

«ТЕМПЕРАМЕНТ»

ПОНЯТИЕ О ТЕМПЕРАМЕНТЕ

- **Темперамент** – это совокупность индивидуальных различий, которые обусловлены особенностями биологического и физиологического строения и развития организма, а также особенностями социального развития, неповторимостью социальных связей и контактов.
- **Темперамент** – это биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо, а свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными.
- Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, т.е. быстротой возникновения чувств, с одной стороны, и силой их – с другой (Определение Б.М. Теплова)

Темперамент имеет два компонента – активность и эмоциональность. **Активность** поведения характеризует степень энергичности, стремительности, быстроты или наоборот, медлительности, инертности. **Эмоциональность** - это скорость и глубина эмоциональной реакции человека на те или иные события.

ИСТОРИЯ УЧЕНИЙ О ТИПАХ ТЕМПЕРАМЕНТА

3 основных группы теорий, объясняющих сущность темперамента:

1. Гиппократ (V в. до н.э.), создатель гуморального учения о темпераментах, утверждал, что люди различаются соотношением 4 основных “соков организма”: кровь, соответствующая теплоте начала; слизь, означающая холодное начало; черная желчь – влажное начало; и желтая желчь – сухое начало.
2. Клавдий Гален (II в. до н.э.) разработал первую типологию темпераментов, изложив ее в трактате “De temperamentum”. Им были выделены темпераменты, которые и в наше время пользуются широкой известностью: сангвиника (кровь), флегматика (“флегма”), холерика (“желчь”) и меланхолика (“черная желчь”).
3. Теория Лесгафта о том, что в основе проявлений темперамента лежат свойства системы кровообращения – толщина и упругость стенок кровеносных сосудов, диаметр их просвета, строение и форма сердца и т.д.

КОНСТИТУЦИОННАЯ ТИПОЛОГИЯ Э. КРЕЧМЕРА

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, расплывшимся 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 (чрезмерный рост и т.п.).

С этими типами строения тела Кречмер соотносит 3 типа темперамента, которые он назвал: шизотимик, иксотимик и циклотимик.

МОРФОЛОГИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИЯ ТЕМПЕРАМЕНТА У. ШЕЛДОНА

Теория о том, что тело и темперамент - это два периметра человека, связанных между собой.

Три морфологических типа:

1. **Эндоморфный** (из энтодермы образуются преимущественно внутренние органы)
2. **Мезоморфный** (из мезодермы образуется мышечная ткань)
3. **Эктоморфный** (из эктодермы развивается кожа и нервная ткань).

Типы темпераментов, названные им в зависимости от функций определенных органов тела: висцеротоники (внутренности), соматотониками (тело) и церебротониками (мозг). Каждый человек обладает всеми названными группами свойств.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ (ОПИСАТЕЛЬНАЯ) ТЕОРИЯ И.КАНТА

- **К темпераментам чувства** относятся сангвинический и его противоположность – меланхолический темпераменты.
- **К темпераментам деятельности** относятся холерический и флегматический темпераменты.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ (ОПИСАТЕЛЬНАЯ) КОНЦЕПЦИЯ ТЕМПЕРАМЕНТА Г.ХЕЙМАНСА И Е. ВИРСМА

3 биполярные характеристики темперамента:

- эмоциональность – ее отсутствие
- активность – пассивность
- первичная функция (немедленная реакция на стимулы) – вторичная функция (первоначальная реакция слабая, потом она постепенно усиливается и сохраняется более длительное время).

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

По исследованию И.П. Павлова два основных нервных процесса - возбуждение и торможение - отражают деятельность головного мозга. От рождения они у всех разные: по силе, взаимной уравновешенности, подвижности.

Сила – способность нервной системы выдерживать сильные раздражители. Выносливость и работоспособность нервных клеток.

Уравновешенность – соотношение, равновесие процессов возбуждения и торможения.

Подвижность – быстрота смены процессов возбуждения и торможения.

4 основных типа высшей нервной деятельности:

1. **Безудержный** - сильный, подвижный, неуравновешенный тип нервной системы (н/с) - соответствует темпераменту холерика.
2. **Живой** - сильный, подвижный, уравновешенный тип н/с соответствует темпераменту сангвиника.
3. **Спокойный** - сильный, уравновешенный, инертный тип н/с соответствует темпераменту флегматика.
4. **Слабый** - слабый, неуравновешенный, малоподвижный тип н/с обуславливает темперамент меланхолика.

Холерик - это человек, нервная система которого определяется преобладанием возбуждения над торможением, вследствие чего он реагирует очень быстро, часто необдуманно, не успевает себя затормозить, сдержан, проявляет нетерпение, порывистость, резкость движений, вспыльчивость, необузданность, несдержанность.

Сангвиник - человек с сильной, уравновешенной, подвижной н/с, обладает быстрой скоростью реакции, его поступки обдуманно, жизнерадостен, благодаря чему его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни. Подвижность его н/с обуславливает изменчивость чувств, привязанностей, интересов, взглядов, высокую приспособляемость к новым условиям.

- **Флегматик** - человек с сильной, уравновешенной, но инертной н/с, вследствие чего реагирует медленно, неразговорчив, эмоции проявляются замедленно (трудно рассердить, развеселить); обладает высокой работоспособностью, хорошо сопротивляется сильным и продолжительным раздражителям, трудностям, но не способен быстро реагировать в неожиданных новых ситуациях.
- **Меланхолик** - человек со слабой н/с, обладающий повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать “срыв”, “стопор”, растерянность, “стресс кролика”, поэтому в стрессовых ситуациях (экзамен, соревнования, опасность и т. п.) могут ухудшиться результаты деятельности меланхолика по сравнению со спокойной привычной ситуацией. Повышенная чувствительность

Классификация специфически человеческих типов высшей нервной деятельности (по И.П. Павлову)

1. **Художественный тип** - преобладает первая сигнальная система. У людей этого типа преобладает образное мышление, яркое воображение, живость эмоций. Их интересует прежде всего искусство, театр, поэзия, музыка, писательское и художественное творчество.

2. **Мыслительный тип** – преобладает вторая сигнальная система. Представители этого типа рассудительны, склонны к детальному анализу жизненных явлений, к абстрактному мышлению. Чувства отличаются умеренностью, сдержанностью.

3. **Средний тип** (до 80 % людей) – в их характере незначительно преобладает рациональное или эмоциональное начало, и это зависит от воспитания с самого раннего детства, от жизненных обстоятельств.

Подразделение людей по складу личности (по К. Юнгу)

- **Экстраверты** (“обращенных вовне”) - общительны, активны, оптимистичны, подвижны, у них сильный тип в.н.д., по темпераменту они сангвиники или холерики.
- **Интроверты** (“обращенных внутрь себя”) - малообщительны, сдержанны, отделены от всех, в своих поступках ориентируются в основном на собственные представления, серьезно относятся к принятию решения, контролируют свои эмоции. К интровертам относятся флегматики и меланхолики.

ТЕМПЕРАМЕНТ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- **Индивидуальный стиль деятельности** - это определенное сочетание свойств темперамента, проявляющееся в познавательных процессах, действиях и общении человека. Он представляет собой систему зависящих от темперамента динамических особенностей деятельности, которая содержит приемы работы, типичные для данного человека.
- Ядро индивидуального стиля деятельности определяет комплекс имеющихся у человека свойств нервной системы.

Две группы особенностей относящихся к индивидуальному стилю деятельности:

1. Приобретаемые в опыте и носящие компенсаторный характер по отношению к недостаткам индивидуальных свойств нервной системы человека.
2. Способствующие максимальному использованию имеющихся у человека задатков и способностей, в том числе полезных свойств нервной системы.