Российский Государственный Социальный Университет

Факультет [психологии, социальной медицины и реабилитационных технологий](http://www.mgsu.info/faculty/psiholog/)

Специальность «Психология»

Кафедра общей и возрастной психологии

Курсовая работа

«Влияние свойств нервной системы на развитие характера человека»

Руководитеть: доктор пед.н., профессор Государев Н.А.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Государев Н.А./

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2007г.

Выполнил: студент 2 курса, 2 группы

заочного отделения Боева Е.В.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Боева Е.В./

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2007г.

Москва 2007

**Содержание**

Введение

Глава 1. Историко-теоретический аспект проблемы темперамента

*1.1 Из истории учения о темпераменте*

*1.2 Понятие темперамента*

*1.3Типология темпераментов*

Глава 2. Роль темперамента и влияние его на трудовую и учебную деятельность

*2.1 Темперамент и индивидуальный стиль деятельности*

*2.2Темперамент и личность*

Глава 3. Исследование влияния темперамента на стиль разрешения конфликтов

Заключение

Список использованной литературы

Приложение

**Введение**

Индивидуальные психологические особенности личности человека, его темперамент придают своеобразную окраску всей деятельности и поведению человека.

Темперамент легко определить по скорости движений человека, по темпу его речи, по умению быстро и легко включаться в работу, по отзывчивости на чувства других людей, по умению увлекаться делом, проявляя при этом большую настойчивость и страстность, по суетливости, по желанию общаться с товарищами, по быстроте смены настроений, по смелости и даже по выражению лица и тембру голоса. Приведенные выше примеры подводят к пониманию того, что темперамент является динамической характеристикой человека и что от темперамента зависят психический темп и ритм, быстрота возникновения чувств, их длительность и устойчивость, смекалистость, направленность на определенные контакты с предметами и людьми, на интерес человека к себе или другим [2].

**Актуальность:** Знакомство с понятием и типологией темпераментов позволяет не только удовлетворить познавательный интерес. Знания в этой области необходимы для профессиональной деятельности педагога при выборе индивидуального подхода к процессу обучения, для руководителей всех уровней при построении тактики деловых взаимоотношений с подчиненными, при выборе профессии, а также при профессиональном отборе, при общении людей друг с другом, при выработке профессиональных навыков и т.д.

**Ретроспективный и методологический анализ:**

Выделяюттри сферы проявления темперамента: общую активность, особенности моторной сферы и свойства эмоциональности.

Общая активность определяется интенсивностью и объемом взаимодействия человека с окружающей средой -физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным (по Гиппенрейтер). Общая активность - это способы и тенденции личности к самовыражению, это эффективность освоения, преобразования действительности (по Небылицину).

Проявление темперамента в моторной сфере можно рассматривать как частные выражения общей активности. К ним относятся темп, быстрота, ритм и общее количество движений.

Когда говорят об эмоциональности как проявлении темперамента, то имеют в виду впечатлительность, чувствительность, импульсивность и т.д. то есть эмоциональность характеризует особенности возникновения, протекания и прекращения своеобразных чувств, аффектов и настроений.

С методологической точки зрения можно выделить три группы торий. К первой группе относятся гуморальные теории, связывающие проявление темперамента со свойствами тех или иных жидкостей организма. Так, Лесгафт считал, что в основе проявлений темперамента лежат свойства системы кровообращения, все зависит от скорости кровотока, скорости обмена веществ, в свою очередь эти характеристики могут зависеть от состояния проводящей системы, например, размеров сосудов, толщины стен сосудов. Гиппократ считал, что уровень жизнедеятельности организма определяется соотношением между 4 жидкостями, циркулирующими в человеческом организме - кровью, желчью, черной желчью и слизью (лимфой, флегмой). На основе теории Гиппократа постепенно сформировалось учение о 4-х типах темперамента по количеству главных жидкостей, гипотетическое преобладание которых в организме и дало название основным типам темперамента: сангвинистическому (кровь), холерическому (желчь), меланхолическому (черная желчь), флегматическому (слизь).

Ко второй группе теорий относятся морфологические теории. Кречмер выделяет на основе разработанныхимкритериев основные конституционные типы телосложения (астеник, атлетик и пикник) и делает попытку определить темперамента именно через эти типы морфологических конституций. Так, астенику соответствует шизоидный темперамент, согласно Кречмеру, пикнику свойственен циклоидный темперамент. Шелдон выделяет три основных типа соматической конституции: эндоморфный, мезоморфный и эктоморфный. Соответственно этим типам он выделил три типа темперамента: висцеротонический (расслабленность, медлительность, чувственные устремления, добродушие), соматотонический (активность, энергичность, любовь к риску, агрессивность) и церебротонический необщительный, повышенная реактивность, склонность к одиночеству). Причем каждое из этих качеств имело шкальную оценку, степень выраженности этих качеств описывалась в форме индекса (от 1 до 9). Основной минус в том, что предполагалась фатальная соматическая обусловленность психических черт, жесткая зависимость между соматическим и психическим.

Основным недостатком гуморальных и морфологических теорий является то, что они принимают в качестве первопричины поведенческих проявлений темперамента такие системы организма, которые не обладают и не могут обладать необходимыми для этого свойствами.

К третьей группе относится учение Павлова о типологических свойствах НС человека и животных. Он выделил 3 основных свойства НС в качестве основы темперамента: силу, уравновешенность и подвижность возбудительного и тормозного процессов. Из ряда возможных сочетаний этих свойств Павлов выделил 4, по его данным, основные, типичные комбинации в виде 4-х типов ВНД. Их проявление в поведении Павлов поставил в прямую зависимость с античной классификацией темпераментов. Сильный, уравновешенный, подвижный тип рассматривался им как темперамент сангвиника; сильный, уравновешенный, инертный - темперамент флегматика; сильный, неуравновешенный — темперамент холерика; слабый - темперамент меланхолика. Но в дальнейшем Павлов отказался от того, чтобы рассматривать типы НС как физиологическую базу темпераментов, понимаемых как «картины поведения».

В 50-е годы были предприняты лабораторные исследования поведения взрослых людей. В результате этих исследований, проводившихся под руководством сначала Теплова, а затем - Небылицына, типология Павлова была дополнена новыми элементами, были разработаны многочисленные приемы исследования свойств нервной системы у человека, экспериментально выделены и описаны еще 2 свойства нервных процессов: лабильность и динамичность. Лабильность нервной системы проявляется в скорости возникновения и прекращения нервных процессов. Сущность динамичности нервных процессов составляют легкость и быстрота образования положительных и тормозных условных рефлексов.

Таким образом, в настоящее время говорить о типологиях темперамента не приходится, мы можем говорить о свойствах НС, причем не об общих свойствах НС, а о частных свойствах НС, имея ввиду свойства отдельных анализаторных систем. Мы в данный момент можем говорить так же не об общих типах НС, а о парциональных типах, имея ввиду различные подкрепления.

Теплов различал особенности НС и их поведенческие проявления. «Свойства НС не предопределяют никаких форм поведения, но образуют почву, на которой легче формируются одни формы поведения, труднее - другие». Каждое из свойств НС, выделенных Павловым, рассматривалось им как набор частных свойств или «синдром» («синдром силы», «синдром подвижности»...). Механизмом выделения синдрома, по Теплову, служит факторный анализ, он разработал этот метод, позволяющий зафиксировать имеющуюся картину, но не отвечающий на вопрос «почему»?

В настоящее время, прежде всего, подчеркивается значение исследований отдельных фундаментальных свойств нервной системы, в то время как проблема разделения на типы отступает на второй план. Поскольку типы образуются из комбинаций указанных свойств, лишь более глубокое познание последних может обеспечить понимание и осуществление правильной типологии.

В настоящее время в дифференциальной психологии сложилась 12-мерная классификация свойств нервной системы человека. В нее входят 8 первичных свойств и четыре вторичных свойства. Показано, что данные свойства могут относиться ко всей нервной системе и к отдельным анализаторам. Русалов развил дальше идеи школы Теплова-Небылицына и предложил трехуровневую классификацию свойств нервной системы.

1) 0бщие, или системные, свойства, охватывающие весь мозг человека и характеризующие динамику его работы в целом.

2) Комплексные свойства, проявляющиеся в особенностях работы отдельных «блоков» мозга.

3) Простейшие, или элементарные, свойства, соотносимые с работой отдельных нейронов.

На основе проведенных исследований, касающихся связи свойств нервной системы человека с решением задач, Русалов пришел к выводу о том, что лишь формально-динамические характеристики психической активности человека детерминируются преимущественно биологическими факторами.

**Объект исследования:** темперамент человека.

**Предмет исследования**: поведение людей с разными типами темперамента.

**Гипотеза исследования**: Темперамент оказывает существенное влияние на поведение человека в межличностных конфликтах.

**Цель исследования**: изучить влияние типов темперамента на поведение человека.

**Задачи**:

1. Изучить подходы в литературе.
2. Выявить влияния типов темперамента на поведение в конфликте.

**Глава 1. Историко-теоретический аспект проблемы темперамента**

***1.1 Из истории учений о темпераменте***

Учение о темпераменте возникло еще в древности. Слово «темперамент» в переводе с латинского обозначает «надлежащее соотношение частей»; равное ему по значению греческое слово «красис» ввел древнегреческий врач Гиппократ (Y-IY вв. н.э.). Он впервые дал определение понятия «темперамент» и более или менее подробно описал темпераменты. Под темпераментом он понимал анатомо-физиологические и психологические индивидуальные особенности человека. Он, а затем Гален, наблюдая индивидуальные особенности поведения людей, сделали попытку данные особенности объяснить.

Согласно теории Гиппократа, различия между людьми определяются соотношением основных видов жидкостей в их организме. При правильном их смешении человек бывает здоров, при неправильном - болен. Одна из жидкостей преобладает, что и определяет темперамент человека. По Гиппократу, таковых жидкостей четыре: кровь, два сорта желчи и слизь (или лимфа). У сангвиников преобладает кровь (лат. sanguis), у холериков - желтая желчь (лат. chole),у флегматиков - слизь (лат. phegma). И наконец, меланхолики - это люди с избытком черной желчи (лат. melanos chole). Названия темпераментов сохранились до наших дней.

Дальнейшее развитие учения о темпераменте происходило в следующих направлениях.

Все более расширялась психологическая характеристика темперамента. Римский врач Гален (II в.), в отличие от Гиппократа, характеризует типы темперамента наряду с физиологическими, психологическими и даже нравственными свойствами.

Немецкий философ И.Кант в конце XYIII в. рассматривает темперамент только как психические свойства. Вплоть до новейшего времени характеристика темперамента оставалась преимущественно психологической. В связи с этим изменяется понятие о типах темперамента. Они характеризуются пропорцией не физиологических, а психических свойств. У Канта – это соотношение разных чувств и разной степени активности деятельности. Он утверждал, что у сангвиника основное стремление есть стремление к наслаждению, соединенное с легкой возбуждаемостью чувствований и с их малой продолжительностью. Он увлекается всем, что ему приятно. Склонности его непостоянны, и нельзя слишком много на них рассчитывать. Доверчивый и легковерный, он любит строить проекты, но скоро их бросает.

 У меланхолика господствующая наклонность есть наклонность к печали. Безделица его оскорбляет, ему все кажется, что им пренебрегают. Его желания носят грустный оттенок, его страдания кажутся ему невыносимыми и выше всяких утешений.

Холерический темперамент обнаруживает замечательную силу в деятельности, энергию и настойчивость, когда находится под влиянием какой-нибудь страсти. Его страсти мгновенно воспламеняются от малейшего препятствия, и его гордость, мстительность, честолюбие, сила его чувств не знают пределов, когда душа его находится под влиянием страсти. Он размышляет мало и действует быстро, потому что такова его воля.

И, наконец, по мнению Канта, чувствования не овладевают флегматиком быстро. Ему не нужно делать над собой больших усилий, чтобы сохранить свое хладнокровие. Для него легче, чем для других, удержаться от скорого решения, чтобы обдумать его прежде. Он трудно раздражается, редко жалуется, переносит свои страдания терпеливо и мало возмущается страданиями других.([1], с.208)

У Вундта (конец XIX в.) темперамент – это соотношение скорости и силы “душевных движений”. В процессе развития учения о темпераменте изменяется характеристика четырех основных типов темперамента. Пересматривается представление об их количестве. Начиная с Канта, стали отличать свойства темперамента от других индивидуальных психических свойств (характера личности), хотя строгих критериев для такого различения не было предложено.

В истории учений о темпераменте изменялось понимание физиологических основ темперамента. Выделялось два основных направления: объяснение типов темперамента соотношением деятельности желез внутренней секреции (немецкий психиатр Кречмер, американский Шелдон), или соотношением свойств нервной системы (И.П.Павлов) ([1], c. 407-408).

С древнейших времен исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающие с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались их упорядочивать, каким-то образом их группировать. Так возникли самые различные типологии темпераментов. Наибольший интерес представляют те из них, в которых свойства темперамента, понимаемые как наследственные или врожденные, связывались с индивидуальными различиями в особенностях телосложения. Эти типологии получили название конституционных типологий. Так наибольшее распространение получила типология, предложенная Э.Кречмером, который в 1921 г. опубликовал свою знаменитую работу “Строение тела и характер”. Главная его идея заключалась в том, что люди с определенным типом сложения имеют определенные психические особенности. Им было проведено множество измерений частей тела, что позволило ему выделить 4 конституциональных типа ([4],[5],[6]):

Лептосоматик (астенический тип) – характеризуется хрупким телосложением высоким ростом, плоской грудной клеткой. Плечи узкие, нижние конечности - длинные и худые.

 Пикник - человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный. Характеризуется малым или средним ростом, расплывающимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.

 Атлетик – человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерен высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

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, которые он называет: шизотимик, иксотимик и циклотимик.

Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, склонен к колебаниям эмоций, упрям, малоподатлив к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению. В отличие от него иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный маловпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью [мышления](http://click.begun.ru/kick.jsp?url=4vrJyNVSLc3MNiNxxG7uBjwB9FRt9EzW1TJzodrgt1TYPpkQI7DXBd5E90PHrwnisewjnCZ5gH61Gh2JYec6Frkktmv1ci7V1alV86sXOQeT6JK_FVsu5dNDWC5GLxjJw4WDjsQXNnTHRb5jCXHUaHTgFVGBa8jZIhTlvvcRCeYxWpJd5Bn4GJ0PPlvAaFpsjrLCUu1X3iVSl8yWPWMhHsRqFHPNZ31ep3NHkfj0Msd4SDUKhyFzfFLe8vRlCo5OWVmdI8umqul3EDTJBxUzdk0V3DYVgs-DKi9rJpirjyd9p1jugVSoxOSV6_PO2C1dg2E-opVyxtpRDeK75sUZVRrcAViK6UaqHEagxYWxLCPQIBe-sE-FLpHuq3z0jrDHaW1ux_6MKpoR8MIb0Pl4Tw), часто мелочный. Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах [4],[5].

Теория Э.Кречмера была очень распространена в Европе, а в США приобрела популярность концепция темперамента У.Шелдона, сформулированная в 40-х годах нашего столетия. 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 ([4], [5], [6]):

1. Эндоморфный (из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы);

2. Мезоморфный (из мезодермы образуется мышечная ткань);

3. Эктоморфный (из эктодермы развивается кожа и нервная ткань).

При этом людям с эндоморфным типом свойственно относительно слабое телосложение с избытком жировой ткани; мезоморфному типу свойственно иметь стройное и крепкое тело, большую физическую устойчивость и силу; а эктоморфному - хрупкий организм, плоскую грудную клетку, 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: висцеротония (лат. viscera- “внутренности”), соматотония (греч. Soma - “тело”) и церебротония (лат. cerebrum - “мозг”).

В психологической науке большинство конституционных концепций стало объектом острой критики. Основной недостаток подобных теорий состоит в том, что в них недооценивается, а иногда просто открыто игнорируется роль среды и социальных условий в формировании психических свойств индивида.

Свойства темперамента, например, социализация пищевой потребности, любовь к компаниям и дружеским излияниям, терпимость и отсутствие сострадания, нельзя считать наследственными свойствами того же порядка, что и телосложение. Известно, что такие свойства, возникая на основе определенных анатомо-физиологических особенностей индивида, формируются под воздействием воспитания и общественной среды ([4],[5]).

Гормональные теории темперамента односторонне преувеличивают роль желез внутренней секреции и не в состоянии объяснить приспособление темперамента к требованиям деятельности ([1], c. 409).

На самом деле, давно известна зависимость протекания психических процессов и поведения человека от функционирования нервной системы, выполняющей доминирующую и управляющую роль в организме. Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена И.П. Павловым и получила развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей [4].

Наиболее успешную попытку связать темперамент с особенностями организма человека предпринял русский ученый-физиолог И.П.Павлов, открывший свойства высшей нервной деятельности. В лабораториях Павлова, где на собаках изучали условные рефлексы, обнаружили, что у разных животных условные рефлексы образуются по-разному: у одних они образуются быстро и долго сохраняются, у других же, напротив, медленно и угасают быстро; одни животные могут переносить большие нагрузки при сильных раздражителях, а другие при тех же условиях впадают в тормозное состояние. ([1], с.208-209)

На основе полученных результатов исследований Павлов показал, что в основе каждого из четырех темпераментов лежит то или иное соотношение основных свойств, которое было названо типом высшей нервной деятельности. В отличие от предшественников, он взял для исследования не внешнее строение тела, как это делал немецкий психиатр Кречмер, и не строение сосудов (П.Ф.Лесгафт), а организм как целое и выделил в нем мозг ([2], с.307).

Учение И.П.Павлова. Им выделено три основных свойства нервной системы:

1) сила процесса возбуждения и торможения, зависящая от работоспособности нервных клеток;

2) уравновешенность нервной системы, т.е. степень соответствия силы возбуждения силе торможения (или их баланс);

3) подвижность нервных процессов, т.е. скорость смены возбуждения торможением и наоборот.

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.

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

Говоря об уравновешенности нервных процессов, И.П.Павлов имел в виду равновесие процессов возбуждения и торможения. Отношение силы обоих процессов решает, является ли данный индивид уравновешенным или неуравновешенным, когда сила одного процесса превосходит силу другого.

Подвижность нервных процессов проявляется в быстроте 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.

Противоположностью подвижности является инертность нервных процессов. Нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому ([4], С.384). И.П.Павлов выяснил, что темперамент каждого животного зависит не от одного из свойств, а от их сочетания. Такое сочетание свойств нервной системы, которое определяет и индивидуальные особенности условно-рефлекторной деятельности и темперамент, он назвал типом нервной системы, или тип нервной деятельности. ([1], c. 408).

И.П.Павлов различал 4 основных типа нервной системы ([1],[3],[4]):

1) сильный, уравновешенный, подвижный (“живой” по И.П.Павлову – сангвинический темперамент);

2) сильный, уравновешенный, инертный (“спокойный” по И.П.Павлову – флегматический темперамент);

3) сильный, неуравновешенный тип с преобладанием процесса возбуждения (“безудержный” тип, по И.П.Павлову – холерический темперамент);

4) слабый тип (“слабый”, по И.П.Павлову – меланхолический темперамент).

Выявленные И.П.Павловым основные комбинации свойств и типы нервной системы, от которых зависит темперамент, являются общими у человека и животных. Поэтому они получили название общих типов. Таким образом, физиологической основой темперамента является общий тип нервной системы ([1], c. 408).. Павлов связывал общие типы нервной системы с традиционными типами темперамента (холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик), хотя понимал, что должны существовать и другие свойства нервной системы, и другие их комбинации, и, следовательно, другие типы темперамента.

Итак, И.П.Павлов понимал тип нервной системы как врожденный, относительно слабо подверженный изменениям под воздействием окружения и воспитания ([4], С.386).

Тип нервной системы – это понятие, которым оперирует физиолог, психолог же пользуется термином темперамент. В сущности, это аспекты одного и того же явления. Именно в этом смысле можно вслед за И.П.Павловым сказать, что темперамент человека есть не что иное, как психическое проявление типа высшей нервной системы.

В 50-е годы были предприняты лабораторные исследования поведения взрослых людей. В работах Б.М.Теплова и В.Д.Небылицына были расширены представления о свойствах нервной системы, открыты два новых свойства нервных процессов: лабильность и динамичность.

Динамичность нервных процессов – свойство, которое определяет динамичность возбуждения или динамичность торможения (легкость и быстроту образования положительных и тормозных условных рефлексов), лабильность нервных процессов – свойство, определяющее скорость возникновения и прекращения нервных процессов (возбудительного или тормозного процесса) [1], [4].

В отличие от И.П.Павлова найдены и другие комбинации свойств нервной системы. Например, кроме неуравновешенного типа с преобладанием возбуждения существует неуравновешенный тип с преобладанием торможения и т.д.

Психические свойства темперамента и физиологические свойства нервной системы тесно взаимосвязаны. Биологический смысл этой взаимосвязи заключается в том, что с ее помощью достигается наиболее тонкое, четкое и своевременное приспособление к среде. Там, где приспособительная функция какого-либо свойства нервной системы не может быть осуществлена при помощи одного присущего ей свойства темперамента, она осуществляется при помощи другого присущего ей свойства темперамента, которое компенсирует первое.

Например, низкая работоспособность слабого типа может иногда компенсироваться длительным отсутствием эмоционального пресыщения.

И.П.Павлов называл общий тип нервной системы генотипом, т.е наследственным типом. Это подтверждается в опытах на селекции животных и при изучении одно- и разнояйцовых близнецов у человека, воспитывающихся в разных семьях.

Несмотря на это, отдельные свойства темперамента в определенных пределах изменяются в связи с условиями жизни и воспитания (особенно в раннем детстве), вследствие перенесенных болезней, под воздействием бытовых условий и (в подростковом и даже зрелом возрасте) в зависимости от пережитых психологических конфликтов. Например, при суперопеке родителей ребенок может вырасти трусливым, нерешительным, неуверенным в себе человеком, обидчивым до крайности и ранимым до чрезвычайной степени.

От подобных изменений свойств темперамента следует отличать созревание темперамента. Тип темперамента формируется не сразу, со всеми характерными для него свойствами. Общие закономерности созревания нервной системы накладывают отпечаток и на созревание типа темперамента. Например, особенностью нервной системы в предшкольном и дошкольном возрасте является ее слабость и неуравновешенность, что накладывает отпечаток на свойства темперамента. Некоторые свойства темперамента, зависящие от типа нервной системы, в этом возрасте еще не проявляются в достаточной степени, появляются несколько позднее, фактически уже в школьном возрасте.

Основные свойства определенного типа темперамента проявляются постепенно, с возрастом, в зависимости от созревания нервной системы. Этот процесс называется созреванием темперамента [1].

***1.2 Понятие темперамента***

В природе не существует абсолютно одинаковых человеческих личностей – личность каждого человека неповторима. Однако человек не рождается уже сложившейся личностью. Ею он становится постепенно. Но еще раньше, чем человек становится личностью, у него наблюдаются индивидуальные особенности психики. Последние весьма консервативны, устойчивы. Изменяясь гораздо медленнее, чем известные нам свойства личности, они образуют у каждого человека своеобразную психологическую почву, на которой впоследствии вырастают свойства личности, присущие только данному человеку. Это значит, что психика ребенка не похожа на гладкую доску, где можно писать любые узоры, и что в процессе воспитания и обучения ребенка надо опираться на имеющиеся у него от рождения свойства. Такими устойчивыми и присущими человеку от рождения свойствами являются свойства темперамента ([1], c. 405). К свойствам темперамента относятся, прежде всего, врожденные и индивидуально-своеобразные психические свойства. Свойства темперамента есть те природные свойства, которые определяют динамическую сторону психической деятельности ([1], c. 406). От темперамента зависит характер протекания психической деятельности, а именно:

 1) скорость возникновения психических процессов и их устойчивость (например, скорость восприятия, быстрота ума, длительность сосредоточения внимания);

2) психический темп и ритм;

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

4) направленность психической деятельности на какие-то определенные объекты (например, постоянное стремление человека к контактам с новыми людьми, к новым впечатлениям от реальной действительности или обращенность человека к самому себе, к своим идеям и образам).

Динамика психической деятельности зависит также от мотивов и психических состояний. Любой человек, независимо от особенностей его темперамента, при наличии интереса работает энергичнее и быстрее, чем при его отсутствии. У любого человека радостное событие вызывает подъем душевных и физических сил, а несчастье – падение их.

Но свойства темперамента, в отличие от мотивов и психических состояний проявляются у него одним и тем же образом. Например, при наличии высокой тревожности как свойства темперамента студент волнуется перед сдачей экзамена, проявляет беспокойство перед проведением урока во время педагогической практики, находится в тревожном ожидании старта на соревнованиях и т.д. Темперамент проявляется у человека в очень различной обстановке: в том, как он общается с людьми, как радуется и огорчается, как работает и отдыхает. Свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека ([1], c. 406). Специфика темперамента заключается также в том, что различные свойства темперамента данного человека не случайно сочетаются друг с другом, а закономерно связаны между собой, образуя определенную организацию, характеризующую тип темперамента.

Таким образом, под темпераментом следует понимать индивидуально-своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые одинаково проявляются в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и в своей взаимной связи характеризуют тип темперамента. ([1], c. 407; [4]. С.387). В данном определении центральное место занимают свойства темперамента, их постоянство в течение жизни и при различных обстоятельствах, при этом несколько на задний план отступает динамика психической деятельности, определяемая данными свойствами.

Определение не содержит указаний на происхождение темперамента (врожденные или приобретенные свойства психики). Существуют несколько иные определения темперамента и его свойств. ***Темпераментом*** называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение ([2], С.394). В данном определении основной акцент сделан на динамические особенности протекания психических процессов и поведения, оно содержит указание на эти особенности (сила, скорость и т.д.), однако не обозначает, какое значение имеют эти особенности для человека.

Темперамент – это психическое свойство личности, характеризующееся динамикой протекания психических процессов ([3]. С.167). В данном источнике в определении темперамента сделан акцент на темперамент как психическое свойство личности, а затем осуществлен переход к динамике протекания психических процессов как основной характеристике темперамента.

Темперамент – это врожденные особенности человека, которые обусловливают динамические характеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде ([6], C.287). В данном определении обращено внимание на генетически обусловленную природу темперамента, связь темперамента с особенностями приспособления к окружающей среде. Определение не содержит терминов “динамика психических процессов”, “психические свойства”, в нем говорится о характеристиках реагирования и его свойствах (интенсивность, скорость) без уточнения природы этого реагирования, Только по признакам определения “степень эмоциональной возбудимости и уравновешенности” становится более понятным, что речь идет о психических процессах.

Темперамент есть не что иное, как наиболее общая характеристика импульсно-динамической стороны поведения человека, выражающаяся преимущественно свойствами нервной деятельности [7]. В данном определении основной акцент смещен на поведение человека и его характеристики, обусловленные свойствами нервной деятельности.

При рассмотрении Немовым Р.С. темперамента как психобиологической категории [2] со ссылкой на работы В.М. Русалова им высказывается точка зрения, что свойства темперамента не являются полностью ни врожденными, ни зависимыми от среды. Он считает, что генетически заданные свойства темперамента в процессе взаимодействия со средой трансформируются, приобретая новое качество.

В литературе разнообразны подходы к описанию свойств темперамента. В курсе лекций Е.И.Рогова ([4], C.387) рассматриваются сензитивность, реактивность, активность, соотношение реактивности и активности, пластичность и ригидность, темп реакций, экстраверсия и интроверсия, эмоциональная возбудимость как свойства темперамента, позволяющие выделить 4 основных типа темперамента (см. их характеристику в разделе “Типология темпераментов”).

Немов Р.С. ([2], С. 398—400) со ссылкой на работы В.М. Русалова выделяет при психофизиологической оценке темперамента четыре компоненты: эргичность, пластичность, скорость и эмоциональность. При анализе свойств темперамента он обращает внимание на то, что каждое из выделенных свойств темперамента должно рассматриваться отдельно, т.к. в деятельности и общении они проявляются по-разному. Он описывает свойства темперамента следующим образом.

Свойства темперамента по источнику [4]. К свойствам темперамента можно отнести те отличительные индивидуальные признаки человека, которые определяют собой динамические аспекты всех его видов деятельности, характеризуют особенности протекания психических процессов, имеют более или менее устойчивый характер, сохраняются в течение длительного времени, проявляясь вскоре после рождения (после того, как центральная нервная система приобретает специфически человеческие формы). Считают, что свойства темперамента определяются в основном свойствами нервной системы человека.

Советский психофизиолог В.М. Русалов, опираясь на новую концепцию свойств нервной системы, предложил на ее основе более современную трактовку свойств темперамента. Исходя из теории функциональной системы П. К. Анохина, включающей четыре блока хранения, циркулирования и переработки информации (блок афферентного синтеза, программирования (принятия решений), исполнения и обратной связи), Русалов выделил четыре связанные с ними свойства темперамента, отвечающие за широту или узость афферентного синтеза (степень напряженности взаимодействия организма со средой), легкость переключения с одной программы поведения на другую, скорость исполнения текущей программы поведения и чувствительность к несовпадению реального результата действия с его акцептором.

В соответствии с этим традиционная психофизиологическая оценка темперамента изменяется и вместо двух параметров — активности и чувствительности — включает уже четыре компонента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость и эмоциональность (чувствительность). Все эти компоненты темперамента, по мнению В. М. Русалова, биологически и генетически обусловлены. Темперамент зависит от свойств нервной системы, а они в свою очередь понимаются как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом.

Темперамент — это психобиологическая категория в том смысле слова, что его свойства не являются полностью ни врожденными, ни зависимыми от среды. Они, по выражению автора, представляют собой «системное обобщение» первоначально генетически заданных индивидуально-биологических свойств человека, которые, «включаясь в самые разные виды деятельности, постепенно трансформируются и образуют независимо от содержания самой деятельности обобщенную, качественно новую индивидуально устойчивую систему инвариантных свойств».

В соответствии с двумя основными видами человеческой деятельности — предметной деятельностью и общением — каждое из выделенных свойств темперамента должно рассматриваться отдельно, поскольку предполагается, что в деятельности и общении они проявляются по-разному.

Еще на одно обстоятельство, характеризующее связь темперамента со свойствами нервной системы, следует обратить внимание. Психологической характеристикой темперамента являются не сами по себе свойства нервной системы или их сочетание, а типичные особенности протекания психических процессов и поведения, которые данные свойства порождают.

Рассмотрим эти свойства применительно к познавательным процессам, предметной деятельности и общению человека. В числе соответствующих свойств можно включить активность, продуктивность, возбудимость, тормозимость и переключаемость.

Активная сторона восприятия, внимания, воображения, памяти и мышления характеризуется, соответственно, тем, насколько человек в состоянии сосредоточить, сконцентрировать свое внимание, воображение, память и мышление на определенном объекте или его аспекте. Темп проявляется в том, насколько быстро работают соответствующие психические процессы. Например, один человек запоминает, припоминает, рассматривает, представляет, думает над решением задачи быстрее, чем другой.

Продуктивность всех перечисленных познавательных процессов может быть оценена по их продуктам, по результатам, полученным в течение определенного отрезка времени. Продуктивность выше там, где за одно и то же время удается больше увидеть, услышать, запомнить, припомнить, представить, решить. Не следует смешивать продуктивность с работоспособностью. Человек, обладающий высокопродуктивными (в указанном смысле слова) познавательными [процессами](http://click.begun.ru/kick.jsp?url=4vrJyJ-3ldHQKj9t2HLyGiAd6Ehx6FDKyS5vvcb8q0hlN5xIekAPnmGeey3AnayVxptU61EO9wkxuNU3XufXK4z4ZlJ9rwJZ7sDyuBwqzjCSDzAtiQjAEj6lM4cgyzSEbDvLkwAaLfUhd0Ezj8PylxL0kdBy_By_ur9EPww3WNF8LoVRY1kWhwr4ZVDYn0pWerz4KpXHwFW8TlMVcAHBr1rXeWmpQPHPxNG9S2gpqq9gZZvUEgxKj5dGiP7cJFTB1OeSWklI6f7fdLGx8bUMOfgq8zDGcwDujcBnhws9E9UHHAOzdKGWocOkMNCPnYK6ABcAub2uKq95b_iV5p1NOl8-JlDtB25OFRMZmGMUuxUSsiJ4aTxEe3-uY1z1IiCtwOc21ORNUqdHoQQ_d2x94C2w9cFd18YRY9gORiYrnnuyjrZN4Kx24j0RyC8B8Nre), вовсе не обязательно имеет повышенную работоспособность, т. е. умение в течение длительного времени поддерживать заданный темп работы.

Возбудимость, тормозимость и переключаемость характеризуют быстроту возникновения, прекращения или переключения того или иного познавательного процесса с одного объекта на другой, перехода от одного действия к другому. Например, одним людям требуется больше, чем другим, времени для того, чтобы включиться в умственную работу или переключиться с размышления над одной темой на другую. Одни люди быстрее запоминают информацию или припоминают ее, чем другие. Здесь также следует иметь в виду, что указанные различия не определяют способности людей.

Применительно к предметной деятельности активность означает силу и амплитуду связанных с ней движений. Они у активного человека инстинктивно более широки, чем у менее активного. Например, повышенная темпераментная активность в спорте порождает у спортсмена более широкие и сильные движения, включенные в различные упражнения, чем у того, у кого это свойство темперамента выражено слабо. Более активный человек имеет более размашистый почерк, буквы у него более высоки, а расстояние между ними более значительно, чем у менее активного индивида. Человеку с повышенной активностью труднее дается выполнение слабых, тонких, небольших по амплитуде движений, в то время как человеку с пониженной активностью труднее бывает выполнять сильные и размашистые движения.

Темп работы в предметной деятельности определяется числом операций, действий, движений, выполняемых за единицу времени. Один человек предпочитает работать в быстром, другой – в медленном темпе. От активности и темпа работы зависит продуктивность действий, связанных с движениями, если никаких дополнительных требований, кроме частоты и интенсивности, к соответствующим действиям не предъявляется.

В общении людей обсуждаемые свойства темперамента проявляются аналогичным образом, только в данном случае они касаются вербального и невербального взаимодействия человека с человеком. У индивида с повышенной активностью речь, мимика, жесты, пантомимика более ярко выражены, чем у человека с пониженной активностью. Более активные люди обладают, как правило, и более сильным голосом. Темп их речи, равно как и темп эмоционально экспрессивных движений, довольно высок.

Значительно различается стиль общения у сильно и слабо возбудимых людей. Первые реагируют быстрее, легче входят в контакт, лучше адаптируются в общении, чем вторые. Тормозимые индивиды легче прекращают общение, менее словоохотливы, чем те, чьи тормозные реакции замедленные. Эти последние нередко отличаются тем, что много говорят, не отпускают собеседника и создают впечатление надоедливости. Они с трудом переключаются в общении с одной темы на другую, с одного человека на другого. «Продуктивность» их общения, т. е. способность сообщить и воспринять информацию за единицу времени, также больше, чем у людей противоположного типа — малоактивных и обладающих невысоким темпом.

***1.3 Типология темпераментов***

Под типом темперамента принято понимать определенную совокупность психологических свойств, закономерно связанных между собой и общих у данной группы людей.

Степень проявления различных свойств темперамента у разных людей одного и того же типа темперамента может быть различна, но определенное соотношение этих свойств постоянно. Взаимная связь свойств, характерная для каждого типа темперамента, проявляется также в том, что качественная характеристика каждого отдельного свойства зависит от всех остальных свойств типа темперамента. Например, несдержанность, как известно, зависит от силы нервных процессов и их уравновешенности. Неуравновешенность, т.е. преобладание возбуждения над торможением возможна при различной выраженности силы нервной системы. Несдержанность человека, у которого сильное возбуждение преобладает над сильным не менее сильным торможением, - это страстная безудержность. Несдержанность человека, у которого слабое возбуждение преобладает над еще более слабым торможением, имеет характер истерической неуравновешенности.

Психологическая характеристика типов темпераментов определяется следующими основными его свойствами.

***Сензитивность***. Определяется тем, какова сила наименьших воздействий, необходимая для возникновения какой-либо психической реакции человека, и какова скорость возникновения этой реакции.

***Реактивность*.** Определяется тем, какова степень непроизвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (критическое замечание, обидное слово, угроза, резкий и неожиданный звук).

***Активность*.** Определяется тем, с какой степенью активности (энергичности) человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия при осуществлении целей. Сюда относятся целенаправленность и настойчивость в достижении цели, сосредоточенность внимания в длительной работе и т.д.

***Соотношение реактивности и активности***. Определяется по тому, от чего в большей степени зависит деятельность человека: от случайных внешних или внутренних обстоятельств (от настроения, желания, случайных событий) или от целей, намерений, стремлений, убеждений человека.

***Темп реакций***. Определяют по скорости протекания различных психических реакций и процессов: скорости движений, темпу речи, находчивости, скорости запоминания, быстроте ума.

***Пластичность*** и противоположное ей качество – ***ригидность***. Об этом свойстве мы судим по тому, насколько легко и гибко приспосабливается человек к внешним воздействиям (пластичность) или, наоборот, насколько инертны и косны его поведение, привычки, суждения (ригидность).

***Экстраверсия*** и противоположное ей качество ***интроверсия***. Определяют по тому, от чего преимущественно зависят реакции и деятельность человека – от внешних впечатлений, возникающих в данный момент (экстравертированность) или от образов, представлений, мыслей, связанных с прошлым и будущим (интровертированность).

***Эмоциональная возбудимость.*** Определяют по тому, насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции и с какой скоростью она возникает.

Учитывая все перечисленные свойства, Е.И.Рогов со ссылкой на Я.Стреляу дает следующие характеристики основных классических типов темперамента ([4], С.388), которые по ходу рассмотрения будут сопоставляться с другими литературными источниками.

САНГВИНИК (по Рогову). Человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. Он живо, возбужденно откликается на все, что привлекает его внимание, обладает живой мимикой и выразительными движениями. По незначительному поводу он хохочет, а несущественный факт может его рассердить. По его лицу легко угадать его настроение, отношение к предмету или человеку. У него высокий порог чувствительности, поэтому он не замечает очень слабых звуков и световых раздражителей. Обладая повышенной активностью и будучи очень энергичным и работоспособным, он активно принимается за новое дело и может долго работать не утомляясь. Способен быстро сосредоточиться, дисциплинирован, при желании может сдерживать проявление своих чувств и непроизвольные реакции. Ему присущи быстрые движения, гибкость ума, находчивость, быстрый темп речи, быстрое включение в новую работу. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов и стремлений.

Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке. Без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками. Как правило, он в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем, экстраверт.

Сангвинический темперамент деятельности (по Немову, [2]) характеризует человека весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Он быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем еще недавно его очень волновало и притягивало к себе, т.е. он – человек с сильной, уравновешенной, подвижной нервной системой, обладает быстрой скоростью реакции; подвижность его нервной системы обуславливает изменчивость чувств, привязанностей, интересов, взглядов. 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. Напряженная умственная или физическая работа его быстро утомляет.

Таким образом, Рогов и Немов, сходно характеризуя сангвиника в процессе общения, по-разному оценивают его работоспособность: первый считает, что сангвиник может работать долго, не утомляясь, второй указывает на быструю утомляемость сангвиника и потерю им интереса к делу. Это противоречие разрешает Крутецкий [8], указывающий на то, что при правильном воспитании сангвиника отличает высокоразвитое чувство коллективизма, отзывчивость, активное отношение к учебной работе, труду и общественной жизни. При неблагоприятных условиях, когда отсутствует систематическое, целенаправленное воспитание, у сангвиника могут проявляться легкомысленное, беззаботное и беспечное отношение к делу, разбросанность, неумение и нежелание доводить дело до конца, несерьезное отношение к учению, труду, другим людям, переоценка себя и своих возможностей.

ХОЛЕРИК (по Рогову). Как и сангвиник, холерик отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью. Но у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда - большая устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания, он скорее экстраверт.

Холерический темперамент деятельности (по Немову, [4]) 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. Нервная система определяется преобладанием возбуждения над торможением; неуравновешенность его нервной системы предопределяет цикличность в смене его активности и бодрости.

По Немову, характеристика холерика дополняет ту, что дана Роговым, она является более психологической.

ФЛЕГМАТИК (по Рогову) обладает высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью. Его трудно рассмешить и опечалить - когда вокруг громко смеются, он может оставаться невозмутимым. При больших неприятностях остается спокойным. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедленны, так же, как речь. Он ненаходчив, с трудом переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке, медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Как правило, он трудно сходится с новыми людьми, слабо откликается на внешние впечатления, интроверт.

Флегматический темперамент деятельности (по Немову) относится к хладнокровному человеку. Он выражает собой скорее склонность к бездеятельности, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, но зато надолго. Это заменяет ему медлительность вхождения в работу. У него сильная, уравновешенная, но инертная нервная система.

Данные определения несколько по-разному оценивают рабочие качества флегматика: в первом случае делается упор на его работоспособность, во втором – на его большую склонности к безделью, чем к работе. Вновь эти противоречния снимает Крутецкий [8]. Он пишет, что при правильном воспитании у флегматика легко формируются такие черты как усидчивость, деловитость, настойчивость. Но в неблагоприятных обстоятельствах у него могут развиться вялость, инертность, пассивность, лень. Иногда у человека этого темперамента может развиться безразличное, равнодушное отношение к труду, окружающей жизни, людям и даже самому себе.

МЕЛАНХОЛИК (по Рогову). Человек с высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки. Меланхолик неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и мало работоспособен. Ему присущее легко отвлекаемое и неустойчивое внимание и замедленный темп всех психических процессов. Большинство меланхоликов - интроверты.

Немов при характеристике меланхолического темперамента деятельности ссылается на Канта: этот темперамент свойствен человеку противоположного, в основном мрачного настроя. Такой человек обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнью, придает большое значение всему, что его касается, обладает повышенной тревожностью и ранимой душой, что показывает на слабую нервную систему. Он обладает повышенной чувствительностью даже к слабым раздражителям, а сильный раздражитель уже может вызвать «срыв», растерянность. 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.

Крутецкий [8] дополняет, что в привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают продуктивно. В благоприятных условиях, при правильном воспитании обнаруживаются ценнейшие качества личности меланхолика. Его впечатлительность, тонкая эмоциональная чувствительность, острая восприимчивость окружающего мира позволяют ему добиваться больших успехов в искусстве – музыке, рисовании, поэзии.

Меланхолики часто отличаются мягкостью, тактичностью, деликатностью и отзывчивостью: кто сам раним, тот обычно тонко чувствует и боль, которую сам причиняет другим людям.

Каждый из представленных типов темперамента сам по себе не является ни хорошим, ни плохим (если не связывать темперамент и характер). Проявляясь в динамических особенностях психики и поведения человека, каждый тип темперамента может иметь достоинства и недостатки. Люди сангвинического темперамента обладают быстрой реакцией, легко и скоро приспосабливаются к изменяющимся условиям жизни, обладают повышенной работоспособностью, особенно в начальный период работы, но зато концу снижают работоспособность из-за быстрой утомляемости и падения интереса. Напротив, те, кому свойствен темперамент меланхолического типа, отличаются медленным вхождением в работу, но зато и большей выдержкой. Их работоспособность обычно выше в середине или к концу работы, а не в начале. В целом же производительность и качество работы у сангвиников и меланхоликов примерно одинаковы, а различия касаются в основном только динамики работы в разные ее периоды.

Холерический темперамент имеет то достоинство, что позволяет сосредоточить значительные усилия в короткий промежуток времени. Зато при длительной работе человеку с таким темпераментом не всегда хватает выдержки. Флегматики, напротив, не в состоянии быстро собраться и сконцентрировать усилия, но взамен этого обладают ценной способностью долго и упорно работать, добиваясь поставленной цели. Тип темперамента человека необходимо принимать в расчет там, где работа предъявляет особые требования к указанным динамическим особенностям деятельности.

Е.И.Рогов [4] заключает, что тип темперамента у человека врожденный, а от каких именно свойств его врожденной организации он зависит, еще до конца не выяснено. Однако из комментариев Крутецкого следует, что воспитание человека (или его ошибки) с одним и тем же темпераментом может приводить к различным последствиям при формирование его как личности.

**Вывод по первой главе:**

Таким образом, на основании проанализированной литературы, посвященной темпераменту и личности можно сделать выводы о том, что данная тема интересовала людей со времен древности, что темперамент был предметом исследования многих ученых. Попытки формирования различных подходов к классификации темпераментов привели к тому, что, во всяком случае, в российской науке, наиболее признанным и обоснованным оказался подход, учитывающий особенности нервной системы и психики человека.

До сих пор существуют несколько разные взгляды на природу темперамента. Значительная часть ученых считает темперамент врожденным качеством. Мне ближе подход, сформулированный Крутецким [8], считающим, что роль среды (воспитания) при формировании темперамента велика и что при правильном учете свойств темперамента и на основе этих свойств возможно формирование полноценной для общества личности. Это перекликается с точкой зрения Немова [2] о сложном процессе взаимодействия темперамента и характера, темперамента и личности в целом.

**Глава 2. Роль темперамента в трудовой и учебной деятельности человека**

***2.1 Темперамент и индивидуальный стиль деятельности***

Темперамент и деятельность ([4], С.389). Динамические черты личности человека выступают не только во внешней манере поведения, не только в движениях - они проявляются и в умственной сфере, в сфере побуждения, в общей работоспособности. Естественно, особенности темперамента сказываются в учебных занятиях и в трудовой деятельности. Но главное заключается в том, что различия по темпераментам – это различия не по уровню возможности психики, а по своеобразию ее проявлений.

Установлено отсутствие зависимости между уровнем достижений, т.е. конечным результатом действий, и особенностями темперамента, если деятельность протекает в условиях, которые можно определить как нормальные. Таким образом, независимо от степени подвижности или реактивности индивида в нормальной, несстрессовой ситуации результаты деятельности в принципе будут одинаковыми, поскольку уровень достижений будет зависеть главным образом от других факторов, в особенности от уровня мотивации и способностей. Вместе с тем исследования, устанавливающие эту закономерность, показывает, что в зависимости от темперамента изменяется способ осуществления самой деятельности.

В зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов. Были проведены исследования с целью установить зависимость между способом выполнения действий и особенностями темперамента. В этих исследованиях рассматривался индивидуальный стиль деятельности как путь к достижению результатов или способ решения определенной задачи, обусловленной главным образом типом нервной системы. Результаты исследований подавляющего большинства авторов, независимо от особенностей исследуемых групп и экспериментальных ситуаций, в которых изучался типичный для данных индивидов способ выполнения действий, показывают, что именно тип нервных процессов, оказывает существенное влияние на формирование определенного стиля деятельности.

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.

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.

Определенное сочетание свойств темперамента, проявляющееся в познавательных процессах, действиях и общении человека, определяет его индивидуальный стиль деятельности. Он представляет собой систему зависящих от темперамента динамических особенностей деятельности, которая содержит приемы работы, типичные для данного человека.

Индивидуальный стиль деятельности не сводится к темпераменту, он определяется и другими причинами, включает умения и навыки, сформировавшиеся под влиянием жизненного опыта. Индивидуальный стиль деятельности можно рассматривать как результат приспособления врожденных свойств нервной системы и особенности организма человека к условиям выполняемой деятельности. Это приспособление должно обеспечить достижение наилучших результатов в деятельности с наименьшими затратами.

То, что мы, наблюдая за человеком, воспринимаем как признаки его темперамента (разнообразные движения, реакции, формы поведения), часто является отражением не столько темперамента, сколько индивидуального стиля деятельности, особенности которого могут совпадать и расходиться с темпераментом.

Ядро индивидуального стиля деятельности определяет комплекс имеющихся у человека свойств нервной системы. Среди тех особенностей, которые относятся к самому индивидуальному стилю деятельности, можно выделить две группы:

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 [2].

***2.2 Темперамент и личность***

Личность и темперамент связаны между собой таким образом, что темперамент выступает в качестве общей основы многих других личностных свойств, прежде всего характера. Он, однако, определяет лишь динамические проявления соответствующих личностных свойств.

От темперамента зависят такие свойства личности, как впечатлительность, эмоциональность, импульсивность и тревожность. Впечатлительность — это сила воздействия на человека различных стимулов, время их сохранения в памяти и сила реакции на них. Одни и те же стимулы на впечатлительного человека оказывают большее воздействие, чем на недостаточно впечатлительного.

Впечатлительный человек, кроме того, дольше помнит соответствующие воздействия и дольше сохраняет реакцию на них. Да и сила соответствующей реакции у него значительно больше, чем у менее впечатлительного индивида.

Эмоциональность – это скорость и глубина эмоциональной реакции человека на те или иные события. Эмоциональный человек придает большую значимость тому, что происходит с ним и вокруг него. У него гораздо более, чем у неэмоционального человека, выработаны всевозможные телесные реакции, связанные с эмоциями. Эмоциональный индивид — это тот, кто почти никогда не бывает спокойным, постоянно находится во власти каких-либо эмоций, в состоянии повышенного возбуждения или, напротив, подавленности.

Импульсивность проявляется в несдержанности реакций, в их спонтанности и появлении еще до того, как человек успевает обдумать сложившуюся ситуацию и принять разумное решение по поводу того, как в ней действовать. Импульсивный человек сначала реагирует, а потом думает, правильно ли он поступил; часто сожалеет о преждевременных и неправильных реакциях.

Тревожный человек отличается от малотревожного тем, что у него слишком часто возникают связанные с беспокойством эмоциональные переживания: боязнь, опасения, страхи. Ему кажется, что многое из того, что его окружает, несет в себе угрозу для собственного «Я». Тревожный человек боится всего: незнакомых людей, телефонных звонков, экзаменов, испытаний, официальных учреждений, публичных выступлений и т.п.

Сочетание описанных свойств и создает индивидуальный тип темперамента, поэтому, характеризуя его, мы не случайно вынуждены были время от времени отступать от чисто динамических описаний и включать в них характерологические личностные качества. Те проявления темперамента, которые в конечном счете становятся свойствами личности, зависят от обучения и воспитания, от культуры, обычаев, традиций, многого другого.

Темперамент в некоторой степени влияет на развитие способностей человека, особенно тех, в состав которых входят движения с такими их существенными характеристиками, как темп, скорость реакции, возбудимость. В первую очередь это способности, включающие в свой состав сложные и точные движения с непростой траекторией и неравномерным темпом. К ним также относятся способности, связанные с повышенной работоспособностью длительной концентрации внимания [2].

Темперамент и характер. Немов [2] замечает, что в классификации темпераментов неоднократно упоминаются свойства, относящиеся не только к динамическим особенностям психики и поведения человека, но и к характеру совершаемых им типичных поступков. Это не случайно, так как в психологии взрослого человека трудно разделить между собой темперамент и характер.

Кроме того, свойства темперамента существуют и проявляются не сами по себе, а в поступках человека в различных социально значимых ситуациях. Темперамент человека определенно влияет на формирование его характера, но сам характер выражает человека не столько как физическое, сколько как духовное существо. В 1923г. швейцарский психолог и философ Карл Юнг выявил два главных типа поведения. Первый тип – экстравертированный. Люди этого типа склонны к авантюрам, открыты для окружающих и общительны. Второй тип – интровертированный. Для этих людей свойственны застенчивость, замкнутость, стремление избегать риска и социальных взаимодействий. По мнению Юнга, преобладание экстраверсии наблюдается у холериков и сангвиников, а доминирование интроверсии – у меланхоликов и флегматиков.

Рогов [4] указывает на то, что 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.

**Выводы по второй главе:**

Исследования связи темперамента и деятельности показывают важность учета этого фактора при выборе профессии, как самим человеком, так и образовательными организациями и производствами при приеме на учебу и работу.

За пределами рассмотрения остались вопросы о современных методах тестирования темперамента, о связи темперамента с особенностями культуры и психологии различных этносов, о влиянии темперамента на творческий процесс.

Знакомство с литературой по рассмотренной теме позволяет взглянуть по-новому на себя как личность, понять, как особенности темперамента повлияли на характер, на учебу и попытаться разрешить некоторые проблемы общения, учебы, изменить отношение к себе.

**Глава 3. Исследование влияния темперамента на стиль разрешения конфликтов**

От личностных особенностей человека также зависит стиль разрешать конфликтные ситуации. Темперамент оказывает существенное влияние на поведение человека в межличностных конфликтах.

Например, холерика легко вовлечь в конфликтную ситуацию, а флегматика, наоборот, трудно вывести из себя. Это теоретическое положение мы решили проверить на практике.

Эксперимент был проведен следующим образом. На первом этапе была отобрана группа из 20 человек. Все они являлись студентами первого курса. Половой состав был смешанный. На этапе наша задача состояла в определении темперамента испытуемых. Для классификации темперамента мы использовали классическое деление на сангвиников, флегматиков, меланхоликов и холериков. Для простоты эксперимента мы отобрали 10 холериков и 10 флегматиков. Для тестирования мы использовали методику -«Определение типа темперамента».(см. приложение)

На втором этапе исходя из гипотезы о влиянии свойств нервной системы (темперамента) на психологические, а значит поведенческие особенности индивида – вытекает что, темперамент будет влиять на стиль поведения в конфликте. Мы отобрали следующую классификацию конфликтных стратегий:

1. **Уклонение**. Этот стиль подразумевает, что человек старается уйти от конфликта. Его позиция - не попадать в ситуации, которые провоцируют возникновение противоречий, не вступать в обсуждение вопросов, чреватых разногласиями. Тогда не придётся приходить в возбуждённое состояние, пусть даже и занимаясь решением проблемы.
2. **Сглаживание**. При таком стиле человек убежден, что не стоит сердиться, потому что "мы все - одна счастливая команда, и не следует раскачивать лодку". Такой "сглаживатель" старается не выпустить наружу признаки конфликта, апеллируя к потребности в солидарности. Но при этом можно забыть о проблеме, лежащей в основе конфликта. В результате может наступить мир и покой, но проблема останется, что в конечном итоге произойдет "взрыв".
3. **Принуждение**. В рамках этого стиля превалируют попытки заставить принять свою точку зрения любой ценой. Тот, кто пытается это сделать не интересуется мнением других, обычно ведет себя агрессивно, для влияния на других пользуется властью путем принуждения. Такой стиль может быть эффективен там, где руководитель имеет большую власть над подчинёнными, но он может подавить инициативу подчинённых, создаёт большую вероятность того, что будет принято неверное решение, так как представлена только одна точка зрения. Он может вызвать возмущение, особенно у более молодого и более образованного персонала.
4. **Компромисс**. Этот стиль характеризуется принятием точки зрения другой стороны, но лишь до некоторой степени. Способность к компромиссу высоко ценится в управленческих ситуациях, так как это сводит к минимуму недоброжелательность, что часто даёт возможность быстро разрешить конфликт к удовлетворению обеих сторон. Однако, использование компромисса на ранней стадии конфликта, возникшего по важной проблеме может сократить время поиска альтернатив.
5. **Сотрудничество**. Данный стиль- признание различия во мнениях и готовность ознакомиться с иными точками зрения, чтобы понять причины конфликта и найти курс действий, приемлемый для всех сторон. Тот, кто использует такой стиль не старается добиться своей цели за счет других, а скорее ищет наилучший вариант решения. Данный стиль является наиболее эффективным в решении проблем.

Для определения данных стратегий у субъекта использовалась методика Томаса – поведение в конфликтной ситуации.

На третьем этапе мы сопоставили данные первого и второго тестирования. Результаты подтвердили нашу гипотезу. Для наглядности приводим сводную таблицу по всем трем этапам нашего эксперимента.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | холерики  | флегматики |
| сотрудничество |  | 5 |
| соперничество | 7 |  |
| компромисс |  | 3 |
| уклонение |  | 2 |
| принуждение | 3 |  |

Как видно из таблицы, холерики «ведомые» своим темпераментом, своей активностью и напористостью, предпочитают в ситуации конфликта или принуждение или соперничество. Флегматики же предпочитают более «мягкие стратегии» - сотрудничество, уклонение и компромисс. Таким образом «природа человека» т.е. темперамент проявляет себя в характере поведения человека.

**Заключение**

Среди множества черт характер индивида некоторые выступают как ведущие, другие как второстепенные, обусловленные развитием ведущих свойств, при этом они могут и гармонировать, и резко контрастировать с ведущими свойствами, что образует цельные или более противоречивые черты характера человека проявляется в самых различных видах его деятельности, придавая поведению целенаправленность, настойчивость, а человеку - стремление добиваться успехов. Индивидуальные различия в характерах людей касаются сочетания и степени развитости у человека различных приобретенных и наследованных свойств.

Поскольку таких черт у человека довольно много, не менее, чем несколько десятков, постольку индивидуальные различия в характерах людей бывают довольно значительными. Они зависят и от общества, в котором родился, жил и воспитывался данный человек, и от его семьи, и от того, где он учился, от коллективов, в которых он трудился, и от отдельных людей, с которыми он встречался и общался в течение жизни. Индивидуальные различия в характерах отмечаются уже в детстве к концу раннего возраста и далее постепенно увеличиваются.

Таким образом, во всех своих проявлениях темперамент опосредован и обусловлен реальными условиями и конкретным содержание жизни человека.

Поэтому следует помнить, что деление людей на четыре вида темперамента очень условно. Существуют переходные, смешанные, промежуточные типы темперамента; часто в темпераменте человека соединяются черты разных темпераментов. Темперамент может также изменяться и в результате самовоспитания. Даже взрослый человек может изменить в определенную сторону свой темперамент. Поэтому «чистые» типы темперамента встречаются относительно редко.

Главная задача нашего эксперимента состояла в том что бы проверить что существует связь между свойствами нервной системы и приобретенным поведением, стилем, манерой человека или, говоря более обобщено, характером человека.

По результатам эксперимента мы подтвердили данное положение. Результаты указывают, что холерики более склонны к активным, а в крайней форме - агрессивным стратегиям или стилям поведения. А флегматики к более пассивным и более мягким стилям поведения в конфликтной ситуации.

**Список использованной литературы**

1.Змановская Е. В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения). — М.:ACADEMIA, 2003.

2. Немов Р.С. Психология. Книга 1. Общие основы психологии. – 3-е изд. – М.: Владос, 1999.

3.Клейберг Ю. А. Психология поведения. — М.:2001.

4. Крысько В.Г. Общая психология в схемах и комментариях к ним. Учебно- методическое пособие. М.: «Флинта». 1998.

5. Общая психология (курс лекций). Составитель Е.И.Рогов. М.: «Владос». – 1995.

6. Общая психология. Учебник для пед. ин-тов / Под ред. проф. А.В.Петровского. - Изд. 2-е, доп. и перераб. – М.: Просвещение, 1976.

7. Общая психология. /Под ред. В.В.Богословского, А.Г.Ковалевой, А.А.Степановой, С.Н.Шабалиной. – 2-у изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1973.

8.Горянина "Психология общения". М., 1994.

9. Столяренко Л.Д., Самыгин С.И. Психология и педагогика в вопросах и ответах (для студентов вузов). - М.: АСТ, Ростов – на Дону: Феникс. 1999.

10. Психология. Учебник. /Под ред. А.А.Крылова. – М.: Проспект. 2000.

11. Субъект деятельности. Хрестоматия по общей психологии. Под ред. В. В. Петухова.—М.:2000.

12. Крутецкий В.А. Психология. – М.: Просвещение, 1986.

13. Коломинский Я.Л. Человек: психология. Книга для учащихся старших классов. М.: Просвещение, 1980.

14.Куницына, Казаринова "Межличностное общение". С.-П., 1985.

15 Леонгард К. Акцентуированные личности. Пер. с нем. - Киев, 1981 год

16.Лаврененко "Психология и этика делового общения". М., 1988.

17.Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера. Л., 1983

18.Поведение и характер подростков как психолого-педагогическая проблема «Учительская газета» №13-2002

19.Щедровицкий Г. П. Об исходных принципах анализа проблемы обучения и развития в рамках теории деятельности.— В кн.: Обучение и развитие: Материалы к симпозиуму. М.: Просвещение, 1996,

20. Щедровицкий Г. П.Проблемы методологии системного исследования. М.: Знание, 1994.

**Приложение**

**ТЕСТ ТОМАСА (ПОВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТНОЙ СИТУАЦИИ)**

С помощью этого теста предлагаем вам определить собственный стиль поведения в конфликтной ситуации. Всего таких стилей пять.

Сотрудничество - оптимально почти всегда.

Компромисс - вполне приемлемо в ряде случаев.

Избегание (уход) - в случае неспровоцированных партнером «пожаров».

Приспособление - возможно в тех случаях, когда партнер действительно прав.

Соперничество - наименее эффективный, но наиболее часто используемый способ поведения в конфликтах.

Для того, чтобы определить, к какому способу вы склонны, нужно внимательно прочитав каждое из двойных высказываний а) и б), выбрать то из них, которое в большей степени соответствует тому, как вы обычно поступаете и действуете.

1 . а) иногда я предоставляю другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса

б) чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны

2. а) я стараюсь найти компромиссное решение

б) я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов и другого человека, и моих собственных

3. а) обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего

б) иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

4. а) я стараюсь найти компромиссное решение

б) я стараюсь не задеть чувств другого человека.

1. а) улаживая спорную ситуацию, я все время пытаюсь найти поддержку другого

б) я стараюсь делать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

а) я пытаюсь избежать неприятностей для себя

б) я стараюсь добиться своего.

7.а) я стараюсь отложить решение спорного вопроса, чтобы со временем решить его окончательно

б) я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

8. а) обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего

б) я первым делом стараюсь определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы.

9.а) я думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникших разногласий

б) я предпринимаю усилия, чтобы добиться своего.

10. а) я твердо стремлюсь добиться своего.

б) я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. а) первым делом я стремлюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы и спорные вопросы

б) я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

12. а) я зачастую избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры

б) я даю возможность другому в чем то остаться при своем мнении, если он также идет навстречу.

13. а) я предлагаю среднюю позицию

б) я настаиваю, чтобы все было сделано по - моему.

1. а) я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах

б) я пытаюсь показать другому логику и преимущество моих взглядов.

1. а) я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения

б) я стараюсь сделать все необходимое, чтобы избежать напряжения.

16. а) я стараюсь не задеть чувств друтого

б) я обычно пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17. а) обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего

б) я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18. а) я стараюсь не задеть чувств другого

б) я дам другому возможность остаться при своем мнении, если он идет мне навстречу.

19. а) первым делом я пытаюсь определить то, в чем состоит все затронутые интересы и спорные вопросы.

б) я стараюсь отложить все спорные вопросы, чтобы со временем решить их окончательно.

20. а) я пытаюсь медленно преодолеть все наши разногласия

б) я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для нас обоих.

21. а) ведя переговоры, стараюсь быть внимательным к другому

б) я всегда склоняюсь к прямом}' обсуждению проблемы.

22. а) я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и позицией другого человека

б) я отстаиваю свою позицию.

23. а) я как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас

б) иногда я предоставляю возможность другому взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

1. а) если позиция другого кажется ему очень важной, я стараюсь идти ему навстречу

б) я стараюсь убедить другого пойти на компромисс.

1. а) я пытаюсь убедить другого в своей правоте

б) ведя переговоры, я пытаюсь быть внимательным к аргументам другого.

26. а) я обычно предлагаю среднюю позицию

б) я почти всегда стремлюсь удовлетворить интересы каждого из нас.

27. а) зачастую стремлюсь избежать споров

б) если это сделает другого человека счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28. а) обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего

б) улаживая ситуацию, я обычно стремлюсь найти поддержку у другого.

29. а) я предлагаю среднюю позицию

б) я думаю, что не всегда стоит волноваться из-за возникающих обстоятельств.

30. а) я стараюсь не задеть чувств другого

б)я всегда занимаю такую позицию в споре, чтобы мы совместно могли добиться успеха.

**КЛЮЧ ОПРОСНИКА**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п.п. | соперничество | сотрудничество | компромисс | избежание | приспособление |
| 1 |  |  |  | А | Б |
| 2 |  | Б | А |  |  |
| 3 | А |  |  |  | Б |
| 4 |  |  | А |  | Б |
| 5 |  | А |  | Б |  |
| 6 | Б |  |  | А |  |
| 7 |  |  | Б | А |  |
| 8 | А | Б |  |  |  |
| 9 | Б |  |  | А |  |
| 10 | А |  | Б |  |  |
| 11 |  | А |  |  | Б |
| 12 |  |  | Б | А |  |
| 13 | Б |  | А |  |  |
| 14 | Б | А |  |  |  |
| 15 |  |  |  | Б | А |
| 16 | Б |  |  |  | А |
| 17 | А |  |  | Б |  |
| 18 |  |  | Б |  | А |
| 19 |  | А |  | Б |  |
| 20 |  | А | Б |  |  |
| 21 |  | Б |  |  | А |
| 22 | Б |  | А |  |  |
| 23 |  | А |  | Б |  |
| 24 |  |  | Б |  | А |
| 25 | А |  |  |  | Б |
| 26 |  | Б | А |  |  |
| 27 |  |  |  | А | Б |
| 28 | А | Б |  |  |  |
| 29 |  |  | А | Б |  |
| 30 |  | Б |  |  | А |

**ТЕСТ НА ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА**

Вы хотите узнать свой темперамент? Методика проста. Внимательно прочитав "паспорт" каждого из четырех основных видов темперамента, выпишите номера тех черт, которые, по вашей оценке, у вас или у того, чей темперамент вы решили определить, наиболее ярко проявляются. Можно с уверенностью сказать, что тот "паспорт", в котором таких выборов больше всего, и характеризует ваш темперамент. Выборы, отмеченные в

"паспортах" других темпераментов, скорее, говорят о проявлении у вас характерологических особенностей, волевых качеств, привычек поведения.

Если вы:

1. Неусидчивы, суетливы. 2. Невыдержанны, вспыльчивы. 3. Нетерпеливы. 4. Резки и прямолинейны в отношении с людьми. 5. Решительны и инициативны. 6. Упрямы. 7. Находчивы в споре. 8. Работаете рывками. 9. Склонны к риску. 10. Не злопамятны и не обидчивы. 11. Обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью. 12. Неуравновешенны и склонны к горячности. 13. Нетерпимы к недостаткам. 14. Агрессивны. 15. Обладаете выразительной мимикой. 16. Способны быстро действовать и решать. 17. Неустанно стремитесь к новому. 18. Обладаете резкими порывистыми движениями. 19.' Настойчивы в достижении поставленной цели. 20. Склонны к резким сменам настроения, — то вы ХОЛЕРИК.

Если в ы:

1. Веселы и жизнерадостны. 2. Энергичны и деловиты. 3. Часто не доводите начатое дело до конца. 4 Склонны переоценивать себя. 5. Способны быстро схватывать новое. 6. Неустойчивы в интересах и склонностях. 7. Легко переживаете неудачи и неприятности. 8. Легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам. 9. С увлечением беретесь за любое новое дело. 10. Быстро остываете, если дело перестает вас интересовать. 11. Быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую. 12. Тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы. 13. Общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми. 14. Выносливы и работоспособны. 15. Обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами, выразительной мимикой. 16. Сохраняете самообладание в неожиданной сложной обстановке, обладаете всегда бодрым настроением. 17. Быстро засыпаете и пробуждаетесь. 18. Часто несобранны, проявляете поспешность в решениях. 19. Склонны иногда "скользить по поверхности", отвлекаться, — то вы САНГВИНИК.

Если в ы:

1. Спокойны и хладнокровны. 2.Последовательны и обстоятельны в делах. 3. Осторожны и рассудительны. 4. Умеете ждать. 5. Молчаливы и не любите попусту болтать. 6. Обладаете спокойной, равномерной речью, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики. 7.

Сдержанны и терпеливы. 8. Доводите начатое дело до конца. 9. Не растрачиваете попусту сил. 10. Строго придерживаетесь выработанного распорядка жизни, системы в работе. 11. Легко сдерживаете порывы. 12. Мало восприимчивы к одобрению и порицанию. 13. Незлобливы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес. 14. Постоянны в своих отношениях и интересах. 15. Медленно включаетесь в работу и переключаетесь с одного дела на другое. 16. Ровны в отношениях со всеми. 17. Любите аккуратность и порядок во всем. 18. С трудом приспосабливаетесь к новой обстановке. 19. Обладаете выдержкой. 20. Взявшись за выполнение задачи, стараетесь решить ее до конца, не переключаясь на другие дела, — то вы, вне сомнения, ФЛЕГМАТИК.

Если вы:

1. Стеснительны и застенчивы. 2. Теряетесь в новой обстановке. 3. Затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми. 4. Не верите в свои силы. 5. Легко переносите одиночество. 6. Чувствуете подавленность и растерянность при неудачах. 7. Склонны уходить в себя. 8. Быстро утомляетесь. 9. Обладаете слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота. 10. Невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника. 11. Впечатлительны до слезливости. 12. Чрезвычайно впечатлительны к одобрению и порицанию. 13. Предъявляете высокие требования к себе и окружающим. 14. Склонны к подозрительности, мнительности. 15. Болезненно чувствительны и легкоранимы. 16. Чрезмерно обидчивы. 17. Скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями. 18. Малоактивны и робки. 19. Безропотно покорны. 20. Стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих, — то вы МЕЛАНХОЛИК.

Не забывайте, что это ваша собственная, а значит, субъективная оценка самого себя. Было бы неплохо, если ваш темперамент оценил кто-то другой и вы сравнили бы оценки.