Министерство образования и науки

Елецкий Государственный Университет им. И.А. Бунина

Кафедра экономики и экономического анализа

Реферат

Тема

Нетрадиционная диагностика характера и здоровья человека по ногтям

Выполнила:

Зубарева Н.С.

Содержание

Введение

. Ногти и значение ногтей на пальцах руки

. Форма ногтя и твёрдость

. Женские ногти, значение цвета ногтей

. Способы саморегуляции

Заключение

Список литературы

ноготь женщина характер диагностика

Введение

Нетрадиционная диагностика - эта непривычные диагностики, которые еще не нашли широкого применения. Или, в силу особенности, диагностики просто не могут широко применяться.

При изучении ногтей так же, как и всего внешнего вида человека, принимают во внимание цвет, форму, жёсткость, расслоённость или искривлённость ногтей, их искривление влево или вправо, несимметричность, вмятость и пр. Ногти, скажем, пожелтели, в этом могут быть повинны не только болезни, но и тот факт, что женщина пользуется ацетоном для снятия лака или, например, мужчина курит.

Форма и размер кистей рук говорит о том, с каким человеком имеется дело.

Очень худая и нежная кисть указывает на натуру слабую, неплодовитую, обладающую воображением, но лишенную силы и способности удовлетворить свои желания. Такой человек обычно бывает доверчив и чрезвычайно чувствителен к благоприятным предсказаниям. Если результат гадания покажется ему «благоприятным», он будет весьма доволен; но мрачные предсказания и нелицеприятные характеристики воспримет с большим недоверием.

Если кисть худощавая, но тем не менее имеет размеры, пропорциональные всему телу, это указывает на ясный живой ум. Такие люди часто оказываются «трудными» клиентами.

Необычайно широкая и толстая, притом очень мясистая кисть служит признаком грубости и животных инстинктов. Контакт с таким человеком достигается посредством неумеренной лести; критическую информацию и предупреждения об опасностях им нужно высказывать очень осторожно и тактично.

Очень важный показатель - мягкость или жесткость ладони. Люди с мягкими руками впечатлительнее и чувствительнее, чем люди с твердыми руками. Мягкие руки указывают на ограниченный ум, беспечность, податливый характер, на пристрастие к мишуре, на нежность в любви, на поверхностность чувств. Люди с твердыми руками одарены хорошими способностями и могут обладать в известной мере впечатлительностью, но они никогда не бывают очень любезны и не обнаруживают так называемых хороших манер. Напротив они всегда отличаются угловатостью в движениях и обращении с людьми, с чем однако нередко уживается деликатность характера. Они глубже чувствуют и проявляют большое постоянство в любви, хотя никогда не обнаруживают в этом чувстве особой нежности.

Волосы на кисти свидетельствуют об энергичности, а значит, и о непоседливости клиента. Все описанные выше относятся как к мужской, так и к женской руке. Однако практика показывает, что женская рука отличается некоторыми особенностями.

Прежде всего, такой показатель, как «мягкость/твердость» у женщин часто не имеет такого значения, как у мужчин. Здесь важнее заметить, насколько крупны суставы на пальцах, и насколько велик большой палец. Чем глаже пальцы, тем легковернее клиентка. Но самые трудные для работы - маленькие, нежные и гибкие ручки розового цвета. Их обладательницы обычно избалованны, требовательны и капризны; они неохотно идут на контакт и легко обижаются на негативную информацию. Ключ к такой клиентке - вежливость и легкий юмор; кому удастся ее рассмешить, тот может рассчитывать на ее откровенность.

1. Ногти и значение ногтей на пальцах руки

Существует множество наук по изучению ногтей на руке, где ногтям придается большое значение. В магии например, ноготь, отличное средство для корректировки судьбы человека. В астрологии состояние ногтей выявляет наш взаимообмен с незримым миром космического пространства, - и точнее космического разума, сказали бы те, кто имеет отношение к ёге.

Для хиромантов же, ногти на пальцах руки, указывают на характер индивида, и являются точным показателем самочувствия и жизненного потенциала человека, ногти являются как бы датчиками, указывающие на работу определённых систем жизнеобеспечения человека, и главным образом отображают состояние кровеносной системы.

В наше время ухоженные ногти считаются символом довольно высокого социального положения. А люди знающие толк в искусстве хиромантия, могут извлечь из этого много полезной, интересной информации помогающей судить о человеке. Ноготь обычно занимает половину верхнего сустава, и в таком случае будет считаться нормальной длиной. Если он занимает меньшее пространство, считается коротким ногтем,- ну и соответственно наоборот. В любых случаях размером ногтя считается только та часть ногтя, которая соединена или приросшая к пальцу, всякие маникюры и наклеенные ногти в счёт не берутся. Посмотрев на свои ногти, можно примерно определить их длинну. К примеру, длинные ногти указывают на вежливого, спокойного и сдержанного человека, не склонного к анализу причин всех неудач в жизни, такие люди в основном избегают от жизненной рутины, любят помечтать, что явно указывает на уединённость личности и творческое начало. Если ногти слишком длинные, то добавится ещё и недоверчивость, скрытность.

Если на пальцах заметно-короткие ногти, то это говорит о склонности человека к анализу всего и всея,- это сварливые и ворчливые личности, и если такого индивида что-то не устроит, он будет до потери сознания доказывать свою точку зрения, хотя может быть и не прав, это люди, которым необходимой "пищей" по жизни будет ругательство, критика окружающих, придирчивость особенно это касается соперников. Короткие ногти так же обладают изворотливостью, выходят с затруднительных ситуаций, и любят юмор.

. Форма ногтя и твёрдость

Форма ногтя и твёрдость, так же имеет своё значение, ширина ногтевой пластины, если она превышает длину - указывает на личность неспокойную, везде сующую свой "нос, в особенности, куда не просят. Если у человека ногти твёрдые, то свидетельствуют о крепком здоровье, если они слишком твёрдые и загибаются вниз подобно когтю зверя, то добавится ещё нетерпимость и злоба, а также жадность. Мягкие ломкие ногти, то есть слабая кость, говорит об ослаблении здоровья, а также выражает слабовольного и уступчивого человека, мягкую натуру.

Ногти плоские, широкие и как бы выгнутой вверх формы, говорят о недостатоке нравственности, такая личность будет всё преувиличивать, отсутствие чувства справедливости может толкнуть её на предательство. Слишком узкие ногти указывают на раздражительность. Если ногти заметно маленькие по отношению к пальцу руки, то выражают упрямость и большую гордость. Округлые формы ногтей указывают на доброжелательного человека.

Здоровые ногти человека, должны быть приятного розового цвета, с хорошим блеском. Если ногти ломкие, с неровной поверхностью или ямками, и отличаются неправильным ростом и нехарактерным цветом, это всегда указывает на слабое здоровье. Ноготь в своем основании окаймлен белой лункой, обратите внимание на свои лунки, - если лунки отсутствуют, это уже плохой знак, а её наличие слишком большой формы на одном из пальцев, говорит о предрасположенности к нервным болезням. Иногда на ногте пальца можно наблюдать белые пятнышки, это говорит о малокровии, недостаточной или ослабленной циркуляции крови и других вытекающих из этого болезнях, в таких случаях следует обратится за профессиональной помощью к врачам, так как хиромантия не вправе назначать какое-либо лечение, её суть предсказать угрозу.

По ухоженности ногтей у человека также можно в какой-то мере судить о его характере. Хироманты считают что слишком тщательный повседневный маникюр, показатель того, что человек придает огромное значение внешней стороне жизни, забывая о других немаловажных аспектах, и чаще всего даже в ущерб своей внутренней сущности.

. Женские ногти, значение цвета ногтей

Женский пол, как более тонкие натуры, в отличии от мужчин, стараются уделять особое внимание ногтям, их интуиция подсказывает, что этим можно привлечь внимание окружающих людей. Может быть не совсем понимая, что они показывают свою индивидуальность и активируют притяжение энергии планет, женщины применяют магию цвета в одежде, которая обладает гораздо меньшей силой притяжения. Прежде чем покрывать ногти лаком, подумайте, что бы вы хотели изменить в жизни, или дополучить, выбирайте правильный цвет для своих ногтей, который несомненно усилит инстинкт, и вызовет на помощь нужную энергию планеты. Значение цвета преобладает огромным магнетизмом, который отлично улавливает и притягивает космическую энергию.

Белый цвет позволяет нам проводить в мир собственную энергию. Это отдающий цвет. Он создает гармонию в нашем теле и нашей жизни. Поэтому, когда мы не хотим менять свою жизнь, а лишь стремимся слегка ее улучшить, белый цвет - наилучший вариант для этого.

Красный цвет ногтей - управляет энергией Марса, и как бы притягивая энергию активизирует организм, в том числе и в сексуальном направлении. Но при переизбытке красного цвета может появиться раздражительность и агрессивность, поэтому не стоит переусердствовать с цветом, так как он противопоказан людям с ослабленным и неустойчивым психо-эмоциональным состоянием, которое может вызывать склонность к агрессии. Женщины любящие этот цвет, скорее всего ищут смысл жизни в любви, так как им этого нехватает в первую очередь. Что б удостоверится в действительности любвиобильности человека, стоит обратить внимание на холм Венеры который является в этом смысле основным маркером указывающим на сладострастия.

Розовый цвет ногтей - предпочитающая розовые тона женщина, как бы сообщает, что ищет сильного мужчину, строгого и заботливого одновременно,- это цвет Венеры. Женщины любящие розовый цвет ногтей, очень требовательны к заботе со стороны своей второй половинки, в первую очередь им важна материальная сторона вопроса, поэтому мужчинам стоит трезво оценивать свои силы и возможности, прежде чем связывать свою жизнь и предлагать ей свои руку и сердце.

Малиновый цвет ногтей - дает энергию Юпитера, и указывает на девушеку в которой преобладает идеализм и честолюбие, которая не бросит партнёра в трудную минуту, и не предаст, но так же потребует взаимного отношения от своей половинки. Оценить силу такой притягательности сможет лишь тот мужчина, кто сам достаточно умён и интеллектуально развит.

Коричневые ногти - будут притягивать силу и энергию Плутона. Экстравагантная любительница такого цвета ногтей - это женщина которая ловит на себе внимание мужчин и получает от этого вдохновение и удовлетворение, то есть силу которая держит её на плаву. Такие люди похожи с любителями красного цвета ногтей, и ищут в основном страсти, но если "марсианка" хочет ковсему ещё и любить, и быть любимой, то для любительницы коричневых ногтей, любить совсем не обязательно,- это напоминает тип любовницы. Отличить таких женщин с лёгкостью можно по линии сердца. Главное для нее, чтобы любовь дарили ей и были готовы чем-то пожертвовать. В ответ вознаграждением будет море страсти, которыми эта женщина буквально заражает партнеров.

Фиолетовый цвет ногтя - притягивает силу планеты Нептун, фиолетовые тона ногтей на пальцах руки, указывают о востребованности в истинной силе любви, нежной и умиротворяющей, в то же время и непонятной, окружающим людям. Такая женщина конечно имеет высокие запросы, но зато вознаграждает партнёра большой удачей, даруя защиту в жизни, так как обладает даром передавать часть космической энергии близким людям.

Черный цвет ногтей - выражают печать, это поглощающая энергия планеты Сатурн, такие ногти редко встречаются но всё же стоит упомянуть, Черный цвет говорит о стремлении женщины, предпочитающей впитать в себя всё окружение, таким образом указывая на недостаток качеств человека, она хочет взять себе все блага в личное пользование, чёрные ногти в основном выкрывают закомплексованную не уверенную в себе личность. Она ищет понимание и поддержку, но одновременно нестерпит ограничение в личной свободе.

. Способы саморегуляции

У каждого человека при напряженных эмоциональных состояниях меняется мимика, повышается тонус скелетной мускулатуры, темп речи, появляется суетливость, приводящая к ошибкам в ориентировке, изменяются дыхание, пульс, цвет лица.

Эмоциональное напряжение скорее всего пойдет на убыль, если внимание человека переключится от причины гнева, печали или радости на их внешние проявления - выражение лица, слезы или смех и т.д. Это говорит о том, что эмоциональные и физические состояния человека взаимосвязаны, а потому обладают способностью взаимовлияния. Поэтому, видимо, одинаково правомерны утверждения: «Мы смеемся потому, что нам весело» и «Нам весело потому, что мы смеемся».

Мускулатура

Самый простой, но достаточно эффективный способ эмоциональной саморегуляции - расслабление мимической мускулатуры. Научившись расслаблять лицевые мышцы, а также произвольно и сознательно контролировать их состояние, можно научиться управлять и соответствующими эмоциями. Чем раньше (по времени возникновения эмоций) включается сознательный контроль, тем более эффективным он оказывается. Так, в гневе сжимаются зубы, меняется выражение лица. Возникает это автоматически, рефлекторно. Однако стоит «запустить» вопросы самоконтроля («Не сжаты ли зубы?», «Как выглядит мое лицо?»), и мимические мышцы начинают расслабляться. Только необходима предварительная тренировка в расслаблении определенных мышечных групп на основе словесных самоприказов.

Управленцу особенно важно овладеть навыками расслабления мимических мышц, чтобы применять их при необходимости в ситуациях профессиональной деятельности. Упражнения для релаксации мышц лица включают задания на расслабление той или иной группы мимических мышц (лба, глаз,носа, щек, губ, подбородка). Суть их - в чередовании напряжения и расслабления различных мышц, чтобы легче было запомнить ощущение расслабления по контрасту с напряжением. Упражнения выполняются при активной направленности внимания на фазы напряжения и расслабления с помощью словесных самоприказов, самовнушения. В результате многократных повторений этих упражнений постепенно в сознании возникает образ своего лица в виде маски, максимально свободного от мышечного напряжения. После такой тренировки можно легко по мысленному приказу в нужный момент расслабить все мышцы лица.

Дыхание

Важным резервом в стабилизации своего эмоционального состояния является совершенствование дыхания. Как ни странно, не все люди умеют правильно дышать. Не последнюю роль неумелое дыхание играет и в утомляемости.Сосредоточив свое внимание, нетрудно заметить, как меняется дыхание человека в разных ситуациях: по-разному дышат спящий, работающий, разгневанный, развеселившийся, загрустивший или испугавшийся. Как видно, нарушения дыхания зависят от внутреннего состояния человека, а потому и произвольное упорядоченное дыхание должно оказывать обратное воздействие на это состояние. Научившись влиять на свое дыхание, можно приобрести еще один способ эмоциональной саморегуляции.

Смысл дыхательных упражнений состоит в сознательном контроле за ритмом, частотой, глубиной дыхания. Разные типы ритмичного дыхания включают задержки дыхания разной продолжительности и варьирование вдоха и выдоха.На всем протяжении дыхательные пути обильно снабжены окончаниями вегетативной нервной системы. Установлено, что фаза вдоха возбуждает окончания симпатического нерва, активизирующего деятельность внутренних органов, а фаза выдоха - блуждающего нерва, как правило, оказывающего тормозящее влияние.

Методика выполнения дыхательных упражнений

1. Сядьте на стул (боком к спинке), выпрямите спину и расслабьте мышцы шеи.

2. Руки свободно положите на колени и закройте глаза, чтобы никакая визуальная информация не мешала вам сосредоточиться. Сосредоточьтесь только на своем дыхании.

. При выполнении дыхательного упражнения дышите через нос, губы слегка сомкнуты (но не сжаты).

. В течение нескольких минут просто контролируйте свое дыхание. Обратите внимание на то, что оно легкое и свободное. Ощутите, что вдыхаемый воздух более холодный, чем выдыхаемый. Следите лишь за тем, чтобы дыхание было ритмичным.

. Теперь обратите внимание на то, чтобы во время вдоха и выдоха не включались вспомогательные дыхательные мышцы - особенно при вдохе не следует расправлять плечи. Они должны быть расслаблены, опущены и слегка отведены назад. После вдоха, естественно, должен последовать выдох. Однако попытайтесь продлить вдох. Это вам удастся, если, продолжая вдох,вы как можно дольше удержите от напряжения мышцы грудной клетки. Думайте о том, что теперь вам предстоит продолжительный выдох. Глубокий вдох и последующий продолжительный выдох повторите несколько раз.

. Сейчас контролируйте ритм дыхания. Ведь именно ритмичное дыхание успокаивает нервы, оказывает противострессовое действие. Выполняйте медленный вдох, успевая при этом сосчитать в среднем темпе от одного до шести. Затем - пауза. Тренируйте ритмичное дыхание примерно 2-3 минуты. Продолжительность отдельных фаз дыхания в данном случае не так важна - гораздо важнее правильный ритм. Этот простой способ ритмичного дыхания вы можете в любое время вспомнить и повторить.

Заключение

Таким образом можно сделать более конкретную характеристику.

. Короткие ногти (необгрызенные). Иметь короткие ногти склонны энергичные и любопытные люди. Они интуитивны, но мыслят логически.

. Короткие ногти (необгрызенные), их ширина больше длины. Они критически настроены и вспыльчивы, люди с широкими ногтями склонны к поспешности и чувственности. Так как они несимпатичны другим, они так же критически относятся сами к себе, но ни на кого не держат зла.

. Широкие, длинные, с закругленными кончиками ногти. Здравомыслящий человек, который способен ясно мыслить, имеющий широкий кругозор и не критикан. Эти люди открыты новым идеям. Они могут иметь склонность быть более интуитивными, чем практичными.

. Длинные, миндалевидные ногти. Приятный и добродушно-веселый человек, мечтатель с артистической жилкой. Эти ногти могут также указывать на тенденцию быть сердитым, если его обидели.

. Очень большие, квадратные ногти. Уравновешенный, приятный характер с крепкой личностью и практической жилкой. Эти люди очень хорошо подходят как для работы руками, так и для планирования больших комплексных проектов.

. Веерообразные ногти. Форма этих ногтей подобна открытому вееру: они гораздо шире на кончике, чем у основания. Это указывает на чувствительную натуру, а их владелец может быть очень подвержен стрессу. Такие люди активны и динамичны, но так как испытывают нервные перегрузки, то, следовательно, страдают от стресса.

. Подвернутые, или Гиппократовы, ногти. Легко узнаваемые по выпуклости, если посмотреть в профиль, эти ногти с такой формой указывают на открытого, умного и живого человека, склонного к полноте и респираторным заболеваниям.

. Выгнутые, или ложнообразные, ногти. Если посмотреть со стороны, то подобные ногти выглядят выгнутыми. Владельцы таких ногтей излишне чувствительны и стараются скрывать чувства.

### Цвет ногтей

Цвет ногтей, как считается, показывает, в частности, сексуальную энергию.

Белый. Холодные и тщеславные, эти люди склонны быть несчастливыми, но спокойными. Они любят себя и выказывают мало чувств в отношении других.

Розовый. Розовые ногти имеют хорошие натуры, добрые и прекрасные, с хорошим здоровьем.

Бледный. Слабоокрашенные ногти указывают на нехватку жизненных сил и холодную и эгоистичную натуру. Этим людям недостает сексуальной жизненной силы.

Красный. Неистовый характер сочетается с сильным и страстным сексуальным побуждением. Люди с красными ногтями лучше всего выражают свои эмоции физически. У них большое количество энергии, которая, если ее не направлять конструктивно, может стать разрушительной.

олубоватый. Как правило, знак нездоровья. У людей, у которых нет проблем с кровообращением, голубые ногти указывают на холодную и замкнутую натуру с сильно подавленной сексуальной функцией. Обратите внимание на другие знаки на руке, которые указывают на интроверсию (сосредоточенность на самом себе).

Список литературы

1. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. / В.И. Моросанова; Ин-т психологии РАН. - М.: Наука, 2010. - 519 с.

. www.astro-master.ru

. www.hiromantij.ru/nogti

. www.moscowinst.ru/instructions/health