АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ

УНИВЕРСИТЕТ ИМ. А.С.ПУШКИНА

Факультет психологии и педагогики

Кафедра общей и прикладной психологии

**КУРСОВАЯ РАБОТА**

**НА ТЕМУ: ПОНЯТИЕ О ТЕМПЕРАМЕНТЕ И ЕГО ТИПАХ**

Лысенкова Екатерина Сергеевна

студентка 2 курса

Научный руководитель: кандидат психологических наук,

доцент Гайворонская Ирина Борисовна

Санкт-Петербург

Содержание

Введение

Глава 1. История изучения темперамента

Глава 2. Понятие о темпераменте

Глава 3. Свойства темперамента

Глава 4. Характеристики типов темперамента

Заключение

Список используемой литературы

Введение

Проблема, о которой пойдет речь, занимает человечество уже более двух с половиной тысячелетий. С понятием «темперамент» каждый человек знакомится рано. Ведь ещё в детстве мы замечаем, что между нами существуют индивидуальные различия - кто-то более подвижный и настойчивый, а кто-то медлительный и застенчивый. Именно в этих особенностях проявляется темперамент.

Темперамент проявляется в любом виде деятельности (игровой, учебной, трудовой), в походке, в жестах и в поведении в целом. Он включает качества, от которых зависят реакции человека на других людей и социальные обстоятельства - умение быстро включаться в работу, настойчивость, общительность, быстрота смены настроений, терпеливость. Темперамент является динамичной характеристикой человека и от него зависят психический ритм и темп, быстрота возникновения чувств и их устойчивость.

Темперамент относится к числу таких психологических понятий, о которых "все знают". Давая характеристику своим знакомым, мы то и дело употребляем названия различных темпераментов - об одном утверждаем: "типичный холерик", другого именуем "сангвиником", третьего - "флегматиком", четвертого - "меланхоликом". Да и себя обычно относим к одной из четырех категорий.

Актуальность. В настоящее время в психологии осуществляется целостный подход к изучению человека. Человек рассматривается и со стороны присущих ему общечеловеческих свойств, и со стороны его неповторимой индивидуальности. А индивидуальность проявляется в чертах темперамента, характера, привычках, преобладающих интересах, в качествах познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, воображения) и т.д. Поэтому чтобы познать человека нужно рассмотреть все черты, важнейшей из которых является темперамент, ведь он является биологическим фундаментом, на котором формируется личность как социальное существо, а свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными.

Объектом исследования является человек.

Предмет исследования - темперамент и его типы.

Основная цель данной курсовой работы заключается в том, чтобы рассмотреть историю изучения и основные типы темперамента.

Для решения поставленной цели в работе ставятся следующие задачи:

. Рассмотреть основные подходы и теории изучения темперамента;

2. Дать общую характеристику понятию «темперамент»;

. Рассмотреть основные свойства и типы темперамента.

Глава 1. История изучения темперамента

Учение о темпераментах возникло ещё в древности. Слово «темперамент» (от лат. Temperans) в переводе с латинского обозначает «надлежащее соотношение частей», равное ему по значению греческое слово «красис» (др.-греч. κράσις, «слияние, смешивание») ввёл древнегреческий врач Гиппократ. Он полагал, что мир образуется из четырех стихий и организм человека также представляет собой смесь четырех начал, но связанных в определенной пропорции. Вариации в пропорции стихий у отдельных людей непосредственно связываются Гиппократом с имеющимися в организме четырьмя видами жидкости (кровь, слизь, желтая и черная желчь). Степень преобладания какой-либо жидкости в этой смеси обуславливает основные четыре типа людей:

. Сангвиники, люди с преобладанием крови в общей смеси. Им характерно прекрасное телосложение, высокая подвижность, приветливость, недостаточная любовь к труду, склонность к наслаждениям;

2. Холерики, люди с доминированием желтой желчи, имеют хорошо развитое тело и мышцы, энергичны, активны, тверды характером, горды, более способны для искусств и военных дел;

. Флегматики, люди с преобладанием слизи, рыхлого телосложения, вялые малоактивные, сонливые, не обладают тонкостью чувств, необходимых для занятий искусствами и науками, нет трудолюбия и воли;

. Меланхолики, люди с преобладанием черной желчи, хмурые с тоскливым характером.[6]

Римский анатом и врач Клавдий Гален, впервые дал развернутую классификацию разных типов темперамента, основанную всё на тех же гуморальных представлениях Гиппократа. Она включала 13 типов, в том числе и те, о которых было сказано выше. Правда психологическая характеристика этих типов темперамента у Галена была небогатой, но со временем всё больше расширялась.

Развитие в эпоху Возрождения анатомии и физиологии привело к новшествам в объяснении типов темперамента. Их всё больше стали связывать с особенностями строения тела. Например, ряд ученых, помимо физических свойств крови, положил в основу разделение различие тканей и ширину просвета сосудов. Легкая кровь, рыхлые ткани и умеренно расширенные сосуды облегчают, по мысли этих ученых, течение жизненных процессов и порождают сангвинический темперамент. При значительной плотности в тканях кровь задерживается в сосудах, пульс становится сильнее и быстрее, общая теплота тела возрастает - это создает холерический темперамент. При плотной крови и узких сосудах в ткани возникает только жидкая, водянистая часть крови, благодаря чему рождается флегматический темперамент. Наконец, плотная, темная кровь с узкими порами тканей и широким просветом сосудов ведет к образованию меланхолического темперамента.

Близка к этой теории была точка зрения И.Канта, который считал, что природной основой темперамента являются индивидуальные особенности крови. Иммануил Кант дал формальное описание четырех типов темперамента, которые он разделил на две группы. Сангвинический и меланхолический типы рассматривались им как темпераменты чувства, а холерический и флегматический - как темпераменты действия. Эта теория сохранилась до конца XIX - начала XX. Например, П.Ф.Лесгафт, русский педагог анатом и врач, считал, что в происхождении темпераментов очень важную роль играет широта просвета и толщина стенок сосудов; у холериков - малый просвет и толстые стенки, что приводит к быстрому и сильному течению крови, у сангвиников - малый просвет и тонкие стенки, что способствует быстрому и слабому течению крови и т.д.

Другое анатомическое направление в объяснении типов темперамента касалось строения центральной нервной системы, так как именно мозг теснее всего связан с теми психологическими особенностями, которые характеризуют различные темпераменты.

Так, Альбрехт Галлер, основоположник экспериментальной физиологии, который ввел важные для физиологии и психологии понятия возбудимости и чувствительности, утверждал, что основной фактор различий в темпераменте - возбудимость самих кровеносных сосудов, через которые проходит кровь. Его ученик Г.Врисберг связывал темперамент непосредственно с особенностями нервной системы. По его мнению, холерическо-сангвинический обусловлен крупным мозгом, «сильными и толстыми нервами» и высокой возбудимостью органов чувств. Для людей с флегматико-меланхолическим темпераментом характерен небольшой мозг, «тонкие нервы» и невысокая возбудимость органов чувств.

И.Генл предложил теорию темпераментов исходя из «тонуса» нервной и мышечной систем. С точки зрения этого ученого, тонус нервной системы у разных людей различен. Чем он больше, тем легче возбуждается человек. Невысокая степень тонуса свойственна флегматикам - этим обусловлена общая вялость движений, эмоциональна я не возбудимость, слабость мимики. Сангвиники и холерики отличаются легкой возбудимостью, однако у первых возбуждение проходит быстро, а у вторых оно сохраняется дольше. Меланхолический темперамент характеризуется, с точки зрения Генле, несоответствием между сильными, глубокими чувствами и плохо развитой склонностью к деятельности.

Близка к этой теории попытка французского философа А.Фулье, построить теорию темпераментов на основе учения об обмене веществ в организме. То, что Генле называет тонусом нервной системы, по мнению Фулье, сводится к большей или меньшей напряженности процессов распада и восстановления веществ в тканях тела, особенно в центральной нервной системе. По Фулье, в одних случаях преобладают процессы распада энергоисточников, в других - процессы восстановления. Сангвинический темперамент характеризуется преобладанием восстановления, быстрой, но слабой и непродолжительной реакцией. Меланхолический - преобладанием восстановления нервного вещества, медленной, но сильной и продолжительной реакцией. Для холерического темперамента характерен быстрый и сильный распад, а для флегматического медленный и слабый распад нервного вещества.

Ряд ученых в нашей стране тоже придерживался гуморально-эндокринной теории происхождения типов темперамента. П.П.Блонский считал, что особенности поведения человека зависят от того, насколько уравновешенно и согласованно работают симпатический и парасимпатический отделы вегетативной нервной системы. Вагатоники медлительны и спокойны. Симпатикотоники, напротив, импульсивны, решительны.

Постепенно среди ученых всё более крепло убеждение в том, что свойства темперамента наиболее отчетливо проявляются в тех формах поведения, которые непосредственно связаны с энергетическими тратами организма - со способами накопления и расходования энергии и количественными характеристиками этих процессов. Поэтому большинство исследователей темперамента обращали внимание, прежде всего на эмоциональные и моторные реакции индивида, особенно подчеркивая их интенсивность и протекание во времени. Классическим примером такого подхода может служить типология темпераментов, предложенная В.Вундтом. Он понимал темперамент как предрасположенность к аффекту - данное представление нашло выражение в следующем тезисе: темперамент для эмоции то же, что и возбудимость - для ощущения.

Придерживаясь такого взгляда, В.Вундт выделил два биполярных свойства темперамента: силу и быстроту изменения эмоции, подчеркивая тем самым значение энергетической характеристики индивида. Сильные эмоциональные реакции в сочетании с эмоциональной нестабильностью образуют холерический темперамент, небольшая сила эмоциональных реакций в сочетании с их нестабильностью - сангвинический темперамент и т.д.[5]

На рубеже XIX и XX вв. сформировалась концепция, согласно которой существует связь между телосложением и свойствами темперамента. Такие типологии получили название конституционных типологий. Среди них наибольшее распространение получила типология, предложенная Э.Кречмером. Он утверждал, что тип телосложения определяет психические особенности людей и их предрасположенность к соответствующим психическим заболеваниям. Проведя множество измерений частей тела людей, Э.Кречмер выделил четыре конституциональных типа.

. Лептосоматик. Обладает цилиндрической формой туловища, хрупкого телосложения, высокого роста, грудная клетка плоская. Плечи узкие, нижние конечности длинные, кости и мышцы тонкие.

2. Пикник. Ему свойственны чрезмерная тучность, малый или средний рост, большой живот, круглая голова на короткой шее.

. Атлетик. Имеет хорошую мускулатуру, крупное телосложение, высокий или средний рост, широкие плечи и узкие бедра.

. Диспластик. Его строение бесформенное, неправильное. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения.

С назваными типами строения тела Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента:

. Шизотимик. Имеет лептосоматическое или астеническое телосложение. Замкнут, склонен к колебаниям эмоций, упрям. С трудом приспосабливается к окружению, склонен к абстракции.

2. Циклотимик. Имеет пикническое телосложение. Эмоции колеблются между радостью и печалью. Легко контактирует с окружением, реалистичен во взглядах.

. Иксотимик. Обладает атлетическим телосложением. Спокойный, невпечатлительный человек, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный.

Несколько позже в США приобрела популярность концепция темперамента, выдвинутая У.Шелдоном, которая была сформулирована в 1940-е гг. В основе представлений Шелдона лежит предположение о том, что структура тела определяет темперамент, выступающей его функцией. Им были выделены три типа:

. Эндоморфный. Из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы. Телосложение относительно слабое, с избытком жировой ткани.

2. Мезоморфный. У представителей данного типа хорошо развита мускульная система, которая образуется из мезодермы. Стойкое крепкое тело, обладает большой психической устойчивостью и силой.

. Эктоморфный. Из эктодермы развивается кожа и нервная ткань. Организм хрупок и тонок, грудная клетка уплощена. Относительно слабое развитие внутренних органов и телосложения. Конечности длинные, тонкие со слабой мускулатурой.

По Шелдону, этим типам телосложений соответствуют определенные типы темпераментов, названные им в зависимости от функций определенных органов тела: висцеротоники (лат.viscera - «внутренности»), соматотоники (греч. soma - «тело»), церебротоники (лат. cerebrum - «мозг»).[8]

Однако типологии Э.Кречмера и У.Шелдона были подвергнуты критике даже со стороны приверженцев конституциональных концепций темперамента. Критики указывали на их чрезмерную статичность и игнорирование изменений во взаимосвязях между психикой и строением тела; обращали внимание на то, что указанные теории не давали удовлетворительного объяснения зависимости между телосложением и темпераментом.

Попытку перевести учение о типах темперамента на новую научную основу предпринял И.П. Павлов, который в публикации за 1927 г. стал понимать под темпераментом тип высшей нервной деятельности. Им выделено три основных свойства нервной системы:

. Сила процесса возбуждения и торможения, зависящая от работоспособности нервных клеток;

2. Уравновешенность нервной системы, т.е. степень соответствия силы возбуждения силе торможения (или их баланс);

. Подвижность нервных процессов, т.е. скорость смены возбуждения торможением и наоборот.

Сила возбуждения отражает работоспособность нервной клетки. Она проявляется в функциональной выносливости, т.е. в способности выдерживать длительное или кратковременное, но сильное возбуждение, не переходя при этом в противоположное состояние торможения.

Сила торможения понимается как функциональная работоспособность нервной клетки при реализации торможения и проявляется в способности к образованию различных тормозных условных реакций, таких, как угасание и дифференцировка.

Говоря об уравновешенности нервных процессов, 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.

Подвижность нервных процессов проявляется в быстроте перехода одного нервного процесса в другой. Подвижность нервных процессов проявляется в способности к изменению поведения в соответствии с изменяющимися условиями жизни. Мерой этого свойства нервной системы является быстрота перехода от одного действия к другому, от пассивного состояния к активному, и наоборот. Противоположностью подвижности является инертность нервных процессов. Нервная система тем более инертна, чем больше времени или усилий требуется, чтобы перейти от одного процесса к другому.

И.П. Павлов выяснил, что сочетание свойств нервной системы, которое определяет и индивидуальные особенности условно-рефлекторной деятельности и темперамент, он назвал типом нервной системы, или тип нервной деятельности.

И.П. Павлов различал 4 основных типа нервной системы :

. Сильный, уравновешенный, подвижный (“живой” по Павлову - сангвинический темперамент);

2. Сильный, уравновешенный, инертный (“спокойный” по Павлову - флегматический темперамент);

. Сильный, неуравновешенный тип с преобладанием процесса возбуждения (“безудержный” тип, по Павлову - холерический темперамент);

. Слабый тип (“слабый”, по Павлову - меланхолический темперамент).

И.П. Павлов понимал тип нервной системы как врожденный, относительно слабо подверженный изменениям под воздействием окружения и воспитания.

Значительный вклад в развитие теории темперамента в отечественной психологии внес Б.М.Теплов. Его работы, посвященные изучению свойств темперамента, определили не только современный взгляд на проблему темперамента, но и явились основой для разработки дальнейших экспериментальных исследований темперамента. Теплов относил к свойствам темперамента устойчивые психические свойства, характеризующие динамику психической деятельности. Индивидуальные особенности темперамента он объяснял разным уровнем развития тех или иных свойств темперамента (эмоциональная возбудимость, возбудимость внимания, сила эмоций, тревожность и др.)

Известный психофизиолог В.М. Русалов на основе концепции свойств нервной системы предложил в конце 1980-х гг. свою трактовку свойств темперамента. Русалов, исходя из теории функциональной системы П.К.Анохина, включающей четыре блока - хранения, циркулирования и переработки информации (блок афферентного синтеза), программирования (принятия решений), исполнения и обратной связи, - выделил четыре связанные с ними свойства темперамента, отвечающие за широту или узость афферентного синтеза (степень напряженности взаимодействия организма со средой), легкость переключения с одной программы поведения на другую, скорость исполнения текущей программы поведения и чувствительность к несовпадению реального результата действия с его акцептором.

В соответствии вместо двух параметров темперамента - активности и чувствительности - были выделены уже четыре компонента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость и эмоциональность (чувствительность). Все эти компоненты темперамента, по мнению Русалова, биологически и генетически обусловлены. Так, темперамент зависит от свойств нервной системы, а они, в свою очередь, должны пониматься как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом.

С точки зрения данной концепции темперамент - это психобиологическая категория в том смысле слова, что его свойства не являются полностью ни врожденными, ни зависимыми от среды.[8]

Так, по мнению Русалова, психологической характеристикой темперамента являются не сами по себе свойства нервной системы или их сочетание, а типичные особенности протекания психических процессов и поведения, которые данные свойства порождают.

Можно сделать вывод о том, что нет единой точки зрения о природных основах темперамента и его типах. Но современные ученые всё- таки сходятся в следующем. Прежде всего, они считают, что тип темперамента определяется не сочетанием тех трех простых свойств нервной системы, о которых говорил Павлов, а множеством разнообразных свойств. Так же они признают, что человек может обладать и проявлять в работе, в общении - разные типы темперамента. А органической основой темперамента выступают какие-то особенности генотипа человека, от которых зависят свойства нервной системы.[9]

Глава 2. Понятие о темпераменте

Темперамент входит в структуру личности наравне с характером, волевыми качествами, эмоциями, мотивацией, социальными установками. Он оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека, иногда определяет его поступки, его индивидуальность, поэтому отделить темперамент от личности нельзя. Он выступает как бы связующим звеном между организмом, личностью и познавательными процессами.[10]

Темперамент проявляется у человека в очень различной обстановке: и в том, как человек говорит и общается с другими людьми, и в том, как огорчается или радуется, и в том, как он работает и отдыхает, и в том, как он ходит и как реагирует на различные события. Свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека, так как, темперамент проявляется во всей той части поведения, которая обычно признается непроизвольной и наследственной. Именно на этой основе строит своё определение Выготский. По его мнению, темперамент - понятие наиболее физиологическое и биологическое и охватывает ту сферу личности, которая обнаруживается в инстинктивных, эмоциональных, рефлекторных реакциях.[2]

Существует также более общее определение темперамента. Темпераментом называется совокупность устойчивых, индивидуальных, психофизиологических свойств человека, определяющих динамические особенности его психических процессов, психических состояний и поведения. Разберем данное определение подробнее.[9]

В нем идет речь об устойчивых психологических свойствах человека, от которых зависит его поведение. Термин «психофизиологические» означает, что соответствующие свойства одновременно являются психологическими и физиологическими.

Иными словами, речь идет об индивидуальных свойствах человека, которые скорее являются врожденными, а не приобретенными. Темперамент представляет собой единственную, чисто природную личностную особенность человека, а так как от темперамента зависят действия и поступки, которые совершает человек, он относится к личностным свойствам.

Динамическими характеристиками, являются характеристики, которые описываются в чисто физических терминах. К таким характеристикам относятся, например, заложенная в поведении энергия, с которой связана работоспособность человека, скорость и легкость переключения деятельности.

Темперамент человека проявляется, прежде всего, в скорости протекания психических процессов. Также во впечатлительности человека, характеризующейся силой и устойчивостью того воздействия, которое впечатление оказывает на человека. Впечатлительность у кого-то может быть выражена более или менее значительной степени, различна также устойчивость впечатления - у некоторых людей и сильное впечатление оказывается нестойким, другие долго не могут от него освободиться.

Темперамент отражается в эмоциональной возбудимости - в силе эмоционального возбуждения, быстроте, с которой оно охватывает личность, - и устойчивости, с которой оно сохраняется.

Другим центральным выражением темперамента является импульсивность, которая характеризуется силой побуждений, скоростью, с которой они овладевают моторной сферой и переходят в действие; устойчивостью, с которой они сохраняют свою действенную силу.

Темперамент проявляется особенно наглядно в силе, а также скорости, ритме и темпе психомоторики человека - в его практических действиях, речи, выразительных движениях. Походка человека, его мимика и пантомимика, его движения, быстрые или медленные, плавные или порывистые, тягучая вялость или медлительная плавность, нервная торопливость или мощная стремительность речи открывают нам какой-то аспект личности, тот динамический ее аспект, который составляет ее темперамент. Именно по этим характеристикам, при первой встрече, мы можем сказать что-то о конкретном человеке и предположить его тип темперамента.[12]

Темперамент не определяет способности и одаренность человека. Выдающиеся способности могут встречаться при любом темпераменте одинаково часто.

К понятию «темперамент» нельзя отнести такие оценочные термины, как «хорошо - плохо», «порядочно - непорядочно» и т.п. Потому что каждый из них имеет свои положительные и отрицательные стороны. Любые качества конкретного темперамента могут быть полезны в той или иной ситуации.

Рассмотрев понятие «темперамент», стоит обратить внимание на свойства и типы темперамента.

# темперамент нервный человек

# Глава 3. Свойства темперамента

Прежде чем перейти к непосредственному рассмотрению типов темперамента, нужно рассмотреть, то на что опирается классификация типов - на свойства темперамента.

К свойствам темперамента можно отнести те отличительные индивидуальные признаки человека, которые определяют собой динамические аспекты всех его видов деятельности, характеризуют особенности протекания психических процессов, имеют более или менее устойчивый характер, сохраняются в течение длительного времени, проявляясь вскоре после рождения.

Данные свойства выделил Б.М.Теплов.

. Эмоциональная возбудимость. Под этим свойством понималась способность реагировать на очень слабые внешние и внутренние воздействия.

2. Возбудимость внимания - это свойство темперамента обусловливает приспособительные функции психики индивида. Оно состоит в способности замечать предельно малое изменение интенсивности воздействующего раздражителя.

. Сила эмоции. Главную функцию данного свойства Теплов видел в «энергизации деятельности» в зависимости от удовлетворения или неудовлетворения мотивов. (Современные психологи это свойство называют интенсивностью и модальностью эмоциональных проявлений.)

. Тревожность. Под тревожностью Теплов понимал эмоциональную возбудимость в угрожающей ситуации. Причем тревожность находится в прямой зависимости от силы раздражителя.

. Реактивность непроизвольных движений. Функция данного свойства заключается в увеличении интенсивности приспособительных реакций к ситуациям и раздражителям, непосредственно действующим в данный момент.

. Активность волевой целенаправленной деятельности. Данное свойство, по мнению Теплова, проявляется в повышении активности приспособления путем преобразования ситуации в соответствии с поставленной целью.

. Пластичность - ригидность. Функция этого свойства заключается в приспособлении к изменяющимся требованиям деятельности.

. Резистентность. Данное свойство заключается в способности оказывать сопротивление всем внутренним и внешним условиям, ослабляющим или тормозящим начатую деятельность.

. Субъективация. Функцию данного свойства Теплов видел в усилении степени опосредования деятельности субъективными образами и понятиями.[8]

Глава 4. Характеристики типов темперамента

В традиционной психологии издавна описание темперамента обычно охватывает четыре типа, в основу которых положено древнее учение относительно основных типов человеческого поведения. Эти типы описываются самым различным образов, но при всех вариациях в их определении неизменным остаются две основные черты: известная телесная выразительность каждого типов, а также известный характер движений их темпа как основа перехода от внешнего поведения человека к толкованию его психики.

В настоящее время под типом темперамента принято понимать определенную совокупность психологических свойств, закономерно связанных между собой и общих у данной группы людей.

Рассмотрим психологические характеристики, которые дает Я.Стреляу классическим типам темперамента.

Сангвиник. Человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. Он живо, возбужденно откликается на все, что привлекает его внимание, обладает живой мимикой и выразительными движениями. По незначительному поводу он громко хохочет, а несущественный факт может сильно его рассердить. По его лицу легко угадать его настроение, отношение к предмету или человеку. У него высокий порог чувствительности, поэтому он не замечает очень слабых звуков и световых раздражителей. Обладая повышенной активностью и будучи очень энергичным и работоспособным, он активно принимается за новое дело и может долго работать, не утомляясь. Способен быстро сосредоточиться, дисциплинирован, при желании может сдерживать проявление своих чувств и непроизвольные реакции. Ему присущи быстрые движения, гибкость ума, находчивость, быстрый темп речи, быстрое включение в новую работу. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов и стремлений. Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке, без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и переучивается, овладевая новыми навыками. Как правило, он в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем, т. е. является экстравертом.

Холерик. Как и сангвиник, отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью. Но у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда - большая устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания; он скорее экстраверт.

Флегматик обладает высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью. Его трудно рассмешить или опечалить. Когда вокруг громко смеются, он может оставаться невозмутимым; при больших неприятностях остается спокойным. Обычно у него бедная мимика, движения невыразительны и замедленны, так же как речь. Ом ненаходчив, с трудом переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке,

медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Как правило, он трудно сходится с новыми людьми, слабо откликается на внешние впечатления. По своей психологической сути он интроверт.

Меланхолик. Человек с высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки. Меланхолик неэнергичен, ненастойчив, легко утомляется и малоработоспособен. Ему присуще легко отвлекаемое и неустойчивое внимание, замедленный темп всех психических процессов. Большинство меланхоликов - интроверты.[8]

Так же можно рассмотреть характеристику типов темперамента, основоположника теории о физиологической основе темперамента, И.П. Павлова.

Сангвинический темперамент. И.П. Павлов дает следующую характеристику особенностей сангвинического темперамента: "Сангвиник - горячий, очень продуктивный деятель, но лишь тогда, когда у него есть много интересного дела, т. е. постоянное возбуждение. Когда же такого дела нет, он становится скучливым, вялым".

Холерический темперамент. "Холерический тип, - отмечает И.П. Павлов, - это явно боевой тип, задорный, легко и скоро раздражающийся. "Увлекшись каким-нибудь делом, чересчур налегает на свои средства и силы и в конце концов рвется, истощается больше, чем следует, он дорабатывается до того, что ему все невмоготу".

Флегматический темперамент. "Флегматик - спокойный, всегда ровный, настойчивый и упорный труженик жизни".

Меланхолический темперамент. "Меланхолический темперамент, - отмечает И. П. Павлов, - есть явно тормозной тип нервной системы. Для меланхолика, очевидно, каждое явление жизни становится тормозящим его агентом, раз он ни во что не верит, ни на что не надеется, во всем видит и ожидает только плохое, опасное".[5]

В чистом виде темпераменты практически не встречаются. У каждого человека преобладают черты какого-то одного темперамента в сочетании с чертами другого темперамента. Приведенные характеристики не претендуют на категоричность, так как деление темперамента всех людей на четыре группы весьма условно. Более широко можно говорить лишь о том, что темперамент определяет, главным образом, течение психической жизни человека, динамику психической деятельности.

Заключение

Цель и задачи, поставленные в данной курсовой работе, выполнены. Исследовано понятие и типы темперамента, рассмотрена история изучения.

Итак, можно сделать вывод, что существуют различные точки зрения на природу темперамента. Одна группа ученых придерживалась гуморальной теории типов темперамента (Гиппократ, Гален, Лесгафт, Кант и др.), другие связывали темперамент с индивидуальными различиями в телосложении - конституциональный подход (Кречмер, Шелдон) и наконец, были те, кто понимали под темпераментом тип высшей нервной деятельности (Павлов, Теплов и др.).

Изучив понятие темперамента, можно сказать, что темперамент - это динамическая характеристика психической деятельности индивида, относящиеся к сфере личности, которая обнаруживается в инстинктивных, эмоциональных, рефлекторных реакциях.

Физиологической основой темперамента, согласно учению И.П. Павлова составляют свойства нервной системы. Темперамент проявляется в таких аспектах, как скорость и точность образования условных рефлексов, а также в особенностях их затихания.

Темперамент проявляется у человека в скорости протекания психических процессов, впечатлительности, скорости, темпе и ритме психомоторики, сказывается на эмоциональной возбудимости. Даже продуктивность работы человека связана с определёнными особенностями его темперамента.

Типы темперамента и их психологические характеристики, которые существуют в настоящее время:

. Сангвиник обычно находится в приподнятом расположении духа, легко приспособляется к новым условиям, общителен. Чувства легко возникают и сменяются. Богатая мимика, выразительная.

2. Холерик действует резко и порывисто, отличается повышенной возбудимостью, большой эмоциональностью, настойчив. Не имеет терпения, вспыльчив.

. Флегматик спокоен, удовлетворен окружающим. Редко выходит из себя, не склонен к аффектам. Обладает терпением и выдержкой.

. Меланхолик отличается стеснительностью в движениях, колебанием и осторожностью в принятии решений. Легко утомляется и малоработоспособен.

Ещё раз обращается внимание на то, что нельзя какой-то из темпераментов отнести к «плохим» или «хорошим», у каждого их типов темперамента есть сильные стороны, которые могут оказаться выигрышными в конкретной ситуации.

И в заключении можно отметить, что поняв сильные стороны своего темперамента, каждый человек сможет положительно повлиять на свою деятельность, сделать её более продуктивной, именно поэтому рассмотрение темперамента является необходимым аспектом в современном мире.

Список используемой литературы

1. Большой психологический словарь под ред. Мещеряков Б.Г., ЗинченкоВ.П. - М.: 2003 - 672 с.

. Выготский Л.С. Психология. - М.: 2000 - 1008 с.

3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. 2-е изд. - М.: 2008. - 352 с.

. Еникеев М.И. Общая и социальная психология - М.: Норма, Инфра-М, 1999 - 624 с.

. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий - СПб.: 2004 - 701 с. (Серия "Мастера психологии")

. Константинов В.В. Философско-психологические взгляды древнего Востока античного мира (учебное пособие). 2002

. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и комментариях. - СПб.: Питер, 2006. - 320 с.:ил.

. Маклаков А.Г. Общая психология - СПб.: Питер, 2001. - 592 с.: ил. - (Серия «Учебник нового века»)

. Немов Р.С. Общая психология: учеб. Для студ. образоват. учреждений сред. проф. Образования, обучающихся по спец. пед. и соц.-эконом. профилей / Р.С. Немов. - М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. - 396с. - (Для средних специальных заведений)

10. Немов Р.С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. - 4-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Кн. 1: Общие основы психологии. - 688 с.

11. Общая психология: Учеб. для студентов пед. ин-тов / Под ред. А.В. Петровского. 2-е изд.,доп. и перераб. М., 1976. 479 с.

. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии 2-е изд. (1946г.) - СПб.: 2002 - 720 с. (Серия "Мастера психологии")