Содержание

Введение. 3

Глава I. Темперамент как психологическая категория. 5

1. Общее представление о темпераменте. 5

1.1 Типы темпераментов. 5

1.1.1 Холерик. 6

1.1.2 Сангвиник. 7

1.1.3 Флегматик. 9

1.1.4 Меланхолик. 10

1.2 Какой темперамент лучше? 11

2. Концепции и теории темперамента. 12

2.1 Ранние теории темперамента. 12

2.2 Некоторые зарубежные подходы к анализу сущности темперамента. 14

2.3 Теория И.П.Павлова. 15

2.4 Основные свойства нервной системы по Б.М.Теплову и В.Д.Небылицину. 20

2.5 Концепция темперамента В.М.Русалова. 24

Глава II. Возрастные особенности темперамента младшего школьника. 31

1. Возрастные изменения темперамента. 31

2. Особенности проявления темперамента у младших школьников. 36

2.1 Сангвиник 36

2.2 Холерик 37

2.3 Флегматик 38

2.4 Меланхолик 39

3. Учет темпераментальных особенностей младших школьников в учебно-воспитательной работе. 40

3.1 Учебно-воспитательная работа с сангвиниками. 40

3.2 Учебно-воспитательная работа с холериками. 41

3.3 Учебно-воспитательная работа с флегматиками. 43

3.4 Учебно-воспитательная работа с меланхоликами. 45

4. Психолого-педагогические рекомендации для проведения урока с учетом особенностей темперамента младших школьников. 47

Список использованной литературы. 52

# Введение.

Одна из заметных тенденций нашего времени – это признание важности человеческой личности. Пристальное внимание и учет «человеческого фактора» наблюдается во всех сферах, так как без этого в настоящее время ничего сделать нельзя.

Итак, если в прошлые эпохи человек чаще всего воспринимался как винтик общества, государства и т.п., то теперь набирает силу подход, согласно которому необходим индивидуальный подход к человеку во всех сферах: в бизнесе, на производстве и, конечно, **в образовании**. Этого требует время, с его суперсложными технологиями, с обилием информации и пр. Нужны не винтики, не послушные исполнители, а самостоятельные и зрелые личности. В деле создания условий для становления и развития таких личностей очень многое может и должно сделать образование, в частности начальное образование.

Проблема индивидуального подхода в обучении разрабатывается в отечественной науке давно, однако, сейчас актуальность таких исследований особенно велика в связи с указанными выше обстоятельствами. Учет индивидуальных особенностей учащихся необходим в отношении различных сторон его личности, в том числе в отношении темпераментальных особенностей детей.

Темперамент - это сочетание индивидуально-психологических особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоционально-волновую стороны ее поведения и деятельности. Большинство ученых едины в мнении, что темперамент – это врожденная характеристика, а значит его изменить нельзя. И поэтому, тем более **важно** учитывать темперамент ребенка в учебно – воспитательной работе с ним.

Ребенка можно уподобить цветку, которому для того, чтобы расцвести нужно создать необходимые условия, учитывающие особенности этого цветка. Если не учитывать темперамент ребенка в учебно-воспитательном процессе, то ребенку будет сложнее расцвести, труднее раскрыть особенности таланты своей личности. Вот почему, тема изучения особенностей темперамента младших школьников очень **важна** для учителей начальной школы, **актуальна** для них. Конечно, учебно – воспитательный процесс в начальной школе построен таким образом, что у учителя нет возможности заниматься с каждым в отдельности, но выделять среди учащихся представителей четырех типов темперамента и учитывать это при: распределении заданий, при определении объема и времени выполнения заданий, при выставлении оценок и т.д. он может. Такой подход существенно повысит эффективность учебно-воспитательного процесса с младшими школьниками.

**Объект** данного исследования – личностные особенности ребенка младшего школьного возраста.

**Предмет** исследования – особенности темперамента младших школьников.

**Цель** работы – выявить особенности темперамента младших школьников; рассмотреть методические рекомендации по учебно-воспитательной работе с детьми, обладающими разным темпераментом.

Для реализации поставленной цели будут решены следующие **задачи**:

1. рассмотреть общепсихологическое представление о темпераменте;
2. рассмотреть общую характеристику четырех темпераментов;
3. выявить возрастные особенности темперамента;
4. проанализировать возрастные особенности темперамента младших школьников;
5. рассмотреть особенности проявления четырех темпераментов у младших школьников;
6. сформулировать методические рекомендации по учету темпераментальных особенностей младших школьников в учебно – воспитательной работе.

Гипотеза данного исследования – учет возрастных особенностей темперамента младших школьников, а также индивидуальных проявлений темперамента повышает эффективность учебно – воспитательной работы.

# Глава I. Темперамент как психологическая категория.

# 1. Общее представление о темпераменте.

Темпераментом называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

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

 Общая активность определяется интенсивностью объемом взаимодействия человека с окружающей средой - физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным. Проявления 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.п.

## 1.1 Типы темпераментов.

Как отмечалось во введении, темперамент изучают с точки зрения его физиологической основы, а также исходя из особенностей его проявления в виде различных психологических качеств и характеристик. При этом первые исследования темперамента были связаны именно с первым направлением - на протяжении длительной истории своего изучения темперамент всегда связывался с органическими основами, или физиологическими особенностями организма.

 Корнями эта физиологическая ветвь учения о темпераменте уходит в античный период. Гипократ (V в. до н.э.) описал четыре типа темперамента, исходя из физиологических представлений того времени. Считалось, что в организме человека имеется четыре основных жидкости, или "сока": кровь, слизь, желтая желчь и черная желчь. Смешиваясь в каждом человеке в определенных пропорциях, они и составляют его темперамент (лат. - смесь, соотношение). Конкретное наименование каждый темперамент получил по названию той жидкости, которая якобы преобладает в организме. Соответственно были выделены следующие типы темперамента: сангвинический (от лат. sanguis - кровь), холерический (от греч. chole - желчь), флегматический (от греч. phlegma - слизь) и меланхолический (от греч. melaina chole ­черная желчь).

 Но со временем появились умозаключения о том, какие психические свойства должны быть у человека, в организме которого преобладает кровь, желтая желчь и т.д. Отсюда и появились психологические описания - "портреты" различных темпераментов. Рассмотрим кратко эти описания, опираясь как на научные, так и на литературные источники (например описания французского писателя Стендаля и немецкого философа Канта). Описания Стендаля содержат все признаки общежитейского представления о темпераментах, которое мало изменилось и по настоящий день.

### 1.1.1 Холерик.

Стендаль пишет о холерическом темпераменте следующее. "Желчь - один из самых своеобразных элементов в человеческом организме. В химическом отношении это вещество горючее, белковое, пенящееся. С точки зрения физиолога, это очень подвижная жидкость, сильно возбуждающая и действующая подобно дрожжам". Душевные свойства этого типа по Стендалю: повышенная впечатлительность, движения резкие. порывистые. "Пламя, пожирающее человека желчного темперамента, порождает мысли и влечения самодовлеющие и исключительные. Оно придает ему почти постоянное чувство тревоги. Без труда дающееся сангвинику чувство душевного благополучия ему совершенно незнакомо: он обретает покой только в самой напряженной деятельности. Человек холерического темперамента предназначен к великим делам своей телесной организацией",- считает французский писатель.

 В психологической литературе холерический темперамент деятельности характеризует вспыльчивого человека. О таком человеке говорят, что он слишком горяч, несдержан. Вместе с тем такой индивид быстро остывает и успокаивается, если ему уступают, идут навстречу. Его движения порывисты, но непродолжительны. Сведя особенности холерика к набору качеств, можно написать следующее. Холерик: 1)неусидчив и суетлив; 2)невыдержан и вспыльчив; 3)резок и прямолинеен; 4)решителен и инициативен 5)упрям; 6)находчив в споре; 7) работает рывками; 8) склонен к риску; 9)незлопамятен и необидчив; 10) обладает быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью; 11)неуравновешен и склонен к горячности; 12)агрессивный забияка; 13) нетерпим к недостаткам; 14) обладает выразительной мимикой; 15) способен быстро действовать и решать; 16) неустанно стремится к новому; 17) обладает резкими, порывистыми движениями; 18) настойчив в достижении поставленной цели; 19) склонен к резким сменам настроения.

### 1.1.2 Сангвиник.

Сангвиник, по Стендалю, - это "человек с ослепительным цветом лица, довольно полный, веселый, с широкой грудью, которая заключает в себе вместительные легкие и свидетельствует о деятельном сердце, следовательно, быстром кровообращении и высокой температуре".

 Душевные свойства сангвиника: "приподнятое состояние духа, приятные и блестящие мысли, благожелательные и нежные чувства; но привычки отличаются непостоянством; есть что-то легковесное и изменчивое в душевных движениях; уму недостает глубины и силы. Сангвинику нельзя поручить защиту важной крепости, зато его следует пригласить на роль любезного царедворца. Подавляющая масса французов - сангвиники, и поэтому в их армии во время отступления из России не было никакого порядка, считает классик французской литературы".

 Считается, что сангвинический темперамент деятельности характеризует человека весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутников, балагуром. Он быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем еще недавно его очень волновало и притягивало к себе. Сангвиник много обещает, но не всегда сдерживает свои обещания. Он легко и с удовольствием вступает в контакты с незнакомыми людьми, является хорошим собеседником, все люди ему друзья. Его отличает доброта, готовность прийти на помощь. Напряженная умственная или физическая работа его быстро утомляет.

 Сангвиник: 1)весел и жизнерадостен; 2) энергичен и деловит; 3) часто не доводит начатое дело дол конца; 4) склонен переоценивать себя; 5) способен быстро схватывать новое; 6) неустойчив в интересах и склонностях; 7) легко переживает неудачи и неприятности; 8) легко приспосабливается к разным обстоятельствам; 9) с увлечением берется за новое дело; 10) быстро остывает, если дело перестает его интересовать; 11) быстро включатся в новую работу и быстро переключается на другую; 12) тяготится однообразием, будничной кропотливой работой; 13) общителен и отзывчив, не чувствует скованности с новыми для него людьми; 14) вынослив и работоспособен; 15) обладает громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами и выразительной мимикой; 16) сохраняет самообладание в неожиданной и сложной остановке; 17) обладает всегда бодрым настроением; 18) быстро засыпает и пробуждается; 19) часто несобран и проявляет поспешность в решениях; 20) склонен иногда скользить по поверхности, отвлекаться.

### 1.1.3 Флегматик.

Флегматический темперамент присущ гораздо больше северным народам, например, голландцам, считает Стендаль. "Посетите Роттердам, и вы их увидите. Вот навстречу вам идет толстый, рослый блондин с необыкновенно широкой грудью. Вы можете заключить, что у него сильные легкие, большое сердце, хорошее кровообращение. Нет, эти объемистые легкие сдавлены излишним жиром. Они получают и перерабатывают лишь очень небольшое количество воздуха. Движения флегматика вялы и медлительны. В результате маленький и подвижные гасконец побивает огромного гренадера-голландца".

 Душевные свойства: "флегматику совершенно чужда тревога, из которой возникают великие дела, манящие холерика. Его обычное состояние - спокойное, тихое благополучие. Ему свойственна мягкость, медлительность, лень, тусклость существования". Флегматический темперамент деятельности 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.

 Флегматик: 1) спокоен и хладнокровен; 2) последователен и обстоятелен в делах; 3) осторожен и рассудителен; 4) умеет ждать; 5) молчалив и не любит попусту болтать; 6) сдержан и терпелив; 7) доводит начатое дело до конца; 8) не растрачивает попусту сил; 9) строго придерживается выработанного распорядка жизни и системы в работе; 10) легко сдерживает порывы; 11) маловосприимчив к одобрению и порицанию; 12) незлобив, проявляет снисходительное отношение к колкостям в свой адрес; 13) постоянен в своих интересах и отношениях; 14) медленно включается в работу и переключается с одного дела на другое; 15) ровен в отношениях со всеми; 16) с трудом приспосабливается к новой обстановке; 17) обладает выдержкой ; 18) любит основательно обдумать решение.

### 1.1.4 Меланхолик.

Меланхолика, считает Стендаль, отличают стесненность в движениях, колебания и осторожность в решениях. Чувства его лишены непосредственности. "Когда он входит в гостиную, то пробирается вдоль стен. Самую простую вещь эти люди умудряются высказать с затаенной и мрачной страстностью. Любовь для них всегда дело серьезное. Один юноша-меланхолик пустил себе пулю в лоб из-за любви, но не потому, что она была несчастной, а потому, что он не нашел в себе сил признаться предмету своего чувства. И смерть показалась ему менее тягостной, чем это объяснение".

 Меланхолический темперамент деятельности, по Канту, свойствен человеку в основном мрачного настроя. Такой человек обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнь, придает большое значение всему, что его касается, обладает повышенной тревожностью и ранимой душой. Такой человек нередко бывает сдержанным и особенно контролирует себя при выдаче обещаний. Он никогда не обещает того, что не в состоянии сделать, весьма страдает от того, что не может выполнить данное обещание, даже в том случае, если его выполнение непосредственно от него самого не зависит. Меланхолик: 1) стеснителен и застенчив; 2) теряется в новой обстановке; 3) затрудняется установить контакт с незнакомыми людьми; 4) не верит в свои силы; 5) легко переносит одиночество; 6) чувствует подавленность и растерянность при неудачах; 7) склонен уходить в себя; 8) быстро утомляется; 9) обладает слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота; 10) невольно приспосабливается к характеру собеседника; 11) впечатлителен до слезливости; 12) чрезвычайно восприимчив к одобрению и порицанию; 13) предъявляет высокие требования к себе и окружающим; 14) склонен к подозрительности и мнительности; 15) болезненно чувствителен и легко раним; 16) чрезвычайно раним; 17) скрытен и необщителен, не делится ни с кем своими мыслями; 18) малоактивен и робок; 19) безропотно покорен; 20) стремится вызвать сочувствие и помощь у окружающих.

## 1.2 Какой темперамент лучше?

Ответ на этот вопрос звучит так: "Никакой". Это связано с самой сущностью темперамента как динамической характеристики психики. Он как бы окрашивает в динамические характеристики (темп, быстрота, интенсивность, сила и т.д.) проявление свойств личности и протекания психических процессов. Таким образом, темперамент - нейтральный фактор психики.

 Итак, каждый из описанных выше 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 свои достоинства им 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 к 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.

Подобных позиций о равноправии темпераментов придерживались такие крупные специалисты в этой области как Б.М.Теплов и В.Д.Небылицын. По их мнению, вопрос, какой темперамент является лучшим, неправомерен. Предположение, что бывают худшие и лучшие темпераменты, вредно с социальной точки зрения и приводит к ничем не обоснованным пессимистическим выводам, особенно в педагогике[[1]](#footnote-1).

Однако, такая аргументация, однако, не ка­жется убедительной Я.Стреляу. «Вряд ли кто-нибудь будет сего­дня утверждать, что все люди обладают одинаковыми умственными способностями, памятью и т. п. Разве обнаружение такого рода различий тоже является общественно вредным? На наш взгляд, как раз наоборот!»[[2]](#footnote-2), - пишет он. В данном случае исследователь имеет в виду разную ценность темпераментов с точки зрения адаптивных способностей. И этот вопрос он призывает рассматривать всегда в зависимости от конкретной обстановки.

# 2. Концепции и теории темперамента.

## 2.1 Ранние теории темперамента.

Слово «темперамент» происходит от латинского «temperamentum», являющегося переводом греческого слова «krasis», и означает «надлежащее соотношение час­тей». Как уже указывалось выше, в Древней Греции предполагали, что определенное соотношение жидкостей организма, которых тогда было известно только четыре: кровь (отсюда — сангви­ник), желчь (холерик), черная желчь (ме­ланхолик) и слизь (флегматик), является основной причиной различий в психике и поведении человека. В настоящее время эти представления имеют чисто историчес­кий интерес.

Гуморальная (жидкостная) теория темперамента отразила некоторые элементы истинного знания и стала своего рода прообразом, моделью современных, более развитых представлений о природ­ных предпосылках индивидуальных разли­чий. Древние греки не знали и не могли знать всего богатства природных характе­ристик человека: строения его мозга, свойств нервной системы и т. д. Однако, исходя из представлений о целостности и единстве организма, они гениально пред­видели возможную связь между свойст­вами организма и свойствами психики. Отсюда исторически сложилось пони­мание темперамента как такого аспекта индивидуально-психологических различий, который обусловлен преимущественно биологическими свойствами человеческо­го организма.

В истории развития учения о темпераменте четко выделяются два ас­пекта: первый связан с трансформацией представлений о биологических основах темперамента, второй — с изменением по­нимания самих психологических состав­ляющих темперамента.

Долгое время, по крайней мере до конца XIX в., считалось, что в детерминации темперамента особую роль играют телесные жидкости, в частности свойства крови. И только в начале нашего века произошли резкие изменения в ин­терпретации биологических основ темпе­рамента. В этом огромную роль сыграли работы Э. Кречмера, который попытался «увязать» особенности темперамента уже не с гуморальными системами, а с особен­ностями строения тела человека. Он ут­верждал, что каждому типу телосложения соответствует определенный психологи­ческий склад темперамента, или, согласно его терминологии, характера, а также оп­ределенная склонность к тому или иному психическому заболеванию. Астеникам свойственна замкнутость, эмоциональная ранимость, быстрая утомляемость, пикни­ки — люди разговорчивые, общительные, любители хорошо поесть, легко заводят друзей. Атлеты — агрессивны, власто­любивы [[3]](#footnote-3).

Американские исследователи У.Шелдон и С.Стивене[[4]](#footnote-4) предприняли попытку также вывести из типа телосложения оп­ределенный темперамент человека. Их схема телосложения была намного слож­нее, чем у Кречмера. Они оценивали те­лосложение по развитию трех основных тканей человека: экто-, мезо- и эндоморфии. Согласно Шелдону и Стивенсу, экто-морфы, т. е. люди, у которых преобладают эктоморфные ткани (кожа, волосы, нерв­ная система), характеризуются церебротоническим темпераментом, а именно: тягой к эстетическим наслаждениям и холодностью в общении с людьми. Эндоморфы, люди с хорошо развитыми внут­ренними органами, отличаются живым, общительным темпераментом. Лицам с хорошо развитой костной и мышечной тканями (мезоморфам) свойственна тяга к соревновательности, агрессивности.

## 2.2 Некоторые зарубежные подходы к анализу сущности темперамента.

В зарубежных странах теоретические вопросы, касающиеся сущности темпера­мента, практически не ставились. Для большинства западных психологов харак­терна эмпирическая направленность ис­следований темперамента, что нашло свое яркое выражение в так называемом «фак­торном» подходе к изучению структуры темперамента.

Одна из первых попыток изучения структуры темперамента принад­лежит английскому психологу С. Берту. В своем исследовании он использовал только эмоциональные характеристики темперамента, а именно 11 эмоций: гнев, страх, нежность, любопытство, чувство безо­пасности, дружелюбие, удовольствие, ощу­щение неприятности, половое влечение, отвращение и покорность. На основе фак­торного анализа он выделил три фактора темперамента:

- общую эмоциональность,

- стенические эмоции-астенические эмо­ции,

- положительные эмоции—отрицатель­ные эмоции.

Взгляды Берта на структуру темперамента не получили широкого рас­пространения. Это объясняется, видимо, тем, что в его классификации свойств тем­перамента, с одной стороны, отсутствуют характеристики активности, а с другой — не предложено диагностических методов, с помощью которых можно было бы из­мерять выделенные факторы.

Следующие попытки исследования структуры темперамента принадлежат Дж.Гилфорду. Он предложил так называе­мую 13-факторную структуру темперамента. Однако в дальнейшем было показано, что выделенные Гилфордом факторы не явля­ются независимыми друг от друга, а обра­зуют некоторые кластеры. Его последова­тельница К.Лоуэлл, проведя факторный анализ второго порядка, выделила основ­ные четыре независимых параметра тем­перамента:

1. вспыльчивость-сдержан­ность;
2. реализм;
3. эмоциональность;
4. социальную адаптируемость.

Гораздо больший успех выпал на долю факторной концепции темперамента Айзенков. Отличительной характеристикой теории Г. и М. Айзенков является ее опора на огромный, более чем на тридцатилет­ний экспериментальный материал, под­твердивший существование таких фунда­ментальных черт темперамента (личности — по терминологии Айзенков), как экстра­версия—интроверсия, нейротицизм (эмо­циональная устойчивость—эмоциональная неустойчивость) и психотизм. По мнению Айзенков, именно эти три фундаменталь­ных измерения темперамента являются универсальными, присущими всем пред­ставителям Homo sapiens и могут быть по­ложены в основу типологии темпера­мента.

## 2.3 Теория И.П.Павлова.

Решающий сдвиг в понимании биоло­гических основ темперамента произошел в начале 30-х гг. нашего века благодаря ра­ботам И.П. Павлова. Он впервые высказал мысль о том, что в ос­нове темперамента лежат не свойства жид­костей или телесных тканей, а особен­ности функционирования нервной системы. Павлов пытался показать, что физиологическую основу темперамента составляют не жидкостные компоненты внутренней среды организма, а свойства нервной системы, тип высшей нервной деятельности.

Как доказал И.П.Павлов, динамика протекания психической деятельности и индивидуальные особенности поведения всецело зависят от индивидуальных различий в деятельности нервной системы. Проявление и соотношение свойств двух основных нервных процессов — возбуждения и торможения — является основой этих различий в нервной деятельности.

И. П. Павлов различал силу процесса возбуждения и силу процесса торможения, считая их двумя независимыми свойствами нервной системы. Сила процесса возбуждения, в которой он видел наиболее важную характеристику нервной системы, отражает работоспособность нервной клетки. Она проявляется прежде всего в функциональной выносливости, то есть в способности выдерживать длительное или кратковременное, но сильное возбуждение, не переходя в состояние охранительного торможения. Мерой силы процесса возбуждения является способ реагирования на сильные, продолжительные или часто повторяющиеся раздражители.

Сила процесса торможения, выполняющая в типологии Павлова скорее второстепенную роль, понимается как функциональная работоспособность нервной системы при реализации торможения, причем речь идет об условном, выработанном в результате обучения торможении, в отличие от безусловного торможения.

Вместе со своими сотрудниками он выявил три основных свойства нервной системы, из комбинации которых закладывается тот или иной тип темперамента. Вот они:

1. Подвижность процессов возбуждения и торможения,
2. Баланс, или Уравновешенность,
3. Сила процессов возбуждения и торможения.

Сила нервных процессов выражается в способности нервных клеток переносить продолжительное или кратковременное, но очень концентрированное возбуждение и торможение. Это определяет работоспособность (выносливость) нервной системы.

Слабость нервных процессов характеризуется неспособностью выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение. Нервные клетки быстро переходят в состояние охранительного торможения при действии весьма сильных раздражителей. Таким образом, в слабой нервной системе нервные клетки отличаются низкой работоспособностью, а энергия их быстро истощается. Но зато такая нервная система обладает большой чувствительностью: даже на слабые раздражители она дает соответствующую реакцию.

В жизни людей часто возникает необходимость торможения сильных возбуждений, чтобы осуществить реакции на другие интенсивные раздражители окружающей среды, «и нервные клетки должны выносить эти чрезвычайные напряжения своей деятельности. Отсюда же вытекает и важность равновесия, равенства силы обоих нервных процессов». 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.

Уравновешенность является важным свойством высшей нервной деятельности нервных процессов, то есть пропорциональное соотношение возбуждения и торможения. У некоторых людей эти два процесса взаимно уравновешиваются, а у других этого равновесия не наблюдается: преобладает или процесс торможения или процесс возбуждения.

Одно из основных свойств высшей нервной деятельности — подвижность нервных процессов. Подвижность нервной системы характеризует быстроту сменяемости процессов возбуждения и торможения, быстроту возникновения и прекращения их (когда этого требуют условия жизни), скорость движения нервных процессов (иррадиации и концентрации), быстроту появления нервного процесса в ответ на раздражение, быстроту образования новых условных связей, выработку и изменение динамического стереотипа.

Комбинации указанных свойств нервных процессов возбуждения и торможения были положены в основу определения типов высшей нервной деятельности. То или иное сочетание силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения составляет тип нервной системы.

Слабый тип. Представители слабого типа нервной системы не могут выдерживать сильные, длительные и концентрированные раздражители. Слабыми являются процессы торможения и возбуждения. При действии сильных раздражителей задерживается выработка условных рефлексов. Наряду с этим отмечается высокая чувствительность (то есть низкий порог) к действиям раздражителей.

Сильный неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения. Его нервная система характеризуется, помимо большой силы, преобладанием возбуждения над торможением. Отличается большой жизненной энергией, но ему не хватает самообладания; он вспыльчив и несдержан.

Сильный уравновешенный подвижный тип. Его нервная система отличается большой силой нервных процессов, их равновесием и значительной подвижностью. Процессы торможения и возбуждения сильны и уравновешенны, но быстрота, подвижность их, быстрая сменяемость нервных процессов ведут к относительной неустойчивости нервных связей. Поэтому этот человек быстрый, легко приспосабливающийся к изменчивым условиям жизни. Его характеризует высокая сопротивляемость трудностям жизни.

Сильный уравновешенный инертный тип. Его нервная система также характеризуется значительной силой и равновесием нервных процессов наряду с малой подвижностью. Сильные и уравновешенные нервные процессы отличаются малой подвижностью. Представители этого типа внешне всегда спокойны, ровны, трудно возбудимы.

Тип высшей нервной деятельности относится к природным высшим данным, это врожденное свойство нервной системы. На данной физиологической основе могут образоваться различные системы условных связей, то есть в процессе жизни эти условные связи будут различно формироваться у разных людей: в этом и будет проявляться тип высшей нервной деятельности. Темперамент и есть проявление типа нервной системы в деятельности, поведении человека.

Особенности психической деятельности человека, определяющие его поступки, поведение, привычки, интересы, знания, формируются в процессе индивидуальной его жизни и воспитания. Тип высшей нервной деятельности придает своеобразие поведению человека, накладывает характерный отпечаток на весь облик человека — определяет подвижность его психических процессов, их устойчивость, но не определяет ни поведения, ни поступков человека, ни его убеждений, ни моральных устоев.

По мнению И. П. Павлова, темпераменты являются "основными чертами" индивидуальных особенностей человека. Их принято различать следующим образом: сангвинический, флегматичный, холерический и меланхолический.

Установлена зависимость между типом высшей нервной деятельности и темпераментом. Так, в основе сангвинического темперамента лежит следующее сочетание свойств нервной системы - подвижность + уравновешенность + сила. В основе холерического ­подвижность + неуравновешенность + сила. В основе флегматического - инертность + уравновешенность + сила. И в основе меланхолического темперамента лежат свойства, которые имеют слабую выраженность. Это тотально слабый тип.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Сила нервных процессов** | **Уравновешенность нервных процессов** | **Подвижность нервных процессов** | **Темперамент** |
| Сильный | Уравновешенный | Подвижный | Сангвиник |
| Сильный | Уравновешенный | Инертный | Флегматик |
| Сильный | Неуравновешенный | Преобладание возбуждения | Холерик |
| Слабый |  |  | Меланхолик |

С течением времени в теории Павлова выявилось много слабых мест, что привело к серьезным ее трансформациям. В частности уже сам Павлов на ряде экспериментов убедился в том, что часто предложенная им схема не работает. Тогда, ученый изменил значение слова "темперамент", введя понятия "генотип" и "фенотип". Генотип Павлов определил как прирожденный тип нервной системы, фенотип - как склад высшей нервной деятельности, который образуется в результате комбинации врожденных особенностей и условий воспитания. Генотип Павлов связал с понятием "темперамент", а фенотип - с понятием "характер".

 Тем самым Павлов, о сути, дал чисто физиологическую интерпретацию темперамента, отрешившись от его психологических аспектов. Психологические же аспекты темперамента он назвал характером.

 Таким образом, попытка Павлова связать типы темпераментов с типами нервной деятельности оказалась неудачной, хотя во многом продвинула исследования в этой сфере.

## 2.4 Основные свойства нервной системы по Б.М.Теплову и В.Д.Небылицину.

Дальнейшие исследования, проведенные в школе Б.М. Теплова и В.Д. Небылицына, показали, что необходим принципиально другой подход к изучению биологических основ темперамента [1985; 1990]. По их мнению, преж­де всего, следовало бы сосредоточиться не на изучении типов, как предполагал И.П. Павлов, а на исследовании отдель­ных свойств нервной системы. Предполагалось, что, только зная свойства нервной системы, их количество и устойчивые вариации, можно будет установить воз­можную структурную организацию (тип) темперамента.

Теплов развил и во многом переосмыслил учение Павлова о свойствах нервной системы[[5]](#footnote-5).

Под свойствами нервной системы он понимает ее природные, врожденные особенности.

После смерти Павлова, отмечает Теплов, учение о четырех типах стало рассматриваться многими физиологами и психологами как сущность павловской теории типов и заслонило собой подлинно великое павловское открытие - открытие основных свойств нервной системы.

Нет никаких ни теоретических, ни экспериментальных оснований считать, что число основных типов нервной системы равно четырем, отмечает Теплов.

"Мне кажется, - пишет Теплов, - что в настоящее время еще невозможно дать стройную классификацию типов нервной системы и тем более научно обоснованно определить число основных".

И все же Теплов излагает свой взгляд на вопрос о том: "Что же следует принимать за основные свойства нервной системы?" Первое и наиболее подробно изученное свойство - сила нервной нервной системы по отношению к возбуждению. Основной, определяющий признак этого свойства - способность нервной системы выдерживать, не обнаруживая запредельного торможения, длительное или часто повторяемое возбуждение.

Вторым свойством нервной системы следует, по Теплову, считать силу ее по отношению к торможению. Основной признак этого свойства - способность нервной системы выдерживать длительное или часто повторяемое действие тормозного раздражителя.

Наименее ясным, согласно Теплову, остается третье павловское свойство - подвижность нервных процессов. Экспериментальные факты решительно говорят против признания подвижности единым свойством нервной системы, включающим такие различные проявления, как скорость переделки знаков раздражителей и скорость возникновения и прекращения нервных процессов. Показатели этих проявлений не коррелируют друг с другом. По-видимому, целесообразно сохранить термин "подвижность" за свойством, характеризующимся скоростью переделки знаков раздражителей (как это делают физиологи, работающие с животными).

Итак, согласно Теплову, можно наметить следующую структуру свойств нервной системы:

1. сила (выносливость),
2. динамичность (легкость генерации нервного процесса),
3. подвижность (скорость переделки знаков раздражителей),
4. лабильность (скорость возникновения и прекращения нервного процесса).

Каждое из этих свойств может быть различным по отношению к процессу возбуждения и к процессу торможения: Следовательно, нужно говорить об уравновешенности нервных процессов по каждому из этих свойств. Небилицин продолжил направление исследований Теплова. Критический анализ результатов, получаемых при использовании различных методов определения свойств нервной системы, позволил Б. М. Теплову и его сотрудникам прийти к выводу о су­ществовании наряду с традиционно выделенными еще нескольких свойств нервной системы, в частности таких, как динамичность и лабильность. Первое из них отвечает за легкость генерации нервной системой процессов возбуждения и торможения, в частности при формировании временных связей. Второе - лабильность - есть скоростная характеристика деятельности нервной системы, определяющая в основном быстроту затухания последействия от импульса возбуждения и, следовательно, быстроту смены одного цикла возбуждения другим при серийной подаче стимулов.

Другой отечественный психолог – ведущий специалист по проблемам темперамента - Небылицин[[6]](#footnote-6) с сотрудниками изучал группу основных свойств нервной системы, существование большинства из которых установлено с достаточной твердостью, в том числе с применением факторного анализа. Все эти свойства характеризуют, каждое со своей определенной точки зрения, динамику каждого из двух основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Говоря о динамичности нервной системы, Небылицин имеет в виду в сущности два свойства - динамичность возбуждения и торможения, так же как, говоря о силе нервной системы, мы подразумеваем фактически два свойства - силу нервной системы по отношению к возбуждению и по отношению к торможению. Поскольку эти свойства представляют собой элементарные измерения двух фундаментальных нервных процессов, он называет их первичными.

Ко вторичным же свойствам Небылицин относит ряд дополнительных характеристик нервной системы, получаемых посредством измерения и сопоставления одноименных первичных свойств, характеризующих два противоположных нервных процесса ­возбуждение и торможение. Это, таким образом, характеристики баланса, или уравновешенности, нервных процессов по первичным свойствам - по динамичности или силе, или подвижности, или лабильности. Павловское свойство уравновешенности нервных процессов Небылицин рассматривает именно как вторичное: с его точки зрения, обоснованной анализом применяемых для определения уравновешенности проб, это свойство представляет собой уравновешенность нервной системы по динамичности, т. е. по относительной легкости генерации нервной системой возбудительного или тормозного процесса, хотя сам Павлов рассматривал уравновешенность как соотношение двух силовых -характеристик нервной системы (силы по отношению к возбуждению и силы по отношению к торможению). Уравновешенность по динамичности изучена гораздо детальнее, чем другие виды баланса, определение которых наталкивается на значительные трудности, связанные в ряде случаев с отсутствием методик для адекватной оценки некоторых из первичных СНС, характеризующих процесс торможения.

Итак, с точки зрения Небылицина, намечается некоторая достаточно простая (всего двухступенчатая) иерархия основных свойств нервной системы, включающая набор первичных и определяемых на их основе вторичных свойств. Можно говорить, следовательно, о существовании многомерной структуры СНС (свойств нервной системы), изученной явно недостаточно, но относительно большинства компонентов которой (т. е. относительно отдельных свойств) накоплено немало весьма ценных данных, касающихся их природы, способов их определения и их психологических проявлений.

## 2.5 Концепция темперамента В.М.Русалова.

Одной из современных и достаточно широко используемых концепций темперамента является теория, разработанная под руководством В.М.Русалова в лаборатории психологии и психо­физиологии индивидуальности Института психологии РАН.

Исследователями были сформули­рованы следующие критерии темперамента:

1. независимость от содержания, мотива и цели поведения (стилевой аспект поведе­ния);
2. динамический (энергетический) аспект процесса взаимодействия человека с внешним и внутренним миром (предмет­ным миром, другими людьми, собой);
3. универсальность и консистентность проявления во всех сферах деятельности и жизнедеятельности;
4. раннее проявле­ние в детстве;
5. устойчивость в течение длительного периода жизни человека;
6. высокая корреляция с общими свойст­вами нервной системы и свойствами других биологических подсистем (гумораль­ной, телесной и т.д.);
7. наследуемость [[7]](#footnote-7).

Накопленный обшир­ный фактический материал показал недо­статок гуморальных, телесных и сущест­вующих нервных теорий темперамента, поскольку в качестве основания темпера­мента как целостного психологического образования берется не вся биологическая подсистема человека, а лишь та или иная ее составная часть, каждая их которых (будь-то гуморальная, соматическая или нервная) сама по себе не обладает не­обходимыми и достаточными для этого свойствами. Показано, что темперамент испытывает непосредственное влияние со стороны всей биологической организации человека в целом.

Для анализа биологичес­кой системы человека В.М. Русалов выдви­нул концепцию общих и частных консти­туций организма человека. Согласно этой концепции, в основе темперамента лежат свойства общей конституции человечес­кого организма, которая рассматривается как совокупность всех частных конститу­ций, т. е. всех физических и физиологи­ческих свойств индивида, закрепленных в его наследственном аппарате.

Наиболее важной отличительной чер­той исследований В.М.Русалова и его коллег является использование кон­цепции П.К. Анохина об интегративной деятельности мозга, которая рас­сматривается как новейший этап в разви­тии учения И.П. Павлова. Применение этой концепции позволило не только вскрыть структуру и организацию общих свойств нервной системы, но и вывести из нее количество фундаментальных свойств темперамента.

Общие (функцио­нально-системные) свойства отражают наиболее существенные нейрофизиоло-гические особенности деятельности всего мозга при реализации ключевых этапов функциональной системы. Количество общих свойств и их содержание вытекает из самой архитектуры функциональной системы. Функционально-системные свой­ства на поведенческом уровне выступают в качестве структурных единиц темпера­мента. Проанализировав сложную архитектуру функциональной системы, удалось выделить четыре «несократимых» функцио­нальных блока: «афферентный синтез», «программирование», «исполнение» и «сличение результатов реального действия с акцептором результата действия». Исходя из этого, была разработана теоретическая модель темперамента, в которой постули­руется четыре (в соответствии с четырьмя основными блоками функциональной системы) фундаментальных свойства тем­перамента. Таким образом, впервые уда­лось теоретически не только обосновать количество первичных, эволюционно целе­сообразных, важнейших параметров тем­перамента, но и раскрыть механизм их функционирования, т. е. понять, каким об­разом совершается единство целостных свойств темперамента: побуждения («аф­ферентный синтез»), действия (блоки «программирования» и «исполнения») и переживания (блок «сличения» как резуль­тат рассогласования реального результата с «акцептором» результата действия).

Использование функционально-сис­темной концепции П.К. Анохина позво­лило выйти из тупика проблемы общих свойств нервной системы, а заодно и рас­крыть соотношение между общими и частными свойствами: общие свойства нервной системы — это функционально-системные свойства, отражающие интегративную деятельность всего мозга, а част­ные — это свойства разных структур мозга, в том числе и анализаторов, и передних отделов мозга. Исходя из данной функцио­нально-системной концепции, темпера­мент целесообразно рассматривать как результат «системного обобщения» тех ин­вариантных биологических компонентов, прежде всего — общих свойств нервной системы, которые вовлечены в функцио­нальные «блоки» поведения. Благодаря системному обобщению первоначально генетически заданная система индивиду­альных биологических свойств человека (с изначальной иерархией потребностей, планом и способом действий), включаясь в самые различные виды деятельности, постепенно трансформируется и образует независимо от содержания самой деятель­ности обобщенную качественно новую, индивидуально-устойчивую систему инвариантных свойств, но уже не биологи­ческих, а психобиологических, или «фор­мально-динамических», свойств инди­видуального поведения.

Следовательно, согласно Русалову, темперамент — это особая психобиоло­гическая категория, охватывающая обоб­щенные формально-динамические аспекты всего поведения человека.

Развиваемый подход позволяет разре­шить спор о том, является ли темперамент самостоятельным образованием или нет, как соотносить между собой темперамент, интеллект, характер и личность.

Во-первых, темперамент — это одно из самостоятель­ных, независимых базальных и устойчи­вых динамических образований психики. Во-вторых, темперамент и характер не идентичны, поскольку их формально-динамические характеристики имеют раз­ные аспекты обобщения, а также разное соотношение «содержательных» свойств психики. В-третьих, темперамент не иден­тичен личности, поскольку последняя представляет прежде всего систему цен­ностно-смысловых отношений человека. Однако включение темперамента в струк­туру личности позволяет глубже понять те психологические механизмы, которые От­ветственны за формирование и функцио­нирование собственно личностных качеств индивида.

Темперамент, в рамках этого подхода, представ­ляет собой совокупность таких психичес­ких черт, признаков и свойств человека, которые возникли в результате обобщения динамических, формальных, стилевых ха­рактеристик психики под влиянием устой­чивых индивидуальных биологических детерминант. Отсюда следует, что разви­тие темперамента происходит по двум основаниям: 1) вслед за биологическим возрастным развитием и 2) как результат сменяющих друг друга социально органи­зованных типов деятельности (игра, учеба, труд и т. д.), т. е. в процессе воспитания и тренировки. Существование в психике человека устойчивых обобщенных динамико-энергетических характеристик, форми­рующихся в деятельности на основе био­логических факторов, т. е. темперамента, позволяет человеку наиболее оптимально расходовать свои энергодинамические потенции. Заданный от природы определенный индивидуаль­ный уровень энергодинамических возмож­ностей (определенный уровень обмена или активности гормональной сферы, особен­ности нервных процессов и т. д.), посто­янно включаясь в деятельность независимо от мотивов, целей и т. д., неизбежно при­водит к обобщению определенных психи­ческих, в данном случае — темпераментальных, характеристик, которые выступа­ют в роли регуляторов расходования чело­веком своих энергодинамических возмож­ностей. Таким образом, характеристики темперамента не столько привносят в де­ятельность различные оттенки, сколько задают границы, оберегают организм от чрезвычайно большого или, наоборот, чрезвычайно малого расходования энергии. Выживаемость человеческого орга­низма в первом случае будет под угрозой из-за огромной истощаемости, а во вто­ром — из-за слабого, пассивного усвоения субъектом предметного мира. Именно в этом и состоит приспособительная, адаптивная роль тем­перамента в рамках данного подхода.

К настоящему времени В.М.Русалову и его коллегам в многочислен­ных исследованиях удалось не только экс­периментально выделить теоретически ожидаемые свойства темперамента, выте­кающие из структуры функциональной системы, но и найти их устойчивые ком­бинации. Было установлено, что в струк­туре психической активности существуют три относительно независимых компонента.

Наиболее важным из них является «эргичность» (выносливость), которая соответст­вует «афферентному синтезу» и харак­теризует меру напряженности процесса взаимодействия человека-субъекта с пред­метной средой (в том числе и с собой) и другими людьми.

Другой важнейшей фор­мально-динамической характеристикой активности является «пластичность», со­ответствующая блоку «программирования», в которой отражается легкость (гибкость) процесса переключения с одних программ поведения на другие.

Третий компонент психической активности — «скорость», соответствующая блоку «исполнения», характеризует уровень координации всех подсистем организма и отражает, как быстро протекают психические процессы.

В структуре эмоциональности был выде­лен только один фундаментальный пара­метр — порог чувствительности к несовпа­дению реального результата действия с «акцептором результата действия». В этом пара­метре отражается основное свойство эмо­циональности — «впечатлительность, рани­мость». Все остальные эмоциональные ха­рактеристики (радость, гнев, страх и т. д.) являются производ­ными сочетаниями различных уровней ак­тивности и порога эмоциональной чувст­вительности. Например, радость представ­ляет собой сочетание высокой психичес­кой активности и высокого порога эмо­циональной чувствительности; гнев — высокой психической активности и низкого эмоционального порога; страх — низкой психической активности и низкого эмо­ционального порога и т. д.

Было показано, что выделенные четыре фундаментальных свойства темперамента могут отличаться в зависимости от сферы проявления тем­перамента: психомоторной, интеллекту­альной или коммуникативной[[8]](#footnote-8).

Таким образом, максимальное число основных шкал темперамента, изу­чаемое В.М.Русаловым и его сотрудниками, может достигать двенадцати, что нашло свое отражение в конструировании нового варианта ОСТ — опросника формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ).

На основе разработанной Русаловым теоретической модели темперамента удалось сконструировать специальный тест-опросник, позволяющий измерить свойства темперамента человека. Опросник структуры темперамента (ОСТ) — уни­кальный отечественный тест, прошедший психометрическую валидизацию. Было показано, что шкалы ОСТ высоко корре­лируют с объективными тестами, эксперт­ными оценками, а также опросниками, содержание шкал которых известно и ана­логично некоторым шкалам ОСТ (тест Айзенков, тест Стреляу и др.). Тест-опросник (ОСТ) позволил исследо­вать не только структуру, половые раз­личия, генетические и психофизиологи­ческие предпосылки формирования, но и закономерности взаимодействия темпера­мента с другими вышележащими струк­турами индивидуальности, а именно — с общим интеллектом и творческими способностями.

**Выводы.**

1. Темперамент является динамической характеристикой психической активности и связан с такими характеристиками, как темп, быстрота, интенсивность, сила и др.
2. Темперамент основан на особенностях физиологии человека и в этом смысле он относится к числу врожденных характеристик человека. В настоящее время не существует единого мнения о физиологической основе темперамента.
3. В результате наблюдением за динамическими проявлениями людей сформировались описания четырех типов темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Каждый из этих типов более адекватен той или иной ситуации, так что нельзя их оценивать с точки зрения "плохой - хороший".
4. Темперамент тесно связан с другими личностными проявлениями человека (характером, способностями и т.д.), выступая, как их динамическая основа.
5. На основе анализа основных ре­зультатов, полученных в различных шко­лах, можно сделать вывод о том, что в большинстве случаев в состав темпераментальных свойств исследователи включают динамические, стилевые и энергетические характеристики поведения.
6. Общепризнан­ным является представление о наследст­венной обусловленности темперамента, его относительной устойчивости, о един­стве, целостности проявлений в темпера­менте биологических и психологических качеств человека.
7. Никто, кроме В.М.Русалова с соавторами, из рассмотренных в главе авторов не ставит вопрос о теорети­ческой модели темперамента, основанной на современных представлениях о биологической организации человека, и прежде всего — работе нервной системы, из кото­рой можно было бы вывести заданное количество основных шкал (факторов) темперамента.
8. Большинство изучаемых свойств темперамента носит, как правило, описательный характер. Количество свойств вытекает не из определенной теоретичес­кой модели, а детерминировано особен­ностями факторной обработки исходных характеристик темперамента.
9. В факторных теориях темперамента ничего не говорится о развитии свойств темперамента, о влия­нии одних свойств на другие, об их роли и месте в структуре личности и индивиду­альности.

# Глава II. Возрастные особенности темперамента младшего школьника.

## 1. Возрастные изменения темперамента.

Темперамент подобно всем свойствам организма, подвержен возрастным изменениям, прежде всего связанным с процессом созре­вания или с изменениями поведения, вытекающими главным образом из анатомического и физиологи­ческого развития нервной системы и других систем организма.

Тот факт, что свойства темперамента подвержены возрастным изменениям, подтверждается результата­ми исследований, проведенных как с животными, так и с людьми.

Изучение типов нервной системы у детей различного возраста подтверждает существование возрастных изменений темперамента (свойств нервной системы), обусловленных прежде всего созреванием центральной нервной системы и эндокринного аппарата. Такие наблюдения проводили еще в 30-х годах нашего столетия, и в настоящее время дают примерно такие же результаты. Наиболее систематично они изложены в работах психологов: В. Э. Чудновского, Н. С. Лейтеса и Э. И. Маствилискер. Из них выводятся некоторые закономерности. Рассмотрим некоторые из закономерностей возрастных изменений темперамента, акцентируя внимание на младшем школьном возрасте.

1. На раннем этапе своего развития дети обладают слабой нервной системой; это в равной мере относится к процессам возбуждения и торможения. Слабость процесса возбуждения проявляется прежде всего в малой выносливости нервной системы, быстром утомлении и легком возникновении охранительного торможения. Показателем слабости является также сильно развитое индуктивное (внешнее) торможение, которое выражается в затормаживании действий под влиянием побочных раздражителей. О том, что такое торможение проявляется еще в младшем школьном возрасте, прекрасно знают учителя: ведь им часто приходится наблюдать, как мельчайшее изменение обстановки в классе отвлекает внимание учащихся от школьных занятий. Пониженной работоспособ­ности (выносливости) сопутствует повышенная возбу­димость и чувствительность индивида, что, в част­ности, выражается в моторных и эмоциональных реакциях, неадекватных силе раздражителей. Поми­мо того, что эти реакции очень сильны, они имеют короткий латентный период. Многие исследования показывают, что сила процесса возбуждения, еще малая в дошкольном возрасте, достигает соответст­вующего данному индивиду максимального уровня примерно к 7—8-му году жизни. Начиная с этого возраста, больших различий в работоспособности нервной системы между детьми и взрослыми уже не отмечается.
2. Общепринято мнение, что сила процесса тор­можения, выражающаяся прежде всего в способности к образованию и устойчивости различных условных тормозных реакций, достигает своего максимального уровня позднее, чем сила процесса возбуждения. Однако относительно возраста, в котором это свойство обнаруживается уже в зрелой форме, нет единого мнения. Есть данные, полученные, правда, в основном в опытах с живот­ными, из которых следует, что сила процесса тор­можения в большей мере, чем сила процесса воз­буждения, подвержена влиянию тренировок, особен­но в раннем онтогенезе. Слабость процесса торможе­ния в первые годы жизни ребенка проявляется глав­ным образом в пониженной способности сдерживать различные реакции, в склонности к нарушению за­претов, в преждевременных реакциях и т. п.
3. Возрастная характеристика уравновешенности нервных процессов вытекает, собственно, из специфи­ки возбуждения и торможения в соответствующих периодах жизни. Принимая во внимание более дли­тельный процесс созревания силы торможения в нерв­ной системе, в первоначальный период развития наблюдается неуравновешенность при преобладании силы возбуждения. Ребенок дошкольного и младшего школьного возраста своим поведением в известном смысле напоминает холерика. Затем эта неуравно­вешенность, вызванная большей слабостью торможе­ния в сравнении с возбуждением, постепенно умень­шается, и в возрасте около 12 лет ребенок в этом отношении уже заметно не отличается от взрослого. Преобладание возбуждения над торможением прояв­ляется прежде всего в импульсивности и взрывном характере поведения ребенка. Для него типичен пониженный контроль за ситуационно обусловлен­ным поведением (то есть действующими в данный момент стимулами). Однако аналогичное поведение мо­жет быть вызвано не только недостаточно зрелой способностью к торможению и, следовательно, пре­обладанием возбуждения, но и слабостью возбужде­ния при одновременной слабости торможения. Сла­бость процесса возбуждения является фактором, вы­зывающим такие формы поведения, которые напоми­нают неуравновешенных индивидов. Это объясняется неадекватностью силы реакции силе раздражителей или в более общем случае — значению ситуации, на которую реагирует индивид.
4. Что касается подвижности нервных процессов, то в зависимости от того, какие показатели этого свойства принимаются во внимание, его возрастная динамика может выглядеть по-разному. Это свиде­тельствует о давно уже отмеченной неоднородности этого свойства нервной системы. В раннем онтогенезе наблюдается большая неустойчивость и изменчивость реакций, что выражается в затруднениях при выпол­нении заданий, в изменениях реакций под влиянием перемен в обстановке, в неустойчивости условно-рефлекторной деятельности и т. п. С возрастом поведение становится все более стабильным, благо­даря чему оно в меньшей мере зависит от непосредст­венных стимулов. Если учитывать классические показатели подвиж­ности, в особенности способность к переделке сиг­нального значения пары раздражителей и легкость образования динамических стереотипов, то можно сказать, что в раннем онтогенезе подвижность срав­нительно невелика и возрастает с развитием инди­вида. Это проявляется, в частности, в том, что дети школьного возраста легче и быстрее приспосаблива­ются к изменяющимся условиям, у них лучше про­текает процесс переучивания или переделки раз­личных навыков, чем у детей дошкольного возраста. Так понимаемая подвижность снова явно снижается в пожилом возрасте, для которого типична понижен­ная адаптируемость к изменениям обстановки, зна­чительная ригидность форм поведения.

Итак, чем младше ребенок, тем больше его отличают некоторые признаки слабости типа нервной системы. Это не только маленькая выносливость, но и повышенная чувствительность, яркость восприятия, детская впечатлительность и такие черты, как легкость перехода к возбуждению, импульсивность. Характерны также интенсивность эмоциональных переживаний и их неустойчивость (стремительные переходы от слез к улыбке). Слабость нервной системы удивительным образом сочетается с быстрым возобновлением энергии.

Как писал К. Д. Ушинский, “заставьте ребенка сидеть, он очень скоро устанет, лежать — то же самое; идти он долго не может, не может долго ни говорить, ни петь, ни читать, и менее всего долго думать; но он резвится и движется целый день, переменяет и перемешивает все эти деятельности и не устает ни на минуту; а крепкого детского сна достаточно, чтобы возобновить детские силы”.

В связи со всем вышесказанным нельзя не учитывать, что существуют возрастные особенности темперамента: «в каждом возрасте — своя специфика активности, эмоциональности и моторики. В младшем школьном возрасте — это легкость пробуждения интереса и краткость состояния сосредоточенности, связанные с той же слабостью нервной системы. И эмоциональность, и моторика в эту пору, конечно, иные, чем в последующие годы, когда одновременно происходит увеличение возможностей нервной системы и утрата ее ценных детских свойств», — отмечал Я. Стреляу в своей книге «Роль темперамента в психическом развитии»[[9]](#footnote-9).

Но на фоне возрастных особенностей у ребенка обнаруживаются и такие черты, которые говорят о принадлежности его к тому или иному типу темперамента. Различия в этом отношении вполне определенно выступают, например, когда дети уже овладели устной речью. Так, если речь у ребенка громкая, быстрая и отчетливая, с правильными интонациями, сопровождаемая живыми жестами и выразительной мимикой, то можно говорить о признаках сангвинистического темперамента. Если речь медленнее, чем у других, спокойная, равномерная, иногда с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции и мимики, это может свидетельствовать о флегматическом темпераменте. На признаки холерического темперамента указывает торопливо-напряженная, порывистая, как бы захлебывающаяся речь. К признакам меланхолического темперамента может быть отнесена речь приторможенная, тихая, иногда снижающаяся до шепота. Конечно, о типе темперамента, кроме особенностей речи, говорят и особенности двигательной и общей активности ребенка.

Резюмируя, можно сказать, что изменение основных свойств нервных процессов, входящих в понятие типа нервной системы, а на психологическом уровне- в понятие темперамента, происходят в следующих направлениях:

|  |  |
| --- | --- |
| **Ранний период развития** | **Период стабилизации** |
| Слабый процесс возбужденияСлабый процесс торможенияНеуравновешенность нервных процессов с преобладанием возбуждения над торможениемМалая подвижность нервных процессов( речь идет о подвижности в узком смысле) | Сильный процесс возбужденияСильный процесс торможенияУравновешенность возбуждения и торможенияБольшая подвижность нервных процессов |

Очевидно, что независимо от возрастной специфики существуют индивидуальные различия в свойствах нервной системы, которые могут быть частично замаскированы их возрастными изменениями. Поэтому устанавливается диагноз отдельных свойств нервной системы( темперамента), нужно пользоваться такими показателями поведения и, следовательно, приемами измерения, которые учитывали бы период развития исследуемого ребенка.

В детские годы далеко не просто отличить, что в наблюдаемых динамических чертах идет от своеобразия нервной системы и что от возрастного этапа. И те, и другие признаки одновременно проявляются в динамических свойствах детской психики.

## 2. Особенности проявления темперамента у младших школьников.

Существуют и выделяются исследователями и педагогами особенности проявления темпераментных особенностей младших школьников в протекании речевых и мыслительных процессов, а также в специфике внимания.

### 2.1 Сангвиник

Очень живой, непоседливый. Ни минуты не сидит спокойно, вертит что-нибудь в руках. Часто тянет руку, разговаривает с соседом. Очень впечатлителен, легко увлекается. Эмоционально рассказывает о полученных впечатлениях. На занятиях живо реагирует на все новое, интересное. Но его увлечения не всегда постоянны и устойчивы — увлекшись новым делом, легко охладевает к нему. Все эмоции выражаются на его подвижном лице, в его живых глазах. Поэтому легко угадать его настроение, отношение к человеку или предмету. На интересных для него занятиях проявляет большую активность, работоспособность. Но если занятие для него не интересно, тут же начинает мешать учителю — разговаривает с соседями, зевает. Призвать его к порядку в этом случае бывает очень трудно. Единственный способ — заинтересовать его. Не любит кропотливых занятий, любит такую деятельность, которая позволяет быстро добиться результата. Настроение его часто меняется. Получив замечание, он может очень расстроиться, даже расплакаться. Однако очень быстро совершенно забывает об этом, начиная бегать, играть с друзьями. Быстро привыкает к новой обстановке, новым требованиям. Легко входит в контакт со сверстниками, является активным членом детского коллектива, всегда находится в окружении ребят.

Обычно ученики сангвинистического темперамента быстро решают практические и теоретические задачи, если для этого у них имеется соответствующий запас знаний. Они быстро говорят: речь их эмоционально окрашенная, оживленная.

Сангвиника характеризует обилие и живость движений. Он не может спокойно сидеть за партой, часто вскакивает, вертится. На переменах такие ученики чаще всего бегают по коридору, устраивают возню и т. д.

### 2.2 Холерик

Выделяется среди сверстников своей порывистостью. Движения его быстрые и живые. Во время занятия постоянно меняет позу. Непрерывно разговаривает с другими ребятами. Очень активен. На любой вопрос учителя готов ответить не подумав, и поэтому часто отвечает невпопад. Говорит громко, быстро. Почти никогда не сидит на месте, готов все время бегать, затевать потасовки с ребятами. В досаде и раздражении очень вспыльчив, легко вступает в драку. Для него характерно веселое, жизнерадостное, быстро меняющееся настроение. Отличается очень выразительными и сильными эмоциональными реакциями, выразительной мимикой, энергичной жестикуляцией. Несдержан и непоседлив (его рисунки обычно крупные). Но в выполнении поручений проявляет уверенность, упорство. Его интересы довольно постоянны, устойчивы. Не теряется при возникающих трудностях, с большой энергией преодолевает их.

У холериков мыслительные процессы протекают энергично и поддерживаются устойчивым вниманием. Такие ученики, читают быстрее, рассказывают, пересказывают с одного раза, с увлечением.

Однако такая длительная и напряженная работа настолько утомляет ученика, что для восстановления работоспособности он должен потом долго отдыхать. Ученики этого типа часто с увлечением работают в разных кружках.

Холерики обладают высокой моторной активностью. Движения их отличаются большой силой, резкостью и выразительностью. У них богатая мимика, энергичные жесты.

### 2.3 Флегматик

Его отличает неторопливость и спокойствие. Отвечает на вопросы не сразу и без какой-либо живости. Если не знает точного ответа на вопрос, предпочитает промолчать. Он не избегает дополнительной умственной нагрузки, даже если много занимается, вряд ли его можно увидеть усталым. Он говорит длинно и рассудительно. В классе к нему относятся хорошо, подтрунивая над его медлительностью. Окружающие всегда стараются его растормошить, развеселить. Больше всего любит занятия по математике. Его привязанности достаточно постоянны. Он добродушен, очень редко выходит из себя, его трудно рассердить, но трудно и развеселить.

Для флегматиков характерно медленное, спокойное протекание мыслительных и речевых процессов. Речь детей этого типа неторопливая, интонационно мало выразительная. Обычно учителю трудно добиться у них выразительности при чтении стихотворения. Внимание у флегматиков характеризуется устойчивостью и слабой переключаемостью.

Флегматики поражают медлительностью и слабостью своих действий. На уроках они обычно сидят спокойно, не вертятся за партой, не толкают соседей, редко поднимают руку. Такой ученик не любит лишних движений, а совершает самые необходимые. Пишет ученик-флегматик, обычно, тоже медленно, во время диктантов отстает от класса. Школьник- флегматик, хорошо владеющий навыками чтения, все же читает гораздо медленнее, чем ученик живого типа. Движения его спокойные и медленные, мимика- бедная и маловыразительная, жесты- редкие, неэнергичные.

### 2.4 Меланхолик

На занятиях спокоен, не вскакивает, не кричит. Сидит всегда в одной и той же позе. Постоянно что-нибудь держит и вертит в руках. Настроение меняется от очень незначительных причин. Болезненно чувствителен, мнителен. Когда учитель делает ему замечание, долго сидит расстроенный и подавленный. Тяжело переносит обиды, огорчения, но внешне эти переживания выражаются слабо. Когда его вызывают, медленно подходит к учителю. Отвечает медленно, неуверенно. Стоит учителю прервать его ответ даже самым мягким замечанием, он сразу смущается, голос его становится глухим, тихим. Если при выполнении какого-то задания встречаются трудности, он теряется, не доводит работу до конца. Настроение колеблется между подавленным и спокойно-веселым. Очень сдержан в выражении своих чувств. Избегает общения с малознакомыми, новыми людьми, в новой обстановке проявляет неловкость. Но в благоприятных для него условиях его впечатлительность, тонкая эмоциональная чувствительность позволяют ему добиться больших успехов в музыке, рисовании. Любит ухаживать за цветами, животными. Отличается отзывчивостью, всегда готов придти на помощь.

Меланхолики- ученики со слабым типом нервной системы, быстро утомляются. При выполнении заданий эти дети должны делать довольно частые перерывы для отдыха. Меланхолики, как правило, немногословны и говорят тихим голосом. Внимание такой ребенок может сосредоточить только при отсутствии посторонних раздражителей.

Моторика меланхоликов не выделяется разнообразием. На уроках такие ученики сидят неподвижно, а на перемене оживляются. Однако, движения их, как правило, суетливые, не отличаются энергией, мимика маловыразительная, жесты скупые и вялые.

## 3. Учет темпераментальных особенностей младших школьников в учебно-воспитательной работе.

Как уже отмечалось выше, учителю необходимо учитывать особенности темперамента учащихся, с целью создания оптимальный для учеников условий обучения. Рассмотрим некоторые конкретные рекомендации. Однако прежде заметим, что преподаватель должен все время помнить, что в результате соответствующего воспитания, педагогического воздействия у учащихся с разным темпераментом можно и нужно воспитывать положительные качества, обеспечивающие гармоничное развитие каждого школьника.

### 3.1 Учебно-воспитательная работа с сангвиниками.

В отношении живых, общительных, энергичных сангвиников – нужно опираться на эти, характерные для них качества, пытаясь помочь им самоутвердиться среди сверстников, выработать свой индивидуальный стиль деятельности. Вместе с тем нужно учесть, что такие черты, как собранность, аккуратность, формируются у сангвиников с большим трудом, нежели у детей с другим темпераментом. Частая снисходительность к «мелким», на первый взгляд, нарушениям правил, порядка (не убрал учебники, разбросал карандаши, не повесил пальто на вешалку и т. д.), отсутствие контроля за поведением, действиями способствуют разрушению полезных привычек у сангвиников (затрудняет их формирование).

Общительность детей-сангвиников располагает к ним окружающих, однако часто за внешней формой поведения маскируются не очень привлекательные черты характера (прилипчивость, навязчивость). Податливость и пластичность нервной системы, способствующие легкому вхождению в новую обстановку и в новую деятельность, подчас оборачиваются отрицательной стороной: ребенок меняет одну игрушку за другой, имеет много товарищей, но ни одного друга, за все берется, но редко доводит начатое до конца. Поэтому одной из задач воспитания ребенка-сангвиника является формирование у него устойчивых привязанностей, интересов.

Сангвиник склонен к остроумию, быстро схватывает новое, легко переключает внимание. Работа, требующая быстрой реакции больше всего подходит ему. Он быстро устают от однообразия. Как только деятельность теряет свою привлекательность, ребенок старается ее прекратить, переключиться на другое. Во всех подобных ситуациях следует добиваться, чтобы начатое дело было закончено, обращать внимание на качество, не допускать поверхностного и небрежного выполнения задания. Плохо выполненную работу можно предложить сделать заново. Не следует допускать частой смены деятельности – привычка за все браться и не доводить до конца может стать свойством характера.

Очень важно с малых лет учить ребенка внимательно относиться к сверстникам, способствовать установлению прочных, глубоких взаимоотношений сангвиника со сверстниками, тому, чтобы новые его знакомства не вытесняли старые привязанности. Не следует ограничивать живость и активность сангвиника, однако полезно учить его сдерживать при необходимости свои порывы, считаться с притязаниями других.

### 3.2 Учебно-воспитательная работа с холериками.

В отношении холериков необходимо учитывать, что часто именно характерные для них активность, подвижность, напористость, эмоциональность, помогают им занять в «детском обществе» благоприятное положение. Поэтому целесообразно использовать любимые ими подвижные и спортивные игры при формировании «Я-концепции», оптимизации взаимоотношений этих детей со сверстниками.

Холерики легко возбудимы, как правило, очень энергичны. Сложность обучения и воспитания возбудимого ребенка нередко усугубляется неправильным отношением к нему взрослых, которые любой ценой пытаются препятствовать активности ребенка, сдерживают его подвижность. Не надо запрещать ему быть активным, не надо водить его за руку, читать нотации. Гораздо целесообразнее поддержать его полезное увлечение, стремиться так организовать жизнь, чтобы его активность находила полезное применение. Надо считаться с тем, что ребенок-холерик легко возбуждается, его трудно остановить, успокоить, уложить спать. Ни в коем случае нельзя применять «сильные меры» воздействия – окрики, шлепки, угрозы. От этого возбуждение только усиливается. С возбудимым ребенком следует говорить спокойно, но требовательно, без уговоров. Так как у этих детей от природы слабый тормозной процесс, их не следует корить за чрезмерное возбуждение. Нужно помочь его обуздать, и здесь будут уместны шутки, юмор.

Как это ни кажется странным, «неутомимый» холерик нуждается в особо щадящем режиме. Целесообразно ограничить все, что возбуждает нервную систему, особенно во второй половине дня, перед сном.

Возбудимым детям полезны все виды занятий, помогающие развитию сообразительности, сосредоточенности: настольные игры, конструирование, выпиливание, рисование – словом, все то, что может увлечь и требует усидчивости. Очень хорошо, если ребенок имеет постоянное трудовое поручение, это дисциплинирует, воспитывает умение управлять собой.

Вместе с тем не нужно усердствовать в ограничении двигательной активности холериков (и сангвиников).

Повышенная эмоциональность, реактивность, напористость холерика могут, в силу ему же присущих импульсивности, несдержанности, привести и к осложнению его взаимоотношений со сверстниками.

Ребенку-холерику трудно следовать правилам общения: говорить спокойно, ждать своей очереди, уступать, считаться с чужими желаниями. Этому его следует терпеливо учить, применяя одобрение, напоминания, иногда замечания. От школьников-холериков учитель должен постоянно, мягко, но настойчиво требовать обдуманных, спокойных ответов, воспитывать у них сдержанность, ровное отношение к товарищам, взрослым. Во время выполнения учебного задания у холериков следует формировать умение последовательно, по определенному плану вести работу, необходимо от них требовать добросовестного отношения к работе в процессе всего выполнения задания. Но вместе с тем нельзя забывать об особой силе игрового общения, опоры на значимые для младших школьников мотивы деятельности. (игровые, соревновательные, самоутверждения и др.)

Важно оценить по достоинству и присущие таким детям решительность, смелость, энергичность, устойчивость их интересов, нередко проявляющуюся инициативность.

### 3.3 Учебно-воспитательная работа с флегматиками.

В процессе учебной работы школьнику-флегматику нередко мешает его медлительность. В тех случаях, когда необходимо быстро сообразить, быстро запомнить, быстро что-либо сделать, флегматик проявляет полную беспомощность. Вместе с тем если уж он запоминает, то надолго и основательно. Педагог должен как можно чаще активизировать деятельность флегматичных учеников, бороться с равнодушием, излишним спокойствием и медлительностью, заставлять их работать в постоянном темпе, вызывать эмоциональное отношение к изучаемому, к процессу деятельности. Частой ошибкой при воспитании флегматиков является предъявление к ребенку требований без учета его природных особенностей, проявление недовольства нерасторопностью, неловкостью. Окрики, угрозы, подталкивания еще ни одному флегматику не помогли стать быстрым. Наоборот, такой сильный раздражитель, как окрик, оказывает тормозящее действие на ребенка, и, вместо того чтобы торопиться, он действует еще медленнее. Бывают случаи, когда ребенок вдруг проявляет нехарактерный для него темп деятельности, но быстрый темп требует от ребенка большого напряжения, а «запасы» этого напряжения невелики.

Другой ошибкой взрослых является стремление отстранить малыша от всего, что требует усилий, немедленно прийти к нему на помощь. В таком случае ребенок никогда не станет подвижным, у него может развиться неуверенность в своих силах, стремление избегать всего того, что связано со словом «быстро».

Важно набраться терпения и с малых лет учить медлительного ребенка приемам одевания, умывания, ухода за вещами, разным видам домашнего труда и самообслуживания. Об ускорении темпа обучения можно думать только тогда, когда ребенок овладеет правильными приемами, а в начале главное – не торопить. Развивать активность, подвижность флегматиков надо постепенно, соблюдая посильность в наращивании темпа. Важно поощрять даже незначительное проявление расторопности, подвижности.

Медлительным детям надо создавать такие условия, чтобы вялость, малоподвижность не превратились в леность, а ровность чувств – в их бедность и слабость. Не следует избегать ситуаций, требующих находчивости, расторопности, но важно и похвалить такого ребенка за проявление этих качеств. Можно призвать на помощь игры-соревнования, а иногда будильник или песочные часы – учить закончить дело до звонка.

Дети с малоподвижной нервной системой предпочитают спокойные игры и занятия. Это важно учесть учителю, особенно в оптимизации межличностных отношений флегматика со сверстниками. В дидактических играх, конструктивной деятельности особенно заметными для окружающих становятся такие значимые для успеха качества флегматиков, как уравновешенность, терпимость, способность к длительному сосредоточению, невозмутимость, самообладание, старательность, аккуратность. На эти качества следует опереться и при оказании помощи флегматику в выработке у него индивидуального стиля деятельности.

В целях же преодоления возможных инертности, вялости следует включать флегматика и в такие виды деятельности, которые требуют от ребенка и двигательной активности – занятия гимнастикой, подвижные игры, походы, коллективный труд и др. В этих случаях от темпа, ритма работы ребенка зависит успех общего дела, и если он будет слишком медлительным, то может подвести товарищей. Но нельзя медлительных детей объединять в коллективном труде с теми, чей темп значительно выше. Это важно учитывать и при проведении спортивных игр и упражнений.

В силу высокой ригидности флегматики медленно привыкают к новым условиям жизни. Этим детям трудно привыкать к школе, к учителям, трудно приспосабливаться к новому режиму, новым требованиям, расставаться с родителями, знакомиться с новыми детьми... Флегматикам нужно помочь преодолеть эти трудности. Чтобы развить умение приспосабливаться к новым условиям, полезно давать ребенку поручения, требующие общения с детьми или со взрослыми. Подобного рода деятельность помогает развить и коммуникативные умения у интровертов.

Если ребенок приступил к делу, нельзя оставлять его одного, иначе период «раскачки» может затянуться. Ребенку-флегматику трудно не только начать дело, но и закончить его. Следует заранее предупредить его о необходимости закончить работу, но не прерывать его резко. Очень хорошо, если флегматик будет дружить с подвижным ребенком. Но надо следить, чтобы энергичный товарищ не брал всю инициативу в свои руки. Все это поможет превратить «тихоню»-флегматика в старательного, аккуратного, вдумчивого, трудолюбивого, значимого для сверстников и любимого ими товарища.

### 3.4 Учебно-воспитательная работа с меланхоликами.

Также преподаватель должен учитывать особенности учащихся-меланхоликов. В учебной работе меланхолики не способны переносить сильные и длительные напряжения, что объясняется быстрым переходом клеток из мозга в состояние охранительного торможения. У учащихся с меланхолическим темпераментом следует развивать общительность, чувство коллективизма, воспитывать чувство дружбы и товарищества. В обучении ребенка-меланхолика особенно важно соблюдать щадящий режим и принцип постепенности. Прежде всего следует ограничить шум, количество игрушек, сузить круг знакомств, ведь малыш не переносит сильных раздражителей. Но в то же время надо приучать ребенка не бояться шума, спокойно, без тревоги относиться к новому человеку, уметь активно действовать с новой игрушкой. Круг знакомств тоже следует расширять постепенно, начав с одного спокойного сверстника. После того, как ребенок освоится этот круг можно расширить. Дети со слабым типом нервной системы с огромным трудом входят в коллектив, нелегко отрываются от мамы, медленно привыкают к режиму, долго плачут, отказываются от занятий, не разговаривают со сверстниками.

Первые дни пребывания такого ребенка в школе требуют огромного внимания со стороны учителя. Надо проявить внимание, чуткость, важно расположить ребенка к себе, вызвать доверие (в противном случае он будет долго страдать).

Дети со слабой нервной системой требуют бережного отношения: на них нельзя повышать голос, проявлять чрезмерную требовательность и строгость, наказывать – все эти меры вызовут слезы, замкнутость, повышенную тревожность и другие нежелательные реакции. Говорить с такими детьми следует мягко, но уверенно, не скупиться на ласку.

Меланхолики отличаются внушаемостью, поэтому нельзя подчеркивать их недостатки – это лишь закрепит их неуверенность в своих силах.

Неоднозначным должно быть отношение к тревожности. После снятия адаптационного стресса тревожность может явиться условием, которое будет стимулировать активность, саморегуляцию деятельности ребенка. Детям-меланхоликам свойственна высокая чувствительность к допущенным ошибкам и в то же время высокий уровень самоконтроля. Это обеспечивает довольно высокую продуктивность и качество работы, высокую обучаемость.

Надо учесть, что меланхолики – интроверты. Они чаще планируют свои действия без побуждения со стороны других людей. Очень важно помочь им найти друзей, преодолеть робость, неуверенность в себе, излишнюю тревожность.

У меланхоликов необходимо развивать стремление к активности, умение преодолевать трудности. Следует поддерживать положительные эмоции этих детей.

Дети со слабой нервной системой требуют относительно частого отдыха.

Успех в работе с меланхоликами предполагает и опору на ценные их качества – чувствительность к эмоциональным воздействиям, способность к сопереживаниям, эмпатии и др. Детям этого темперамента обычно легче проявить себя, самоутвердиться в художественной деятельности (музыкальной, изобразительной и др ). Важно учитывать это в процессе воспитательной и коррекционной работы.

## 4. Психолого-педагогические рекомендации для проведения урока с учетом особенностей темперамента младших школьников.

Знание черт темперамента детей позволяет правильнее понимать некоторые особенности их поведения, дает возможность варьировать нужным образом приемы воспитательных воздействий.

Прежде всего, нужно отметить, что очень важно умение учителя конкретизировать приемы организации внимания школьников с учетом индивидуальных особенностей их темперамента.

Уже в начале урока учитель должен организовать внимание школьников, создать готовность их к серьезной умственной работе.

Зная, что внимание сангвиника отличается подвижностью, учитель с первых минут урока должен стараться держать такого ученика в поле зрения и направлять его сосредоточенность на учебную работу. На парте не должно быть ничего постороннего.

Для переключения внимания школьников- холериков необходимо найти соответствующие данной ситуации приемы быстрого вовлечения в учебную работу. Определенное знание здесь имеют обращения учителя к ученику с такими вопросами, как: "Что было задано на дом?", "Какие трудности были при подготовке к уроку?" ; привлечение школьников к раздаче классных тетрадей, к помощи учителю в подготовке к пользованию на уроке приборами, наглядными пособиями. Не стоит обращаться с такими детьми резко.

Для детей меланхолического темперамента показательно медленное сосредоточение внимания в начале урока. Устный опрос, контрольная работа, новый вид занятий– являются для них сильными раздражителями, вызывающими повышенное переживание. Зная это, учитель должен стремиться отвлечь внимание школьника от его эмоционального состояния и направить его на учебную работу, чему будет способствовать создание в классе спокойной обстановки.

При изложении нового материала имеет значение быстрота сообразительности учащегося и стойкость его сосредоточенности.

У школьников холерического темперамента при правильной организации учителем урока в большинстве случаев наблюдаем ярко выраженную устойчивость внимания. В организации внимания таких детей особенно важно увлечь работой, подчеркнуть важность изучаемого вопроса. Для поддержания сосредоточенности сангвиника следует привлекать их к ответу на вопросы по ранее известному материалу.

Учащиеся флегматического темперамента при слушании нового материала в случаях, когда требуется быстрота, сообразительность, не всегда успевают следить за ходом мысли учителя. В таких случаях следует излагать материал более размеренным темпом, стараться проверить усвоение нового.

От индивидуального подхода к детям разных темпераментов во многом зависит и выполнение на уроке самостоятельных работ. У холерика не редко не хватает выдержки в преодолении встретившихся трудностей.

Нужно побуждать ученика к проявлению уравновешенности в поведении, настойчивости и терпеливости в работе.

Некоторые учащиеся сангвинистического темперамента часто отвлекаются от работы или выполняют ее слишком поспешно. Это приводит к ошибкам, которых можно было бы избежать. Таких школьников важно побуждать к самоконтролю в работе.

Внимание школьника- меланхолика обычно неустойчиво, ребенок не уверен в своих знаниях, постоянно сомневается. Учителю следует с самого начала данного вида работы поддерживать в ребенке чувство уверенности в себе.

Во время устного вопроса и закрепления знаний также необходимо обращать внимание на эмоциональное состояние меланхоликов. У некоторых учителей не хватает выдержки ждать, пока ученик сосредоточится и начнет отвечать. Уравновешенность особенно следует соблюдать при общении с детьми холерического темперамент. Причиной сильного возбуждения холерика во многих случаях является незнание или непонимание, какого- либо вопроса. Снижению возбудимости будет способствовать спокойное разъяснение учителем вопроса.

Школьники же с сильным развитием флегматических черт обычно говорят медленно, вяло. Стремление учителя поторопить таких детей не всегда приводит к положительным результатам.

Активизации памяти и мышления учащихся сангвинистического темперамента в значительной степени помогает разнообразие приемов закрепления нового материала и опроса.

Учителю необходимо обращать внимание и на тон, которым делается замечание.

По отношению к школьникам- сангвиникам положительное значение имеет твердость в тоне замечания, на холерика имеют воздействие замечания, сделанные спокойным, но требовательным тоном. В тоне замечаний детям- меланхоликам должна быть мягкость и предупредительность. Резкий тон общения на таких детей действует тормозящим образом. Оценочные замечания нередко вызывают у них слезы.

Осуществление учителем педагогически оправданного подхода к школьникам с различными типами темперамента – важная психологическая предпосылка успешности их учебных занятий и внеклассной деятельности.

**Выводы.**

1. Существуют возрастные особенности темперамента, то есть в каждом возрасте существует своя специфика активности, эмоциональности и моторики.
2. В младшем школьном возрасте наблюдаются следующие особенности темперамента:
* В младшем школьном возрасте дети обладают более слабой, чем в более старшем возрасте, нервной системой; что в равной мере относится к процессам возбуждения и торможения.
* Слабость процесса возбуждения проявляется прежде всего в малой выносливости нервной системы, быстром утомлении и легком возникновении охранительного торможения.
* Показателем слабости является также сильно развитое индуктивное (внешнее) торможение, которое выражается в затормаживании действий под влиянием побочных раздражителей: мельчайшее изменение обстановки в классе отвлекает внимание учащихся от школьных занятий.
* Пониженной работоспособ­ности (выносливости) сопутствует повышенная возбу­димость и чувствительность индивида, что, в част­ности, выражается в моторных и эмоциональных реакциях, неадекватных силе раздражителей. Поми­мо того, что эти реакции очень сильны, они имеют короткий латентный период.
* Многие исследования показывают, что именно к концу младшего школьного возраста исчезают большие различия в работоспособности нервной системы между детьми и взрослыми.
* В младшем школьном возрасте наблюдается неуравновешенность при преобладании силы возбуждения. Ребенок младшего школьного возраста своим поведением в известном смысле напоминает холерика. Затем эта неуравно­вешенность, вызванная большей слабостью торможе­ния в сравнении с возбуждением, постепенно умень­шается, и в возрасте около 12 лет ребенок в этом отношении уже заметно не отличается от взрослого.
* Преобладание возбуждения над торможением прояв­ляется прежде всего в импульсивности и взрывном характере поведения ребенка. Для него типичен пониженный контроль за ситуационно обусловлен­ным поведением (то есть действующими в данный момент стимулами).
1. Но на фоне возрастных особенностей у ребенка обнаруживаются и такие черты, которые говорят о принадлежности его к тому или иному типу темперамента.

#

# Список использованной литературы.

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М., 1996.
2. Ересь Е. П. Темперамент и его воспитание у школьников. Минск, 1960.
3. Жутикова Н. В. Учителю о практике психологической помощи М., 1988.
4. Кречмер Э. Теория темпераментов. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000.
5. Коломинский Я. Л., Панько Е. А. Учителю о психологии детей дошкольного возраста - М., 1988.
6. Крутецкий В.А. Психология. М.,1986.
7. Мерлин В. С. Очерк теории темперамента - М., 1964.
8. Небылицын В.Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000.
9. Немов Р.С. Психология. Учебник. Т. 1. М., 1995.
10. Непомнящая Н. И. Становление личности ребенка 6-7 лет - М., 1992.
11. Петровский А. В. Введение в психологию. М., 1995.
12. Петровский В. А., Виноградова А. М., Кларина Л. М. и др. Учимся общаться с ребенком. М., 1993.
13. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Т. II М., 1989.
14. Русалов В.М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М., 1979.
15. Русалов В.М. О природе темперамента и его места в структуре индивидуальных свойств человека. // Вопросы психологии. 1985 ном 1.
16. Русалов В.М. Опросник структуры темперамента. Метод. пособие. М., 1990.
17. Теплов Б.М., Небылицын В.Д. Изучение основ свойств высшей нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий. // Вопросы психологии. 1963, 5.
18. Теплов Б.М. Современное состояние вопроса о типах высшей нервной деятельности человека и методика их опредления. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000.
19. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М., 1982.
20. Якушева Т. Г. О педагогическом такте учителя. М.: «Просвещение», 1970.
1. Теплов Б.М., Небылицын В.Д. Изучение основ свойств высшей нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий. // Вопросы психологии. 1963, 5. С. 38-47. [↑](#footnote-ref-1)
2. Стреляу Я. «Роль темперамента в психическом развитии» - М., 1982. С. 163. [↑](#footnote-ref-2)
3. Кречмер Э. Теория темпераментов. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000. С.343-351. [↑](#footnote-ref-3)
4. Русалов В.М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М., 1979. [↑](#footnote-ref-4)
5. Теплов Б.М. Современное состояние вопроса о типах высшей нервной деятельности человека и методика их опредления. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000. С.163-171. [↑](#footnote-ref-5)
6. Небылицын В.Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии. // Психология индивидуальных различий. Хрестоматия. М., 2000. С.179-193. [↑](#footnote-ref-6)
7. Русалов В.М. О природе темперамента и его места в структуре индивидуальных свойств человека. // Вопросы психологии. 1, С. 19-32. [↑](#footnote-ref-7)
8. Русалов В.М. Опросник структуры темперамента. Метод. пособие. М., 1990. [↑](#footnote-ref-8)
9. Стреляу Я. «Роль темперамента в психическом развитии» - М., 1982. [↑](#footnote-ref-9)