**Заняття 1.**

**Devoir 1.** Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre.

**INTRODUCTION**

Depuis la nuit des temps les hommes ont cherché à se connaitre et se questionnent sur les rapports devant exister entre les différentes strates formant la société. Quelque soit la nature ou la position, dans l'échelle sociale, d'une personne, elle souhaite être comprise et acceptée de ses semblables. L'histoire et la littérature font mention d'êtres humains qui ont cherché la présence des autres et de se faire accepter ; certains ont fait de tout ce qui est en leur pouvoir, soit bien, soit mal, pour attirer l'attention des autres ; ainsi l'histoire retient des déments, des mégalomanes, des bienfaiteurs, des sages, des monstres, des géants, sans oublier ceux qui sont considérés comme le diable en personne.

Dans son ouvrage titré : « VIVEZ SANS STRESS » le docteur Julián Melgosa parle des relations humaines en ces termes : « *L'être humain est naturellement sociable. Comme il s'agit là d'un instinct de base, tout être humain cherche spontanément la compagnie de ses semblables. Un être complètement isolé ne peut se réaliser en tant que personne*2([\*](https://www.memoireonline.com/12/12/6602/Theorie-des-temperaments.html#fn2))». Dans nos rapports avec nos semblables, nous pouvons constater que la recherche de la compréhension et de l'acceptation pèse fort dans la balance; sur le plan empirique, nos observations montrent que chaque être humain est unique et qu'une approche différente est requise quand on leur considère individuellement. De telles considérations ne sont pas aussi simples.

**Les relations interpersonnelles**

Chacun, dans sa quête de se sentir dans sa peau, aimerait être en rapport, en collaboration avec quelqu'un qui lui témoigne une compréhension réciproque. A cet effet, il est intéressant que ce soit une personne qui comble ses besoins. Parlant de besoins, le célèbre psychologue ABRAHAM Maslow fait une hiérarchisation des besoins de l'homme, qu'il constitue en une pyramide. D'après Maslow les besoins de l'Homme sont au nombre de cinq, repartis en deux grands groupes : a) Besoins de base b) Besoins d'expansion

**Les besoins de base**

Les besoins de base sont au nombre de deux :

**BESOINS PHYSIOLOGIQUES**. Ce sont les besoins indispensables à la survie : manger, boire, dormir, se protéger du froid et de la chaleur...

**BESOIN DE SÉCURITÉ.**Tout être humain a besoin de se sentir protégé contre toute menace vitale. Vivre dans un pays en guerre, par exemple, suppose que ce besoin n'est pas assuré.

**Les besoins d'expansion**

Pour leur part, ils sont au nombre de trois :

**BESOIN D'AMOUR ET D'APPARTENANCE**. C'est le besoin le plus important après les besoins de base. Personne ne peut s'épanouir pleinement sans être aimé et accepté par les autres êtres humains. Les relations avec d'autres personnes sur le plan affectif profond constituent la façon habituelle de satisfaire ce besoin ; par exemple la famille, le conjoint ou l'ami. Le manque d'amour et d'appartenance peut entrainer d'importants déséquilibres mentaux.

**BESOIN D'ESTIME DE SOI.**Tout être humain a besoin de se respecter lui-même et d'avoir de sa personne un concept adéquat. Une estime de soi déséquilibrée (*par exemple tout le monde m'est supérieur*) conduit à un rendement bas et même à une dégradation de la conduite.

**BESOIN DE REALISATION DE SOI.**D'après Abraham Maslow, une personne sur dix en éprouve un besoin intense, la majorité des gens restant centrés sur les besoins primordiaux. La réalisation de soi comprend des objectifs élevés et abstraits tels que la justice, la perfection, la bonté, la vérité, l'individualité... Ils sont aussi très fragiles, comme le sommet de la pyramide.

(Jamescy **JACQUET)**

**Devoir 2.** Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien :

Les relations interpersonnelles ; se sentir dans sa peau ; être en rapport ; une compréhension réciproque ; combler ses besoins ; une hiérarchisation des besoins de l'homme ; les besoins de base ; les besoins d'expansion ; avoir besoin de ; assurer un besoin ; le besoin d'amour et d'appartenance ;un besoin d’estime de soi ; une dégradation de la conduite ; un besoin de réalisation de soi ; éprouver un besoin intense ; la réalisation de soi ; des objectifs élevés ; des objectifs abstraits ;

**Devoir 3.** Relevez dans le texte les équivalents français des mots et des expressions ukrainiens: розділити, ділити на; життєва загроза; задовільнити потреби; психічні дисбаланси; відчувати значну потребу; первинні потреби; необхідний; справедливість; досконалість; доброчесність; правда; індивідуальність;

**Devoir 4.** Traduisez par écrit une partie du texte ( les besoins d'expansion)

**Devoir 5.** Rédigez un résumé**.**

**Заняття 2. LES TEMPERAMENTS**

**Définitions du concept**

Si nous considérons le troisième besoin (**Amour et Appartenance**) on voit que la relation avec les autres est une nécessité et ne saurait être pas superflue. Donc, il est important de connaître le tempérament de la personne avec laquelle on entretient des relations en vue de très bons rapports.

L'idée de connaître le tempérament des autres a traversé des siècles et est parvenue jusqu'à nous en cette génération.

On peut connaître une personne de différentes manières : par son charisme, par son pouvoir (maléfique ou bénéfique), son savoir faire, son tempérament... ce qui nous intéresse pour le moment, c'est la question du tempérament.

Dans dictionnaire HACHETTE version 2004, on définit le tempérament comme un ensemble de caractères physiologiques propres à un individu.

En psychologie il est présenté comme l'ensemble de dispositions psychologiques de quelqu'un, voilà pourquoi on parle d'un tempérament calme.

En musique, on parle de musique à tempérament qui est une altération que, dans certains instruments, on fait subir à la proportion rigoureuse des intervalles pour que deux sons puissent être rendus par le même organe (corde, touche, etc.)

On en fait mention aussi en comptabilité, à ce moment on parle de vente à tempérament, vente dans laquelle on assiste à un paiement par tranche successive de la somme due.

Enfin, l'expression avoir du tempérament signifie manifester une forte personnalité.

**Genèse**

La théorie des tempéraments fut élaborée par **HYPPOCRATE**, le célèbre Médecin Grec du Ve siècle avant Jésus-Christ. Il classifia les êtres humains en quatre catégories de base. On y reviendra là-dessus.

Aujourd'hui, il y a d'autres classifications, à part celle d'HYPPOCRATE, les présenter nécessite un certains pré-requis des bases de certaines notions en psychologie et/ou en sociologie. En effet, nous les présenterons à titre d'informations.

**Devoir 1.** Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre.

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*: le tempérament ; connaître une personne de différentes manières ; le pouvoir (maléfique ou bénéfique) ; son savoir faire ; un ensemble de caractères physiologiques ; l'ensemble de dispositions psychologiques de quelqu'un ; un paiement par tranche successive de la somme due.

**Devoir 3.** *Relevez dans le texte les équivalents français des mots et des expressions ukrainiens*: показати сильну особистість ; визначати (дати визначєння) ; теорія темпераменту ;розробляти теорію темпераментів; основні категорії; передумови; поняття в психології та / або соціології; для інформації.

**Devoir 4.** *Traduisez par écrit le neuvième et le dixième alinéa du texte lu .*

**Devoir 5.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*

**Заняття 3. LES TEMPERAMENTS**

**L’école française**

L'école française a pour chefs de file Sigaud et Mac Aulife ; elle proposa un genre de groupement représentant les individus comme suit : les types musculaire, respiratoire, digestif et cérébral. Cette classification montre un sens clinique très averti, une volonté de serrer l'expérience de très près, et fait preuve d'un grand souci des nuances.

Voici de manière détaillée les différents types :

1. **Le type musculaire**

Les membres et les muscles sont considérablement développés. Le relief du thorax est bien marqué. Si le sujet est debout, les poignets se trouvent sous le plan du pubis. Visage rectangulaire ou carré. Menton assez harmonieux. Sourcils bas et rectiligne. Corps velu.

1. **Le type respiratoire**

Le tronc est petit, en forme de trapèze dont la base est en haut. Larges épaules. Cage thoracique très développée en largeur et en hauteur. Visage en forme losange. Développement de sinus frontaux. Nez long et large.

1. **Le type digestif**

Ce type d'homme est «  *tout en abdomen et en mandibules* ». Le bas du visage est plus développé que le haut. Cage thoracique courte et large cou assez court et gras ; épaules étroites. Front étroit et très peu de pommettes. Abdomen développé. L'ensemble est harmonieusement proportionné.

1. **Le type cérébral**

Le visage est nettement triangulaire. Crâne développé. Vu de profil, le front est courbé. Yeux vifs et larges, bouche petite et mince. Taille petite, grêle. Bonne harmonie entre le tronc et les membres.

**Devoir 1.** *Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre*.

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*: un genre de groupement ; le type musculaire ; le typerespiratoire ;le type digestif ; le type cérébral ; le thorax ; le tronc ; la cage thoracique ; le cou ; les épaules ; le front ;l’ abdomen ; le visage triangulaire;

**Devoir 3.** *Relevez dans le texte les équivalents français des mots et des expressions ukrainiens*: французька школа; різні типи; мускульний тип; дихальний тип; травний тип; мозковий (церебральний) тип;

**Devoir 4.** *Traduisez par écrit la première partie du texte lu .*

**Devoir 5.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*

**Заняття 4. LES TEMPERAMENTS**

**L’école italienne**

La classification Italienne est considérée par certains spécialistes comme très importante. Cette classification est conduite par Viola et l'école Italienne. Elle est basée sur des procédés statistiques et sur de très nombreuses mensurations. Pour Viola, la constitution humaine s'appuie sur deux systèmes :

a) Le système de la vie végétative (ensemble des viscères), et représentant le tronc ;

b) Le système de la vie de relation (système nerveux et muscles volontaires), représentés par les membres.

Si les systèmes susmentionnés sont également développés, l'homme est harmonieusement normal. Si le premier domine, on a affaire au type bréviligne, développé en largeur. Dans le cas que c'est le deuxième qui domine, on a affaire au type longiligne, développé en hauteur.

Le tableau qui va suivre fait une description des deux types sur différents aspects : caractères physiques, les tendances maladives et les tendances psychologiques.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | | **Types** | |
|  |  | | **Bréviligne** | | **longiligne** |
| **Caractères Physiques** | | **Le développement du corps se fait plutôt dans le sens horizontal. Développement plus grand du tronc par rapport aux membres. L'abdomen est ample, la masse viscérale large. Le poids est généralement assez notable, et la graisse sous-cutanée abondante. Force et endurance souvent considérable. Fonctions digestives puissantes.** | | **Il y a prédominance en hauteur. Le thorax est allongé, l'abdomen plat. Les organes sont réduits. Membres longs par rapport au développement du tronc. Taille souvent élevée Inclinaison des côtés bien marquée. Cou mince et assez long ; médiocre nutrition ; muscles maigres et allongés. Très rapide à la course, mais sans grande endurance.** | |
| **tendances maladives** | | **Le Bréviligne est prédisposé aux maladies provenant d'un ralentissement de la nutrition, à l'arthritisme, à l'hypertension artérielle et aux congestions.** | | **Mauvaises défenses contre les causes de maladie. Beaucoup d'insuffisances fonctionnelles. Très vite fatigué. Hypertension artérielle, pouls trop rapide, extrémités froides. Faible rendement sexuel.** | |
| **tendances psychologiques** | | **Le bréviligne est énergique, joyeux, plein de vitalité. Son psychisme montre souvent une tendance à la cyclothymie (qui fait passer brusquement de la joie exaltée à l'indifférence dépressive)** | | **Manque de volonté. Facilement déprimé. Intelligence vive, mais rapide fatigue cérébrale et nerveuse. Tendance au repli sur soi, à la solitude et à la rêverie. Le côté intellectuel l'emporte souvent. En cas d'aliénation mentale, il tombera en Schizophrénie.** | |
|

**Devoir 1.** *Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre*.

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*: être basé sur ; des procédés statistiques ; mensuration (f) ; la constitution humaine ; s'appuyer sur ; la vie végétative ; la vie de relation ; le type bréviligne ; le type longiligne ; **la masse viscérale** ; **extrémités** (pl f)  **froides ;plein de vitalité ;** **l'indifférence dépressive ;** **l'aliénation mentale ;**

**Devoir 3.** *Traduisez par écrit la première partie du texte lu .*

**Devoir 4.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*

**Заняття 5. LES TEMPERAMENTS**

**La classification Kretschmer**

Kretschmer décrit trois grands groupes distincts. Ce sont : le type Athlétique, le type Asthénique et le type pycnique.

1 .Le type Athlétique

Ces hommes sont grands ou de bonne taille moyenne. Le thorax est bien musclé et large. La forme du visage est un ovale allongé. Cou solide et long. Muscles développés et recouverts de peu de graisse. Ossature solide, compacte. Les parties inférieures du corps ont tendance à être sveltes. Jambes minces. C'est le type même du « costaud » professionnel.

2. Le type Asthénique

Ce genre d'homme s'étend en hauteur, avec amoindrissement en largeur. Il reste maigre, quelque soit la suralimentation. Les membres sont maigres, les mains osseux, les doigts pointus. Ventre rentré, ou flasque. Os faible et gragraciles. Visages triangulaires, pâle et maigre. Profil angulaire, nez long et pointu. Chevelure abondante, se répandant sur le front et la nuque. Peau du visage mince et tendue.

Mais le type asthénique n'est pas toujours déficient ! Il existe des hommes aux muscles secs, et doués d'une forte vitalité ainsi que d'une résistance à toute épreuve. Leur rendement sportif est étonnant. C'est le type **LEPTOSOME**, qui se rapproche du type athlétique.

3. Le type pycnique

(D'un mot grec signifiant : épais). Il est plus en largeur qu'en hauteur. Sa taille est moyenne. Le crâne, le thorax et l'abdomen sont développés en largeur. Apparence lourde, visage plein ; mais ossature fragile. Face, cou et tronc recouverts d'une bonne couche de graisse. La forme générale du corps se présente comme un tonneau, sympathique et dodu. Ce type a tendance à offrir aux regards une « bedaine » de moine pour contes populaires de noël ... semble amical, joyeux, et d'un agréable commerce.

Voici un tableau des caractéristiques des types pycnique et asthénique.

|  |  |
| --- | --- |
| **LE PYCNIQUE** | L'ASTHENIQUE |
| **-Tourné vers le monde extérieur.**  **- ouvert et très sociable.**  **- Naturel et spontané.**  **- Heureux et vive.**  **- réaliste.**  **- Humoristique.**  **- Chaleur amicale, «coeur sur la main».**  **- Eclats de colère, sans rancune.**  **- Aime la nourriture, les boissons et les jolies femmes.**  **- Optimisme étonnant.**  **-peut abattre un travail considérablement.**  **- activité concrète.**  **- Souvent modeste.**  **- Peu de tendance aux refoulements.** | **-Tourné vers le monde intérieur.**  **- refermé et peu sociable.**  **- freine ses sentiments.**  **- se pose des questions.**  **- Idéaliste.**  **- Sarcastique, ricaneur.**  **- tendance à la froideur.**  **- tendance à la rancune et à la vengeance.**  **- Apprécie peu les joies extérieures de la vie. A souvent peur des femmes.**  **- Pessimisme.**  **- Trop concentré, vite fatigué, mais tenace.**  **- Activité abstraite**  **- Fréquemment orgueilleux.**  **- Tendances aux refoulements et aux complexes.** |
|

**Devoir 1. *Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre*.**

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*: ***le type Athlétique ; le type Asthénique ; le type pycnique ;  costaud ; s'étendre en hauteur ; s'étendre en largeur ; osseux ; les doigts pointus ; angulaire ; la nuque ; une forte vitalité ; le rendement sportif ; le type  leptosome ; se rapprocher de ; une couche de graisse ; la forme générale du corps ; avoir tendance à ; offrir à ; un tableau des caractéristiques.***

**Devoir 3.** *Traduisez par écrit la première partie du texte lu .*

**Devoir 4.** *Relevez dans le texte les équivalents français des mots et des expressions ukrainiens:****худі; вузькогруді; тонкі кінцівки; бліда шкіра; слабкі м’язи; тіло із міцними м’язами; широкі плечі, та вузькі стегна; схильність до ожиріння; слабкі руки і ноги; низький або середній зріст; міцна фігура з великим чревом; коротка масивна шия; велика кругла голова;***

**Devoir 5.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*

**Заняття 6. LES TEMPERAMENTS**

**La classification Chinoise**

Le chef de fille de cette classification se nomme Jung, il considère deux types humains essentiels :

a) **L'introverti,** qui vit replié sur soi, et repousse l'emprise du monde extérieur.

b) **L'extraverti**, qui se tourne vers le monde extérieur dont il a besoin.

Ces deux attitudes existent ensemble chez tout individu. Mais il arrive que l'une prédomine (à cause d'une disposition, des circonstances, etc.) En partant de ces deux grandes combinaisons, Jung arrive à quatre sortes d'intravertis et quatre sortes d'extravertis. Celles-ci sont :

Penseur, sentimental, sensitif et intuitif. La figure suivante en dira long ;

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  | | **Caractères** | |
|  |  | | **Introverti** | | **Extraverti** | |
| **Penseur** | | **Regarde en lui et fortement influencé par les idées abstraites. Il suit les idées intérieurement, bien qu'il soit capable de se tourner vers le concret. Ce groupe comprend aussi certains fanatiques qui suivent une idée, se complaisent dans des Théories, sans tenir compte des conséquences parfois effrayantes auxquelles ces idées peuvent aboutir. Nietzsche en un exemple type.** | | **Se tourne vers le monde extérieur et concret. Il est cependant capable de considérer les choses abstraites. Il préfère nettement les faits aux *théories*. C'est le type de l'ingénieur ou du chirurgien. Il peut devenir dangereux s'il a affaire à des choses demandant la souplesse (la loi et la morale, par exemple). Il est alors inflexible. Dans ce groupe se trouvent des juges et des moralistes sévères, manquant de sentiment et de compréhension humaine.** | |
| **Sentimental** | | **Saisir ses sentiments représente une grande difficulté. On a affaire à un sphinx, renfermé silencieux et inaccessible. Tout se développe en profondeur ; il porte un masque d'indifférence. Ses actions sont souvent produites par des émotions soigneusement cachées. En général, il semble calme et peu méfiant, éveillant la sympathie. Aucune émotion ne se montre à l'extérieur, mais l'intérieur bout de passion... beaucoup de femmes font partie de ce groupe** | | **Il est très sociable ; se tourne vers le monde extérieur, mais le sentiment reste prédominant. C'est le type de personne qui se sent bien parce que le temps est beau ; mais qui se trouve morose s'il pleut. (Alors que chez l'intraverti, tout dépend de son climat intérieur, indépendamment des circonstances extérieurs). Facilement influençable, il a tendance à peser les choses d'après ses sentiments. Son attitude pourrait se résumer comme ceci : «Je trouve que cela est très agréable... donc c'est très agréable »** | |
| **Sensitif** | | **Ses réactions ne s'adaptent pas aux circonstances, mais obéissent uniquement au moi. C'est type humain terriblement subjectif, interprétant tout à travers les prismes de cette subjectivité ! Il est impossible de prévoir ce qui lui fera une impression quelconque : sa réaction ne semble pas liée à la réalité extérieure. Beaucoup d'artistes font partie de ce groupe.** | | **Il est d'un réalisme et d'une objectivité absolus. Il ne voit pas le concret : les faits, le bon vin, les jolies femmes.... Il ne se tourmente jamais ! Il accumule les expériences concrètes, et cherche sans cesse de nouvelles sensations. Il passe trop facilement d'une expérience à l'autre, n'acquiert donc qu'une expérience fragmentaire et limité. La plupart des hommes de la rue font partie de ce groupe.** | |
| **Intuitif** | | **Avec lui, nous sommes en pleine rêverie profonde ! C'est le prophète, le mystique, le poète de l'immortalité.... Son imagination est illimitée. C'est souvent un génie méconnu, un grand homme qui a mal tourné, une sorte de niais intelligent, un personnage de roman psychologique....**  **Sa connaissance est purement basée sur l'intuition. Comment, dans ce cas, pourrait-il convaincre les autres de la beauté des idées ?** | | **On peut dire de lui qu'il «  sent avec son intuition » ! Beaucoup de femmes font partie de ce groupe. Ce type humain fait tout ce qu'il faut pour réussir (et cela, inconsciemment). Devant une femme de ce genre, l'homme n'a qu'à se cacher ! Au premier coup d'oeil, il est jugé, disséqué, évalué...**  **Ce type humain « sent » le milieu social qui lui convient, les vêtements qu'il faut porter, comment dire les choses, etc. Un homme de ce genre réussira en affaires, en commerce, dans la spéculation, la politique, etc.** | |

**Devoir 1.** *Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre*.

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*:***l*'introverti ; l'extraverti ;** **prédominer ;** **quatre sortes d'intravertis ;** **quatre sortes d'extravertis :** **penseur, sentimental, sensitif et intuitif ;** ***suivre les idées ;*** ***considérer les choses abstraites ;*** ***préférer nettement les faits aux théories ;*** ***inflexible ;*** ***saisir ses sentiments ;*** ***porter un masque d'indifférence ;*** ***sociable ;*** ***influençable ;*** **peser les choses ;** ***ne pas s'adapter aux circonstances ;*** ***obéir à ;*** ***faire une impression ;*** ***lier à la réalité extérieure ;*** ***se tourmenter ;*** ***accumuler les expériences concrètes ;*** ***chercher de nouvelles sensations ;*** ***faire partie d’un groupe ;*** **le prophète ;** ***l’imagination ;*** ***un génie méconnu ;*** ***réussir ;*** ***le milieu social ;*** ***réussir en affaires***, ***dans la spéculation.***

**Devoir 3.** *Traduisez par écrit la partie du texte lu consacrée à* **Intuitif.**

**Devoir 4.** *Relevez dans le texte les équivalents français des mots et des expressions ukrainiens:****знаходитися під впливом абстрактних ідей ; не враховувати наслідків; носити маску байдужості;*** ***неможливо передбачити*** ; ***його уява необмежена; його знання грунтуються лише на інтуїції;*** ***однак він в змозі розглянути абстрактні речі; він негнучкий; він надає перевагу фактам; він не бачить конкретного;*** ***він накопичує конкретний досвід;*** ***він переходить дуже легко від одного випробування до іншого; людина цього типу робить все для успіху;*** ***людина такого типу досягне успіху в бізнесі;***

**Devoir 5.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*

**Заняття 7-8. LES TEMPERAMENTS**

Les écoles de pensées susmentionnées font appel à un pré requis de base sur des termes psychologiques et sociologiques, en plus, elles demandent une curiosité poussée en ce qui attrait à la connaissance du genre humain ; l'écrivain Nancy VAN PELT, dans son ouvrage : VIVEZ, COMMUNIQUEZ déclare : « Bien qu'il existe aujourd'hui d'autres classifications, peut-être plus précises, élaborées par divers écoles psychologiques, celle d'HYPPOCRATE... paraît plus valable pour un ouvrage de vulgarisation4([\*](https://www.memoireonline.com/12/12/6602/Theorie-des-temperaments.html#fn4)) ». Nous pensons comme elle que la théorie des tempéraments selon HYPPOCRATE est plus à propos dans le cadre de cette conférence.

Selon ce médecin grec, nous tous, êtres humains, sommes la combinaison de deux ou davantage des quatre tempéraments de base ; en général, il y a un qui prédomine.

Aucun tempérament n'est meilleur que l'autre. Les différences si elles n'arrivent pas aux extrêmes et sont canalisées d'une manière adéquate, peuvent toujours se révéler positives.

La connaissance des caractéristiques fondamentales du tempérament des autres, de même que du notre, nous aide à mieux comprendre la manière d'être et de réagir de chacun. On peut ainsi acquérir une bonne compréhension mutuelle, qui reviendra toujours à une meilleure communication, à un attachement plus grand et plus solide et à une intimité plus satisfaisante entre nous.

HYPPOCRATE classifia les humains en quatre (4) catégories de base : **SANGUIN, COLERIQUE, MELANCOLIQUE, FLEGMATIQUE (LYMPHATIQUE).** En effet, personne ne possède un tempérament pur, mais que nous sommes tous un mélange des quatre (4). Normalement il y en a toujours un qui prédomine dans chaque individu et les trois autres font aussi partie de notre être à différents degré, mais de façon secondaire.

**LE SANGUIN**

- Expansif et exubérant dans la conversation. Parle fort et crie souvent.

- Se sent poussé à parler et à être le centre de l'attention.

- Tend à la superficialité et à l'exagération.

- Mauvais auditeur : capacité d'attention limité, et grande facilité de distraction.

- A l'habitude de parler avant de penser.

- Ses décisions sont davantage fondées sur les sentiments du moment que sur le raisonnement analytique.

- Dissimule peu sa colère ou son malaise car il est extraverti.

- Explose facilement, mais garde rarement rancune.

- Joyeux, bruyant, expressif et d'humeur agréable.

- Comme les mots ne lui manquent jamais, il est souvent envié par les personnes timides.

**LE COLERIQUE**

- Extraverti, parle beaucoup, mais de façon plus réfléchie que le sanguin.

- Dans les dialogues, il déteste les détails qui font les délices du sanguin .

- A tendance à formuler des questions inquisitrices.

- Se concentre sur les l'aspect intéressant et significatif des sujets.

- Contrairement au sanguin, ne manifeste pas de sympathie facilement et peut se montrer indifférents aux besoins des autres.

- Il manifeste sa capacité de leader, il lui est facile de prendre des décisions pour lui-même et pour les autres.

- Têtu, il aime dominer et commander.

- Il est intuitif et rapide dans ses évaluations et ses jugements. N'a pas confiance dans les analyses théoriques.

- Il veut toujours avoir raison et grâce à son esprit aiguisé et à son sens pratique, l'emporte souvent.

- A souvent la victoire dans les disputes.

- Lorsqu'il se dispute, il est souvent moqueur et sarcastique.

**LE MELANCOLIQUE**

- Introverti. Il est difficile de savoir ce qu'il pense et ce qu'il sent.

- A confiance dans le raisonnement analytique.

- Son esprit inquisiteur lui donne l'habilité d'évaluer tous les aspects de chaque situation.

- Parlera après avoir pensé et réaliser une soigneuse analyse.

- Peut manifester différents états d'âme qui vacillent entre le haut et le bas ; parfois il est renfermé, déprimé et irritable ; à d'autre moment, il se montre plein d'entrain, amical et même loquace.

- Se laisse dominer par les sentiments, ce qui, souvent lui rend difficile la réalisation des ajustements émotionnels nécessaires dans sa vie.

- Perfectionniste, habile, très sensible.

- Il lui est très difficile d'exprimer ses véritables sentiments.

**LE FLEGMATIQUE ( LYMPHATIQUE)**

- Parle avec mesure, calme et réflexion.

- Sec et tranchant dans ses affirmations et même lorsqu'il plaisante.

- Se fâche difficilement.

- Evite les confrontations, sa devise est « **paix et tranquillité à n'importe quel prix** »

- Bien qu'il se montre très souvent nerveux, il ressent plus d''emotion qu'il n'en laisse paraitre.

- Mesuré : il ne rit pas trop fort et ne pleure ostensiblement.

- Ses expressions faciales sont difficiles à interpréter, car il paraît imperturbable. Il donne l'impression d'être distant et non émotif.

- Reste étranger à ce qui se passe autour de lui et ne fournit pas d'information très facilement.

- Possède un esprit bien structuré et penche vers l'analyse et la déduction.

- Stabilité lui rend digne de confiance.

- Son sens de l'humour assez froid plait à certains, mais peut se révéler désagréable pour le conjoint.

- Il est considéré comme digne de confiance et agréable, à moins que sa manière d'être calme et méthodique n'irrite ceux qui ont un tempérament plus vif.

**Devoir 1.** *Lisez le texte proposé et tâchez de le comprendre*.

**Devoir 2.** *Trouvez dans le texte les mots et les expressions suivants et traduisez-les en ukrainien*: ***faire appel à ;*** ***la combinaison ;*** ***des tempéraments de base ;*** ***comprendre la manière d'être ;*** ***acquérir une bonne compréhension mutuelle ;*** ***un tempérament pur ; un mélange ;*** ***prédominer ;* le sanguin ; expansif ;** ***se sentir poussé à parler*** ; ***être le centre de l'attention ;*** ***être*** ***mauvais auditeur*** ; ***avoir l'habitude de parler avant de penser ;*** ***dissimuler peu sa colère ;*** ***garder rarement rancune ;le colérique ;*** ***parler beaucoup ;*** ***détester les détails ;*** ***se concentrer sur les l'aspect intéressant des sujets ;*** ***ne pas manifester de sympathie*** ; ***manifester sa capacité de leader ;*** ***têtu***; ***avoir raison*** ;***le mélancolique*** ; ***réaliser une soigneuse analyse ;*** ***manifester différents états d'âme ;*** ***renfermé ; déprimé ; irritable*** ; ***être dominé par les sentiments ;*** ***perfectionniste ;le flegmatique ;*** ***parler avec mesure, calme et réflexion*** ; se ***fâcher difficilement*** ; ***éviter les confrontations*** ; ***mesuré***; ***posséder un esprit bien structuré ;***

**Devoir 3.** *Traduisez par écrit la partie du texte lu consacrée aux* ***quatre catégories de base* *des tempéraments*.**

**Devoir 4.** *Présentez le texte lu sous une forme résumee.*