

Темперамент как базовый КОМПОНЕНТ ЛИЧНОСТИ

Подготовила Исхакова К.А.

Темперамент

(лат. Temperamentum - надлежащее соотношение черт от tempero - смешиваю в надлежащем состоянии) - характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности, т.е. темпа, быстроты, ритма, интенсивности, составляющих эту деятельность психических процессов и состояний. Темперамент - качество личности, сформировавшееся в личном опыте человека на основе генетической обусловленности его типа нервной системы и в значительной мере определяющее стиль его деятельности. Темперамент относится к биологически обусловленным подструктурам личности. Различают четыре основных типа темперамента: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик.

План презентации

Понятие темперамент

История учений о темпераменте

Типы темпераментов

Темперамент и деятельность

Темперамент и характер

Заключение

ОБЩЕЕ ПОНЯТИЕ О ТЕМПЕРАМЕНТЕ

При всем многообразии подходов к проблеме, ученые и практики признают, что темперамент - биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо.

Темперамент отражает динамические аспекты поведения, преимущественно врожденного характера, поэтому свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека. Наиболее специфическая особенность темперамента заключается в том, что различные свойства темперамента данного человека не случайно сочетаются друг с другом, а закономерно связаны между собой.

К свойствам темперамента относятся индивидуальные особенности, которые:

1. регулируют динамику психической деятельности в целом
2. характеризуют особенности динамики отдельных психических процессов
3. имеют устойчивый и постоянный характер и сохраняются в развитии на протяжении длительного отрезка времени
4. находятся в строго закономерном соотношении, характеризующем тип темперамента
5. однозначно обусловлены общим типом нервной системы

Пользуясь определенными признаками, можно с достаточной определенностью отличить свойства темперамента от всех других психических свойств личности.

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

Анализ внутренней структуры темперамента представляет значительные трудности, обусловленные отсутствием у темперамента единого содержания и единой системы внешних проявлений. Попытки такого анализа приводят к выделению трех главных, ведущих, компонентов темперамента - общей активности индивида, его моторики и его эмоциональности. Каждый из этих компонентов обладает весьма сложным многомерным строением и разными формами психологических проявлений.

1. Общая психическая активность индивида. Сущность психической активности заключается в стремлении личности к самовыражению, эффективному освоению и преобразованию внешней действительности; при этом направление, качество и уровень реализации этих тенденций определяется другими особенностями личности: ее интеллектуальными и характерологическими особенностями, комплексом ее отношений и мотивов. Степень активности распространяется от вялости, инертности до высшей степени энергии, мощной стремительности действий и постоянного подъема.

2. Двигательный, или моторный компонент. Ведущую роль играют качества, связанные с функцией двигательного и специального речедвигательного аппарата. Среди динамических качеств двигательного компонента следует выделить такие, как быстрота, сила, резкость, ритм, амплитуда и ряд других признаков мышечного движения. Совокупность особенностей мышечной и речевой моторики составляет ту грань темперамента, которая легче других поддается наблюдению и оценке, а по тому часто служит основой для суждения о темпераменте их носителя.

3. Эмоциональность. Представляет собой обширный комплекс свойств и качеств, характеризующих особенности возникновения, протекания и прекращения разнообразных чувств, аффектов и настроений. По сравнению с другими составными частями темперамента этот компонент наиболее сложен и обладает разветвленной собственной структурой. Выделяют впечатлительность, импульсивность и эмоциональную лабильность.

Впечатлительность выражает аффективную восприимчивость субъекта, чуткость его к эмоциональным воздействиям, способность найти почву для эмоциональной реакции там, где для других такой почвы не существует. Импульсивность - быстрота, с которой эмоция становится побудительной силой поступков и действий без их предварительного обдумывания и сознательного решения выполнить их. Эмоциональная лабильность - скорость, с которой прекращается данное эмоциональное состояние или происходит смена одного переживания другим.

Основные компоненты темперамента образуют в актах человеческого поведения то своеобразное единство побуждения, действия и переживания, которое позволяет говорить о целостности проявлений темперамента и дает возможность относительно четко ограничить темперамент от других психических образований личности - ее направленности, характера, способностей и др.



ИЗ ИСТОРИИ УЧЕНИЙ О ТИПАХ ТЕМПЕРАМЕНТА

Создателем учения о темпераментах считается древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н.э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением 4 основных “соков” жизни, - крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Исходя из его учения, самый знаменитый после Гиппократа врач античности Клавдий Гален (II в. до н.э.) разработал первую типологию темпераментов, которую он изложил в известном трактате “De temperamentum”. Согласно его учению тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены темпераменты, которые в наше время пользуются широкой известностью : сангвиника (от лат. sanguis - “кровь”), флегматика (от греч. - phlegma - “флегма”), холерика (от греч. chole - ”желчь”), и меланхолика (от греч. melas chole - “черная желчь”). Эта фантастическая концепция имела огромное влияние на ученых на протяжении многих столетий.

Концепция Эрнста Кречмера

Концепция, предложенная Э.Кречмером, который в 1921 г. опубликовал свою знаменитую работу “Строение тела и характер”. Люди с определенным типом сложения имеют определенные психические особенности. Им было проведено множество измерений частей тела, что позволило ему выделить 4 конституциональных типа:

1. Лептосоматик - характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой. Плечи узкие, нижние конечности - длинные и худые.
2. Пикник - человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывающимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.
3. Атлетик человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерен высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.
4. Диспластик люди с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерный рост, непропорциональное телосложение).

С названными типами строения тела Кречмер соотносит 3 выделенных типа темперамента: шизотимик, иксотимик и циклотимик.

Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, склонен к колебаниям эмоций, упрям, малопопдалив к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению.

Иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный маловпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный.

Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах.

Теория Э.Кречмера была очень распространена в Европе.





Концепция Уильяма Шелдона

В основе взглядов Шелдона также лежит предположение о том, что тело и темперамент - это 2 параметра человека, связанных между собой. Структура тела определяет темперамент, который является его функцией. У.Шелдон исходил из гипотезы о существовании основных типов телосложения, описывая которые он заимствовал термины из эмбриологии. Им выделены 3 типа :

- 1.Эндоморфный - из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы. Свойственно относительно слабое телосложение с избытком жировой ткани
- 2.Мезоморфный - из мезодермы образуется мышечная ткань. Свойственно иметь стройное и крепкое тело, большую физическую устойчивость и силу
- 3.Эктоморфный - из эктедермы развивается кожа и нервная ткань. Свойственен хрупкий организм, плоская грудная клетка, длинные тонкие конечности со слабой мускулатурой.

По У. Шелдону, этим типам телосложений соответствуют определенные типы темпераментов, названные им в зависимости от функций определенных органов тела:

1.Висцергония (лат. viscera- “внутренности”) - Характерна расслабленность в осанке и движениях, любовь к комфорту, медленная реакция, пристрастие к еде, социализация пищевой потребности, наслаждение от процесса пищеварения, любовь к компаниям, дружеским излияниям, социофилия, приветливость со всеми, жажда любви и ободрения окружающих, ориентация на других, эмоциональная ровность, терпимость, безмятежная удовлетворенность, хороший сон, отсутствие взрывных эмоций и поступков, мягкость, легкость в обращении и внешнем выражении чувств, общительность и расслабленность под воздействием алкоголя, потребность в людях в тяжелую минуту, ориентация на детей и семью

2.Соматония (греч. soma - “тело”) - уверенность в осанке и движениях, склонность к физической деятельности, энергичность, потребность в движениях и удовольствии от них, потребность в доминировании, склонность к риску в игре случая, решительные манеры, храбрость, сильная агрессивность, психологическая нечувствительность, клаустрофобия, отсутствие сострадания, с трудом приглушаемый голос, спартанская выносливость боли, шумное поведение, внешний вид соответствует более пожилому возрасту, объективное и широкое мышление, самоуверенность, агрессивность под воздействием алкоголя, потребность в действиях в тяжелую минуту, ориентация на занятия юношеского возраста

3.Церебртония (лат. cerebrum - “мозг”) - заторможенность в движениях, скованность в осанке, чрезмерная физиологическая реактивность, повышенная скорость реакций, склонность к уединению, склонность к рассуждениям, исключительное внимание, скрытность чувства, эмоциональная заторможенность, самоконтроль мимики, социофобия, заторможенность в общении, избегание стандартных действий, агрофобия, непредсказуемость установок, тихий голос, избегание шума, чрезмерная чувствительность к боли, плохой сон, хроническая усталость, юношеская живость и субъективное мышление, концентрированное, скрытое и субъективное мышление, устойчивость к действию алкоголя и других репрессантов, потребность в уединении в тяжелую минуту, ориентация на пожилой возраст.

УЧЕНИЕ ИВАНА ПЕТРОВИЧА ПАВЛОВА О ТЕМПЕРАМЕНТЕ

И.П.Павлов, изучая особенности выработки условных рефлексов у собак, обратил внимание на индивидуальные различия в их поведении и в протекании условнорефлекторной деятельности. Эти различия проявлялись прежде всего в таких аспектах поведения, как скорость и точность образования условных рефлексов, а также в особенностях их затухания. Это обстоятельство дало возможность выдвинуть гипотезу о том, что они не могут быть объяснены только разнообразием экспериментальных ситуаций и что в их основе лежат некоторые фундаментальные свойства нервных процессов - возбуждения и торможения. К этим свойствам относятся сила возбуждения и торможения, их уравновешенность и подвижность. Он различал силу возбуждения и силу торможения, считая их двумя независимыми свойствами нервной системы.

1. Сила возбуждения отражает работоспособность нервной клетки. Она проявляется в функциональной выносливости, т.е. в способности выдерживать длительное или кратковременное, но сильное возбуждение, не переходя при этом в противоположное состояние торможения.

2. Сила торможения понимается как функциональная работоспособность нервной системы при реализации торможения и проявляется в способности к образованию различных тормозных условных реакций, таких, как угасание и дифференцировка.

3. Уравновешенность - равновесие процессов возбуждения и торможения. Отношение силы обоих процессов решает, является ли данный индивид уравновешенным или неуравновешенным, когда сила одного процесса превосходит силу другого.

4. Подвижность проявляется в скорости перехода одного нервного процесса в другой. Подвижность нервных процессов проявляется в способности к изменению поведения в соответствии с изменяющимися условиями жизни. Мерой этого свойства нервной системы является быстрота перехода от одного действия к другому, от пассивного состояния к активному, и наоборот.

5. Инертность - противоположность подвижности. Нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому.

Выделенные И.П.Павловым свойства нервных процессов образуют определенные системы, комбинации, которые по его мнению, образуют так называемый тип высшей нервной деятельности. Он складывается из характерной для отдельных индивидов совокупности основных свойств нервной системы - силы, уравновешенности и подвижности процессов, различая сильные и слабые типы.

Дальнейшим основанием деления служит уравновешенность нервных процессов, но только для сильных типов, которые делятся на уравновешенных и неуравновешенных, при этом неуравновешенный тип характеризуется преобладанием возбуждения над торможением. Сильные уравновешенные типы делятся на подвижные и инертные, когда основанием деления является подвижность нервных процессов.

Выделенные И.П.Павловым типы нервной системы не только по количеству, но и по основным характеристикам соответствуют 4 классическим типам темперамента:

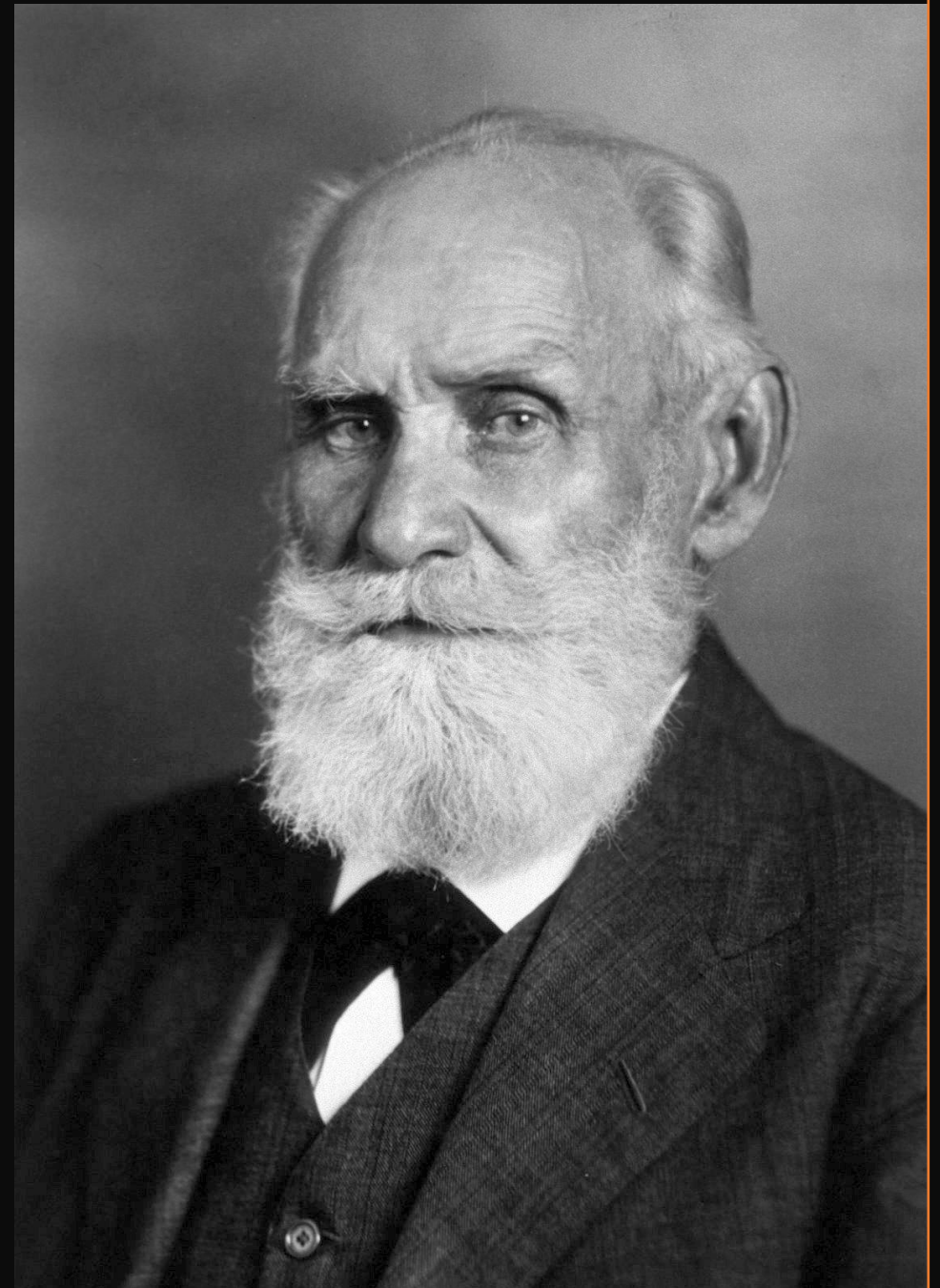
сильный, уравновешенный, подвижный - сангвиник ;

сильный, уравновешенный, инертный - флегматик;

сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения - холерик;

слабый тип - меланхолик.

Павлов понимал тип нервной системы как врожденный, относительно слабо подверженный изменениям под воздействием окружения и воспитания, где свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента, который является психическим проявлением типа нервной системы. Типы нервной системы, установленные в исследованиях на животных Павлов предложил распространить и на людей.



ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТОВ И ИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Для составления психологической характеристики традиционных 4 типов обычно выделяют следующие основные свойства темперамента:

- 1.Сензитивность. Определяется тем, какова наименьшая сила внешних воздействий, необходимая для возникновения какой-либо психической реакции человека, и какова скорость возникновения этой реакции.
- 2.Реактивность. Характеризуется степенью произвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (критическое замечание, обидное слово, резкий тон - даже звук).
- 3.Активность. Свидетельствует о том, насколько интенсивно (энергично человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия в достижении целей (настойчивость, целенаправленность, сосредоточение внимания).
- 4.Соотношение реактивности и активности. Определяет от чего в большей степени зависти деятельность человека: от случайных внешних или внутренних обстоятельств, настроения, случайные события) или от целей, намерений, убеждений.
- 5.Пластичность и ригидность. Свидетельствуют о том, насколько легко и гибко приспосабливается человек к внешним воздействиям (пластичность) или насколько инертно и косно его поведение.
- 6.Экстраверсия, интроверсия. Определяет от чего преимущественно зависят реакции и деятельность человека - от внешних впечатлений, возникающих в данный момент (экстраверт), или от образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущим (интроверт).



САНГВИНИК

Это человек с высокой реактивностью, находящейся наравне с активностью. Для него характерна живая мимика, богатство жестов, быстрый отклик на внешние обстоятельства, лёгкость при переключении внимания. Очень чувствителен, активен, может долго работать и не утомляться.

Дисциплинирован, находчив, обладает хорошей способностью к концентрации и самоконтролю. Его интересы, настроения и увлечения могут быстро изменяться. Практически все сангвиники являются экстравертами.



A black and white close-up photograph of a man's face, showing a very intense and angry expression. His eyes are narrowed, his nose is wrinkled, and his mouth is open in a grimace, showing his teeth. The lighting is dramatic, with strong highlights and deep shadows, emphasizing the texture of his skin and the intensity of his emotions. An orange horizontal bar is located in the top left corner of the page.

ХОЛЕРИК

Не особо чувствителен, обладает высокой активностью и реактивностью, причём, реактивность доминирует, отчего он вспыльчив, нетерпелив, несдержан, необуздан. Мимика, жесты и речь богаты и отражают настроение. Его стремления стабильны, интересы – непоколебимы. Холерик настойчив, внимание иногда переключает с затруднениями. В подавляющем большинстве случаев холерики – экстраверты.



ФЛЕГМАТИК

Характерна высокая активность, которая доминирует над низкой реактивностью. Он малочувствителен и мало эмоционален. Внешние раздражители оказывают на него очень слабое воздействие; способен оставаться хладнокровным в непредвиденных ситуациях. Также у флегматиков замедленные и не выразительные движения, такая же речь, не богатая мимика. Переключает внимание с затруднениями, привычки и навыки перестраивает очень медленно, однако он обладает энергичностью и высокой работоспособностью. Большинство флегматиков — интроверты.



A black and white close-up photograph of a man's face, looking slightly to the right. A single tear is visible on his cheek, falling down. The lighting is dramatic, highlighting the texture of his skin and the intensity of his expression.

МЕЛАНХОЛИК

Является человеком с высокой чувствительностью и низким уровнем реактивности. Высокая чувствительность нередко приводит к тому, что даже незначительный повод может стать причиной слёз. Меланхолик болезненно чувствителен и очень обидчив. Обладает невыразительными движениями и мимикой, тихим голосом, беднотой движений, низким уровнем энергии. Как правило, робок, ненастойчив, неуверен в себе, быстро опускает руки при выполнении дел, мало работоспособен и легко утомляется. Внимание такого человека неустойчиво, все психические процессы замедлены. Большая часть меланхоликов является интровертами.

ТЕМПЕРАМЕНТ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Динамические черты личности человека выступают во внешней манере поведения, в движениях, в умственной сфере, сфере побуждения, общей работоспособности. Особенности темперамента сказываются на учебных занятиях и трудовой деятельности. А различия по темпераментам - это различия не по уровню возможности психики, а по своеобразию ее проявлений.

Установлено отсутствие зависимости между уровнем достижений и особенностями темперамента. Независимо от степени подвижности или реактивности индивида в нормальной, несstressовой ситуации результаты деятельности будут одинаковыми, поскольку уровень достижений будет зависеть главным образом от других факторов, в особенности от уровня мотивации и способностей. Вместе с тем, в зависимости от темперамента изменяется способ осуществления самой деятельности.

В зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов.

Перед сангвиником следует непрерывно ставить новые, по возможности интересные задачи, требующие от него сосредоточенности и напряжения. Необходимо постоянно включать его активную деятельность и систематически поощрять его усилия.

Флегматика нужно вовлечь в активную деятельность и заинтересовать. Он требует к себе систематического внимания. Его нельзя переключать с одной задачи на другую.

Неуравновешенность ярко сказывается в деятельности холерика: он с увлечением и даже со страстью берется за дело, проявляет инициативу, работает с подъемом. Но в силу нерационального расходования энергии, запас ее у холерика быстро истощается, настроение резко падает;

В отношении меланхолика недопустимы не только резкость, грубость, но и просто повышенный тон, ирония. Он требует особого внимания, следует вовремя хвалить его за проявленные успехи, решительность и вол. Отрицательную оценку следует использовать как можно осторожнее, всячески смягчая ее негативное действие. Меланхолик - самый чувствительный и ранимый тип с ним надо быть предельно мягким и доброжелательным.

От темперамента зависит, каким способом человек реализует свои действия, но при этом не зависит их содержательная сторона. Темперамент проявляется в особенностях протекания психических процессов. Влияя на скорость воспоминания и прочность запоминания, беглость мыслительных операций, устойчивость и переключаемость внимания.

ТЕМПЕРАМЕНТ И ХАРАКТЕР

Темперамент надо строго отличать от характера. Темперамент ни в коей мере не характеризует содержательную сторону личности (мировоззрение, взгляды, убеждения, интересы и т.п.), не определяет ценность личности или предел возможных для данного человека достижений. Он имеет лишь отношение к динамической стороне деятельности.

Хотя темперамент, не может определять отношений личности, ее стремлений, и интересов, ее идеалов, т.е. всего богатства содержания внутренней жизни человека, однако характеристика динамической стороны имеет существенное значение для понимания сложного образа поведения человека, характера человека. То, насколько человек проявляет уравновешенность в поведении, гибкость, динамичность и экспансивность в реакциях, говорит о качественных особенностях личности и ее возможностях, определенным образом складывающихся на трудовой и общественной деятельности индивида. Таким образом, темперамент не является чем-то внешним в характере человека, а органически входит в его структуру. Жизненные впечатления, воспитание и обучение на естественной основной ткани темперамента - типе высшей нервной деятельности - постепенно ткут узоры. Отношение личности, ее убеждения, стремления, сознание необходимости и долга позволяют преодолевать одни импульсы, тренировать другие, чтобы организовать свое поведение в соответствии с общественными нормами. Темперамент не определяет путь развития специфических особенностей характера, темперамент сам преобразуется под влиянием качеств характера. Развитие характера и темперамента в этом смысле является взаимообусловленным процессом.

Следует еще раз отметить, что нет хороших или плохих типов темперамента.

Поэтому не только нельзя, но и бессмысленно стремиться к тому, чтобы изменить темперамент. Более целесообразным представляется учет свойств темперамента конкретной личности при организации деятельности.

Заключение
