



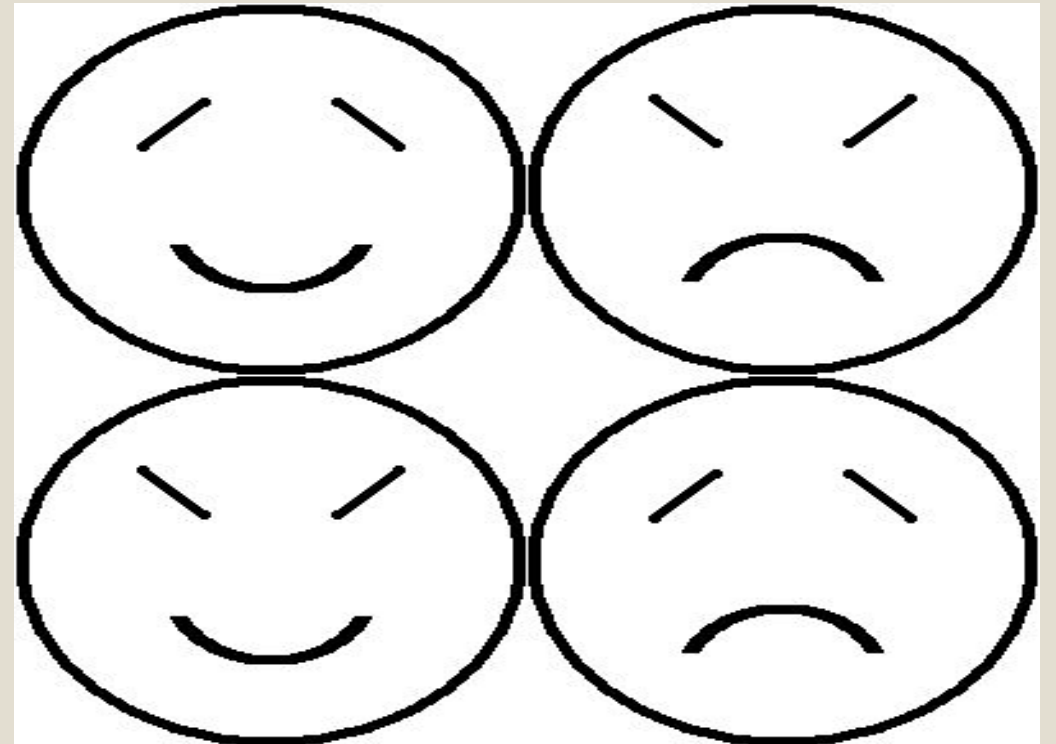
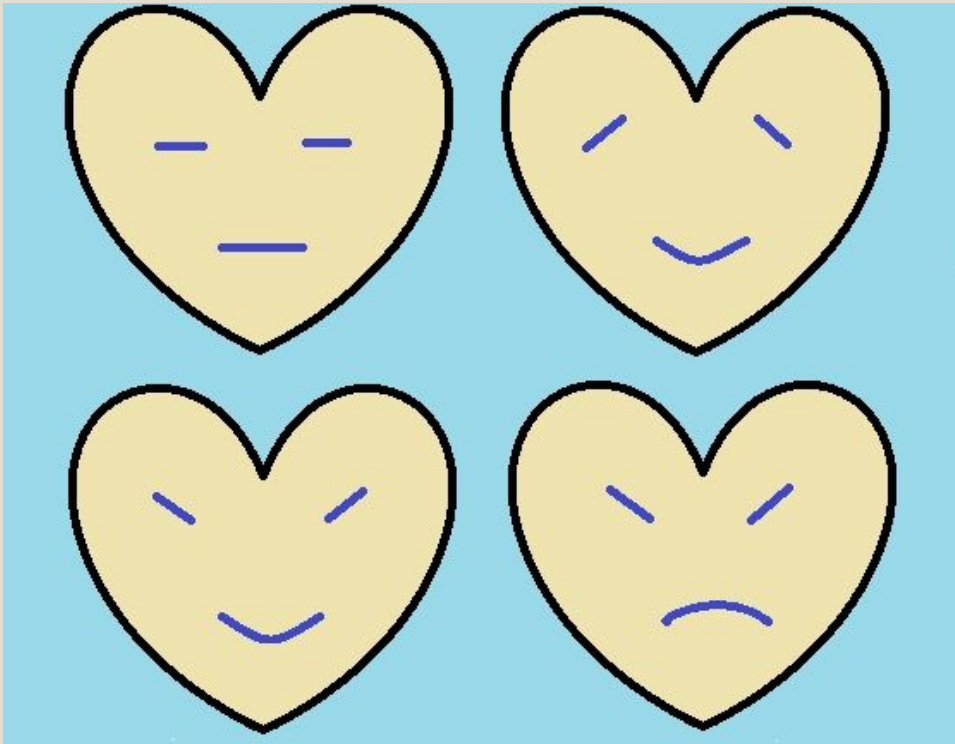
# ПОНЯТИЕ О ТЕМПЕРАМЕНТЕ. ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

Выполнила  
Разоренова Ольга  
123Г

# Оглавление:

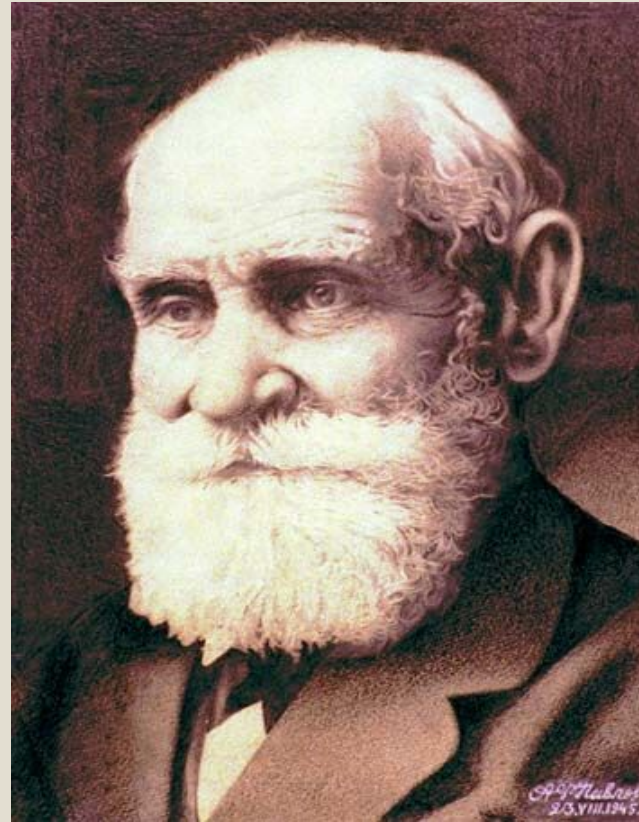
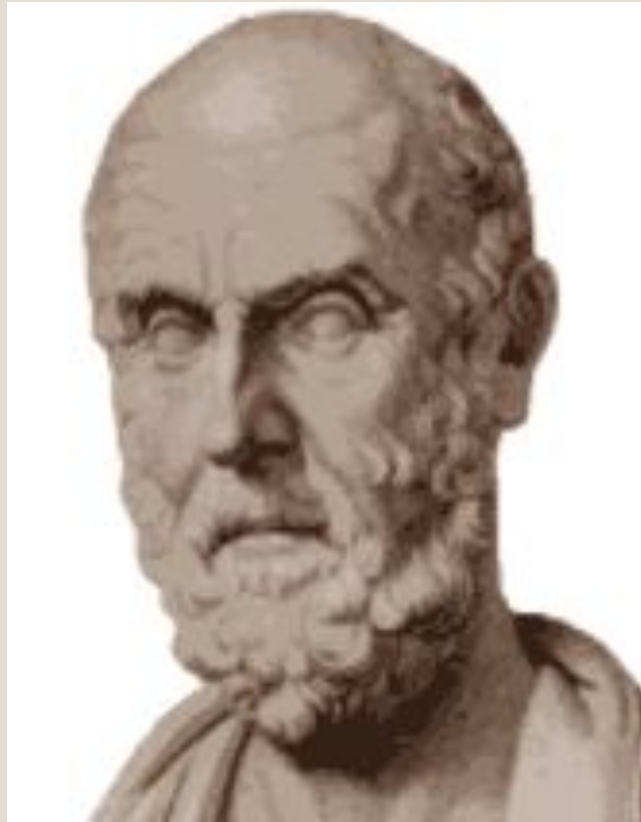
- Общее понятие о темпераменте
- Физиологическая основа темперамента
- Психологическая характеристика темпераментов
- Темперамент и личность

- Темперамент - это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов и поведения.
- Под динамикой понимают темп, ритм, продолжительность, интенсивность психических процессов, в частности эмоциональных процессов, а также некоторые внешние особенности поведения человека - подвижность, активность, быстроту или замедленность реакций и т. д.



# Основные компоненты, определяющие темперамент:

- 1. Общая активность психической деятельности и поведения человека выражается в различной степени стремления активно действовать, осваивать и преобразовывать окружающую действительность, проявлять себя в разнообразной деятельности.
- 2. Двигательная, или моторная, активность показывает состояние активности двигательного и речедвигательного аппарата
- 3. Эмоциональная активность выражается в эмоциональной впечатлительности (восприимчивость и чуткость к эмоциональным воздействиям), импульсивности, эмоциональной подвижности (быстрота смены эмоциональных состояний, начала и прекращение их).



- Древнегреческий врач Гиппократ, живший в 5 веке до н.э., описал четыре темперамента, которые получили следующие названия: сангвинический темперамент, флегматический темперамент, холерический темперамент, меланхолический темперамент.
- Исследования высшей нервной деятельности животных и человека, проведенные И. П. Павловым, установили, что физиологической основой темперамента являются сочетания основных свойств нервных процессов.

# Физиологическая основа темперамента

- Основой 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.

# Сила и слабость нервных процессов

- Сила нервных процессов выражается в способности нервных клеток переносить продолжительное либо кратковременное, но очень концентрированное возбуждение и торможение. Это определяет работоспособность (выносливость) нервной клетки.
- Слабость нервных процессов характеризуется неспособностью нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение. Но зато слабая нервная система обладает большой чувствительностью: даже на слабые раздражители она дает соответствующую реакцию.



# Уравновешенность нервных процессов

- Важным свойством высшей нервной деятельности является уравновешенность нервных процессов, т. е. 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 возбуждения.





# Подвижность нервных процессов

Подвижность нервной системы характеризуется :

- быстротой сменяемости процессов возбуждения и торможения,
- быстротой возникновения и прекращения их (когда этого требуют условия жизни),
- скоростью движения нервных процессов (иррадиации и концентрации),
- быстротой появления нервного процесса в ответ на раздражение,
- быстротой образования новых условных связей, выработки и изменения динамического стереотипа.

# 4 основные типа высшей нервной деятельности

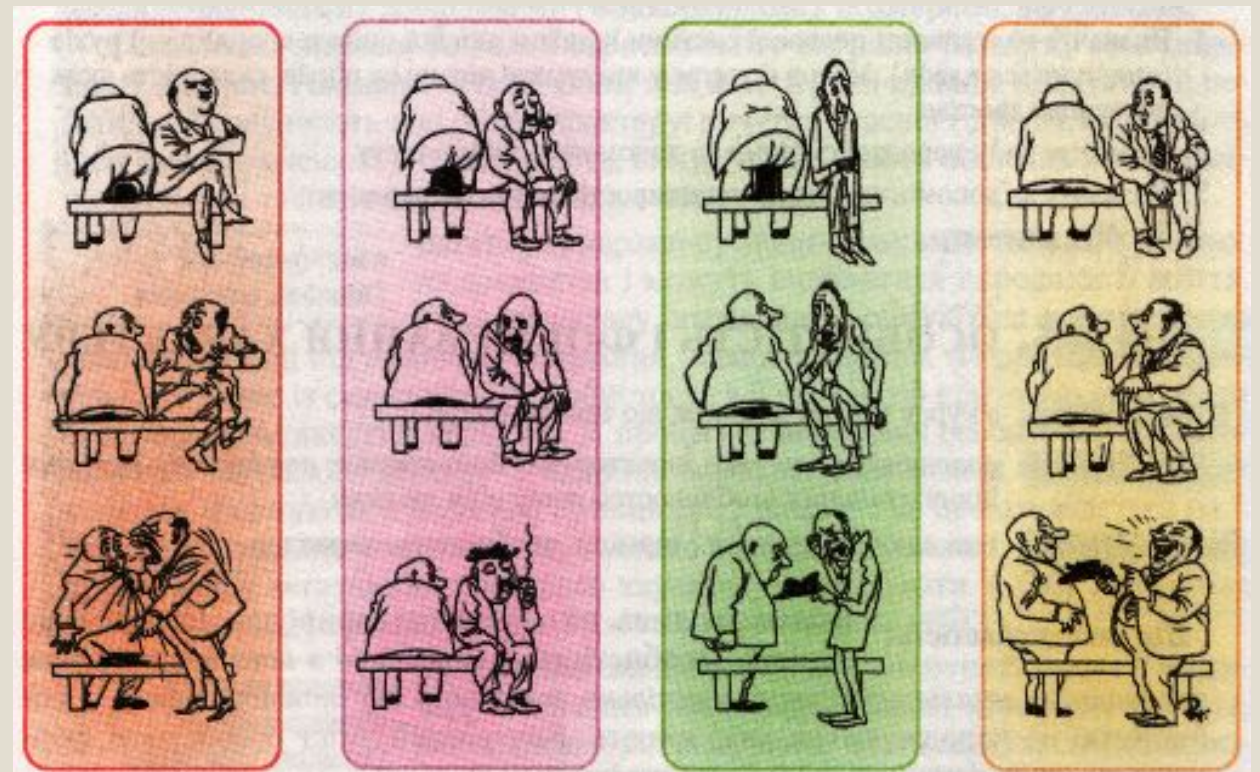
- Слабый тип. Представители слабого типа нервной системы не могут выдерживать сильные, длительные и концентрированные раздражители.
- Сильный уравновешенный тип. Отличаясь сильной нервной системой, он характеризуется неуравновешенностью основных нервных процессов .
- Сильный уравновешенный подвижный 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.

- Тип высшей нервной деятельности относится к природным высшим данным. На данной физиологической основе могут образоваться различные системы условных связей, т. е. 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 высшей нервной деятельности в деятельности, поведении человека.
- 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.

# Психологическая характеристика темпераментов

◦ По мнению И.П. Павлова, темпераменты являются "основными чертами" индивидуальных особенностей человека. Их принято различать следующим образом:

- Сангвинический
- Флегматичный
- Холерический
- Меланхолический



# Типы высшей нервной деятельности и их соотношение с темпераментом

Темперамент	уравновешенность нервных процессов	подвижность нервных процессов	сила нервных процессов
сангвиник	уравновешенный	подвижный	сильный
флегматик		инертный	сильный
холерик	неуравновешенный		сильный
меланхолик			слабый

# САНГВИНИК

- Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы, легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми.
- Если раздражители быстро меняются, сангвиник- человек деятельный, активный, энергичный. Если же воздействия длительны и однообразны, у сангвиника появляется безразличие, скука, вялость.
- Быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и недоброжелательности, но все эти проявления его чувств неустойчивы, не отличаются длительностью и глубиной.





# Флегматик



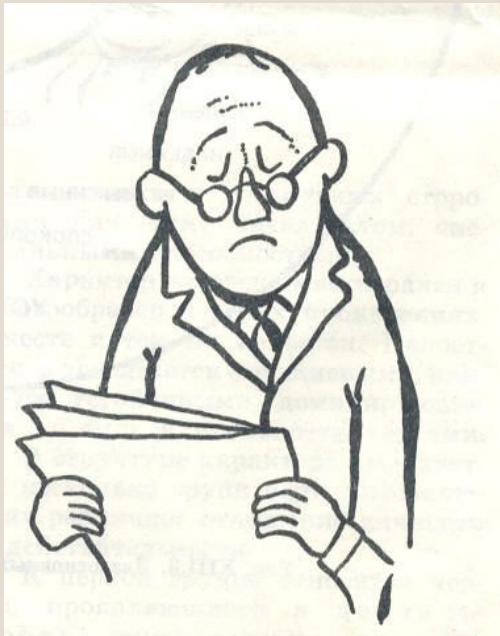
- Человек этого темперамента медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен.
- В деятельности проявляет основательность, продуманность, упорство.
- Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны.
- Иногда у человека этого темперамента может развиться безразличное отношение к труду, к окружающей жизни, к людям и даже к самому себе.



# Холерик

- Люди этого темперамента быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них быстро, интенсивно.
- Выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения.
- Чувства человека холерического темперамента сильные, обычно ярко проявляются, быстро возникают; настроение иногда резко меняется.
- В общении с людьми холерик допускает резкость, раздражительность, эмоциональную несдержанность, что часто не дает ему возможности объективно оценивать поступки людей, и на этой почве он создает конфликтные ситуации в коллективе.





# Меланхолик

- В работе меланхолики обычно пассивны, часто мало заинтересованы (ведь заинтересованность всегда связана с сильным нервным напряжением).
- Чувства и эмоциональные состояния у людей меланхолического темперамента возникают медленно, но отличаются глубиной, большой силой и длительностью;
- Представители меланхолического темперамента склонны к замкнутости и одиночеству, избегают общения с малознакомыми, новыми людьми, часто смущаются, проявляют большую неловкость в новой обстановке.
- В привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно

# Темперамент и личность



- Известно, что А. П. Чехов был человеком очень уравновешенным, скромным и деликатным. Но вот интересный факт из его жизни. В одном из писем к жене О. Л. Книппер-Чеховой Антон Павлович делает такое ценное признание: "Ты пишешь, что завидуешь моему характеру. Должен сказать тебе, что от природы у меня резкий, я вспыльчив и проч. и проч. Но я привык сдерживать себя, ибо распускать себя порядочному человеку не подобает. В прежние времена я выделял черт знает что".

◦ М. Горький сдерживал бурные проявления своего темперамента. Для этого он сознательно переключался на разные побочные действия с предметами. С людьми, которые высказывали противоположные ему взгляды, А. М. Горький старался быть бесстрастным и спокойным.





# Заключение

- Следует помнить, что деление людей на четыре вида темперамента очень условно. Существуют переходные, смешанные, промежуточные типы темперамента
- Часто в темпераменте человека соединяются черты разных темпераментов.
- "Чистые" темпераменты встречаются относительно редко.

