

Vzdělávací materiál projektu Zlepšení podmínek výuky v ZŠ Sloup

Název vzdělávacího materiálu	Temperamentové typy, osobnost
Anotace	Pracovní listy a test k procvičování učiva
Autor	Mgr. Michaela Matějková
Jazyk	Člověk a společnost
Očekávaný výstup	Žák se seznámí s temperamentovými typy, sám si určí, k jakému typu náleží, součástí je test k prověření znalostí.
Třída	8. – 9.

Osobnost, temperament

Temperament, jiným slovem také vzrušivost, respektive dispozice k ní, se projevuje už u novorozenců, například intenzitou pohybů, hloubkou prožívání. Jeho podstata je biochemická, silně je ovlivněn dědičností.

Extrovert – je člověk společenský, snadno se seznamuje, přizpůsobivý, praktický, upřímný, je zaměřen na vnější svět.

Introvert – je více zaměřen na sebe, na svůj vnitřní svět, je nespolečenský, spíš pasivní, má bohatou fantazii a představivost.

Typologie osobnosti: (další testy na stránce www.help24.cz)

1. Temperamentová

Sangvinik - stabilní extrovert:

Sangvinik je společenským typem člověka. Je citový a svůj život si neumí představit jinak než bez vzrušení. Své životní zážitky také dokáže barvitě a hlasitě vyprávět. Už v dětském věku byl zvědavým dítětem, které si nejradiji hrálo ve skupině ostatních dětí. Pro sangvinika je přirozený fyzický kontakt s lidmi, doteky, hlazení, což může být někdy méně temperamentním lidem nepříjemné. Tito lidé se často uplatňují ve vedoucích pozicích, dokáží beze studu produkovat množství kreativních nápadů a přitáhnout ostatní vlastní energií a nadšením.

Co se týče záporných vlastností sangvinika, často překypuje nápady, ale leckdy je nedokáže dotáhnout do zdárného konce. Příliš mluví, často rád přehání. Se svou překypující energií se někdy nedokáže soustředit a bývá k ostatním málo vnímavý. Bývá egocentrický, jako přítel nestálý a nespolehlivý, s čímž souvisí to, že přátel nikdy neměl nedostatek. Často mu nic neříkají termíny či stálost v zaměstnání.

Melancholik - labilní introvert:

Melancholik je uzavřený pesimistický člověk, který se nerad dělí o své myšlenky a nápady. Ve vztahu k lidem bývá rezervovaný. Často přemítá o svém životě a jeho podstatě. Není výjimkou, že pro svou přemýšlivost a uváženost k nim ostatní chodí pro rady. Nejsou mu cizí chmurné nálady, nevysvětlitelná úzkost a stavy podobné depresím. Často trpí nízkou dávkou sebevědomí, která hraničí až s pocitem méněcennosti. Je rezervovanější člověk a se svými soudy se drží spíše v ústraní. Svého životního partnera si vybírá cíleně a obezřetně.

Díky své vnímavosti bývají melancholici dobrými přáteli, kterým se můžete svěřit a u kterých najdete pochopení. Uplatňují se v zaměstnáních jako psychologové, psychoterapeuti a umělci. Nehodí se na vedoucí pozice.

Cholerik - labilní extrovert:

Cholerik je jako sangvinik dynamická osobnost. Je zásadovým člověkem, který se v životě řídí určitými hesly a snaží se je dodržovat. Má rád ve všem navrch a někdy nesnese pomyšlení, že by mohl mít pravdu někdo jiný. Často nesnese pocit porážky, či nedokonalosti. Bývá netolerantní i ke slabostem ostatních lidí. Není mu cizí ani netrpělivost, která může vyústit až v agresi. Jeho reakce někdy bývají přehnané, ale vzápětí se dokáže uklidnit a jednat opět s chladnou hlavou.

Stejně jako sangvinik je vstřícným, otevřeným člověkem. Je úspěšný ve vedoucích pozicích, nebývá apatický či lhostejný. Narozdíl od sangvinika má schopnost dotáhnout věci do zdárného konce a exceluje mimořádnou soustředěností v krizových situacích.

Flegmatik - stabilní introvert:

S flegmatikem se vychází nejlépe ze všech temperamentových typů. V dětství bývá tichým, klidným a nekonfliktním dítětem. Má rád své přátele a bývá šťastný i o samotě, kde může hloubat o svých myšlenkách. V tomto je podobný melancholikovi. Představuje klidovou osobnost, která málokdy podléhá tlakům okolí. Do ničeho nevkládá velké naděje, takže bývá vesměs smířený se životními nezdary. Málokdy spěchá a jen těžko se dá vyvést z míry. V krizových situacích působí jako vyjednávač a řešitel problémů. Ke svým přátelům je slušný, ohleduplný, umí být dobrým důvěrníkem.

Na druhou stranu bývá laxní a těžce se dokáže nadchnout pro jakoukoli věc. Brání se změnám a přestože by jeho nápady mohly mít úspěch, raději se vyhýbá tomu, aby podnítl svou představitost. Nedává najevo své city a v životě se bojí odmítní, jako druhých, tak vlastních.

2. Konstituční (spojení mezi tělesnými a duševními vlastnostmi)

Astentik

Postava – hubený, slabé svalstvo, dlouhé končetiny, úzký hrudník a úzká ramena
Povaha – uzavřený, navenek chladný, náhlé zlomy a obraty nálad, vážný, záliba v logice a teorii

Atletik

Postava – silné kosti a silně vyvinuté svalstvo, široká ramena a hrudník
Povaha – klidný, rozvážený, solidní, málo citových změn, založený prakticky, reaguje a rozhoduje se méně pružně

Pyknik

Postava – střední výška, kulatá hlava, zavalité tělo, měkké svalstvo
Povaha – společenský, srdečný, otevřený, snadno se přizpůsobuje, snadno navazuje kontakty, smysl pro humor, sociálně citlivý

Ověřovací test extroverta

1. Vyhledáváte podněty zvenčí?
2. Máte rád(a) společnost?
3. Potřebujete často změnu?
4. Jste rád(a) aktivní?
5. Reagujete impulsivně?
6. Stává se vám, že se někdy neovládnete a ztratíte nad sebou kontrolu?
7. Prohřešujete se občas proti společenským pravidlům
8. Raději jednáte než dlouze medituji?
9. Máte rád(a), když se okolo vás něco děje?

Ověřovací test introverta

1. Pokládáte se za neobyčejně svědomitého?
2. Nestojíte příliš o společnost?
3. Považujete se za velmi opatrného?
4. Stahujete se rád(a) do pozadí?
5. Umíte se většinou dobře ovládat a mít nad sebou kontrolu?
6. Lze říci, že prakticky nikdy neporušujete společenská pravidla?
7. Vyhýbáte se vzrušivým podnětům okolí a vyhledáváte klid?
8. Přemýšlíte rád(a) o sobě a o svých bližních?
9. Nemáte rád(a) kolem sebe příliš rušno?

Test OV – 8. roč. – osobnost, temperament

jméno:

A

1. Vysvětli pojem osobnost
2. Charakterizuj cholera
3. Flegmatik je člověk: a) pomalý b) energický c) veselý
4. Charakterizuj piknika

Test OV – 8. roč. – osobnost, temperament

jméno:

B

1. Vysvětli pojem temperament
2. Charakterizuj melancholika
3. Sangvinik je člověk: a) pomalý b) věrný c) veselý
4. Charakterizuj astenika

Test OV – 8. roč. – osobnost, temperament

jméno:

C

1. Vysvětli pojem osobnost
2. Charakterizuj flegmatika
3. Cholera je člověk: a) pomalý b) energický c) smutný
4. Charakterizuj atletika

Test OV – 8. roč. – osobnost, temperament

jméno:

D

1. Vysvětli pojem temperament
2. Charakterizuj sangvinika
3. Melancholik je člověk: a) věrný b) energický c) veselý
4. Charakterizuj piknika

Test OV – 8. roč. – osobnost, temperament

jméno:

E

1. Vysvětli pojem osobnost
2. Charakterizuj melancholika
3. Flegmatik je člověk: a) pomalý b) energický c) veselý
4. Charakterizuj astenika

Zdroje:

1. Help24 [online].cit.[2012-02-29] Dostupné z:

<<http://www.help24.cz/index.php?page=psychologicke-testy&view=jste-extrovert-nebo-introvert>>