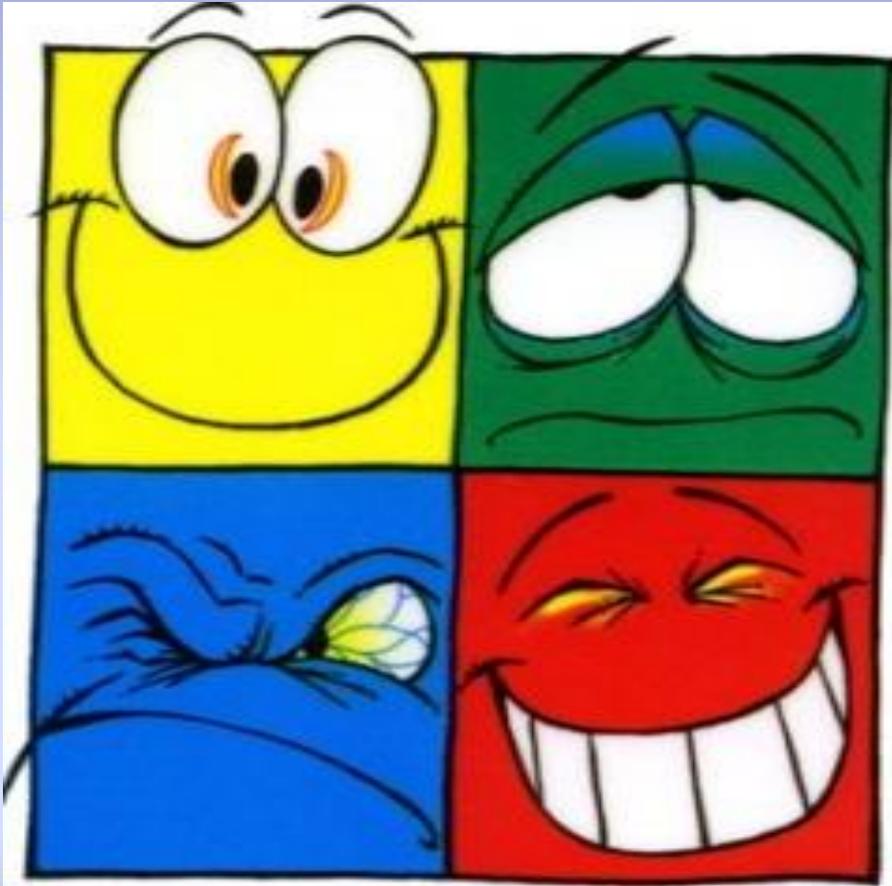


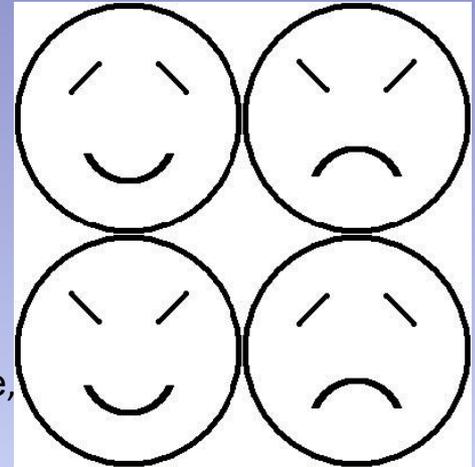
Темперамент



Выполнила
Мочалова Ирина
Статистика

Определение темперамента.

История.

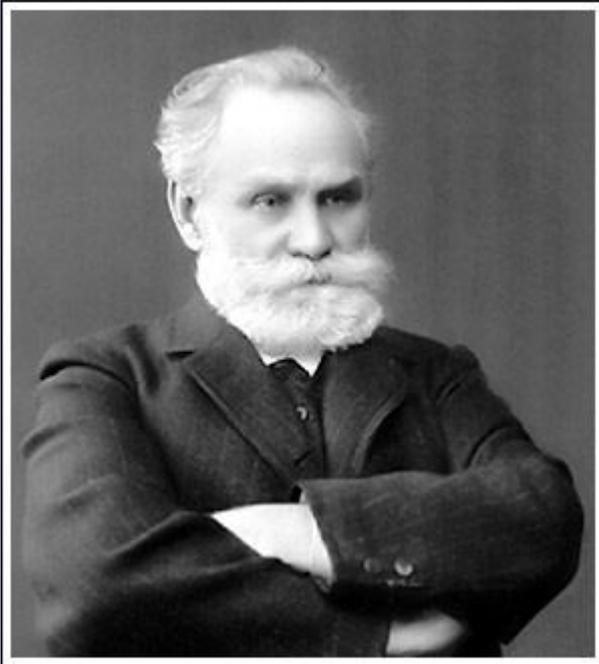


Темперамент (лат. *temperamentum* — надлежащее соотношение частей) — устойчивое объединение индивидуальных особенностей личности, связанных с динамическими, а не содержательными аспектами деятельности. Темперамент составляет основу развития характера; вообще, с физиологической точки зрения темперамент — тип высшей нервной деятельности человека.

«**Красис**» (др.греч.κράσις, «слияние, смешивание») ввёл древнегреческий врач Гиппократ.

1. Преобладание жёлтой жёлчи (др. греч. χολή, *холе*, «жёлчь, яд») делает человека импульсивным, «горячим» — **ХОЛЕРИКОМ**.
2. Преобладание лимфы (др.греч. φλέγμα, *флегма*, «мокрота») делает человека спокойным и медлительным — **ФЛЕГМАТИКОМ**.
3. Преобладание крови (лат. *sanguis*, *сангвис*, *сангуа*, «кровь») делает человека подвижным и весёлым — **САНГВИННИКОМ**.
4. Преобладание черной желчи (др.греч. μέλαινα χολή, *мелэна холе*, «чёрная жёлчь») делает человека грустным и боязливым — **МЕЛАНХОЛИКОМ**.

Учение И.П.Павлова



Павлов выделил 4 четко очерченных типа нервной системы, то есть определённых комплексов основных свойств нервных процессов.

- Слабый тип характеризуется слабостью как возбудительного, так и тормозного процессов — соответствует гиппократовскому меланхолику.
- Сильный неуравновешенный тип характеризуется сильным раздражительным процессом и относительно сильным процессом торможения — соответствует холерику, «безудержному» типу.
- Сильный уравновешенный подвижный тип — соответствует сангвинуку, «живому» типу.
- Сильный уравновешенный, но с инертными нервными процессами — соответствует флегматику, «спокойному» типу.

Типы темперамента

Флегматик — неспешен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою неспешность прилежанием.

Холерик — быстрый, страстный, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвника. Холерик, увлекаясь, безалаберно растрчивает свои силы и быстро истощается.

Сангвник — живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Обычно сангвник обладает выразительной мимикой. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно, приходя в сильное возбуждение от этого, если работа не интересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

Меланхолик — легко ранимый, склонный к постоянному переживанию различных событий, он остро реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он зачастую не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, легко эмоционально раним.

Флегматик



Меланхолик

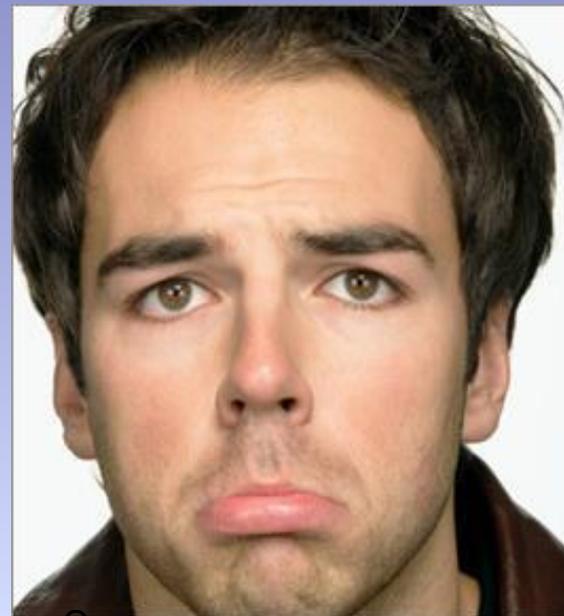


Холерик



Сангвник

Меланхолики



Характеристика:

- Имеет неустойчивые эмоции
- Страх и беспокойство
- Непостоянством
- Легкая возбудимость
- Высокая утомляемость
- Нерешительность.

Профориентация:

Меланхоликам рекомендуется интеллектуальная сфера деятельности. Это программирование, Интернет, аналитика, конструирование, планирование, работа с большими объемами «виртуальной информации». Меланхоликам следует избегать большой эмоциональной нагрузки и не перегружать себя контактами с людьми.

Для типичного представителя меланхолического темперамента характерны следующие внешние признаки:

- Высокая скорость обмена веществ,
- Утонченные черты лица, хрупкость внешнего облика, худоба и худощавость
- Выступающие кости, плоская, утонченная, слабая мускулатура, длинные тонкие мускулы и кости.
- Относительно широкие таз и плечи при узкой талии.
- Высокий угловатый квадратный лоб
- Нос часто удлинённый, заостренный, выступающий вперед, ярко выражен.
- Шея длинная, средней толщины или тонкая, часто изогнута, на вид присутствует отделенность от головы и тела, кадык выражен.

Флегматики



Характеристика:

- Слабый устойчивый тип нервной системы
- Спокоен
- Слабые эмоции
- Устойчивое настроение.

Профориентация:

Флегматик обладает высокой работоспособностью. Он достигает лучших результатов по объему и качеству работы. Флегматик является незаменимым в сферах производства, администрирования и везде, где востребовано умение поддерживать текущие процессы в стабильном состоянии.

Для типичного флегматика характерны следующие внешние признаки:

- Квадратно-прямоугольное, «бочкообразное» туловище. Массивная, плотная, крепко сбитая фигура, угловатые формы.
- Мускулатура массивная, крепкая, сильная. Короткие, круглые или средней длины и толщины ноги и руки.
- Имеется склонность к ожирению. Явно или средне выраженная жировая ткань, в первую очередь проявляется в ожирении торса, живота.
- Вытянутая «бочкообразная» голова. Верхняя и нижняя часть черепа равны по объему, или нижняя больше. Широкий, угловатый, квадратный череп, имеет сглаженные выступы.
- Лоб слабо сужающийся.
- Затылок плоский, без выступов, переход в шею очерчен слабо.
- Круглый, шарообразный контур темени.
- Скулы слабо или средне выражены.
- Нос крупный, прямой, выступающий вперед, кончик опущен книзу.
- Относительно короткая, толстая, прямая шея.



флегматики



Холерики



Характеристика:

- Сильный неустойчивый тип нервной системы
- Эмоции холерика яркие
- Активная мимика
- Торопливая речь.
- Настроение у него часто резко меняется.

Профорентация:

Для холериков при принятии решений на первом месте стоит человеческий фактор, эмоции и отношения. Это делает их очень полезными в сферах, связанным с личным общением, знакомствами и услугами. С другой стороны переменчивость делает холерика трудно управляемым как работника и непредсказуемым. Работоспособность холерика высокая, но неустойчивая. Ко всему новому холерик привыкает легко и быстро, но устойчивые навыки формируются у него долго и с большим трудом.

Для типичного представителя холерического темперамента характерны следующие внешние признаки:

- Хрупкость внешнего облика, худоба и худощавость, телосложение сухое.
- Отсутствие выраженной склонности к ожирению, худоба.
- Высокая скорость обмена веществ.
- Лоб плавно сужающийся кверху, конусообразный, без выступов и неровностей.
- Подбородок заострен.
- Нижняя челюсть «слабая» или сильно скошенная, заметно сужается книзу.
- Нос ярко выраженной формы — с горбинкой «птичий», сильно выступающий кончик
- Шея длинная, средней толщины или тонкая, часто изогнута





Сангвиники



Характеристика:

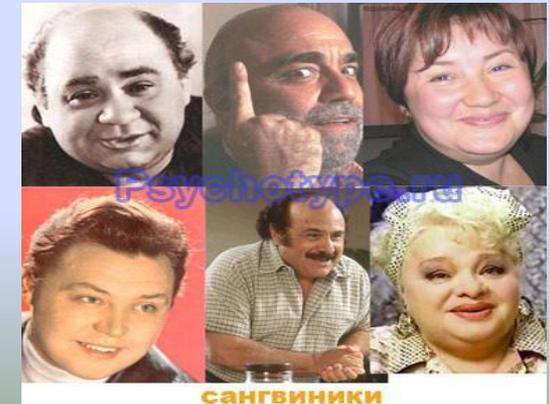
- Сильный устойчивый тип нервной системы
- Активная мимика
- Уверенный контроль над эмоциями
- Быструю, отчетливую речь, сопровождаемую выразительными мимикой и жестами.

Профориентация:

Сангвиник быстро переключается с одного вида деятельности на другой. В работе, как и в личных отношениях, сангвиник склонен, прежде всего, ориентироваться на «человеческий фактор». Наилучшими сферами для самореализации сангвиника являются воспитательско — преподавательская работа, где упор делается не на техническую сферу,) косметология, общественное питание, рекрутинг, знакомства и т.д. Сангвиник является, пожалуй, самым приятным и душевным руководителем с точки зрения подчиненных.

Для типичного сангвиника характерны следующие внешние признаки:

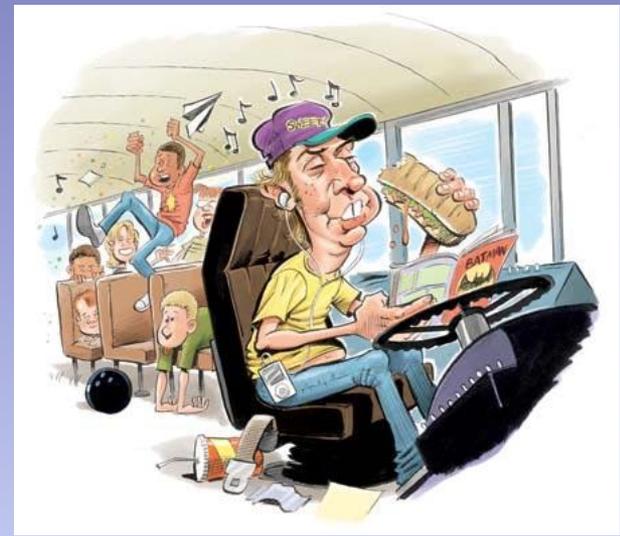
- Круглое, «шарообразное» туловище, округлые формы, низкий, редко средний рост.
- Короткие, широкие кости и мышцы — вид круглых «нашлепок» на плечах, как латы. Выпуклый рельеф мышц.
- Явно выраженная жировая ткань, жир откладывается равномерно во всех частях тела.
- Низкая скорость обмена веществ — вес прибывает, даже если есть относительно мало.
- Подбородок и скулы не выражены.
- Нос явно не выражен, «утиный», «картошкой» или слегка вздернут.
- Затылок круглый или плоский, без выступов, переход в шею очерчен слабо.
- Шея слабо или совсем не выражена, короткая, толстая.
- Ноги короткие, круглые.



Влияние

От темперамента человека зависят:

- скорость возникновения психических процессов (например, скорость восприятия, быстрота мышления, длительность сосредоточения внимания и т. п.);
- пластичность и устойчивость психических явлений, лёгкость их смены и переключения;
- темп и ритм деятельности;
- интенсивность психических процессов (например, сила эмоций, активность воли);
- направленность психической деятельности на определённые объекты (экстраверсия и интроверсия).



С точки зрения психологии...



- ... четыре темперамента — лишь одна из возможных систем для оценки психологических особенностей (существуют и другие, например, «интроверсия-экстраверсия»). Описания темпераментов довольно сильно различаются у различных психологов и, по-видимому, включают в себя достаточно большое количество факторов. Предпринимались попытки подвести научно-экспериментальную базу под теорию темпераментов (И.П.Павлов, Г.Ю.Айзенк, Б.М.Теплов и другие), однако результаты, полученные данными исследователями, лишь частично совместимы друг с другом. Интерес представляет исследование Т.А.Блюминой (1996), в котором она предприняла попытку сопоставить теорию темпераментов со всеми известными на тот момент (более 100) психологическими типологиями, в том числе с точки зрения методов определения данных типов. В целом, классификация по темпераментам не удовлетворяет современным требованиям к факторному анализу личности и в настоящий момент интересна скорее с исторической точки зрения.

Современный подход



- Современная наука видит в учении о темпераментах отголосок ещё античной классификации четырёх типов психического реагирования в сочетании с интуитивно подмеченными типами физиологических и биохимических реакций индивида.
- В настоящее время концепцию четырёх темпераментов подкрепляют понятиями «торможение» и «возбуждение» нервной системы. Соотношение «высокого» и «низкого» уровней, для каждого из этих двух независимых параметров, даёт некую индивидуальную характеристику человека, и, как результат — формальное определение каждого из четырёх темпераментов. На смайликах (см. рисунок вверху) можно интерпретировать улыбку, как лёгкость процессов торможения, а насупленные брови — как проявление лёгкости возбуждения.
- В рамках соционики выделяют так же т.н. соционический темперамент, где понятия возбуждение и торможение заменены на связанные с ними вертность (интроверсия - экстраверсия), определяющую общую активность человека, и рациональность (рациональность - иррациональность), определяющую темп данной активности.
- Развитие программы «Геном человека» создаёт условия для раскрытия функций генов человека, которые определяют темперамент через гормоны (серотин, мелатонин, дофамин) и другие биохимические медиаторы. Биохимия и генетика позволяют установить и формализовать психологические фенотипы людей, замеченные ещё врачами древности.