

ТЕМПЕРАМЕНТ: ТИПЫ И ХАРАКТЕРИСТИКА



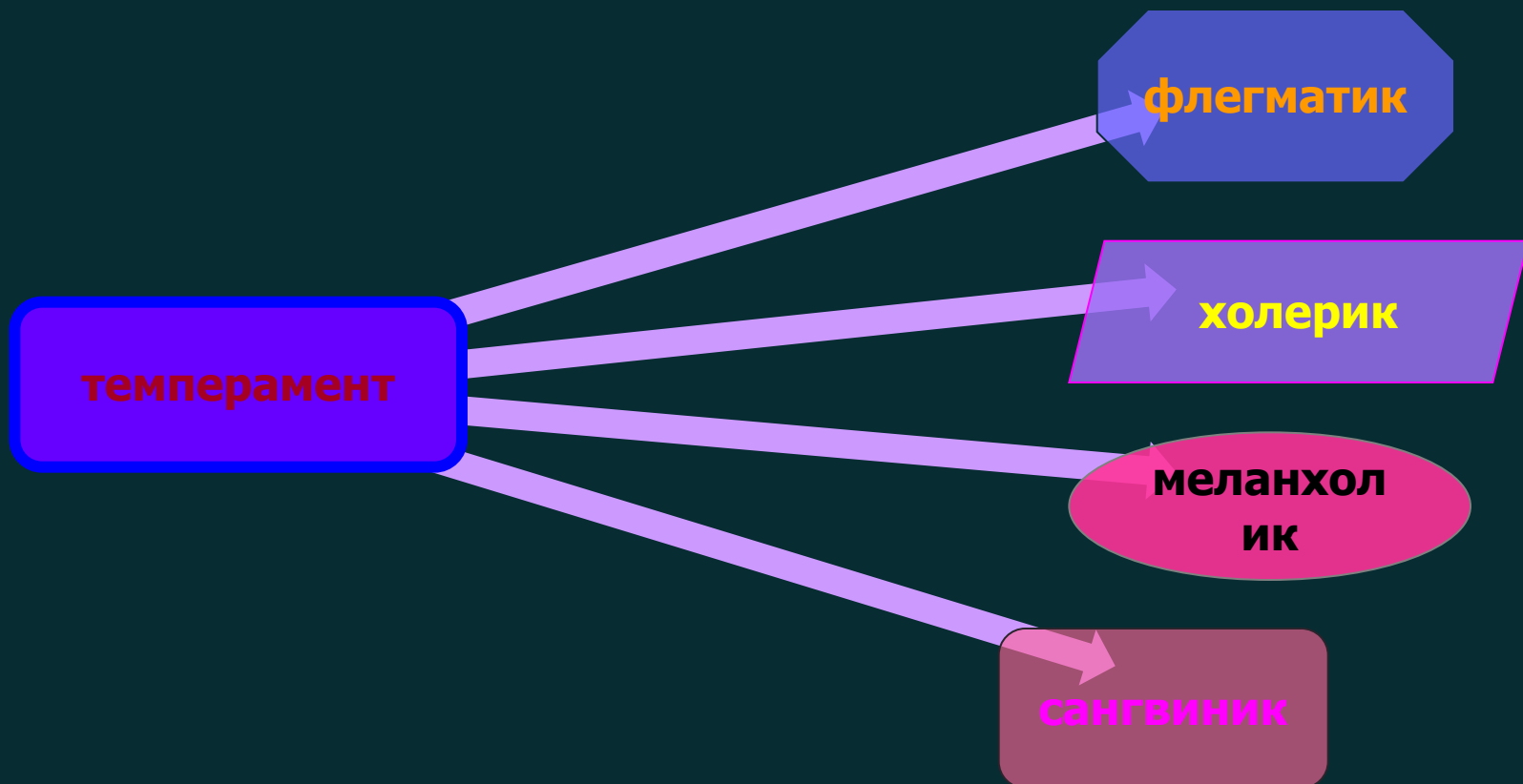
ПОНЯТИЕ ТЕМПЕРАМЕНТА

Темперамент (от латинского *temperamentum* – надлежащее соотношение частей), **особенности** психики, объясняющие образ действий человека в той или иной ситуации. Отражает динамическую, а не содержательную сторону психической деятельности.

Выделяются две ведущие характеристики:

- ▣ **Активность**, в которой человек взаимодействует с окружающим миром. Она проявляется в темпе, быстроте, интенсивности действий;
- ▣ **Эмоциональность**, которая выражается в чувствительности, импульсивности и впечатлительности.

ВИДЫ ТЕМПЕРАМЕНТОВ



ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ САНГВИНИК



Это человек весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Сангвиник быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем ещё недавно очень его волновало и притягивало к себе. Он много обещает, но не всегда сдерживает свои обещания, легко и с удовольствием вступает в контакты с незнакомыми людьми, является хорошим собеседником.

Напряженная умственная и физическая работа быстро утомляет. Сангвиник очень активен, энергичен, у него живые движения, богатая мимика. При неблагоприятных условиях и отсутствии воспитания у сангвника могут развиваться поспешность, легкомыслие к поступкам, невнимательность.

Примером сангвинического темперамента может служить знаменитый д'Артаньян – порывистый, увлекающийся герой Дюма.

ТЕМПЕРАМЕНТОВ

ХОЛЕРИК

Такой человек обычно очень вспыльчив, горяч и несдержан. Вместе с тем холерик быстро остывает и успокаивается, если ему уступают и идут на встречу. Его душевные движения порывисты, но непродолжительны, настроение часто меняется.

Вспомним рыцаря Дон Кихота, быстро сменявшего гнев на милость, а благородную ярость – на уныние.

Холерики



ТЕМПЕРАМЕНТОВ

ФЛЕГМАТИК



Обладатель этого темперамента хладнокровен. Он больше склонен к бездеятельности, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, но и успокаивается постепенно. Мимика и движения флегматика невыразительны и медлительны.

Илья Ильич Обломов, который проводил все время на диване, в ленивой полудреме – яркий флегматик.

В жизни редко приходится встречать «стопроцентных» флегматиков или сангвиников, так как большинство людей соединяют в себе черты разных темпераментов.

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

Физиологической основой темперамента является тип нервной деятельности человека.

И.П.Павлов связывает темперамент с Ц.Н.С. и выделил три основные свойства нервной системы:

1. Сила нервных процессов – это показатель работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом
2. Уравновешенность – это баланс процессов возбуждения и торможения
3. Подвижность – это быстрота смены одного процесса другим

ТИП НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

СИЛЬНЫЙ

СЛАБЫЙ

НЕУРАВНОВЕШЕННЫЙ
(С ПРЕОБЛАДАНИЕМ
ВОЗБУЖДЕНИЯ)

УРАВНОВЕШЕННЫЙ

ПОДВИЖНЫЙ

ИНЕРТНЫЙ



Определенные устойчивые сочетания свойств нервной системы образуют типы высшей нервной деятельности, или сокращенно – типы ВНД. Темперамент, по мнению И.П.Павлова – психическое проявление общего типа нервной системы, а типы ВНД могут быть соотнесены с классификацией темпераментов:

- «живой» тип ВНД – сильный, уравновешенный, подвижный, легко приспособляющийся (*сангвиник*)
- «безудержный» тип ВНД – сильный, неуравновешенный, подвижный, большая жизненная энергия, отсутствие самообладания, вспыльчивый, несдержанный (*холерик*)
- «инертный» тип ВНД – сильный, уравновешенный, спокойный, медлительный (*флегматик*)
- «слабый» тип ВНД – плохая сопротивляемость к стимулам внешней среды, пассивность, высокая чувствительность (*меланхолик*)

ТИП ТЕМПЕРАМЕНТА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ

Знаменитый английский психолог Айзенк предложил определить тип темперамента в зависимости от свойств личности:

- 1) *экстраверсия - интроверсия* 2) *нейротизм - эмоциональная стабильность*

Экстравертам свойственны общительность, стремление быть среди людей, импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность и высокая социальная адаптированность.

Интровертам присущи : необщительность, уход в себя, богатый внутренний мир, социальная пассивность, склонность к самоанализу.

Показатель "экстраверсия - интроверсия" характеризует индивидуально – психологическую ориентацию человека либо на мир внешних объектов (*экстраверсия*), либо на внутренний субъективный мир (*интроверсия*).

Показатель "нейротизма" характеризует человека со стороны эмоциональной устойчивости. Показатель типов биополярен и образует шкалу, на одном полюсе которой находятся люди, характеризующиеся высокой эмоциональной устойчивостью, а на другом – нервные, неустойчивые и плохо адаптированные индивиды.

ХОЛЕРИК

**САНГВИНИ
К**

**ФЛЕГМАТИ
К**

**подчиняет,
непреклонен,
властен**

**развлекатель,
старается всех
развеселить**

**спокойный,
созерцатель**

МЕЛАНХОЛИК

**подопечный,
беззащитный**

**сангвин
ИК**

**холери
К**

**флегма
ТИК**

**меланх
олик**

*неустойчивая,
повышенная,
рассказывает
об
успехах,
у всех на*

*наивысшая,
стремление
к
первенству,
соперник*

*занижена,
скромен,
не на виду*

*стеснител
ен,
в группе
держится
в*

САНГВИНИК

надеется
на удачу

ХОЛЕРИК

самоуверен
,
скрывает
слабости

ФЛЕГМАТИК

нет
самоуверен
-
ности,
переживает
за себя,
не унывает

МЕЛАНХОЛИК

Неуверен в
себе,
преувели-
чивает
недостатки,
не верит в
удачу

**САНГВИНИ
К**

ХОЛЕРИК

**ФЛЕГМАТИ
К**

**МЕЛАНХОЛИ
К**

переживает
симпатии
легко,
ярко и весело

*дружит с
немногими,
другом командует,
сильно привязан,
склонен к гневу,
ревности, к
разрыву из
склонности*

*не склонен к
выражению ярких
чувств, спокойное
отношение к
партнеру,
влюбчив,
спокойная
привязанность*

*преданность,
подчиняется
паре,
стыдится
открывать
свои чувства,
однолюб*

Аппетит



Сон



Вывод:

- Размышляя о своем темпераменте и темпераментах других людей, следует иметь в виду два важных обстоятельства.
- Во-первых, «чистые» темпераменты встречаются довольно редко. Чаще всего у человека сочетаются черты разных типов, хотя преобладают свойства какого-то одного.

Вывод:

- Во-вторых, нельзя путать, смешивать свойства темперамента и черты характера. Честным, добрым, вежливым, дисциплинированным, смелым или, наоборот, лживым, злым, грубым, трусливым можно быть при любом темпераменте.

Вывод:

- Проявляться эти черты у людей с разными темпераментами будут по-разному. Кроме того, на базе определенных темпераментов одни черты вырабатываются легче, а другие труднее. Зная свой темперамент, человек стремится опереться на его положительные особенности и преодолеть отрицательные

