

ИНДИВИДНАЯ ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ

# ТЕМПЕРАМЕНТ



# СОДЕРЖАНИЕ:

- Определение темперамента
- Немного из истории...
- Классификация И.Канта
- Классификация И.П.Павлова
- Характерологические черты сангвинического типа темперамента
- Характерологические черты флегматического типа темперамента
- Характерологические черты холерического типа темперамента
- Характерологические черты меланхолического типа темперамента
- Классификация В.Д. Небылицина
- Основные психические свойства темперамента
- Необходимые подходы к представителям каждого типа темперамента
- «Четыре разных темперамента» (вопрос к аудитории)
- Используемая литература





ТЕРАМЕНТ – это совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

# Немного из истории...

Идея и учение о темпераменте в своих истоках восходят к работам древнегреческого врача Гиппократ. Он описал основные типы темпераментов, дал им характеристики, однако связывал темперамент не со свойствами нервной системы, а с соотношением различных жидкостей в организме: крови, лимфы и желчи.



Первую классификацию темпераментов предложил Гален, и она в относительно малоизменённом виде дошла до наших дней. Последнее из известных её описаний, которое используется и в современной психологии, принадлежит немецкому философу И. Канту.

И.Кант разделял темпераменты человека на два типа: темпераменты чувства и темпераменты деятельности. В целом же можно установить только четыре простых темперамента: сангвинистический, меланхолический, холерический, флегматический.



## САНГВИНИСТИЧЕСКИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ

Характеризует человека весьма весёлого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Он быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем ещё недавно его очень волновало и притягивало к себе.

Сангвиник много обещает, но не всегда сдерживает свои обещания. Он легко и с удовольствием вступает в контакты с незнакомыми людьми, является хорошим собеседником, все люди ему друзья. Его отличает доброта, готовность прийти на помощь. Напряжённая умственная или физическая работа его быстро утомляет.





МЕЛАНХОЛИЧЕСКИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, по Канту, свойствен  
человеку противоположного, в основном  
мрачного настроения. Такой человек  
обычно живёт сложной и напряжённой  
внутренней жизнью, придаёт большое  
значение всему, что его касается,  
обладает повышенной тревожностью и  
ранимой душой.



Такой человек нередко бывает сдержанным и особенно контролирует себя при выдаче обещаний.

Он никогда не обещает того, что не в состоянии сделать, весьма страдает от того, что не может выполнить данное обещание, даже в том случае, если его выполнение непосредственно от него самого мало зависит.

**ХОЛЕРИЧЕСКИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ**  
**ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** характеризует  
вспыльчивого человека. О таком  
человеке говорят, что он слишком горяч,  
несдержан. Вместе с тем такой индивид  
быстро остывает и успокаивается, если  
ему уступают, идут навстречу. Его  
движения порывисты, но  
непродолжительны.



**ФЛЕГМАТИЧЕСКИЙ ТЕМПЕРАМЕНТ**  
**ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** относится к  
хладнокровному человеку. Он выражает  
собой скорее склонность к  
бездеятельности, чем к напряжённой  
активной работе. Такой человек  
медленно приходит в состояние  
возбуждения, но зато надолго. Это  
заменяет ему медлительность  
вхождения в работу.





И.П. Павлов раскрыл закономерности ВНД., установил, что и в основе индивидуальных особенностей условно-рефлекторной деятельности человека, -свойства нервной системы. Эти свойства являются наследственными и чрезвычайно плохо поддаются изменению.

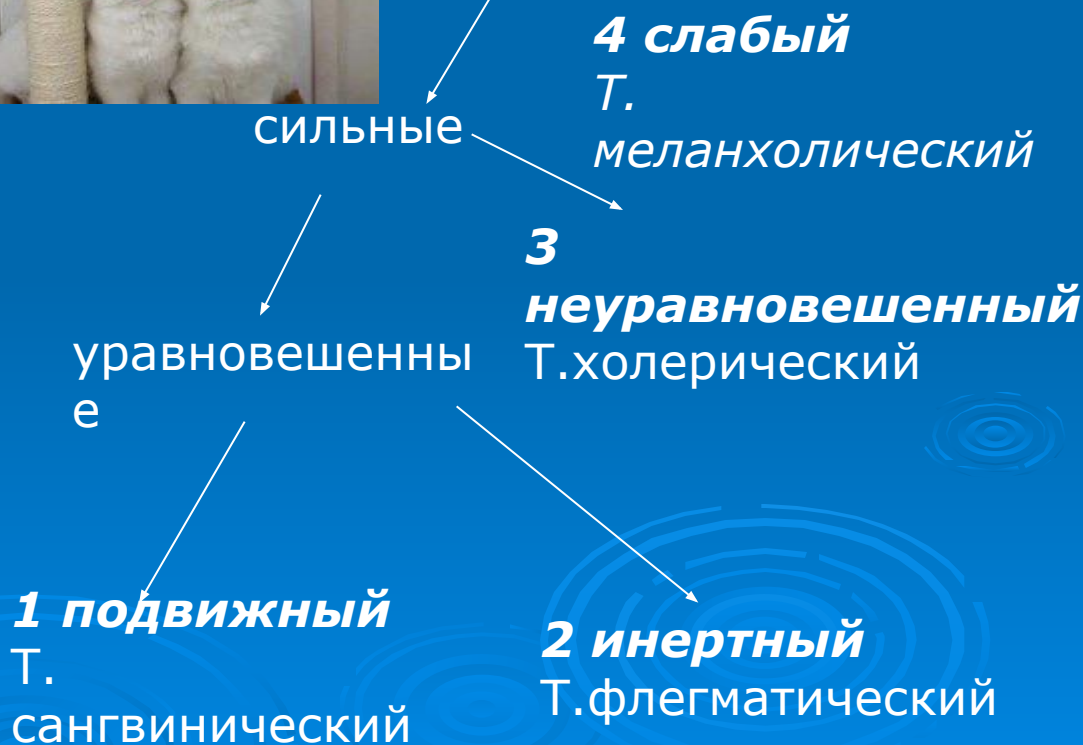
# ОСНОВНЫЕ СВОЙСТВА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ:

- СИЛА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, т.е. сила процессов возбуждения и торможения.
- ПОДВИЖНОСТЬ НЕРВНЫХ ПРОЦЕССОВ – скорость смены возбуждения торможением и наоборот.
- УРАВНОВЕШЕННОСТЬ Н.С. – степень соответствия силы возбуждения силе торможения.

Своеобразие комбинаций этих свойств образуют специфические типы ВНД. Наиболее часто встречаются четыре типа. Из них три Павлов отнёс к сильным типам, один — к слабому.



## ТИПЫ ВНД



# ТИПЫ ВНД:

1. СИЛЬНЫЙ УРАВНОВЕШЕННЫЙ, ПОДВИЖНЫЙ (сангвинический тип темперамента).
2. СИЛЬНЫЙ УРАВНОВЕШЕННЫЙ, ИНЕРТНЫЙ (флегматический тип темперамента).
3. СИЛЬНЫЙ НЕУРАВНОВЕШЕННЫЙ (холерический тип темперамента).
4. СЛАБЫЙ (меланхолический тип темперамента).



# ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ САНГВИНИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА

## ПОЗИТИВНЫЕ

- Высокая подвижность;
- Высокая адаптивность;
- Общительность;
- Доброжелательность;
- Жизнерадостность;
- Выразительность мимики и пантомимики.

## НЕГАТИВНЫЕ

- Деятелен при условии интересного дела;
- Тяготеет однообразием;
- Малая склонность к самоуглублению;
- В действиях бывает резок;
- Отсутствие усидчивости;
- Недостаточная настойчивость.

# ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ ФЛЕГМАТИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА

## ПОЗИТИВНЫЕ

- Ровен в отношениях;
- В меру общителен;
- Не обидчив;
- Отличается высокой работоспособностью;
- Настойчив;
- Способен к большому напряжению в работе.

## НЕГАТИВНЫЕ

- Инертность;
- Малоподвижность;
- Требуется время для сосредоточения внимания;
- Медленно принимает решения.

# ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ ХОЛЕРИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА

## ПОЗИТИВНЫЕ

- Высокая активность;
- Энергичность;
- Быстро уясняет обстановку;
- Инициативен;
- Общителен;
- Решителен;
- Возбуждённая убедительная речь.

## НЕГАТИВНЫЕ

- Цикличность в работе, в переживаниях, настроениях;
- Вспыльчивость;
- Резкость в отношениях;
- Неустойчивость в поведении.

# ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЕ ЧЕРТЫ МЕЛАНХОЛИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА

## ПОЗИТИВНЫЕ

- Высокая чувствительность;
- Сердечность;
- Тонкая восприимчивость;
- В привычной обстановке – исполнительный работник.

## НЕГАТИВНЫЕ

- Легкораним и застенчив;
- Мнителен и замкнут;
- Пониженная активность;
- Неуверенность движений;
- Низкая работоспособность.



исследования В. Д. Небылицина показали наличие трёх главных, ведущих компонентов темперамента – общей **активности** индивида, его **моторики** и **эмоциональности**. Каждый из этих компонентов «обладает весьма сложным многомерным строением и развитой формой психических проявлений».

## ➤ ОБЩАЯ АКТИВНОСТЬ ИНДИВИДА

Занимает центральное место в характеристике темперамента и выступает в следующих формах:

1. в стремлении к продолжению начатой деятельности;
2. в энергичности производимых действий;
3. в выносливости по отношению к напряжению, связанному с активностью;
4. в разнообразии производимых действий, скорости и их варьировании;
5. в скоростных характеристиках реакций и движений (темп, медленность движений)

- **ДВИГАТЕЛЬНЫЙ (МОТОРНЫЙ) КОМПОНЕНТ ТЕМПЕРАМЕНТА** – быстрота, сила, ритм и амплитуда мышечных движений, а также речевая моторика.
- **ЭМОЦИОНАЛЬНОСТЬ** – образует комплекс свойств, характеризующих особенности возникновения и прекращения разнообразных чувств, аффектов и настроений.

В качестве основных характеристик эмоциональности выступают:

- **ВПЕЧАТЛИТЕЛЬНОСТЬ** – выражает аффективную восприимчивость субъекта, чуткость его к эмоциональным воздействиям.
- **ИМПУЛЬСИВНОСТЬ** – быстрота, с которой эмоции становятся побудительной силой поступков и действий без их предварительного обдумывания.
- **ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ЛАБИЛЬНОСТЬ** – скорость, с которой прекращается эмоциональное состояние или происходит смена одного состояния другим.



## Основные психические свойства темперамента

ПСИХИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА	ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА И СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ИМ СВОЙСТВА ВНД			
	САНГВИНИК	ФЛЕГМАТИК	ХОЛЕРИК	МЕЛАНХОЛИК
1.Скорость психических реакций	высокая	Медленная	Очень высокая	средняя
2.Сила психических реакций	средняя	большая	Очень большая	средняя
3.Экстраверсия-интроверсия	экстраверт	интроверт	экстраверт	интроверт
4. Пластичность-ригидность	пластичный	ригидный	пластичный	ригидный
5.Эмоциональная возбудимость	умеренная	слабая	высокая	высокая

	САНГВИНИК	ФЛЕГМАТИК	ХОЛЕРИК	МЕЛАНХОЛИК
6. Сила эмоций	средняя	слабая	очень большая	большая
7. Экспрессия	умеренная	пониженная	повышенная	повышенная
8. Эмоциональная устойчивость	устойчив	очень устойчив	неустойчив	очень неустойчив
9. Энергетическая активность	средняя	средняя	очень высокая	низкая
10. Реактивность	низкая	низкая	очень низкая	очень высокая

К представителю каждого темперамента нужно найти свой подход, исходя из определённых психологических принципов:

1. *«Ни минуты покоя»*. Таков принцип холерика, который опирается на использование его плюсов:

энергичность и нейтрализацию минусов: вспыльчивость, агрессивность, невыдержанность, нетерпимость, конфликтность.

Холерик все время должен быть занят делом, иначе он свою активность направит на коллектив и может



2. «Доверяй, но проверяй». Это уже подходит к сангвинику, имеющему такие плюсы: жизнерадостность, увлечённость, отзывчивость, общительность и минусы: склонность к зазнайству, разбросанность, легкомыслие, поверхностность, свехобщительность и ненадёжность. Милый человек, сангвиник всегда обещает, чтобы не обидеть другого, но далеко не всегда даёт обещанное, поэтому надо облизывать, выполнил ли он обещание.



3. «Не торопи». Таким д.б. подход к флегматику, имеющему плюсы: устойчивость, постоянство, активность, терпеливость, самообладание, надёжность и, конечно, минусы: медлительность, безразличие, «толстокожесть», сухость. Главное, что флегматик не может работать в дефиците времени ему нужен



инди  
его  
вре

ому не надо  
итает своё

4. «Не навреди». Это девиз для меланхолика, который также имеет свои плюсы: высокая чувствительность, мягкость, человечность, доброжелательность, способность к сочувствию и, конечно, минусы: низкая работоспособность, мнительность, ранимость, замкнутость, застенчивость. На меланхолика нельзя кричать, слишком для него чувствительны раним.



# ЧЕТЫРЕ РАЗНЫХ ТЕМПЕРАМЕНТА



Назовите, какие это типы темперамента?

# Список литературы:

- Батаршев, А.В. Психология индивидуальных различий : от темперамента к характеру и типологии личности [Текст] / А.В. Батаршев .- М.: ВЛАДОС , 2001.- 256с.
- Немов, Р.С. Психология [Текст] / Р.С. Немов // Общие основы психологии .Кн.1 – ВЛАДОС , 1997-688с.

