



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

## Digitální učební materiál

Projekt: Digitální učební materiály ve škole, registrační číslo projektu CZ.1.07/1.5.00/34.0527

Příjemce: Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, 371 60  
České Budějovice

---

**Název materiálu: Temperament – pracovní list**

**Autor materiálu: PhDr. Jitka Ivanková**

**Datum (období) vytvoření: 7. 10. 2013**

**Zařazení materiálu:**

Šablona: Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

Tematická oblast: Psychologie osobnosti

Sada: PS2

Číslo DUM: 02

Předmět, ročník: Psychologie, 2. ročník

**Ověření materiálu ve výuce:**

Datum ověření: 14. 10. 2013

ZLY 2

Ověřující učitel: Mgr. Veronika Plecerová

**Popis způsobu použití materiálu ve výuce:**

**Pracovním listem** je vhodné navázat na výklad daného tématu v předcházející hodině. Je určen žákům pro individuální procvičení probíraného učiva, navazuje na výklad daného tématu a stává se součástí samostatné přípravy. Pracovní list žáci zpracovávají samostatně a následně je vhodné provést rozbor úloh společně s učitelem. Žáci tak získají zpětnou vazbu. Materiál využívá problémových úloh, se snahou zapojit vlastní prožitky a osobní zkušenosti.

**Tento výukový materiál je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.**

## PRACOVNÍ LIST

**Kapitola: Psychologie osobnosti    Téma: Temperament.**

### Úkol č. 1:

*Vysvětlete, co je to temperament a jak se projevuje:*

---

---

---

### Úkol č. 2:

*Charakterizujte jednotlivé typy temperamentu podle Hippokratovy typologie:*

***Melancholik***

---

---

***Cholerik***

---

---

***Sangvinik***

---

---

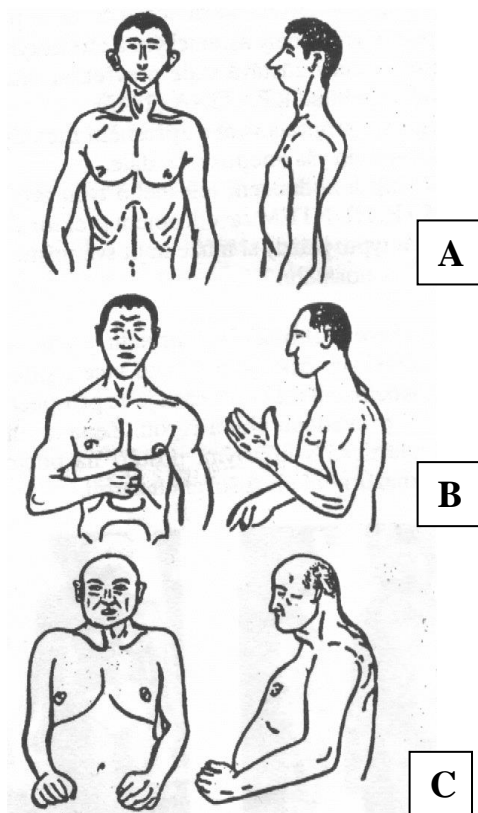
***Flegmatik***

---

---

**Úkol č. 3:**

*Pojmenujte a charakterizujte jednotlivé typy osobnosti podle E. Kretschmera:*



Obr. 1

**Úkol č. 4:**

*Charakterizujte jednotlivé typy osobnosti podle teorie C. G. Junga:*

***Introvert***

---

---

***Extrovert***

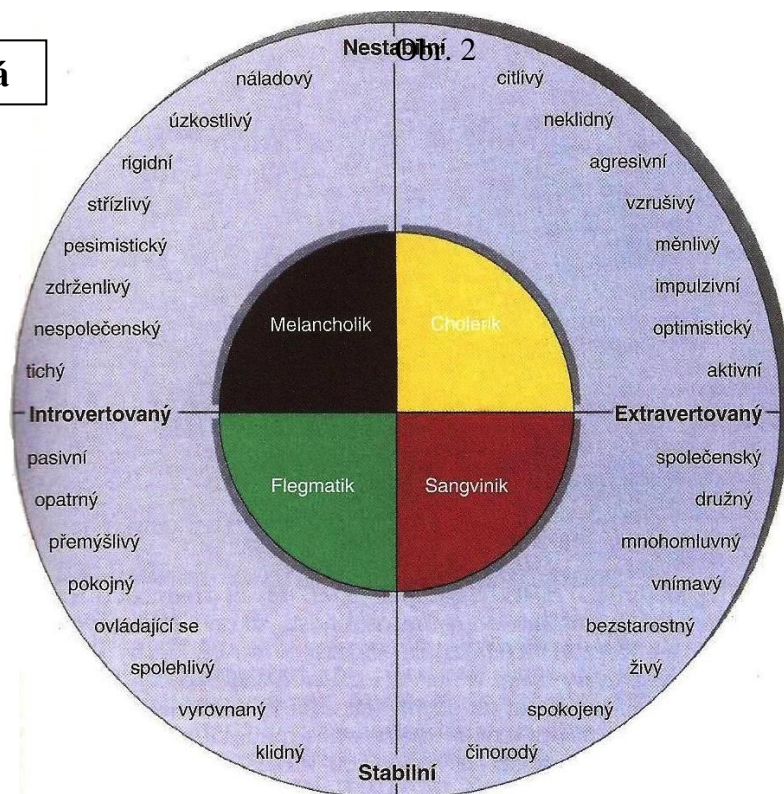
---

---

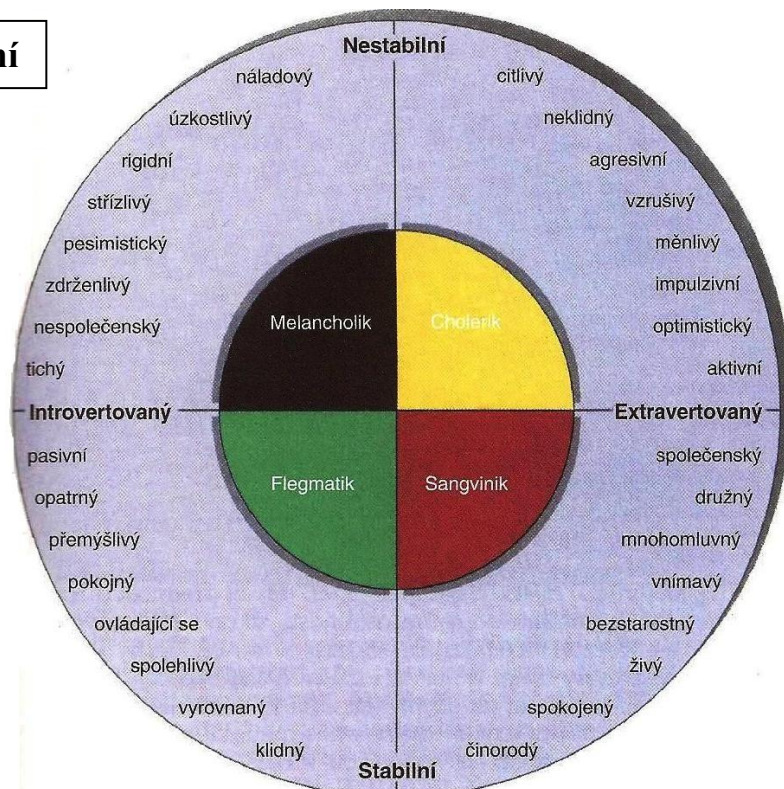
## Úkol č. 5:

*Eysenckova temperamentová typologie. Zakroužkujte temperamentové vlastnosti (Jak se vidím já), poté pracovní list předejte spolužákovi, který zakroužkuje vaše temperamentové vlastnosti (Jak mě vidí jiní).*

### Jak se vidím já



### Jak mě vidí jiní



Obr. 2

## Vyhodnocení pracovního listu

### Správné řešení úkolu č. 1:

- **Definice temperamentu:** Je to soubor dynamických charakteristik osobnosti, která určuje rychlost, sílu a stabilitu v prožívání, jednání a vegetativních reakcích.
- **Jak se temperament projevuje:** Temperament jedince se projevuje velmi záhy po narození. Dítě mívá velmi brzy rozpoznatelnou osobnost právě v oblasti dynamiky. Temperamentová výbava je osobnosti vrozená a nelze ji úplně změnit, lze ji pouze výchovou a sebevýchovou upravovat a korigovat. Tak jak osobnost dospívá, tak klesá vliv temperamentových vlastností na naše prožívání a chování, člověk není pouhým výsledkem temperamentového působení, ale stále více se projevuje jeho zkušenost. Někdy se k nekorigovanému působení temperamentu jedinec vrací v kmetském věku. Temperament se tedy po dobu našeho života vyvíjí, i když základ je daný právě vlivem vrozenosti.

### Správné řešení úkolu č. 2:

- **Melancholik** - vyznačuje se hlubokými prožitky a spíše smutným laděním, pesimismem a strachem z budoucnosti; život je pro něj často obtížný, usiluje o klid a nesnáší vypjaté situace, vzruchy, hlučnost, jeho city jsou trvalé, ale jejich intenzita se neprojevuje navenek, žije spíše vnitřně; obtížně navazuje kontakty, vztahy, které naváže, jsou trvalé a hluboké - emočně labilní introvert.
- **Cholerik** - je silně vzrušivý, má sklon k výbuchům hněvu a k agresi, těžko se ovládá a reaguje často impulzivně, nerozvážně, má sklon „prorážet hlavou zed“, je netrpělivý, panovačný, vyžaduje často od jiných ústupky, je egocentrický, soužití s ním je obtížné; emočně je labilní, city jsou u něho vyvolány snadno, navenek reaguje rychle, silně, často bez zábran - emočně labilní extrovert.
- **Sangvinik** - vyznačuje se především přiměřenou reaktivitou; na slabé podněty reaguje slabě, na silné silně; dominuje u něho reakce typu „slaměný oheň“ tj. rychlé doznívání zážitku a rychlé změny zaměření; je přizpůsobivý, emočně vyrovnaný, ale poněkud nestálý a lehkovážný, vesele laděný, optimistický, jeho prožitky jsou spíše mělké a stejně tak i jeho city - emočně stabilní extrovert
- **Flegmatik** - je emočně celkem vyrovnaný, navenek se jeví jako lhostejný, vzrušují ho jen velmi silné podněty, vykazuje stálost a vcelku spokojenost, klid až a chladnokrevnost či apatii; hlubší vztahy má jen k vybraným osobám;

je spíše pasivní a bez velkých životních ambicí a požadavků, nemá rád změny a pohybově je spíše úsporný - emočně stabilní introvert

### Správné řešení úkolu č. 3:

- A. **Leptosom:** charakteristická štíhlost a výška, často se uzavírají sami do sebe, jsou přecitlivělí nebo naopak chladní až cyničtí, není příliš aktivní, má sklony k schizofrenním chorobám = **schizoidní typ charakteru**.
- B. **Atletik:** lidé s výrazně vyvinutým svalstvem, široký hrudník a velká ramena, lhostejní až neteční, někdy výbušní, nemívají sklony k psychickým poruchám = **viskózní typ charakteru**.
- C. **Pyknik:** má sklony k tloustnutí, postavu s větším objemem břicha a hrudníku, bývá středně vysoký. Lidé jsou to spíše veselí, ale se sklony k občasným maniodepresivním poruchám = **cyklotivní typ charakteru**.

### Správné řešení úkolu č. 4:

- **Introvert**  
člověk žijící především svým vnitřním životem, avšak velmi vnímavý ke svému okolí, přemýšlivý, empatický pozorovatel, rozvážený ve svém jednání a opatrný ve svých citech, sklony k mlčenlivosti v případě neexistence relevantního tématu, preferuje nepřímou komunikaci před hovorem. Ve společnosti preferuje menší skupinky (méně než 5-10 osob) introvertních lidí. V případě nutnosti je po určitou dobu schopen se chovat extrovertně.
- **Extrovert**  
Člověk žijící navenek – povrchní a spontánní. Snadno komunikuje a dokáže zahajovat a udržovat i hovor „o ničem“, jedná rozhodně a rychle až zbrkle, po citové stránce je velmi otevřený ale jeho city jsou taktéž povrchní a je méně vnímavý ke svému okolí. Ke spokojenosti potřebuje být v centru dění, nejlépe i pozornosti, tudíž se rád objevuje na akcích s větším množstvím lidí.

Seznam obrázků:

obr. č. 1 - Riegerová, J. Ulbrichová, M. *Aplikace fyzické antropologie v tělesné výchově a sportu*. Olomouc: 1998. 185 s. ISBN 80-7067-847-X.

obr. č. 2 - Eysenckovy faktory osobnosti. In: Atkinsonová, R. Atkinson, R. Smith, E. Bem, D. Nolen-Hoeksema, S. *Psychologie*, Praha: 1995. 543 s. ISBN 80-85605-35-X.