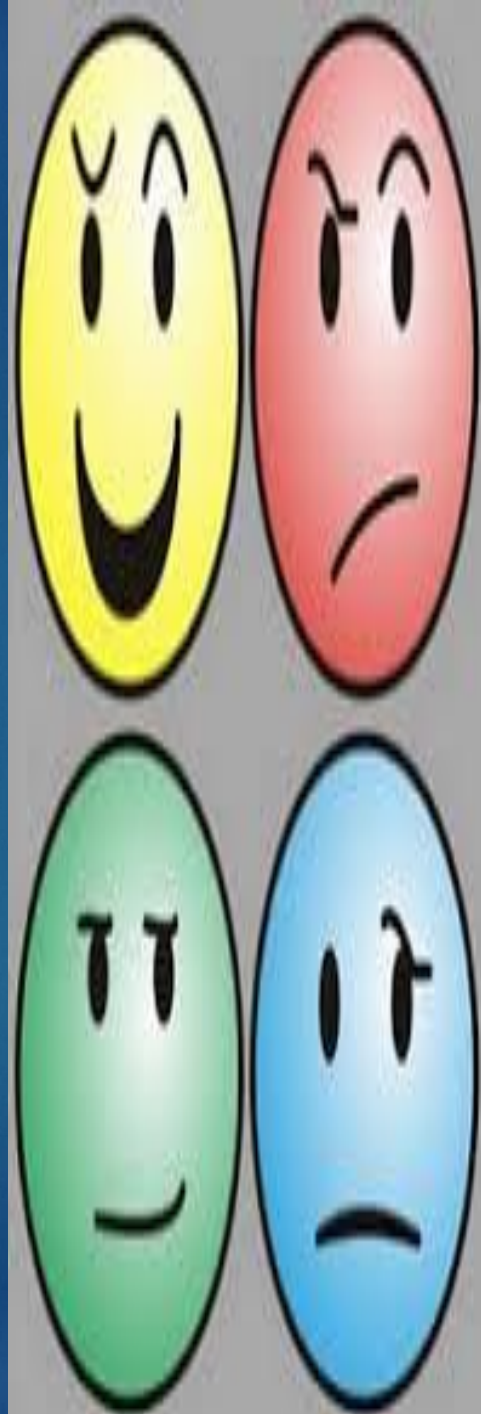




Темперамент

Жоспар

- ▶ Темперамент жөнінде түсінік.
- ▶ Темперамент туралы теориялар.
- ▶ Темперамент түрлері және олардың психологиялық сипаттамасы.
- ▶ Темперамент және іс – әрекет.





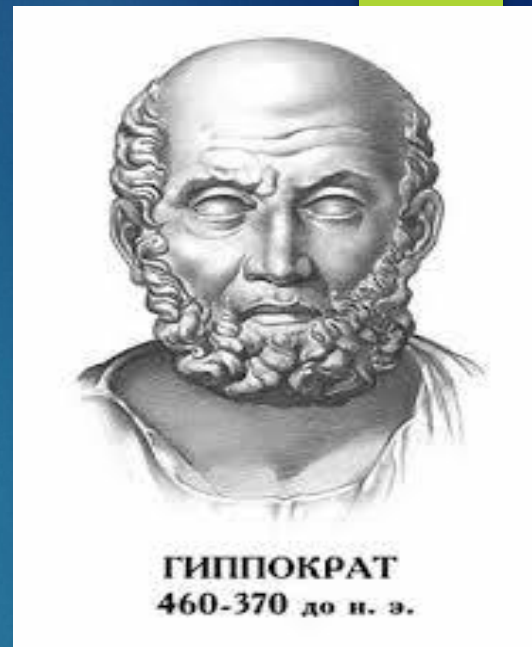
Темперамент – 25 ғасырдан бері ойды қызықтырған мәселелердің бірі. Оған деген қызығушылықтың төркіні – адамдар бойында болатын дара өзгешеліктер. Әр адамның жан дүниесі өз алдына бір болмыс.

Темперамент – жеке адамның әлеуметтік тұлға ретінде қалыптасуының биологиялық, яғни табиғи ірге – тасы. Темперамент көбіне адамға тума берілген әрекет – қылығының ұдайы қозғалыстағы сипатын бейнелейді. Сондықтан, темпераменттік қасиеттер басқа психикалық құбылыстарға қарағанда тұрақтанған, өзгеріске келе бермейді.

Темперамент – адамның психикалық әрекетінің нақты динамикасын айқындайтын психиканың дара қасиеттерінің жиынтығы.

Темперамент жөніндегі ғылымның ірге тасын қалаған ежелгі грек дәрігері – Гиппократ. Оның тұжырымы бойынша, адамдар төрт «дене шырындарының» - қан, шырыш, өт, запыран - өзара қатынасымен ажыратылады. Осы психологиялық тағылымды арқау ете отырып, ежелгі дүние дәрігері Клавдий Гален алғашқы рет темперамент түрлеріне ғылымдық сипат берді. Гален темперамент түрін жоғарыда аталған шырындырдың бірінің басымдылығымен байланыстырды.

Ол біздің заманымызға дейін жеткен темперамент атауларын белгіледі: сангвиник (sanguis – қан), флегматик (phlegma – шырыш), холерик (chole - өт), меланхолик (melaschole – запыран). Гален ендірген бұл ғажайып жаңалық кейінгі жүзжылдықтар желісінде көптеген ғалымдар ізденісіне күшті ықпалын тигізді.



- ▶ Ежелгі дәуірлерден бастап зерттеушілер адамдардың дене құрылымы және физиологиялық қызметінің ерекшеліктерімен сай келетін көп түрлі әрекет – қылықтарды тастап, ретке келтіруге ат салысты. Осыған орай темпераменттің көп түрлі типологиясы қалыптасты. Бұлардың ішінде назар саларлықтай тип – адамның дене құрылымына байланысты дараланып, тұрақ темперамент қасиеттеріне негізделген – конституциялық типология (Э. Кречмер). Бұл теорияның мәні: әр адам өз дене құрылымына орай өзіндік психикалық ерекшелікке ие. Осыдан, дене мүшелерінің сырттай өлшемдеріне байланысты төрт конституционалды психикалық тип белгіленген:



Лептосоматик-

бойшаң, нәзік денелі, тар иықты, қол-аяғы ұзын, сидыйған.

Пикник- мығым,

сезімшен, кіші не орта бойлы, қарны қампиған, домалақ бас.

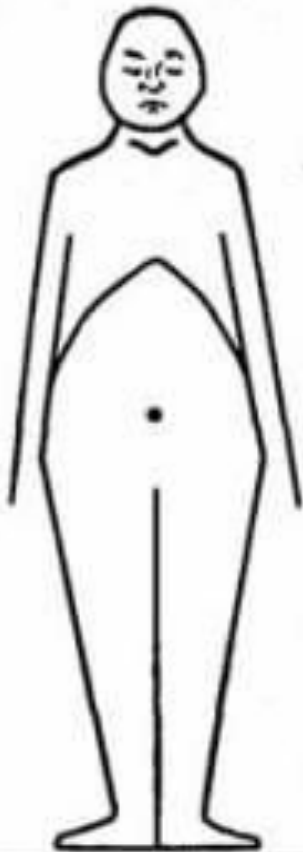
Атлетик- бұлшық еттері

күшті дамыған, денесі мығым, берік, ұзынша не орта бойлы, кең иықты, жамбас сүйектері тартылған

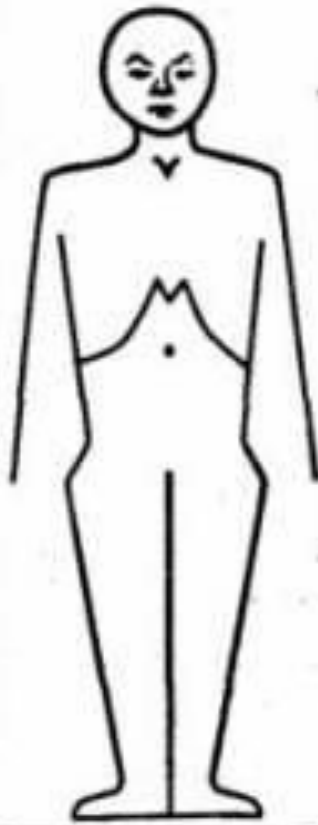
Диспластик-дене бітімі

қисынсыз. Бұл адамдар әрқилы мүшелік зақымдарға ұшырағандар.

ДИСПЛАСТИК



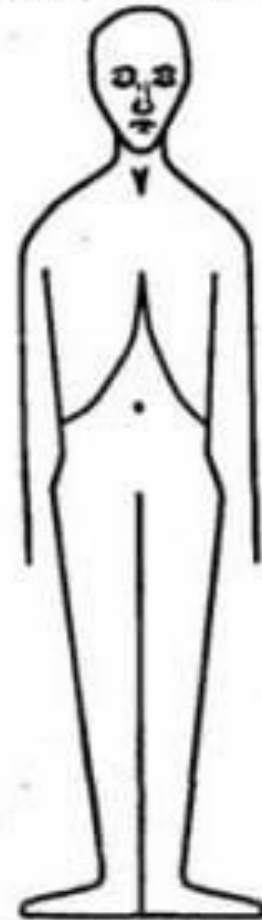
ПИКНИК



АТЛЕТИК



ЛЕПТОСОМАТИК

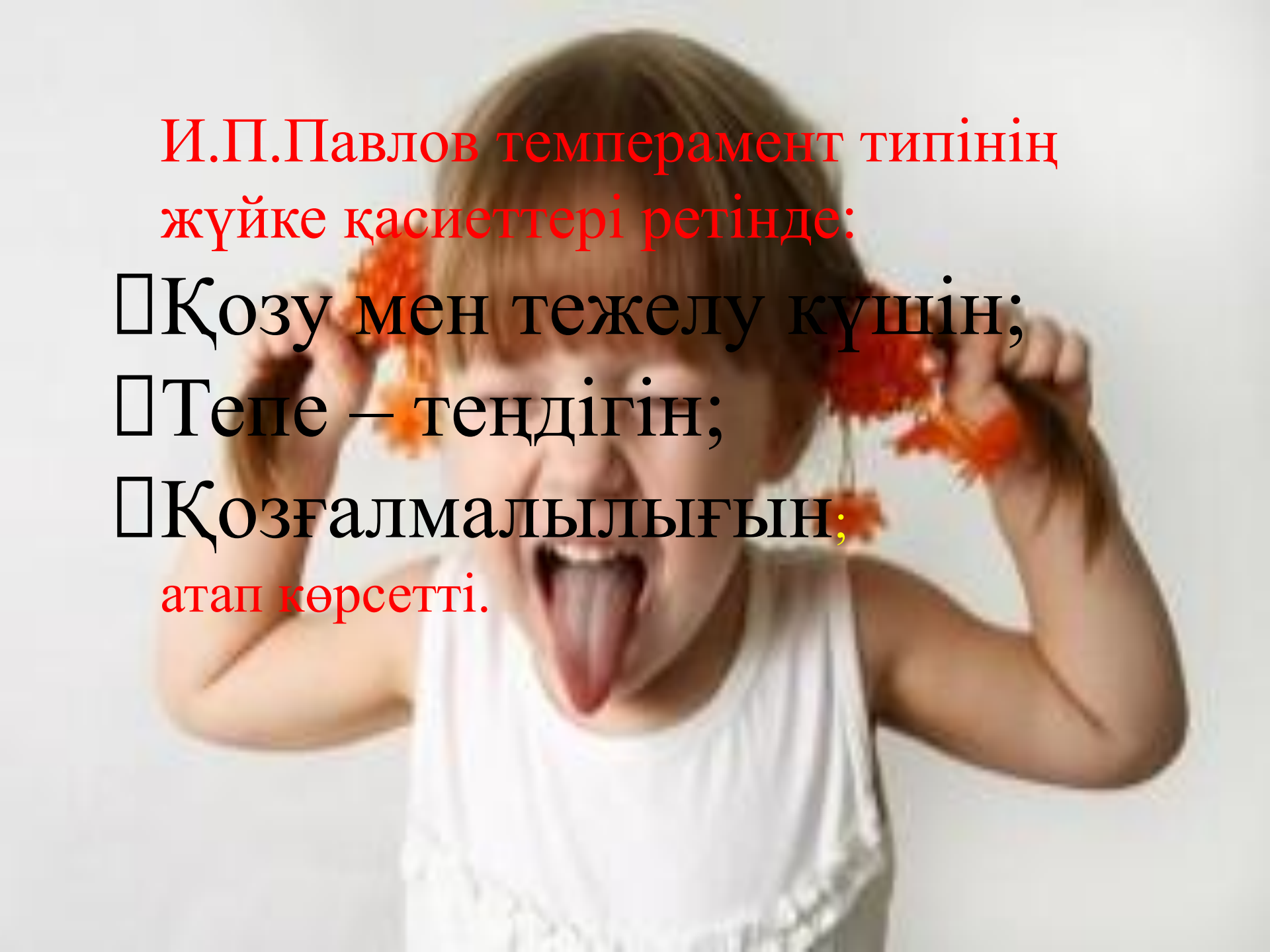


Осыған байланысты 3 темперамент типі:

Шизотомик

Иксотомик

Циклотомик

A young child with light brown hair is sticking their tongue out and holding two orange pom-poms near their ears. The child is wearing a white tank top. The background is a plain, light-colored wall.

И.П.Павлов темперамент типінің
жүйке қасиеттері ретінде:

□ Қозу мен тежелу күшін;

□ Тепе – теңдігін;

□ Қозғалмалылығын;

атап көрсетті.

Темперамент қасиеттері:

Сезімталдық

Адамның қандай да психикалық жауап әрекетінің пайда болуына себепші сыртқы әсер күшінің ең төменгі деңгейі мен сол жауап – әрекетінің туындау шапшаңдығы

Жауап – әрекетке келу

Бірдей ықпалды сыртқы не ішкі әсерлерге болған ырықсыз жауап – әрекет дәрежесі



Белсенділік

Мақсатқа жетуде адамның қоршаған дүниеге ықпал жасау және кедергілерді жеңу үшін жұмсалған әрекет – қылығының қарқындылығы

Жауап – әрекетке келу мен белсенділік қатынасы

Адам іс- әрекетінің өзін пайда еткен себепке қаншалықты тәуелді екенін білдіруі: кездейсоқ сыртқы немесе ішкі жағдайлар не болмаса ниет, мақсат, талғам.

Экстраверсия, интроверсия

Адамның жауап – әрекеті мен іс – қимылына себепші жағдайлар – нақты мезеттегі сыртқы сезімдер немесе өткен мен болашаққа байласты санадағы бейне, елес пен ойлар

Икемділік

Адамның сыртқы әсерлер мен өзгерген жағдайларға қаншалықты жеңіл әрі жылдам уйренісе алуы немесе жаңа жағдайға салғырт тіпті жатқылық көрсетуі

**Жауап – әрекет
қарқыны**

**Әрқилы психикалық
әрекеттер мен процестер,
сөйлеу, ым- ишара
қозғалыстары мен ой
білдіру шапшаңдығы**

Сезімнің қызбалық

**Эмоциональдық жауап
болуы үшін қажет ең
төменгі әсердің шамасы
мен оның туындау
жылдамдығы**

Холерик

Бұл темперамент өкілі тездігімен, шапшаңдылығымен, ұстамсыздығымен, тым қозғалғыштығымен ерекшеленеді. Оларда психикалық процестер шапшаң өтеді. Күйгелектік сондай ақдамдарға тән. Ол жұмыс істеуге жақсы қарқынмен кірісіп, күші таусылғанда оны тастап кете береді. Адамдармен қарым-қатынаста тынымсыз, агрессивті, шамданғыш болып келеді. Сондықтан, холерик болған жерде ұрыстар жиі болады, Холерик темпераментінің **жағымды жағы** – энергия, белсенділік, құштарлық, инициативтік. **Жағымсыз жағы** – ұстамсыздығы, қаталдық, қатаңдық, шамдану, ыза.

Сангвиник

Бұл темпераменттің өкілін И.П.Павлов қызу қанды, іскер адам деп санайды. Бірақ ол ылғи қызықты іспен айналысқанда ғана осындай күйде болады. Мұндай іс жоқ кезде ол жабырқаңқы, сылбыр жүреді.

Сангвиникке қимыл қозғалыста – белсенділік, өмір жағдайының өзгеруіне жеңіл бейімдеушілік тән. Ол адамдармен тез тіл тауып, шүйіркелесе кетеді, жұртты жатырқамайды. Ұжым ішінде сангвиник көңілді ақ-жарқын, іске бар ықыласымен кірісетін, әуесқой адам. Осылайша жалындап тұрғанымен іске зауқы болмаса, яғни күнделікті күйбеңі, төзімділікпен ерінбей-жалықпай істеуді қажет ететін жұмыс тап болғанда суынып қалады.

Сангвиникте эмоция тез пайда болып, тез өзгереді. Бұл — оның көңіл күйінің қолайсыз түрінен тез арылып, өзін қызықтырған іске кіріскен кезде ақ жарқын, жаны жайсаң жағдайға түсе алатындығының белгісі. Мида жаңадан жасалатын уақытша байланыстардың тез өзгеріп, қайтадан өңделуі оның ақыл-ойының оңтайлылығын байқатады. Сангвиник ойға жүйрік, өткір тілді, жаңаны тез қабылдағыш, зейінді келеді. Әр түрлі, көп қырлы жұмысты нәтижелі атқарады. Бір қалыптылықты және шапшаңдықты тілейтін жұмыстар бұған өте қолайлы.

Флегматик.

Бұл типтің өкілі баяу, байсалды, асықпайды. Істі ойланып, төзімділікпен істейді. Жинақылықты, қалыпты жағдайды ұнатады. Өзгерістерді ұнатпайды. Бастаған ісін аяғына дейін жеткізеді. Психикалық процесстер флегматикте баяу жүреді. Бұл баяулық оған оқу жолында кедергі келтіреді, ең кедергі келтіретін жері: тез есте сақтау, тез ойланып жауап беру. Кейде флегматиктер жамандықты есте сақтап қалады және ұзақ мерзімге. Адамдармен қарым-қатынаста флегматик бірқалыпты, байыпты, керек жерде тіл табысады, ал орынсыз сөйлемейді. Көңіл- күйі тұрақты. Олардың байыптылығы мен байсалдылығы өмірге деген көзқарасынан да көрінеді. Флегматикті ызаландыру немесе эмоционалды әрекет жасау оңай емес, ол ұрыс- керістен аулақ жүреді, оны әртүрлі қиыншылықтар тепе-теңдігінен шығармайды. Флегматикті дұрыс тәрбиелегенде іскерлікті, талапшылдықты орнатуға болады. Бірақ жағымсыз жағдайларда оларда әлсіздік, жалқаулық пайда болады.

Меланхолик

Бұл типтің өкілдері аса сезімтал соның салдарынан жаны тез жараланғыш келеді. Меланхоликтер тұйық,қиын жағдайлардан жол тауып шығуға олақ, адамдардан оқшау жүргенді ұнатады. Ол қауіпті жағдайлардан қорқады. Қозу және тежелу үрдістерінің әлсіздігі бұлардың бір-бірімен тең келмеуі, кез келген күшті әсер -меланхоликтің қимыл қозғалысын баяулатып, онда шектен тыс тежелу туғызады. Меланхоликті әлсіз тітіркендіргіштер де мазалайды, одан да зор әсер алады, сондықтан да ол ұсак-түйектің бәріне де қатты мұңаяды немесе қатты қуанады. Психологтар мұны меланхоликтердің күшті сезіне білу қабілетінен деп есептейді. Үйреншікті жақсы, тату ұжым арасында меланхоликтер өзін жақсы ұстайды, жұртпен қарым-қатысқа түсіп, алған ісін нәтижелі орындай алады, кедергілерді жеңіп, табандылық көрсетеді. Темпераменттің негізгі төрт типінің өкілдері бір қалыпты жағдайдың өзінде өздерін түрліше ұстайды екен. Осылайша темперамент адамның белсенділік сипатынан, мінез-құлықтың түрлі қалпынан үнемі өзгерістегі сыртқы ортаға бейімделе алу жағдайынан көрініп отырады.

Глоссарий

- ▶ **Темперамент** (лат. *temperamentum* - бөліктердің қажетті арасалмағы) адамның психикалық іс-әрекетінің динамикасын сипаттайтын тұрақы жеке ерекшеліктердің: психикалық процестер мен күйлер ағысы қарқындығының жылдамдығының ырғағының - жиынтығы.
- **Темперáмент** (лат. *temperamentum* — соразмерность, надлежащее соотношение частей) — устойчивая совокупность индивидуальных психофизиологических особенностей личности, связанных с динамическими, а не содержательными аспектами деятельности.
- **Temperament** refers to those aspects of an individual's personality, such as introversion refers to those aspects of an individual's personality, such as introversion or extroversion, that are often regarded as innate rather than learned. A great many classificatory schemes for temperament have been developed; none, though, has achieved general consensus in academia [1]

□ **Экстраверт** - адамдармен тез араласуға бейім тұратын; публика алдында сөз сөйлегеннен қысылмайтын; кез келген әрекетін **сыртқы** ортамен бөлісетін адам.

□ **Экстравертам** свойственны импульсивность поведения, активность в жестах, общительность, проявление инициативы, социальная адаптированность и открытость внутреннего мира.

□ **Extraversion** is "the act, state, or habit of being predominantly concerned with obtaining gratification from what is outside the self". Extraverts tend to enjoy human interactions and to be **enthusiastic** is "the act, state, or habit of being predominantly concerned with obtaining gratification from what is outside the self". Extraverts tend to enjoy human interactions and to be enthusiastic, **talkative** is "the act, state, or habit of being predominantly concerned with obtaining gratification

▣ **Интроверт** - жалғыздықты сүйетін;
өз-өзімен сөйлескенді ұнататын;
ішкі әлемінде өмір сүретін жан.

▣ **Интроверт** - Человек, сосредоточенный на
собственном внутреннем мире;
психологический характер самоуглублённой
личности.

▣ **Introversion** is "the state of or tendency toward being
wholly or predominantly concerned with and interested
in one's own mental life". Introverts are typically more
reserved or reflective. Some popular psychologists have
characterized introverts as people whose energy tends to
expand through reflection and dwindle during
interaction

□ **Холерик** (гр. холе — өт)
— темпераменттің типі (Мінезді, қызу
мінезді, жігерлі адам)

□ **Холерик** - Темпераментный,
неуравновешенный человек, легко
возбуждающийся под действием каких-н.
впечатлений.

□ **The choleric temperament** is traditionally associated with fire. People with this temperament tend to be egocentric and extroverted. They may be excitable, impulsive, and restless, with reserves of aggression is traditionally associated with fire. People with this temperament tend to be egocentric and extroverted. They may be excitable, impulsive, and restless, with reserves of aggression, energy is traditionally associated with fire. People with this temperament tend to be egocentric

□ **Меланхолик** (грек. μέλαινα χολή — кара өт) — адамдарға тән төрт темпераменттің бірі. Меланхолик сәл нәрсеге сезімтал, тұйық, сөзге сараң, жайбасар адамға қатысты айтылады.

□ **Меланхóлик** (греч. μέλαινα χολή, *mélaina chole*, мелэна холе, «чёрная жёлчь») — один из четырёх типов темперамента, «чёрная жёлчь») — один из четырёх типов темперамента в классификации Гиппократа Человека меланхолического темперамента можно охарактеризовать как легкоранимого, склонного глубоко переживать даже незначительные неудачи, но внешне вяло реагирующего на окружающее

□ **The melancholic temperament** is traditionally associated with the element of earth. People with this temperament may appear serious, introverted is traditionally associated with the element of earth. People with this temperament may appear serious, introverted, cautious or even suspicious. They can become preoccupied with the tragedy and cruelty in the world and are susceptible to depression and moodiness.

□ **Флегматик** (грек. φλέγμα, флегма, лимфа)

Флегматик темпераменті (грек. φλέγμα, флегма, лимфа)

Флегматик темпераменті сезімнің болымсыз білінуімен сипатталады; флегматикті өзі үшін байсалды кәдуілгі күйде шығарып әкету оңайға түспейді; ол жүріс-тұрысы мен сөзінде сылбыр, оның мимикасы онша айқын емес, қимылдары сараң.

□ **Флегматик** (греч. φλέγμα, флегма, «мокрота», «слизь»^{[1][2]}) — один из четырёх типов темперамента) — один из четырёх типов темперамента в классификации Гиппократа^[3]. Человека флегматического темперамента можно охарактеризовать как медлительного, невозмутимого, с устойчивыми стремлениями и более или менее постоянным настроением, со слабым внешним выражением душевных состояний¹

□ **The phlegmatic temperament** is traditionally associated with water. People with this temperament may be inward and private, thoughtful, reasonable, calm, patient, caring, and tolerant. They tend to have a rich inner life, seek a quiet, peaceful atmosphere, and be content with themselves

□ **Сангвиник** (лат. *sanguinis* — қан) — оптимист адамды белгілеу үшін қолданылатын термин. Сангвиник типті адамның эмоциялық қозуы шапшаң, күшті болады, бірақ көп тұрақтамайды. Көңіл-күйі әп-сәтте өзгереді. Сангвиник — әсершіл адам.

□ **Сангвиник** (лат. *sanguis*, сангвис, «кровь», «жизненная сила») — один из четырёх типов темперамента, «кровь», «жизненная сила») — один из четырёх типов темперамента в классификации Гиппократа. Человека сангвинического темперамента можно охарактеризовать как живого, подвижного, сравнительно легко переживающего неудачи и неприятности

□ **The sanguine temperament** is traditionally associated with air. People with this temperament tend to be lively, sociable, carefree, talkative, and pleasure-seeking. They may be warm-hearted and optimistic. They can make new friends easily, be imaginative and artistic, and often have many ideas.↓