогда нет проблем, где приобрести новую одежду, или в каком месте выпить кофе. У них есть определенные несколько мест, посещаемость в которых является постоянной. Эти люди всегда понимают, чего им нужно и не расходуют свою энергию зря.
2. Стрессоустойчивость. Лица с таким темпераментом имеют навык «отключатся» от стресса. Но реальность флегматики все равно не игнорируют и не убегают в мир своих фантазий. Когда в его голове появляется мысль, что нервничать это не очень хорошо, тогда флегматик направляет свои мысли, в ту сторону, которая для него по-настоящему важна.
3. Самоорганизация, на фоне высокого интеллекта. Особенной отличительностью флегматика является неплохая концентрация и усидчивость. Монотонная работа для них не составит никаких трудностей. Усталость на протяжении многих часов подряд при такой работе это не беда. Личности хорошо справляются с изучением большого количества информации при этом глубоко анализируют её. Если флегматик взялся за определенное дело, то доведет его до конца, по максимальным своим возможностям.
4. Педантичность. Люди-флегматики очень сильно ценят качество, в отличии от других типов характера. Для полной уверенности в результате они 5 раз проверят каждую мелочь, чтобы в дальнейшем не мучать себя мыслями, что могло бы быть сделано и лучше. Персонажи очень терпеливы, настойчивые и часто бывают упрямые, чтобы достичь выбранной цели.

.



Недостатки

1. Плохая адаптация. Флегматики с трудностью переносят жизненные изменения, и всегда впадают в ступор. Например, переезд на новое место жительства для таких людей является самым настоящим стрессом. Знакомство с новыми соседями, привыкание к окружающей обстановке. Ко всему этому привыкать персоне будет достаточно непросто и довольно долго.
2. Инертность. Этот человек в целом пассивный. У него скучная жизнь, так как он не имеет практически никаких амбиций. Проблем с комфортом в их соображении у них не существует, и они легко на это закрывают глаза. Когда флегматик в таком состоянии, расшевелить его будет не просто. Пассивная жизнь вполне устраивает личность такого характера. Они не проявляют интерес к чему-то новому, разнообразию в жизни и поэтому зачастую теряют свои шансы на достижения более высоких успехов.
3. Замкнутость. Люди-флегматики не стараются найти социальные связи. С такими персонами довольно непросто сблизится. Новые знакомства также не интересуют флегматиков. Они предпочитают побыть наедине с собой.

Подведем итог: У человека всегда спокойное и ровное настроение. Флегматики уравновешенные люди. Я бы отнес такой тип характера к сильному.



Меланхолик

Люди-меланхолики — это персоны с пассивными свойствами характера. Они обладают хорошими творческими способностями. Однако нервная система у них не очень сильная. Лица с таким темпераментом довольно тревожны, эмоциональны и чувствительны. Меланхолики не любят шумные вечеринки, не проявляют интерес к большим компаниям в пользу спокойного хобби, таких как рисование, чтение и тому подобных.

Внешние признаки меланхолика:

* Разговаривают не выразительно и тихо, бывают дефекты.
* Физически они вялые и медленные.
* Мимика не особо выразительна, глаза и губы опущены вниз.
* Всегда прячут руки в карманы или скрещивают их (закрытые позы).
* Внешний вид меланхолика не особо бросается в глаза.

Личности такого темперамента стараются держать свои эмоции в себе. Однако это у них не особо получается. Меланхолики отличаются своей нерешительностью и настороженному отношению к переменам.

У человека очень мягкий характер. Его можно довести до слез даже сказав или сделав какую-то мелочь в его сторону. При просмотре трогательного фильма, увидев страдающее животное или получение неожиданного неприятного подарка – при всем этом меланхолик может расплакаться. Но не нужно думать, что у личности всегда присутствуют жалобы на жизнь, из-за чего всегда текут слезы. Все-таки, наверное, ностальгическая грусть является состоянием его жизни. Скорее всего он черпает вдохновение от такой жизни.

Кстати таких персонажей можно мотивировать, похвалив его.



Конечно давайте поговорим о преимуществах и недостатках

Преимущества

1. Вдумчивость. Меланхолический персонаж всегда думает, анализирует ситуацию и делает соответственные выводы. Они проявляют интерес к философским вопросам, детективам и точным наукам. Например, разгадывать кроссворды, отвечать на логические вопросы и все в таком роде. Прежде чем они решаться сделать окончательный шаг, меланхолики все тщательно обдумают. Лицо имеет свойство быстро воспринимать новую информацию и осваивать её. Обучить других людей для такого человека не составит больших трудностей.
2. Задатки творчества. Находчивость, развитая интуиция, красочное воображение – именно благодаря этому у меланхоликов неплохо получается создавать что-то новое. Талантливые художники, музыканты, скульпторы и большинство подобных людей имеют такой характер. Искусство вдохновляет такую личность. Она может найти вдохновение практически в любых вещах. В общем для человека-меланхолика увидеть и оценить красоту не составит большого труда.
3. Психологизм. Меланхолики с легкостью поймут незнакомого ему человека за несколько часов общения с ним. Они видят персону насквозь, определяя все присущие ему качества, даже если собеседник притворяется. Это означает что меланхолический тип людей обладает хорошим умом и пониманием чужих эмоций.
4. Развитая чуткость. Эмоциональность меланхоликов дает возможность познать истинное значение чувств. У личности с такой разновидностью темперамента всегда найдется терпение выслушать человека и поддержать его. Не малую значимость для них представляет, как свой, так и чужой внутренние миры. Меланхолики сильно близко воспринимают к сердцу чужие переживания. Они добры, и всегда стараются искренне помочь человеку. Такой индивидуум никогда не откажет в помощи.



Недостатки

1. Обидчивость. Меланхолическая личность, часто обижается из-за всяких мелочей, и любит прикидываться жертвой. Главной отличительной особенностью, от выше представленных характеров людей, меланхолики могут годами помнить негатив, который еще при этом накапливается у них. Наверное, у них даже нет желания избавится от него. У таких людей появляется желание отомстить обидчику. Но такое бывает редко, потому что они замкнутые и это им не позволяет сделать такого.
2. Ранимость. Человек почти никогда не радуется, так как он не может найти причины для этого. Зато грустить у меланхолика получается неплохо, даже если поводом стала малейшая причина или вообще отсутствие её. Большинство людей этого характера приобретают фобии и начинают воспринимать все слишком серьезно, при этом боятся многих вещей. Неосторожно пошутив над ним, у него может возникнуть представление глубокого оскорбления. Другие типы темпераментов ведут себя совсем по-другому. Например, если сангвиник воспримет шутку как обычной шуткой, у холерика она через секунду вылетит из головы, флегматик вообще не обратит внимания. Услышав шутку в таком окружении, меланхолик будет считать себя самым оскорблённым человеком на планете.
3. Зависимость от чужого мнения. Меланхолические люди стараются считать свое мнение идеальным. Но у них это плохо получается, так как заниженная самооценка в большинстве случаев не позволяет им этого добиться. Когда похвалят такого человека, он входит в азарт и может продолжить делать то, за что его похвалили, даже при отсутствии для того желания. Но когда такую персону начнут критиковать, он впадает в панику, думая, что он не на что не способен. Может даже перестать увлекаться любимым делом.

Подведем итог:

Данная личность легкоранимая, глубоко переживающая за любые мелочи, происходящие в её жизни. Я бы сказал что меланхолики в основном слабохарактерные люди.