

Temperament

Temperament

Nauka o čtyřech temperamementech má původ u řeckého lékaře **Hippokrata** (kolem roku 400 před Kristem)

Dále ji rozvinul římský lékař **Galenus** (131 – 201 po Kristu)

Latinské „**temperare**“ znamená „**míchat**“

- **Hippokrates** se opíral o tehdejší primitivní představy o štávách v lidském těle.
- podle Hippokrata existují **čtyři typy osob - čtyři temperamenty**
- jsou určovány **převahou jedné z „tělesných štáv“**:

SANGVINIK – krev – radost ze života,
povrchnost, vyrovnanost

CHOLERIK – žlutá žluč – silná vůle,
hněvivost, prudkost, výbušnost

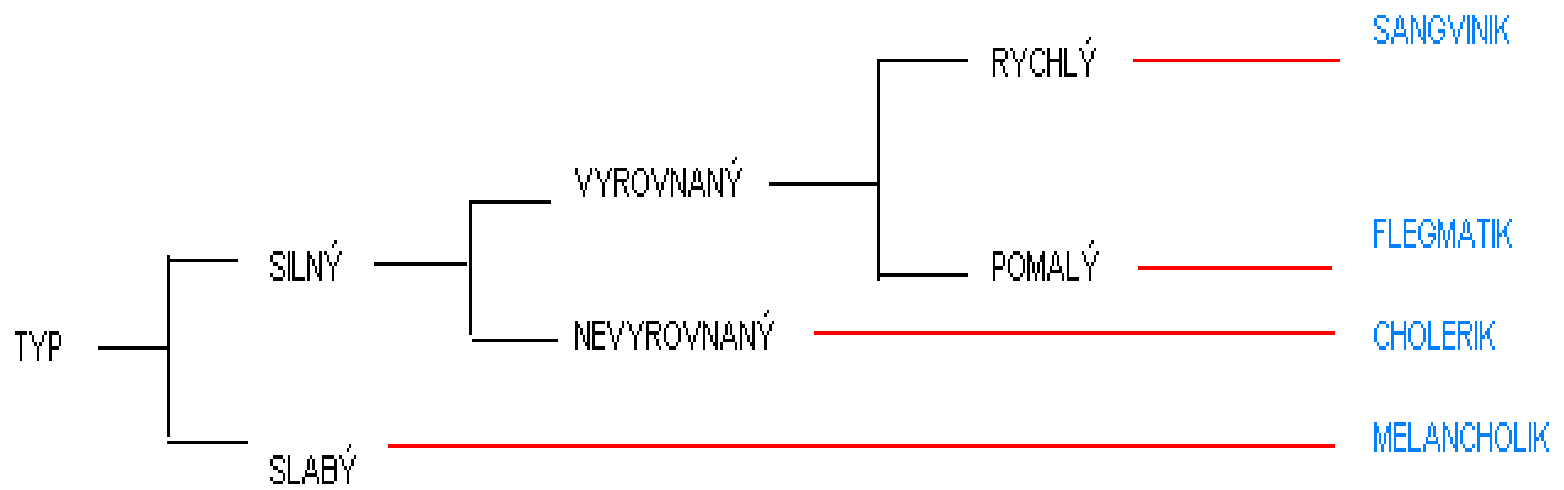
MELANCHOLIK – černá žluč - hloubka a
těžkomyslnost, emotivita, uzavřenost,

FLEGMATIK – sliz, hlen – klid, pomalost,
lhostejnost,

- Navzdory nevědeckému základu se nauka o čtyřech temperamentech osvědčila v praxi a tyto čtyři typy přešly jako pojmy **do běžné řeči i když v nepřesném významu.**
- Hippokratovo rozdělení osob podle temperamentů = **jeden z nejstarších pokusů o systematickou typologii**

I. P. Pavlov (1849 – 1936)

- za více než 2000 let navázal na Hippokratovu typologii a podal výklad **temperamentu** jako **projevu typu vyšší nervové činnosti člověka**
- vyšel z poznatků o **procesech podráždění a útlumu**, o síle těchto základních procesů (s jakou intenzitou probíhají) , jejich vyrovnanosti (silový poměr podráždění a útlumu) a pohyblivosti (snadnost střídání podráždění a útlumu).



Temperament

Vyjadřuje:

- 1) **SÍLU** reagování člověka na podněty
- 2) **RYCHLOST** reagování člověka na podněty
- 3) **ODOLNOST** vůči silným a dlouhotrvajícím podnětům
- 4) **TRVÁNÍ** duševních zážitků a rychlost jejich střídání
- 5) **VNĚJŠÍ VÝRAZNOST** projevů duševního života
- 6) **STÁLOST A VYTRVALOST** projevů duševního života

Ve středověku

SANGVINIK – přítel radosti, hudby, vína a žen - *VZDUCH*

FLEGMATIK – miluje lenost a spánek - *VODA*

MELANCHOLIK – má zachmuřený pohled a málo odvahy – *ZEMĚ*

CHOLERIK – vznětlivý, vášnivý a plný ohně - *OHEŇ*

H. J. Eysenck (1916 – 1997)

vycházel z hlediska dvou bipolárních faktorů:

- a) extraverze – introverze
- b) psychonervová stabilita – labilita (neuroticismu)

Extraverze

vyjadřuje zaměření navenek, na vnější svět, na objekt, a tedy dominanci vnější závislosti (např., co soudí jeho okolí, znamená víc, než co o něčem soudí sám).

Extravert

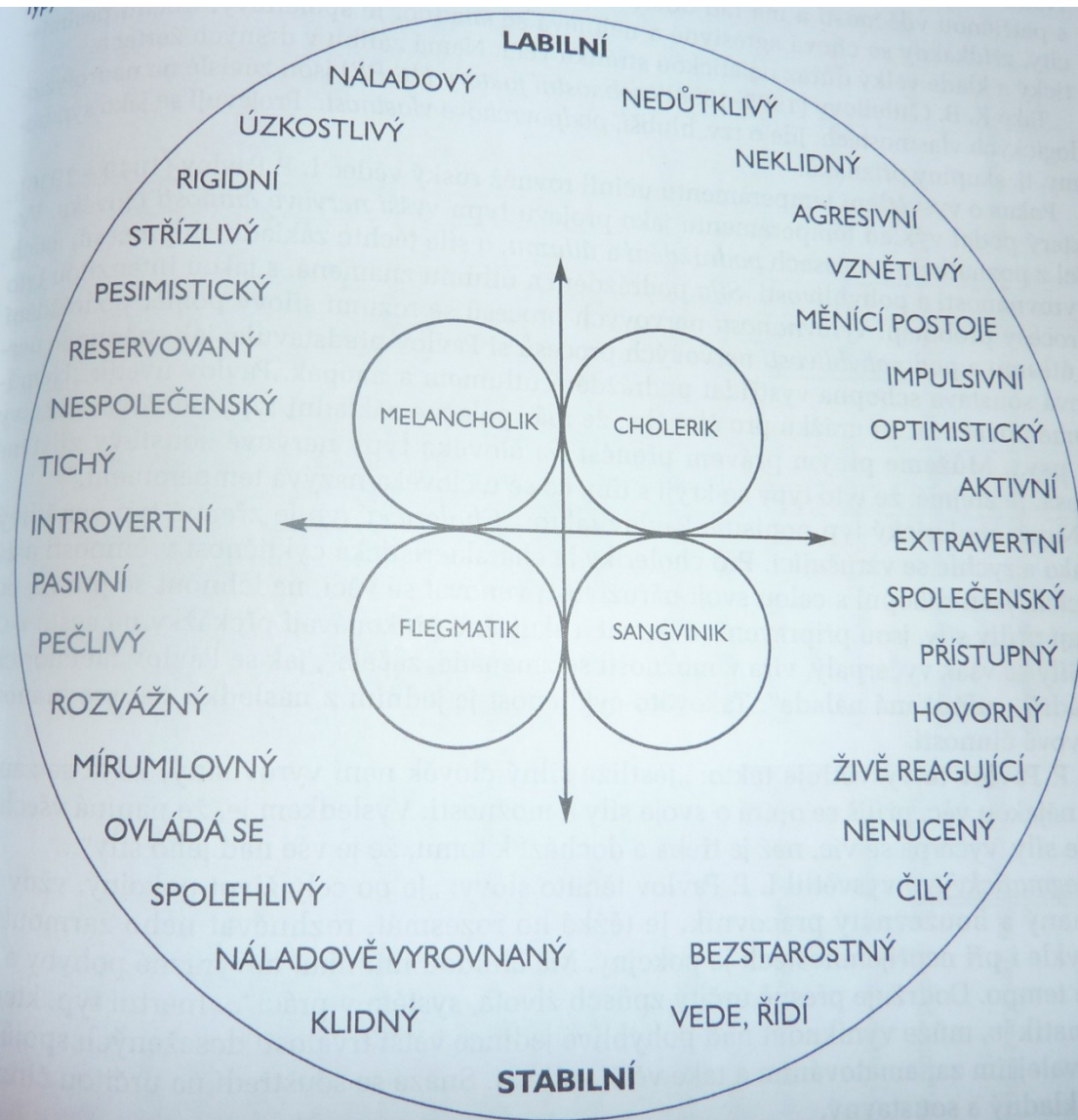
je přizpůsobivý, realistický, racionálně založený, otevřený, přístupný, společenský, je ovlivňován tím, co v jeho okolí platí jako norma (standard), rád se pohybuje mezi lidmi, snadno navazuje přátelství, má smysl pro to, co vyžaduje doba, pro to, co se „nosí“.

Introverze

Vyjadřuje zaměření dovnitř, na sebe sama, a tedy dominanci subjektivního názoru, který hraje větší roli než objektivně dané, vnější ustupuje vnitřnímu, proto

Introvert

není tak dobře adaptován, je zahleděn do sebe, je uzavřený, málo přístupný, ve společenských stycích zdrženlivý, plachý, není satelitem skupin nebo mas, ale jedincem v pravém slova smyslu, je často vzdálen skutečnosti a praktickému životu, dává přednost samotě před společností, navenek je spíše pasivní, má však dynamický vnitřní život.



Neexistuje člověk, který by měl jen jeden temperament v čisté podobě

Každý z nás má **jedinečnou originální kombinaci temperamentů** – jsme namíchaní (míchatí = „temperare“), např. melancholický choleric, sangvinický choleric, melancholický choleric se sangvinickým zabarvením atd., zřídka se vyskytuje např. **flegmatický choleric, sangvinický melancholik** apod.

Význam temperamentů pro osobnost

Cholerika charakterizuje především věcné myšlení a energická vůle, když je potřeba udělat nějakou práci. Rád je v popředí, udává tón, často také rozhoduje a těší ho, když pro své cíle získá následovníky

Význam temperamentů pro osobnost

Sangvinika charakterizuje svěžest a radost. Vyznačuje se bohatstvím nápadů a dovede budit nadšení. Nerad stojí v popředí, ale ve středu pozornosti, obklopen ostatními, na které působí svým kamarádstvím, kolegiálníitou a pochopením.

Význam temperamentů pro osobnost

Melancholika charakterizuje hloubka myšlenek a vytrvalost, s níž je přináší. Než se rozhodne zastávat s přesvědčením nějaký názor, dlouho o tom přemýšlí. Stojí rád v pozadí, chce však spolurozhodovat a často je hnací silou.

Význam temperamentů pro osobnost

Pro **flegmatika** je charakteristický jeho nepřekonatelný klid a vyrovnanost, stejně jako přátelství a vytrvalá drobná práce. Nechce stát v popředí, ani ve středu, ani v pozadí. Chce být ostatním rovnocenným partnerem.

Možné typické vlastnosti žáků v okruhu čtyř temperamentů

Sangvinik – celková charakteristika, kladné vlastnosti

- Optimismus
- Veselost
- Živost
- Přizpůsobivost
- Lehké vyrovnávání se s těžkostmi
- Pohyblivost
- Plynulá řeč

Sangvinik – celková charakteristika, záporné vlastnosti

- Mělkost citových zážitků
- Lehkomyslnost
- Nestálost
- Labilita
- Sklon k rozptylování se

Sangvinik – vlastnosti projevující se v činnosti, kladné

- Stálá aktivita
- Značná práce schopnost
- Pestrost činností a zájmů
- Rychlé tempo činnosti
- Rychlý přechod od jedné činnosti k druhé
- Pružnost chování

Sangvinik – vlastnosti projevující se v činnosti, záporné

- Povrchnost
- Nedůkladnost
- Nestálost
- Rychlé ochabnutí nadšení

Sangvinik – vlastnosti projevující se v chování, kladné

- Povídavost
- Otevřenost
- Schopnost podřídit se
- Bezkonfliktnost
- Smířlivost
- Povolnost
- Disciplinovanost
- Kolektivnost
- Družnost
- Společenskost
- Smělé vystupování

Sangvinik – vlastnosti projevující se v chování, záporné

- Přílišná povídavost až mnohomluvnost
- Ovlivnitelnost
- Nestálé chování
- Malá sebekritičnost
- Spokojenost se sebou
- Teatrálnost (přehánění vnějších projevů)

Cholerik – celková charakteristika, kladné vlastnosti

- Síla a hloubka citových zážitků
- Značná síla reakcí
- Živost
- Vnímavost
- Schopnost velkého volního vypětí
- Výrazná citově zabarvená řeč
- Výrazná mimika

Cholerik – celková charakteristika, záporné vlastnosti

- Výbušná hněvivost
- Mrzutost
- Podrážděnost
- Zvýšená citová dráždivost
- Přílišná impulsivnost
- Výbušnost
- Netrpělivost

Cholerik – vlastnosti projevující se v činnosti, kladné

- Velká práce schopnost
- Značná kvantita činnosti
- Rychlé pracovní tempo
- Rychlý přechod od jedné činnosti k druhé
- Iniciativnost
- Agilnost
- Podnikavost

Cholerik – vlastnosti projevující se v činnosti, záporné

- Nerovnoměrnost činnosti

Cholerik – vlastnosti projevující se v chování, kladné

- Rychlé a energické jednání
- Povídavost
- Snaha uplatnit se v kolektivu

Cholerik – vlastnosti projevující se v chování, záporné

- Nesnášenlivost
- Svéhlavost
- Vzдорovitost
- Nepoddajnost
- Panovačnost
- Agresivita
- Urážlivost
- Impulsivnost
- Nedisciplinovanost
- Nedostatek sebeovládání

Melancholik – celková charakteristika – kladné vlastnosti

- Citovost
- Vážnost
- Hloubka myšlení

Melancholik – celková charakteristika – záporné vlastnosti

- Přílišná citlivost
- Pesimismus
- Malomyslnost
- Sebesoužení
- Obavy z osudu
- Plachost
- Nesmělost
- Skleslost
- Roztržitost
- Tichá nevýrazná řeč

Melancholik – vlastnosti projevující se v činnosti - kladné

- Svědomitost
- Zodpovědnost
- Smysl pro povinnost
- Usilovnost
- Houževnatost
- Důkladnost
- Pečlivost

Melancholik – vlastnosti projevující se v činnosti - záporné

- Menší práce schopnost
- Menší kvantita činnosti
- Neschopnost dlouhého pracovního vypětí
- Rychlé vyčerpání
- Unavitelnost
- Pedantství
- Nepružnost

Melancholik – vlastnosti projevující se v chování - kladné

- Ustálenost chování
- Disciplinovanost
- Srdečnost
- Oddanost
- Věrnost

Melancholik – vlastnosti projevující se v chování - záporné

- Nejistota
- Nedostatek odvahy
- Přílišná uzavřenost
- Samotářství
- Sklon ponořovat se do vlastních zážitků
- Pocity méněcennosti
- Nedůvěřivost
- Přecitlivělost

Flegmatik – celková charakteristika, kladné vlastnosti

- Vyrovnanost
- Spokojenost
- Chladnokrevnost
- Trpělivost
- Rozvážnost
- Vytrvalost

Flegmatik – celková charakteristika, záporné vlastnosti

- Lhostejnost
- Slabost citů
- Nepružnost
- Pomalost
- Pohodlnost
- Pasivita
- Neiniciativnost
- Těžkopádnost
- Váhavost
- Nerozhodnost
- Nevýrazná pomalá řeč

Flegmatik – vlastnosti projevující se v činnosti, kladné

- Schopnost vykonávat dlouhotrvající tělesné a duševní práce
- Vytrvalost
- Rovnoměrnost činnosti

Flegmatik – vlastnosti projevující se v činnosti, záporné

- Pasivita
- Nepružnost
- Stereotypnost činností
- Pomalé tempo činnosti
- Pomalý přechod od jedné činnosti k druhé

Flegmatik – vlastnosti projevující se v chování, kladné

- Samostatnost
- Neovlivnitelnost
- Snášlivost
- Schopnost podřídit se požadavkům kolektivu
- Přátelskost
- Dobromyslnost
- Rovnoměrnost a stálost chování
- Obliba ustáleného denního režimu
- Sebeovládání

Flegmatik – vlastnosti projevující se v chování, záporné

- Malá přizpůsobivost
- Uzavřenost
- Malá povídavost
- Nesociabilita
- Kompromisnost
- Pomalé zbavování se špatných vlastností, návyků, zvyků

