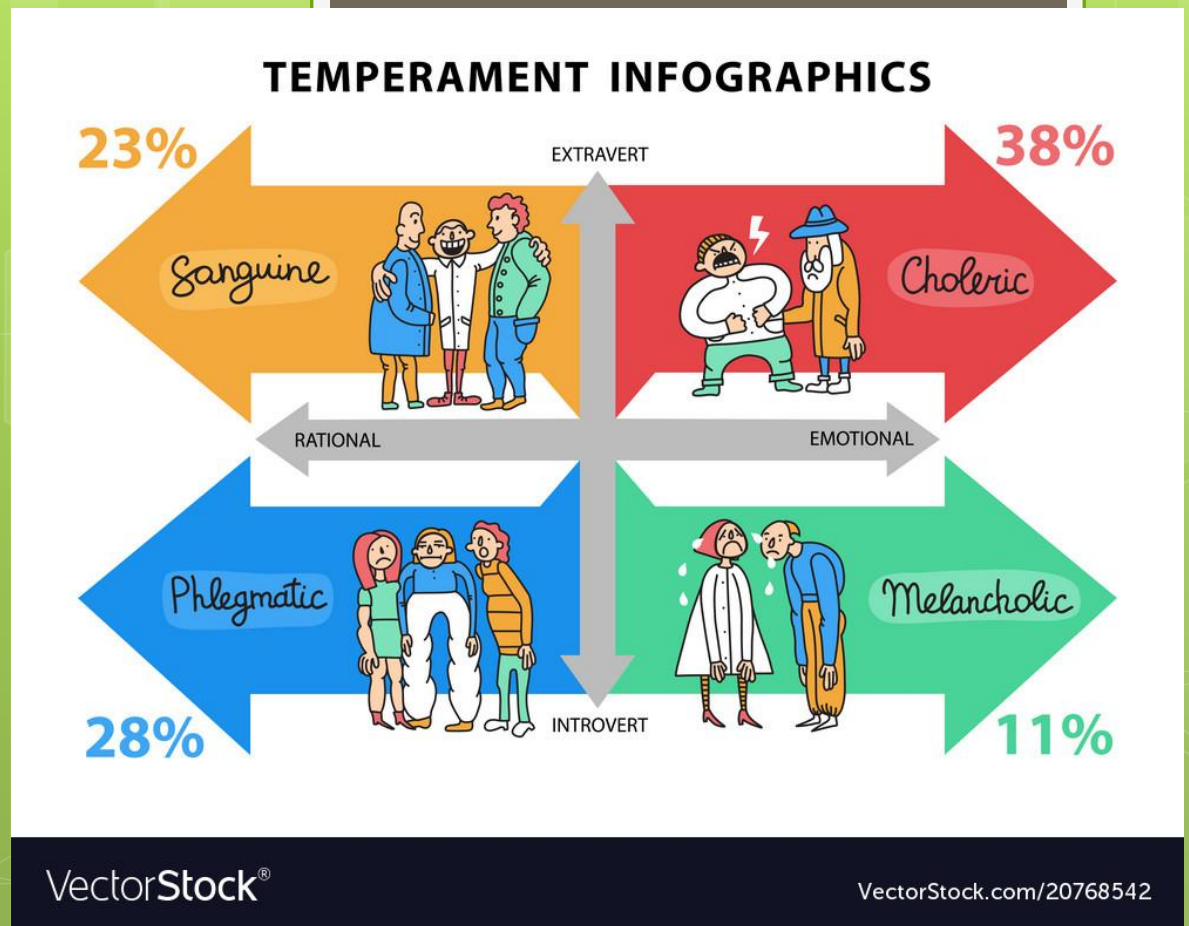


# TEMPERAMENT I CECHY CHARAKTERU



# Co to jest temperament?

- Temperament jest jedną z cech osobowości człowieka. To unikalne cechy psychiczne człowieka, które w sposób stały kierują jego zachowaniem w różnych sytuacjach. Jest to wrodzona cecha, która określa, jak człowiek zachowuje się w określonych sytuacjach. Temperament to szczególny sposób zachowania, pojawiający się bardzo często u danej osoby. Dzięki temu możemy przewidzieć przyszłe zachowania tej osoby. Niektóre osoby są spokojne inne ciągle zdenerwowane, to czy reagujemy pozytywnie czy negatywnie zależy od wzajemnej równowagi cech temperamentu.

# Temperament to część osobowości!



# Co o temperamencie powinien wiedzieć każdy?

Za twórcę koncepcji temperamentu uważa się lekarza i filozofa greckiego Hipokratesa (V wiek p.n.e.).

Galen – lekarz żyjący w II wieku naszej ery, zafascynowany koncepcją Hipokratesa – nadał typom temperamentu nazwy, m.in. melancholik, flegmatyk, sangwinik, choleryk.

# FLEGMATYK

Spokojny, zrównoważony  
i opanowany

Nie lubi okazywać emocji

W stosunku do innych  
jest uprzejmy oraz okazuje  
zainteresowanie i troskę



Nie lubi szumu wokół swojej osoby

Dobry słuchacz i spostrzegawczy  
obserwator

Ma pozytywny stosunek  
do świata oraz postawę  
akceptującą. Jest pogodzony  
ze swoim życiem.  
Niepowodzenia go nie zrażają

# MELANCHOLIK

Wrażliwy, ma skłonności do wahań nastroju



Posiada wysokie standardy. Wymaga dużo od siebie i innych. Z tego powodu może też mieć niskie poczucie własnej wartości



Człowiek głęboki, myśliciel, który lubi analizować

Potrafi słuchać innych i pomagać w rozwiązywaniu problemów

Często obdarzony talentem artystycznym. Jest twórczy i potrafi dostrzec piękno

# SANGWINIK

Uwielbia być w centrum uwagi

Nie cierpi nudy. Uwielbia, gdy coś się dzieje, lubi zmiany oraz spontaniczność, żyje chwilą



Wesoły i spontaniczny, ma duże poczucie humoru

Woli mówić niż słuchać, ma skłonność do przerywania innym, odpowiadania w ich imieniu i gadulstwa

Posiada wysokie mniemanie na swój temat i nie dostrzega swoich wad

# CHOLERYK



Urodzony przywódca

Działa szybko i dynamicznie.  
Jest pełen energii i entuzjazmu

Jest bardzo pewny siebie,  
nie dostrzega swoich  
błędów i pomyłek



Posiada silną potrzebę zmian

Mistrz manipulacji,  
uwielbia wszelkie intrygi

Towarzyski, chętnie nawiązuje  
nowe znajomości





# A co to jest charakter?

- Charakter to cechy moralne osobowości. Wiąże się on z takimi cechami osobowości, jak postawy i aspiracje. Charakter jest zespołem indywidualnych cech osobowości człowieka, np. to jak ktoś odnosi się do innych ludzi i do otaczającej go rzeczywistości ( np. egoizm, zarozumialstwo, poczucie własnej bezwartościowości).

TYP C

**Emocje**

TYP A

markotny  
lękliwy  
sztywny  
zamyślony  
pesymistyczny  
powściągliwy  
nietowarzyski  
**spokojny**

**melancholik**

drażliwy  
niepokojny  
agresywny  
wybuchowy  
zmienny  
impulsywny  
**optymistyczny**  
**aktywny**

**choleryk**

**Introwersja**

bierny  
ostrożny  
poważny  
pojednawczy  
kontrolujący się

**solidny**  
**zrównoważony**

**flegmatyk**

**sangwinik**

**Ekstrawersja**

**towarzyski**  
**otwarty**

gadatliwy  
wrażliwy

niefrasobliwy  
żywy  
beztroski

**przywódca**

TYP B


**Równowaga  
emocjonalna**

łagodny







# Jaka praca dla danego typu temperamentu?

Trzeba pamiętać, że typy mieszają się ze sobą. To czy jesteś sangwinikiem czy melancholikiem, czy też cholerykiem możesz sprawdzić w teście. Testy mogą też pokazać, że będziemy mieć połączenie dwóch osobowości, lub jeden z domieszka drugiego. Naturalne połączenia to sangwinik/choleryk, melancholik/flegmatyk. Połączenia, które się uzupełniają to flegmatyk/sangwinik, choleryk/melancholik.

Zdarzają się również połączenia przeciwstawne sangwinik/melancholik, choleryk/flegmatyk. W przypadku osobowości mieszanych stwierdzono, że osoby takie szybciej i łatwiej przystosowują się do nowych sytuacji. Jakiej szukać zatem pracy dla danego typu osobowości zobaczcie poniżej:



## FLEGMATYK

-  Lubi pracować w spokoju, zgodnie z harmonogramem. Źle znosi niespodziewane zmiany, sytuacje wymagające szybkiego podejmowania decyzji i kierowania zespołem
-  Ma umiejętność myślenia analitycznego, jest skrupulatny i dokładny
-  Swoje obowiązki odkłada do najpóźniejszego momentu. Pozostawiony bez nadzoru, będzie skory do marnowania swojego czasu
-  „TAK” Może mieć trudności z asertywnością
-  Jest dobrym mediatorem i osobą rozwiązującą problemy psychologiczne
-  Nadaje się do prac naukowych

## MELANCHOLIK



Dobry pracownik – podporządkowuje się regulaminom i schematom



Lubi pracować w ciszy i samotności, gdzie może odciąć się od częstych kontaktów z innymi



Jest dobrze zorganizowany, dobrze radzi sobie z długoterminowym planowaniem i dąży do osiągnięcia wyznaczonego celu



Rozwiązuje problemy w sposób kreatywny

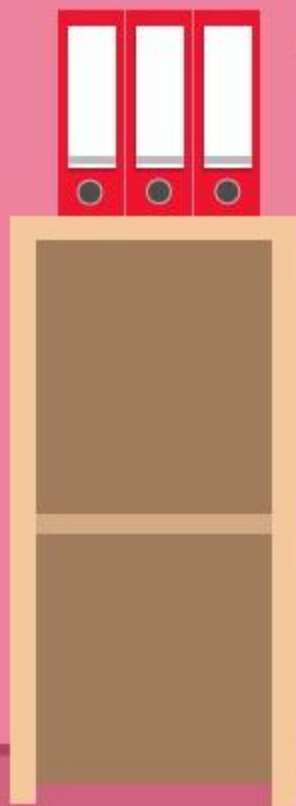


Perfekcjonista dbający o szczegóły

Świetnie sprawdza się w roli księgowego, farmaceuty, bibliotekarza, a dzięki swej wrażliwości i talentom artystycznym, nadaje się także na artystę



## SANGWINIK



Jest kreatywny, barwny, tryska energią i entuzjazmem



Nienawidzi rutyny, reguł i schematów. Potrzebuje swobody i emocji



Najlepiej radzi sobie w pracy z ludźmi, umie pobudzić innych do działania



Brak mu determinacji. Rzadko zdarza mu się zrealizować założony plan

Dobry nauczyciel, przedstawiciel handlowy, doradca personalny, animator kultury

## CHOLERYK



Nadaje się na stanowisko kierownicze, potrafi przekonywać ludzi do swoich racji oraz prowadzić ich. Wszystko musi mieć pod kontrolą



Posiada silną wolę, jest nastawiony na osiągnięcie konkretnych celów



Często popada w pracoholizm



Kiepsko sprawdza się w bezpośrednim kontakcie z klientem, ponieważ jego silna osobowość często onieśmiela i odpycha ludzi



Nie czuje się dobrze na stanowiskach, które charakteryzują się rutyną, schematami i słuchaniem poleceń

Jego przeznaczeniem jest praca np. w reklamie, marketingu, budownictwie, sprzedaży lub dziennikarstwie



**Jakim jesteś typem osobowości, jaki masz temperament? – sprawdź to- odwiedź stronę - wykonaj test!**



ZDROWIE.RADIOZET.PL

**QUIZ: Jaki masz temperament? Test psychologiczny**

Sangwinik, melancholik, choleryk czy flegmatyk? Jeśli jeszcze nie...



# Źródła użyte w prezentacji:

<https://player.slideplayer.pl/11/3630253/#>  
briefftip.pl, fakt.pl, Infografika: gosiazziemniak.pl  
psychologiawygladu.pl  
zdrowieradiozet.pl

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ