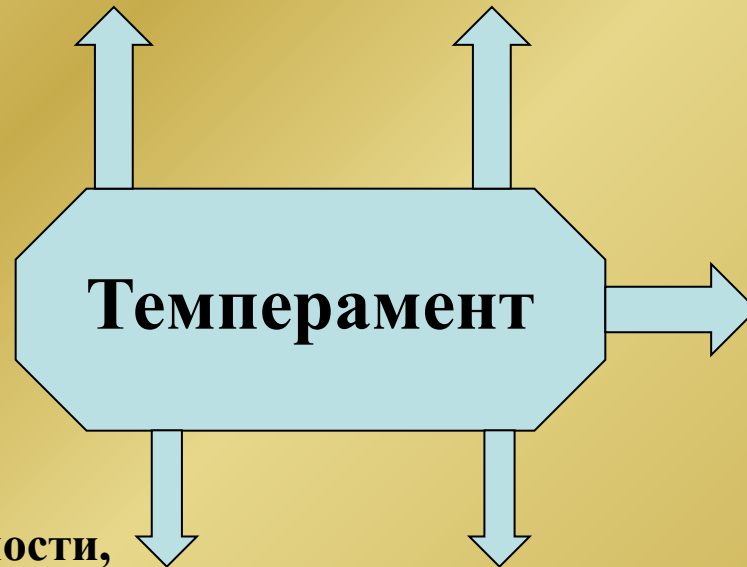


**ТЕМПЕРАМЕНТ**

**«Закономерное соотношение устойчивых особенностей индивида, характеризующих различные стороны динамики психической деятельности»  
(В.А. Крутецкий)**

**«Индивидуально своеобразная, природно обусловленная совокупность динамических проявлений психики»  
(Н.С. Лейтес)**



**«Это динамическая характеристика психической деятельности индивида»  
(СЛ. Рубинштейн )**

**«Это «качество личности, сформировавшееся в личном опыте человека на основе генетически обусловленного типа его нервной системы и в значительной мере определяющее стиль его деятельности»  
(К.К. Платонов)**

**«Темперамент есть самая общая характеристика каждого отдельного человека, самая основная характеристика его нервной системы, а эта последняя кладет ту или другую печать на всю деятельность, каждого индивидуума»  
(И.П. Павлов)**

# Теории темперамента

## Гуморальные

Принадлежность человека определенному типу темперамента обусловлена относительным преобладанием в организме одной из четырех жидкостей: крови, слизи, желчи, черной желчи (Гиппократ и др. )

## Конституциональные

Производность свойств— параметров — психических механизмов от строения и функционирования организма (Э. Кречмер, Э. Шедон и др.)

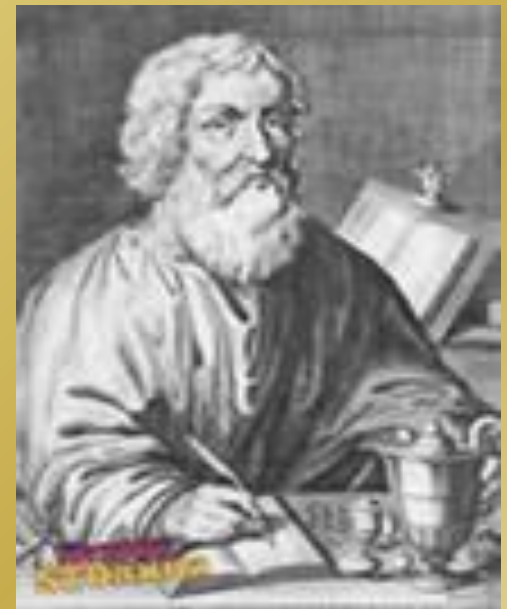
## Физиологические

Рассматривается зависимость темперамента от типа нервной системы (И.П. Павлов, Б.М. Теплов, В.Д. Небылицын и др.)

# Гуморальная теория

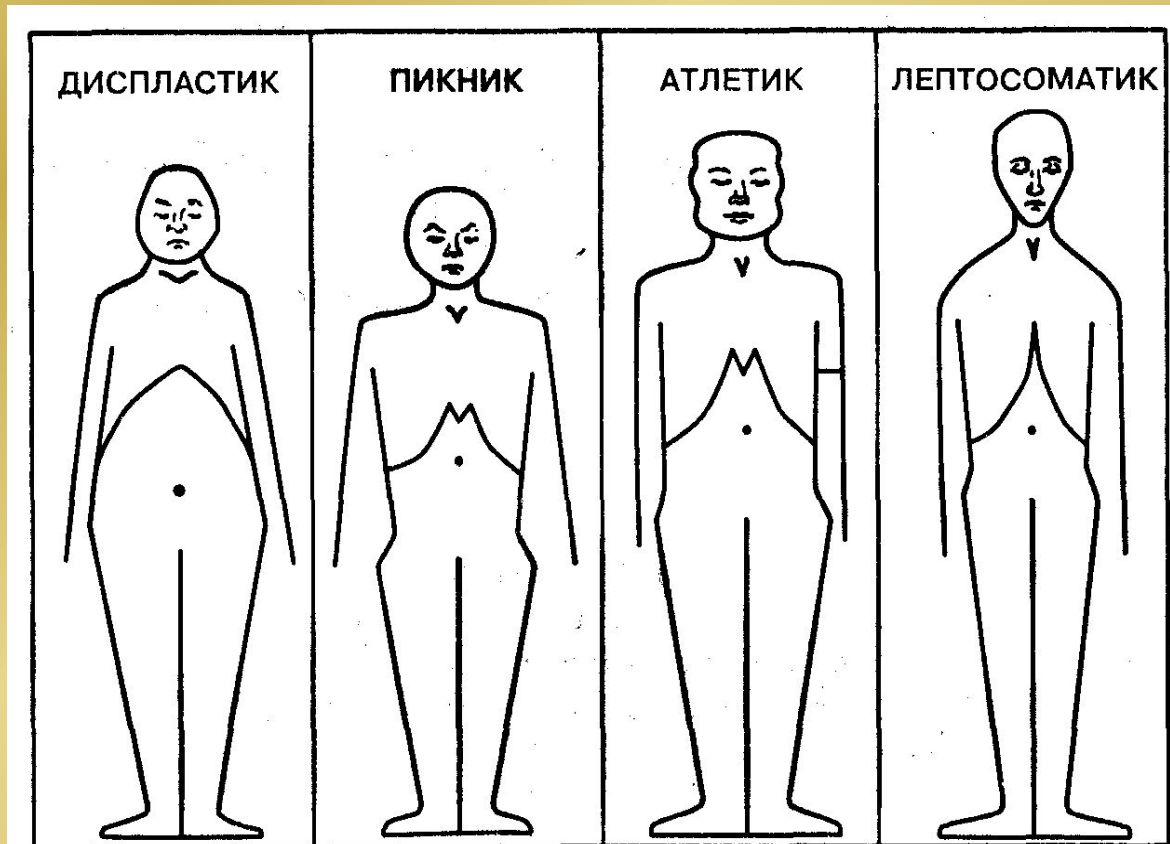
Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач Гиппократ (ок. 460-377 гг. до п. э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма» — крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи.

- 1.сангвиник (от лат. *sanguis* — кровь),
- 2.флегматик (от греч. *phlegma* — слизь, мокрота),
- 3.холерик (от греч. *chole* — желчь) ,
- 4.меланхолик (от греч. *melas chole* — черная желчь).



# Конституциональная теория

Типология, предложенная Э. Кречмером. Главная его идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Он провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить четыре конституциональных типа: лептосоматик, пикник, атлетик, диспластик.



**1. Лептосоматик** характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой, узкими плечами, длинными и худыми нижними конечностями.

**2. Пикник** — человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывшимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.

**3. Атлетик** — человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерны высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

**4. Диспластик** — человек с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (чрезмерный рост, непропорциональное телосложение).

С названными типами строения тела Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента, которые он называет: **шизотимик, иксотимик и циклотимик.**

Шизотимик имеет астеническое телосложение, он замкнут, подвержен колебаниям настроения, упрям, не склонен к изменению установок и взглядов, с трудом приспособляется к окружению. В отличие от него иксотимик обладает атлетическим телосложением. Это спокойный, невпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный. Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах. Теория Кречмера получила наибольшее распространение в Европе.

# Физиологическая теория

Согласно учению И. П. Павлова, индивидуальные особенности поведения, динамика протекания психической деятельности зависят от индивидуальных различий в деятельности нервной системы. Основой же индивидуальных различий в нервной деятельности является проявление и соотношение свойств двух основных нервных процессов - возбуждения и торможения.

Были установлены три свойства процессов возбуждения и торможения:

- 1) сила процессов возбуждения и торможения,
- 2) уравновешенность процессов возбуждения и торможения,
- 3) подвижность (сменяемость) процессов возбуждения и торможения



Комбинации указанных свойств нервных процессов возбуждения и торможения были положены в основу определения типа высшей нервной деятельности. В зависимости от сочетания силы, подвижности и уравновешенности процессов возбуждения и торможения различают четыре основных типа высшей нервной деятельности.

**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 (т. е. низкий порог) на действия раздражителей.

**Сильный неуравновешенный тип.** Отличаясь сильной нервной системой, он характеризуется неуравновешенностью основных нервных процессов - преобладанием процессов возбуждения над процессами торможения.

**Сильный уравновешенный подвижный тип.** Процессы торможения и возбуждения сильны и уравновешены, но быстрота, подвижность их, быстрая сменяемость нервных процессов ведут к относительной неустойчивости нервных связей.

**Сильный уравновешенный инертный тип.** Сильные и уравновешенные нервные процессы отличаются малой подвижностью. Представители

этого типа внешне всегда спокойны, ровны, трудно возбудимы.





# ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

**Сангвинический темперамент** 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** 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.



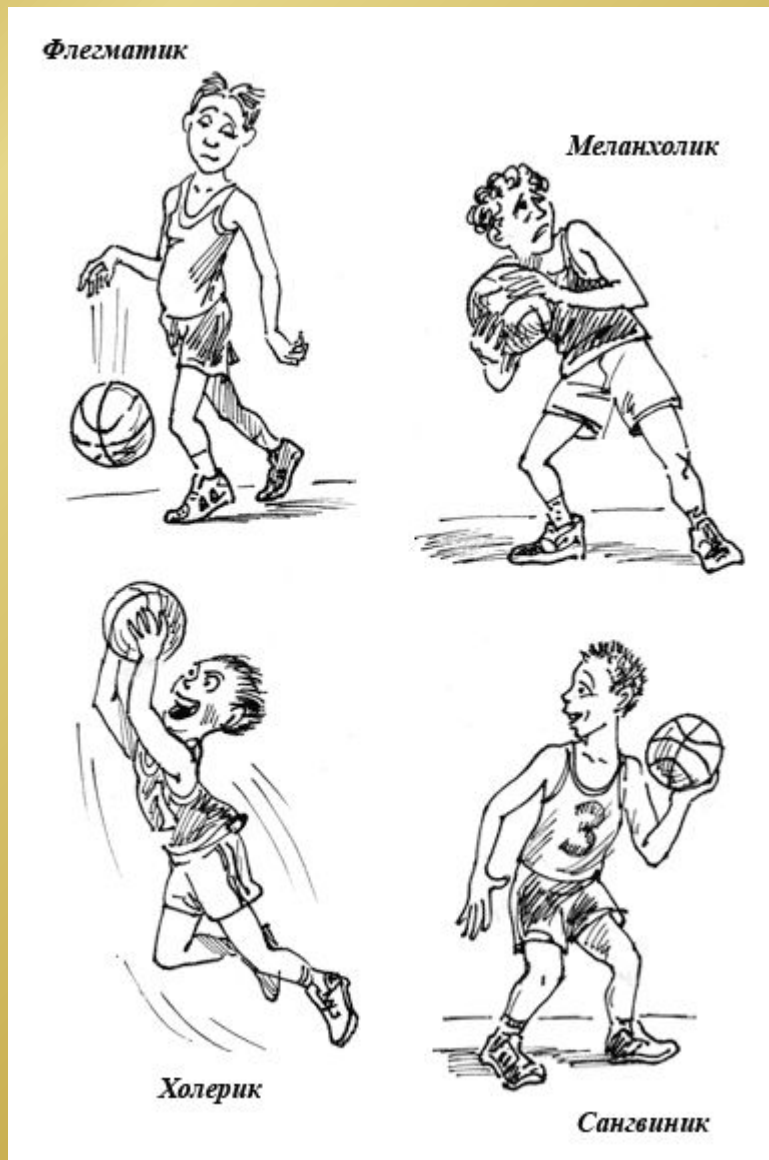
Такой человек нередко бывает сдержанным и особенно контролирует себя при выдаче обещаний. Он никогда не обещает того, что не в состоянии сделать, весьма страдает от того, что не может выполнить данное обещание, даже в том случае, если его выполнение непосредственно от него самого мало зависит.



**Холерический темперамент** 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.



**Флегматический темперамент** относится к хладнокровному человеку. Он выражает собой скорее склонность к бездействию, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, но зато надолго. Это заменяет ему медлительность вхождения в работу.



# Влияние темперамента на учебную деятельность

Детям с **флегматическим темпераментом** требуется больше времени на выполнение заданий познавательного характера, на практические упражнения, на подготовку устного ответа у доски. У них часто встречается ошибочная установка на избежание быстрых действий, как якобы обрекающих его на частые ошибки. Он смиряется с тем, что двигается и говорит медленнее других детей, и уже не делает никаких попыток действовать в более быстром темпе.



Но и самая инертная нервная система не лишена некоторой пластичности, поэтому эта медлительность может быть до некоторой степени преодолена, и лучше всего – путем активизации двигательной сферы ребенка, тесно связанной с умственной сферой, а именно: организацией подвижных игр. Кроме того, необходимо вырабатывать такие личностные качества, как собранность, организованность, умение не тратить лишнего времени на «раскачку». Полезно посадить такого ученика за одну парту с одноклассником с более подвижными нервными процессами.



**Ученики–меланхолики.** У них быстро возникает умственное утомление, поэтому желательно предоставлять по возможности больше времени для отдыха. Это особенно важно при переходе из начального звена в среднее, когда дети впервые сталкиваются с многопредметностью и кабинетной системой, что резко повышает нагрузку на нервную систему. Слабость нервных процессов у учеников–меланхоликов означает и пониженную сопротивляемость влиянию неудач.

Они производят на таких детей тормозящее, дезорганизирующее влияние. Наоборот, систематическое ободрение, внушение веры в собственные силы, раскрытие еще не использованных резервов и т. п. дает ученику–меланхолику возможность проявлять в учебной работе преимущества своего темперамента (повышенную аккуратность, старательность, тщательность), что позволяет добиваться хороших успехов в учебе.



**Ученики–сангвиники.** В качестве положительных сторон этих учеников отмечают энергичность, быстрая реакция, сметливость, быстрота перехода от одного вида деятельности к другому. Они жизнерадостны, являются по своей натуре лидерами. К числу недостатков учеников с сангвиническим темпераментом относятся поверхностность в работе с учебным материалом и потому поверхностность его усвоения, непоседливость, недостаточная выдержка, неустойчивость и недостаточная глубина чувств, отсутствие стойких познавательных и профессиональных интересов, «разбросанность» и многообразии увлечений.



Учеников–сангвиников следует убеждать в необходимости доводить начатое дело до конца, для более глубокого усвоения учебного материала обращать их внимание на интересные аспекты задания, которые ученик не заметил. Их надо подбадривать, рассказывать о перспективах работы, развивать чувство ответственности, требовательности к себе, настойчивости в труде.

**Ученики–холерики.** Их характеризует вспыльчивость, резкость, несдержанность, нетерпимость к замечаниям в свой адрес, высокое самомнение. Важная задача в работе с ними – предупредить появление аффектов. Для этого нужно переключить внимание с объекта, вызвавшего негативные эмоции, на какой–либо «нейтральный» объект, чтобы произошел спад возбуждения, и лишь затем делать замечание. Нужна спокойная,



уравновешенная атмосфера социального окружения. Следует избегать конфликтных ситуаций, но это не значит, что нужно для этого потворствовать капризам, грубиянству, неправильным поступкам. Высокая скорость нервных процессов может являться причиной различных учебных трудностей и ошибок школьников.



Быстрый темп письма, отрицательно сказывающийся на его качестве (плохой почерк, пропуск букв); торопливость при чтении, приводящая к недочитыванию слов или к неправильному их прочитыванию и, как следствие, к плохому пониманию прочитанного; ошибки при выполнении вычислительных операций при недостаточной степени их автоматизированности – вот те трудности в учебной работе, причиной которых может являться природная высокая скорость нервных процессов учеников. В каждом из этих случаев следует использовать специальные приемы, «нейтрализующие» расположенность школьника к слишком высокому темпу выполнения заданий