

ГОУ СОШ № 280 им. М.Ю. Лермонтова  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

# Типы темперамента и работоспособность.

Выполнили работу: Шилова Елена, Стуканогова Ирина.

Руководитель: Лифанова Е.В.

Санкт-Петербург

2013

---

---

# *Цели работы*

- Определить типы темперамента по методике, разработанной английским психологом Г. Айзенком
  - Определить типы работоспособности с использованием Теппинг-теста
  - Установить корреляции между типами темперамента и работоспособностью учащихся
- 
-

# ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

**Темперамент** — это характеристика индивидуально-психологических особенностей человека, выражающая динамику протекания его психических процессов и поведения. У разных людей процессы возбуждения и торможения нервных клеток в ЦНС кардинально отличаются по трем показателям: силе, уравновешенности и подвижности. В зависимости от определенного сочетания этих трех показателей выделяют четыре типа темперамента: сангвинический, холерический, флегматический и меланхолический.

---

---

# История

Магия чисел в средиземноморской цивилизации привела к учению о четырёх темпераментах, в то время как на Востоке развивалась пятикомпонентная «система мира».

Флегматик



Меланхолик



Холерик



Сангвиник

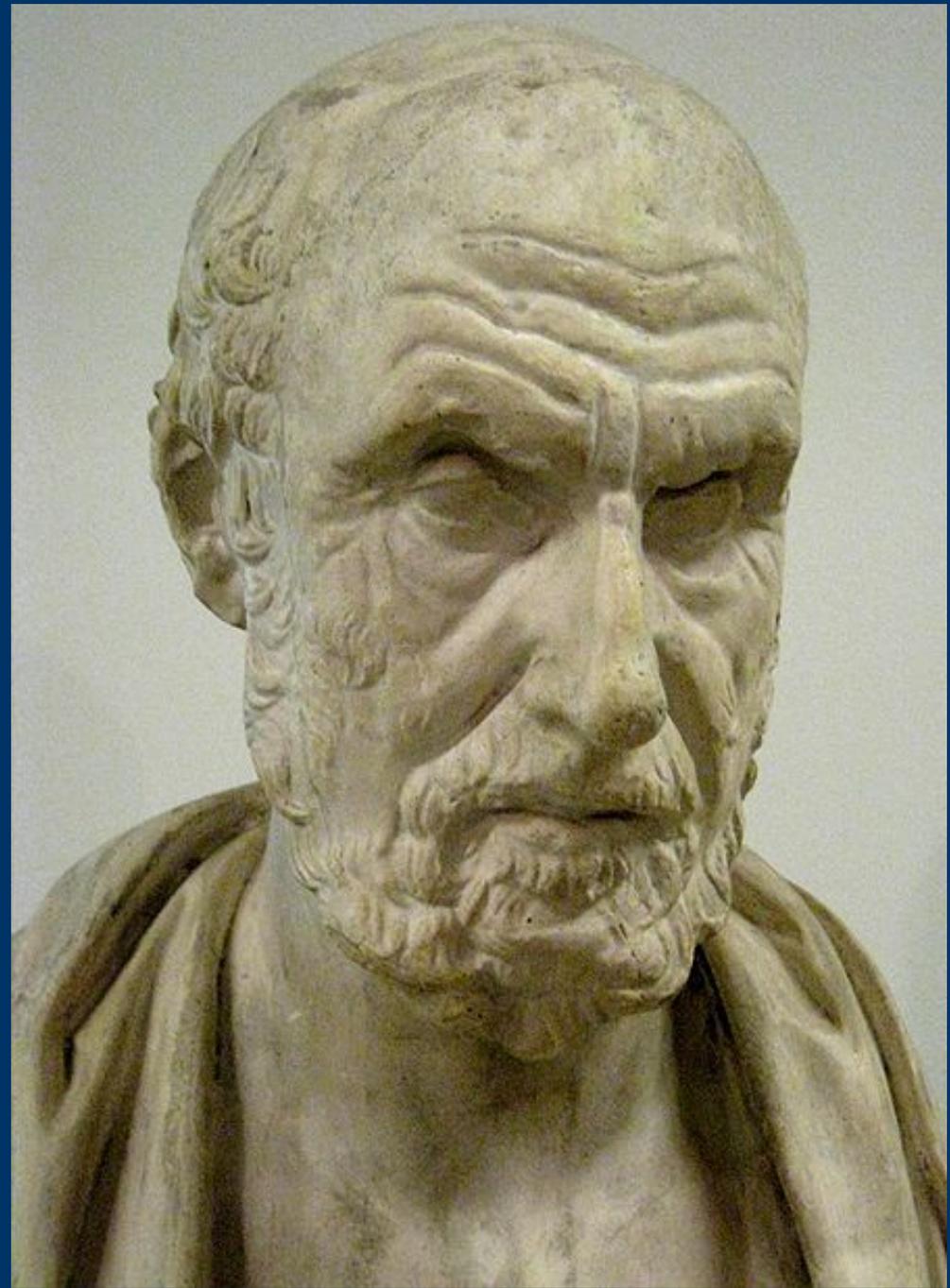
Слово «темперамент» (от лат. temperans, «умеренный») в переводе с латинского обозначает «надлежащее соотношение частей», равное ему по значению греческое слово «красис» (др.-греч. κράσις, «слияние, смешивание») ввёл древнегреческий врач Гиппократ. Под темпераментом он понимал и анатомо-физиологические, и индивидуальные психологические особенности человека. Гиппократ объяснял темперамент, как особенности поведения, преобладанием в организме одного из «жизненных соков» (четырёх элементов):

Преобладание жёлтой желчи (др.-греч. χολή, холе, «желчь, яд») делает человека импульсивным, «горячим» — холериком.

Преобладание лимфы (др.-греч. φλέγμα, флегма, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным — флегматиком.

Преобладание крови (лат. sanguis, сангвис, сангуа, «кровь») делает человека подвижным и весёлым — сангвиником.

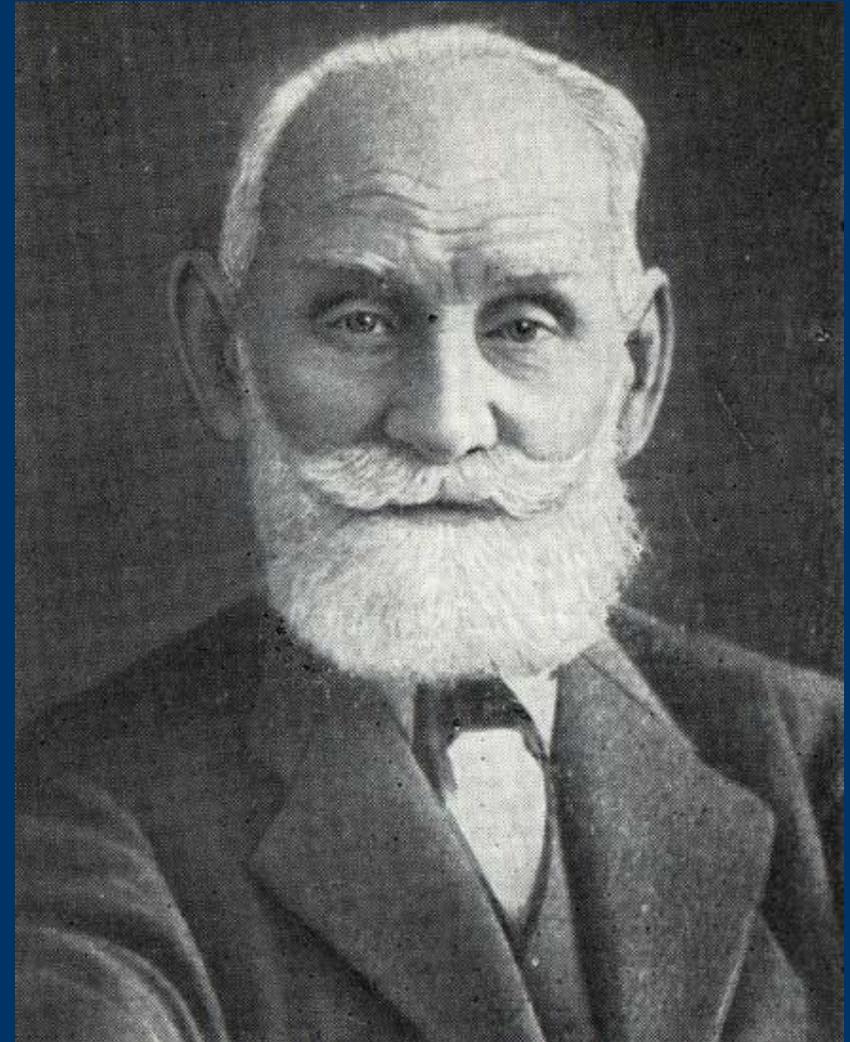
Преобладание чёрной желчи (др.-греч. μέλαινα χολή, мелзна холе, «чёрная желчь») делает человека грустным и боязливым — меланхоликом.



Гиппократ

# *Иван Петрович Павлов*

Поистине поворотным пунктом в истории естественнонаучного изучения темпераментов явилось учение Ивана Петровича Павлова о типах нервной системы (типах высшей нервной деятельности), общих для человека и высших млекопитающих. Иван Петрович Павлов доказал, что физиологической основой темперамента является тип высшей нервной деятельности, определяемый соотношением основных свойств нервной системы: силы, уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения, протекающих в нервной системе. Тип нервной системы определяется генотипом, то есть наследственным типом.

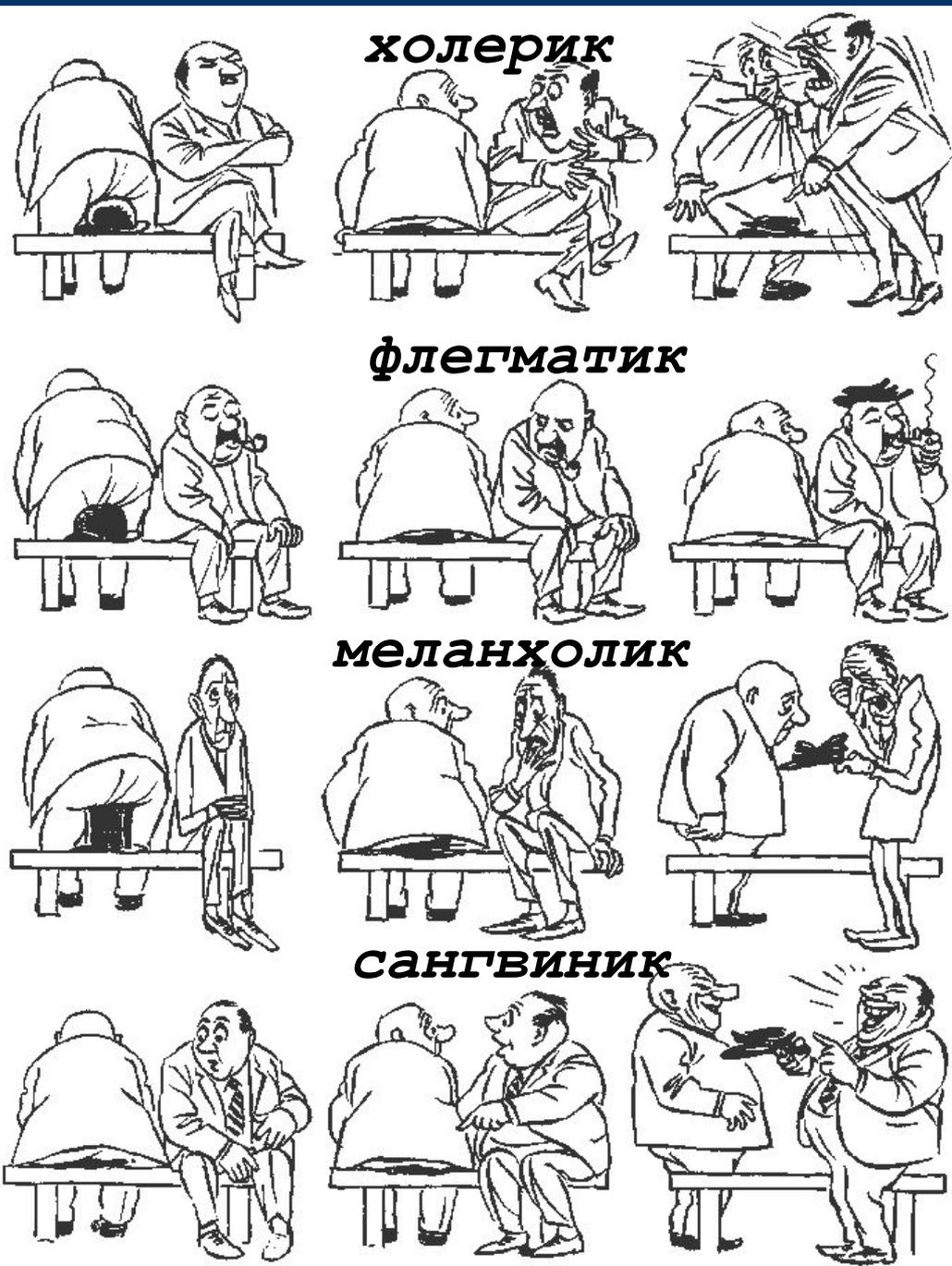


Иван Петрович Павлов выделил 4 четко очерченных типа нервной системы, то есть определенных комплексов основных свойств нервных процессов. Сильный неуравновешенный тип характеризуется сильным раздражительным процессом и относительно сильным процессом торможения — соответствует **холерику**, «безудержному» типу.

Сильный уравновешенный, но с инертными нервными процессами — соответствует **флегматику**, «спокойному» типу.

Слабый тип характеризуется слабостью как возбудительного, так и тормозного процессов — соответствует гиппократовскому **меланхолику**.

Сильный уравновешенный подвижный тип — соответствует **сангвинику**, «живому» типу.



# Флегматик

**Флегматик**- неспешен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою неспешность прилежанием.



# Холерик

**Холерический темперамент**- быстрый, страстный, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвника. Холерик, увлекаясь, безалаберно растрчивает свои силы и быстро истощается.



# Сангвиник

**Сангвиник**- живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Обычно сангвиники обладают выразительной мимикой. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно, приходя в сильное возбуждение от этого, если работа не интересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.



# Меланхолик

Для меланхолика характерны ранимость, склонность к постоянному переживанию различных событий. Он остро реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он зачастую не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, легко эмоционально раним.



# *Свойства темперамента*

У каждого темперамента можно найти как положительные, так и отрицательные свойства. Хорошее воспитание, контроль и самоконтроль дает возможность проявиться: меланхолику, как человеку впечатлительному с глубокими переживаниями и эмоциями; флегматику, как выдержанному, без скоропалительных решений человеку; сангвинуку, как высоко отзывчивому для любой работы человеку; холерику, как страстному, неистовому и активному в работе человеку.

---

---

**Отрицательные свойства темперамента могут проявиться: у меланхолика — замкнутость и застенчивость; у флегматика — безразличие к людям, сухость; у сангвиника — поверхностность, разбросанность, непостоянство; у холерика — поспешность решений.**

**Человек, обладающий любым типом темперамента, может быть способным и не способным; тип темперамента не влияет на способности человека, просто одни жизненные задачи легче решаются человеком одного типа темперамента, другие — другого.**

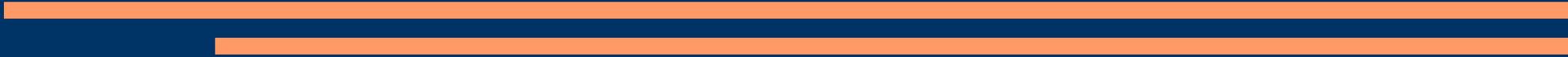
---

---

# *Работоспособность*

- Это способность организма совершать определенный объем как умственной, так и физической работы в единицу времени.

- 



- 1. САНГВИНИК** – эмоционален и отличается хорошей работоспособностью. Он довольно быстро ориентируется в незнакомой обстановке, инициативен, оптимистичен, за короткое время входит в коллектив, создает вокруг себя положительный микроклимат, сравнительно легко переживает неудачи. Вместе с тем, избегает острых проблем, часто упрощает поставленные задачи.
  - 2. ФЛЕГМАТИК** – спокоен даже в сложнейших ситуациях, невозмутим, стабилен и последователен в стремлениях и отношениях. Придерживается выработанного распорядка, стремится к системе, нетороплив и основателен. Вместе с тем он инертен, медленно переключается с одной работы на другую.
  - 3. ХОЛЕРИК** – отличается быстротой действий и решений, частой сменой настроения, повышенной возбудимостью. Во взаимоотношениях нередко излишне резок, прямолинеен в оценках. Часто неуживчив, не умеет себя сдерживать. Обладает влиянием на окружающих, быстро переходит от одного дела к другому. Любит быть в центре внимания.
  - 4. МЕЛАНХОЛИК** – быстро утомляем, не уверен в себе, тревожен и мнителен. Хорошо разбирается в оттенках чувств, осторожен и осмотрителен. Скрытен и застенчив, сильно переживает по малейшему поводу. Трудно приспосабливается к новым людям.
- 
-

# Великие и знаменитые люди и их темпераменты



# Влияние темперамента

От темперамента человека зависят:

скорость возникновения психических процессов (например, скорость восприятия, быстрота мышления, длительность сосредоточения внимания и т. п.);

пластичность и устойчивость психических явлений, легкость их смены и переключения;

темп и ритм деятельности;

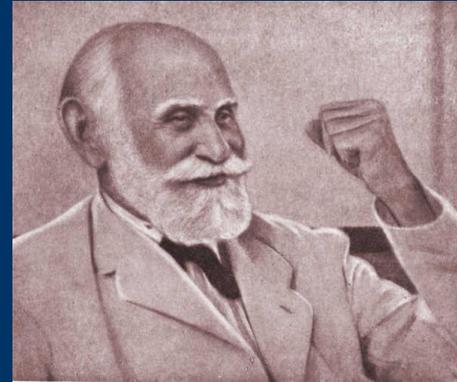
интенсивность психических процессов (например, сила эмоций, активность воли);

направленность психической деятельности на определенные объекты

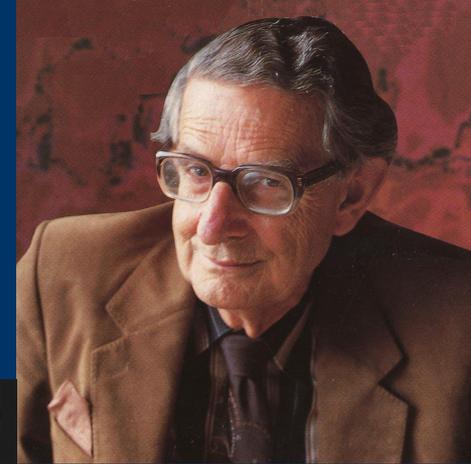
<b>(нестабильный)</b>	
легко расстраивается, тревожный, ригидный, пессимистичный, сдержанный, необщительный, тихий	24 чувствительный, возбудимый, беспокойный, изменчивый, агрессивный, импульсивный, оптимистичный, активный,
<b>меланхолик</b>	<b>холерик</b>
<b>(интровертированный)</b> 0	<b>(экстравертированный)</b> 24
<b>(стабильный)</b>	
пассивный, осмотрительный, рассудительный, доброжелательный, миролюбивый, управляе- мый, надежный, ровный, спокойный, стабильный.	12 <b>сангвиник</b> общительный, контактный, разговорчивый, отзывчивый, непринужденный, жизнерадостный, не склонный к беспокойству, склонный к лидерству.
<b>флегматик</b>	0

# Психология

С точки зрения психологов, четыре темперамента — лишь одна из возможных систем для оценки психологических особенностей (существуют и другие, например, «интроверсия — экстраверсия»). Описания темпераментов довольно сильно различаются у различных психологов и, по-видимому, включают в себя достаточно большое количество факторов. Предпринимались попытки подвести научно-экспериментальную базу под теорию темпераментов (И. П. Павлов, Г. Ю. Айзенк, Б. М. Теплов и другие), однако результаты, полученные данными исследователями, лишь частично совместимы друг с другом. Интерес представляет исследование Т. А. Блюминой (1996), в котором она предприняла попытку сопоставить теорию темпераментов со всеми известными на тот момент (более 100) психологическими типологиями, в том числе с точки зрения методов определения данных типов. В целом, классификация по темпераментам не удовлетворяет современным требованиям к факторному анализу личности и в настоящий момент интересна скорее с исторической точки зрения.



*И. П. Павлов*



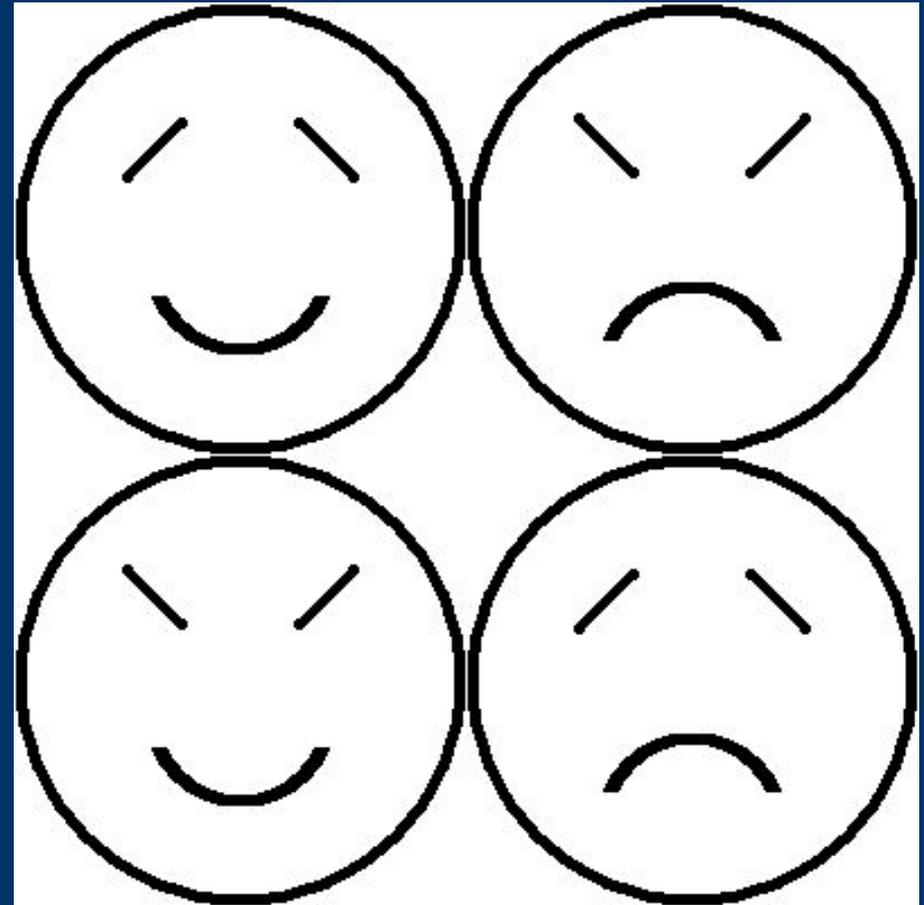
*Г. Ю. Айзенк*



*Б. М. Теплов*

# Современный подход

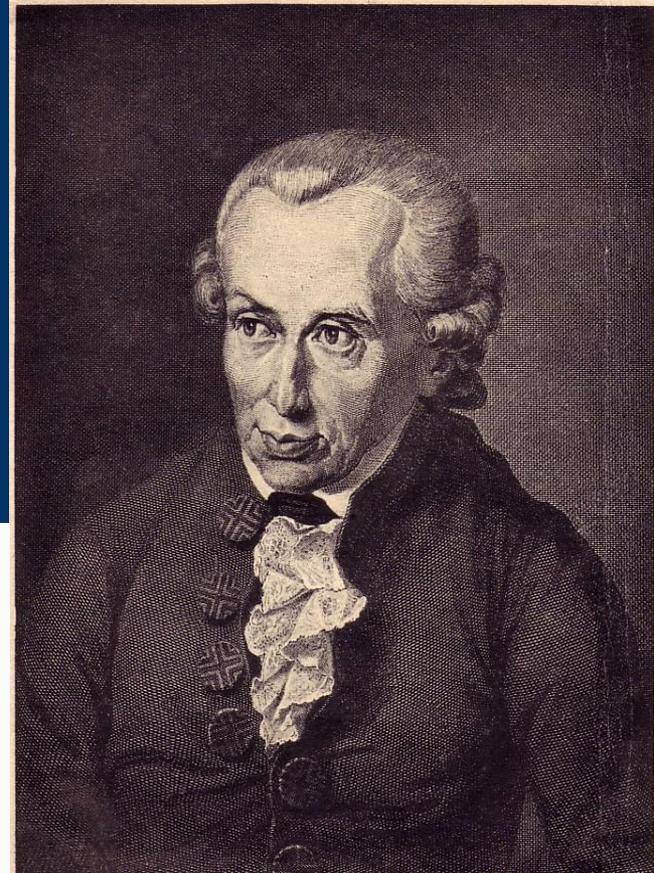
В настоящее время концепцию четырёх темпераментов подкрепляют понятиями «торможение» и «возбуждение» нервной системы. Соотношение «высокого» и «низкого» уровней, для каждого из этих двух независимых параметров, даёт некую индивидуальную характеристику человека, и, как результат — формальное определение каждого из четырёх темпераментов. На смайликах (см. рисунок) можно интерпретировать улыбку, как лёгкость процессов торможения, а нахмуренные брови — как проявление лёгкости возбуждения.



Человеческих темпераментов всего 10-как цифр от 1 до 10, самый невысокий темперамент-первый(1),самый высокий-10. Хорошо когда у общающихся людей противоположного пола номера темпераментов совпадают,плохо если разрыв между номерами темпераментов слишком высок.Это приводит к непониманиям и даже трагедиям.

Типы темперамента играли важную роль в психологии нового времени, в философии Иммануила Канта и Рудольфа Германа Лотце.

**Иммануил  
Кант**



**Рудольф  
Герман  
Лотце**

- Мы провели два теста - Тест Айзенка и Теппинг-тест, чтобы определить типы темперамента и работоспособность учеников 9-х классов, а также их соответствие и несоответствие.
- Также мы провели тест Айзенка в 10 и 11 классах, чтобы увидеть, какой тип темперамента преобладает у более взрослых детей.

- 



# Результаты.

- Тест Айзенка

- **9а класс :**

- 50% холериков
- 50% меланхоликов

- **9б класс:**

- 40% холериков
- 40% меланхоликов
- 10% флегматиков
- 10% сангвиников

- **10 класс:**

- 62% холериков
- 25% меланхоликов
- 13% сангвиников

- **11 класс:**

- 40% холериков
- 30% меланхоликов
- 20% флегматиков
- 10% сангвиников

- **Теппинг-тест.** Позволяет определить темп и тип работоспособности человека.
- Для проведения теста понадобился чистый лист А4, карандаш, линейка.
- Необходимо было разделить лист на 6 равных частей с обеих сторон.
- Каждые 10 секунд , по сигналу , начиная с правой руки , ученики нажимали карандашом на каждую очерченную часть листа поочередно.
- Тоже самое и с левой рукой.
- 



- **Результаты теста.**
  - **9а класс:**
  - 43% холериков
  - 57% меланхоликов
  - **9б класс:**
  - 40% холериков
  - 50% меланхоликов
  - 10% сангвиников
- 
-

# Вывод

У людей с одинаковым типом темперамента похожая работоспособность

Например, в 9б классе и по типу темперамента, и по работоспособности 40% холериков и 10% сангвиников.

Но есть и исключения. В чем же причина несоответствия?

- 1. Субъективность ответов на опросник Айзенка и неверная самооценка личностных особенностей.**
- 2. Неправильное воспитание.**

*Спасибо за внимание*

