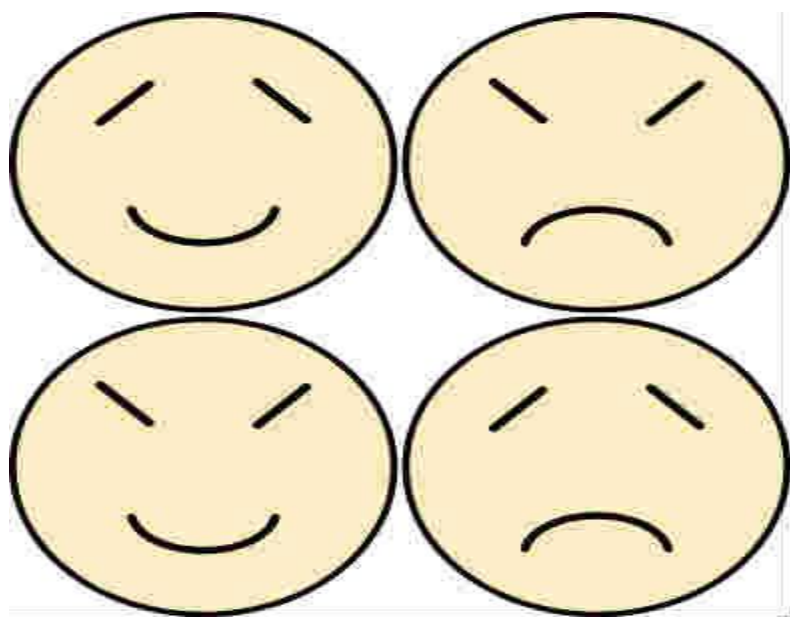


# "Темперамент, его ТИПЫ и свойства"



Выполнила:  
учащаяся 8 «а» класса  
МОУ «СОШ №1 р.п  
Татищево»  
Кизирян Кристина

# Понятие и типы темпераментов

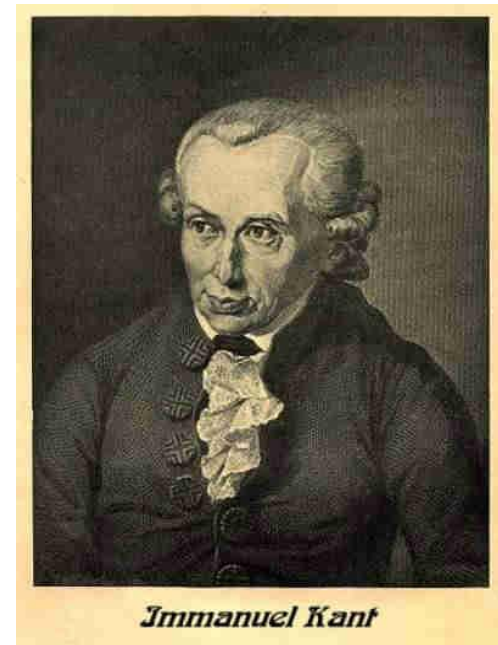
*Темпераментом* называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение. Свойства темперамента к числу собственно личностных качеств человека можно отнести только условно, они скорее составляют индивидуальные его особенности, так как в основном биологически обусловлены и являются врожденными. Тем не менее, темперамент оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека, иногда определяет его поступки, его индивидуальность, поэтому полностью отделить темперамент от личности нельзя. Он выступает как бы связующим звеном между организмом, личностью и познавательными процессами.

Идея и учение о темпераменте в своих истоках восходят к работам древнегреческого врача Гиппократ. Он описал основные типы темпераментов, дал им характеристики, однако связывал темперамент не со свойствами нервной системы, а с соотношением различных жидкостей в организме: крови, лимфы и желчи.



Последнее из известных темпераментов, которое используется и в современной психологии, принадлежит немецкому философу И. Канту. И. Кант разделял темпераменты человека на два типа: темпераменты чувства и темпераменты деятельности. К первым относятся меланхолический и сангвинический, а ко вторым - флегматический и холерический.

В целом же можно установить только четыре простых темперамента: *сангвинический, меланхолический, холерический, флегматический*. Из этих четырех типов темперамента к темпераментам чувства относятся сангвинический и его противоположность меланхолический. Первый характеризуется тем, что *при нем ощущения возникают в нервной системе и в сознании человека довольно быстро и внешне проявляются сильно, но внутренне бывают недостаточно глубокими и продолжительными. При меланхолическом темпераменте внешние проявления ощущений бывают менее яркими, но зато внутренне достаточно глубокими и длительными.*



Сангвинический темперамент деятельности характеризует человека весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Он быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем еще недавно его очень волновало и притягивало к себе. 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.



Меланхолический темперамент деятельности, по Канту, свойствен человеку противоположного, в основном мрачного настроения. Такой человек обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнью, 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.



Холериков отличает порывистость и эмоциональность. Иногда его характеризуют как 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 не продолжительны. У людей с общественными интересами данный темперамент проявляется в инициативности, принципиальности, увлеченности и целеустремленности. Там, где нет богатства духовной жизни, холерик может стать раздражительным, невыдержанным и нетерпеливым. Ему лучше не создавать себе препятствий при возможности реализации своих способностей, иначе энергия, кипящая внутри, будет направлена на близких людей, что не всегда идет им на пользу.

Флегматики более хладнокровные люди. Они производят впечатление скорее склонности к бездеятельности, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, активной работоспособности но зато надолго. Это заменяет ему медлительность вхождения в работу. Новые формы поведения у флегматика вырабатываются медленно, но являются устойчивыми. Флегматик обычно ровен и спокоен, он редко выходит из себя, не склонен к аффектам (бурным эмоциональным состояниям, которые не поддаются самоконтролю). Положительные черты характера, свойственные этому типу темперамента – выдержанность, глубина мыслей, постоянство, терпеливость, ответственность, надежность.





# Выбор профессии в зависимости от темперамента.

Темперамент в целом может влиять на характер и индивидуальный стиль деятельности человека. Это необходимо учитывать при выборе профессии и организации своего рабочего пространства. Иначе большая и лучшая часть дня, которую человек проводит на работе, может стать просто мукой, а остальное время – уходить на восстановление сил после плохо проведенного рабочего дня. И так каждый день.

Например, если САНГВИНИК выберет профессию, связанную с монотонным трудом, требующим усидчивости, постоянной сконцентрированности внимания на чем-то одном, терпения, то он, скорее всего, не заслужит похвалы начальства. А если и заслужит, то путем постоянного самоконтроля и самоуговоров, что «это только временно». Такими неуспешными выборами для сангвиника могут стать профессии делопроизводителя, бухгалтера, мастера-часовщика, радиомонтажника, библиографа, архивиста, реставратора. Но если работа требует энергичности и общения с людьми – сангвинику не будет равных, особенно если он разовьет свои природные способности.



ХОЛЕРИКИ часто бывают успешными в тех профессиях, которые требуют способности к повышенной концентрации внимания и энергичности, а также особого запаса прочности нервной системы, возможности переносить повышенные нагрузки без потери работоспособности и быстро восстанавливать свои силы. На работе холерику желательно выплескивать свою кипучую энергию в мирное русло, тем более, что целеустремленность – одна из характеристик этого типа темперамента. Холерик может стать хорошим хирургом, летчиком, диспетчером, тренером, менеджером, предпринимателем, строителем, электриком, поваром, следователем, водителем, геологом, телерепортером, режиссером и т.п. Но заставлять себя выполнять монотонную и однообразную работу, требующую тщательности и усидчивости, ежедневно и по несколько часов в день – со стороны холерика жестоко по отношению к самому себе. Хроническая усталость может накопиться не из-за объема работ, а из-за постоянной необходимости сдерживать свою кипучую энергию. Холерику не стоит в качестве профессии выбирать цветоводство, библиотечарское дело или бухгалтер. В этом холерики и сангвиники во многом похожи.

ФЛЕГМАТИКИ не выносят суеты и постоянно меняющихся условий, это может привести к сбою в работе, а иногда и к депрессии. Зато они способны длительное время заниматься делом, требующим сконцентрированности внимания, усидчивости. Это терпеливые люди, способные до мелочей продумать какое-либо решение и до идеала довести какое-либо дело. Если их не торопить. Вот флегматики становятся хорошими экономистами, бухгалтерами, операторами ЭВМ и программистами, зубными техниками, поварами, делопроизводителями, портными, слесарями, механиками, часовщиками, библиографами, переводчиками и т.п. Но артистом дирижером, телерепортером, коммерсантом и продавцом флегматику становится не стоит.



Меланхолик вряд ли будет успешен в профессиях, требующих повышенной сосредоточенности, риска и энергичности. Напряженная работа врача, особенно хирурга, спасателя, летчика, водителя, монтажника, диспетчера скорее приведут меланхолика к истощению нервной системы и ухудшению здоровья. Но в силу таких особенностей, как чувствительность, отзывчивость, эмоциональность и умение сопереживать меланхолик ярко раскрывается в профессиях актера, художника, писателя, цветовода. Он имеет все шансы стать успешным делопроизводителем, оператором ЭВМ, биологом, библиотекарем, дизайнером.



# Заключение

Темперамент надо строго отличать от характера. Темперамент ни в коей мере не характеризует содержательную сторону личности (мировоззрение, взгляды, убеждения, интересы и т.п.), не определяет ценность личности или предел возможных для данного человека достижений. Он имеет лишь отношение к динамической стороне деятельности. Хотя темперамент не может определять отношений личности, ее стремлений, и интересов, ее идеалов, т.е. всего богатства содержания внутренней жизни человека, однако характеристика динамической стороны имеет существенное значение для понимания сложного образа поведения человека, характера человека. То, насколько человек проявляет уравновешенность в поведении, гибкость, динамичность и экспансивность в реакциях, говорит о качественных особенностях личности и ее возможностях, определенным образом складывающихся на трудовой и общественной деятельности индивида. Таким образом, темперамент не является чем-то внешним в характере человека, а органически входит в его структуру. Жизненные впечатления, воспитание и обучение на естественной основной ткани темперамента - типе высшей нервной деятельности - постепенно ткнут узоры.

Отношение личности, ее убеждения, стремления, сознание необходимости и долга позволяют преодолевать одни импульсы, тренировать другие, чтобы организовать свое поведение в соответствии с общественными нормами.

Темперамент не определяет путь развития специфических особенностей характера, темперамент сам преобразуется под влиянием качеств характера. Развитие характера и темперамента в этом смысле является взаимообусловленным процессом.