Типы высшей нервной деятельности и темперамент

Оглавление

Введение

Глава 1. Анализ литературы по основе исследования связи типов ВНД и свойств темперамента

.1 Общее понятие о темпераменте

.2 Основные свойства темперамента

.3 Свойства нервной системы

.4 Психологическая характеристика типов темперамента

.5 Классификация типов ВНД

.6 Соотношение типов ВНД со свойствами темперамента

.7 Темперамент и личность

.8 Темперамент и деятельность

Заключение

Список литературы

**Введение**

Изучение темперамента имеет сложную и противоречивую историю. Несмотря на то, что темперамент - одно из наиболее древних терминов, введенный около двух с половиной веков тому назад Гиппократом и Галеном, в психологии до сих пор нет строгого определения понятия «темперамент». Разные авторы придавали этому термину различное значение.

Само слово темперамент происходит от латинского языка temperamentum, что означает - надлежащее соотношение частей.

Так, И.П. Павлов отождествлял темперамент с типами высшей нервной деятельности. [17]

Л.С. Выготский к темпераменту относил особенности склада всех прирожденных и наследственных реакций, наследственной конституции человека. Согласно его представлениям, темперамент обнаруживается в инстинктивных, эмоциональных и рефлекторных реакциях.

Б.М. Теплов темпераментом называл индивидуальные особенности человека, выражающиеся в эмоциональной возбудимости, большей или меньшей тенденции к сильному выражению чувств во вне, в быстроте движений, общей подвижности человека. [29]

По представлению С.Л. Рубинштейна, понятие темперамента сводится к подчеркиванию его динамических характеристик, которые выражаются в импульсивности, темпе, силе, устойчивости, напряженности, амплитуде колебаний психических процессов. [22]

Б.Г. Ананьев относил к темпераменту те «индивидуальные особенности организма, которые определяются деятельностью двигательных органов, органов чувств и всего нервно-мозгового аппарата» и рассматривал темперамент как совокупность физиологических и психологических особенностей человека.

В.С. Мерлин определял темперамент как энергетическую характеристику психических процессов. [10]

Согласно концепции польского психолога Я. Стреляу, темперамент - это совокупность формальных и относительно устойчивых характеристик поведения, проявляющихся в энергетическом уровне поведения и во временных параметрах реакций. [27]

По мнению А. Томаса, понятие «темперамент» относится к тому аспекту поведения, которое отвечает на вопрос «Как?». Он отличается от способностей, которые связаны с вопросами «Что?» и «Насколько хорошо?», а также от мотивации, связанной с ответами на вопросы «Зачем?» и «Почему?» Темперамент характеризует способ действия, а не его содержание. Таким образом, темперамент - это стиль поведения.

В последнем издании БМЭ В.М. Русалов определил темперамент как комплексную динамическую характеристику психики человека, включающую два основных компонента - эмоциональность и общую активность. [23] При этом эмоциональность характеризует человека с точки зрения разнообразия, подвижности и силы его чувств, аффектов и настроений (радости, страха, гнева, печали и др.). Общая активность характеризует взаимодействие человека со средой и другими людьми с точки зрения темпа, ритма, интенсивности, выносливости, пластичности и т.п.

Данилова Н.Н., Крылова А.Л. считают, что создателем учения о темпераментах считается древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н.э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков» организма - крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи, - входящих в его состав. [6]

Клавдий Гален (II в. до н.э.) разработал первую типологию темпераментов, которую он изложил в трактате « De temperamentis». Смешиваясь в каждом человеке в определенных пропорциях, они и составляют его темперамент: сангвинический (кровь), холерический (желчь), флегматический (слизь) и меланхолический (черная желчь).

Учение Гиппократа-Галена разделялось многими исследователями, до середины XVIII в. почти все видели анатомо-физиологические основы темперамента в строении и функционировании кровеносной системы. Э. Кречмер считал, что свойства темперамента обусловлены химическим составом крови.

По мнению Я. Стреляу, параллельно с эндокринными концепциями, начиная с середины XVIII в. развивались теории, согласно которым физиологическим основами темперамента следует считать некоторые свойства нервной системы. Так, Альбрехт Галлер утверждал, что основными факторами различий по темпераменту являются сила и возбудимость самих кровеносных сосудов, через которые проходит кровь.

Решающий сдвиг произошел в начале 30-х годов благодаря работам И.П. Павлова. Он впервые высказал мысль, что в основе темперамента лежат не свойства жидкостей или телесных тканей, а особенности функционирования нервной системы, единственной из всех систем организма, обладающей способностью к универсальным регулирующим и контролирующим влияниям. Он выделил три основных свойства нервной системы: силу, уравновешенность и подвижность возбудительного и тормозного процессов четыре, по его данным, основные, типичные комбинации в виде четырех типов высшей нервной деятельности. Сильный, уравновешенный, подвижный тип нервной системы соответствует темпераменту сангвиника; сильный, уравновешенный, инертный - флегматика; сильный, неуравновешенный тип с преобладанием возбуждения - холерика и слабый тип - меланхолика. [18].

Выдвинуто множество теорий и методов изучения. Давно привлекают внимание исследователей особенности типа высшей нервной деятельности и свойств темперамента. Тем не менее, полученные ими данные крайне противоречивы. Вместе с тем, только глубокое изучение этого вопроса позволит проявить и правильно интерпретировать специфику связи типа ВНД и свойств темперамента в индивидуальности. Данное обстоятельство и предопределило **актуальность нашего исследования**.

**Целью нашего исследования** является рассмотрение закономерности взаимодействия двух существенных факторов индивидуального своеобразия личности - типа высшей нервной деятельности и свойств темперамента.

**Объектом нашего исследования** типы высшей нервной деятельности и свойств темперамента.

**Предметом исследования** в рамках данной темы является существование связи между типом высшей нервной деятельности и свойствами темперамента.

Цель исследования обусловила постановку следующих **задач**:

. Знакомство с теоретической литературой по теме исследования;

. Проведение сравнительного анализа типа ВНД и свойств темперамента;

. Обозначение методов исследования;

. Выявление особенностей исследуемой связи.

**Методы исследования** определялись согласно целям и поставленным задачам, связаны с теоретическим анализом литературы.

**Глава 1. Анализ литературы по основе исследования связи типа высшей нервной деятельности и свойств темперамента**

**1.1 Общее понятие о темпераменте**

Когда говорят о темпераменте, то имеют в виду многие психические различия между людьми - различия по глубине, интенсивности, устойчивости эмоций, эмоциональной впечатлительности, темпу, энергичности действий и другие динамические, индивидуально-устойчивые особенности психической жизни, поведения и деятельности. Тем не менее, темперамент и сегодня остается во многом спорной и нерешенной проблемой. Однако при всем многообразии подходов к проблеме, ученые и практики признают, что темперамент - биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо.

Темперамент отражает динамические аспекты поведения, преимущественно врожденного характера, поэтому свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека. Наиболее специфическая особенность темперамента заключается в том, что различные свойства темперамента данного человека не случайно сочетаются друг с другом, а закономерно связаны между собой, образуя определенную организацию, структуру, характеризующую 3 темперамента.

Итак, под темпераментом следует понимать индивидуально своеобразные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, которые, одинаково проявляясь в разнообразной деятельности независимо от ее содержания, целей, мотивов, остаются постоянными в зрелом возрасте и во взаимосвязи характеризуют тип темперамента.

К свойствам темперамента относятся индивидуальные особенности, которые:

. Регулируют динамику психической деятельности в целом;

. Характеризуют особенности динамики отдельных психических процессов;

. Имеют устойчивый и постоянный характер и сохраняются в развитии на протяжении длительного отрезка времени;

. Находятся в строго закономерном соотношении, характеризующем тип темперамента;

. Однозначно обусловлены общим типом нервной системы.

Пользуясь определенными признаками, можно с достаточной определенностью отличить свойства темперамента от всех других психических свойств личности.

**1.2 Основные 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 (после того , как центральная нервная система приобретает специфически человеческие формы). Считают, что свойства темперамента определяются в основном свойствами нервной системы человека.

Советский психофизиолог В.М. Русалов, опираясь на новую концепцию свойств нервной системы, предложил на ее основе более современную трактовку свойств темперамента. 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) [23].

Русалов выделил четыре связанные с ними свойствами 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 с этим традиционная психофизиологическая оценка темперамента изменяется и вместо двух параметров - активности и чувствительности - включает уже четыре компонента:

 энергичность (выносливость);

 пластичность;

 скорость;

 эмоциональность (чувствительность)

Все эти компоненты темперамента, по мнению В.М. Русалова, биологически и генетически обусловлены. Темперамент зависит от свойств нервной системы, а они в свою очередь понимаются как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом [23].

Психологическая характеристика типов темпераментов определяется следующими основными его свойствами:

Сенситивность - об этом свойстве мы судим по тому, какова наименьшая сила внешних воздействий, необходимая для возникновения какой-либо психологической реакции человека, и какова скорость возникновения этой реакции.

Реактивность - об этом свойстве судят по тому, какова степень непроизвольности реакций на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы.

Активность - об этом свойстве судят по тому, с какой степенью активности человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия при осуществлении целей. Сюда относятся целенаправленность и настойчивость в достижении цели, сосредоточенность внимания в длительной работе.

Соотношение активности и реактивности - об этом свойстве судят по скорости протекания различных психологических реакций и процессов: скорости движений, темпу речи, находчивости, скорости запоминания, быстроте ума.

Пластичность и ригидность - об этом свойстве судят по тому, насколько легко и гибко приспосабливается человек к внешним воздействиям или, наоборот, насколько инертны и косны его поведение, привычки, суждения.

Экстраверсия и интроверсия - об этом свойстве судят по тому, от чего преимущественно зависит реакции и деятельность человека - от внешних впечатлений, возникающих в данный момент (экстравертированность) или от образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущим (интровертированность).

Эмоциональная возбудимость - об этом свойстве судят по тому, насколько слабое воздействие необходимо для возникновения эмоциональной реакции и с какой скоростью она возникает.

**1.3 Свойства нервной системы**

Под свойствами нервной системы понимаются такие устойчивые ее качества, которые являются прирожденными. К числу таких свойств относятся:

. Сила нервной системы по отношению к возбуждению, т.е. ее способность длительно выдерживать, не обнаруживая запредельного торможения, интенсивные и часто повторяющиеся нагрузки.

. Сила нервной системы по отношению к торможению, т.е. способность выдерживать длительные и часто повторяющиеся тормозные влияния.

. Уравновешенность нервной системы по отношению к возбуждению и торможению, которая проявляется в одинаковой реактивности нервной системы в ответ на возбудительные и тормозные влияния.

. Лабильность нервной системы, оцениваемая по скорости возникновения и прекращения нервного процесса возбуждения или торможения.

Слабость нервных процессов характеризуется неспособностью нервных клеток выдерживать длительное и концентрированное возбуждение и торможение. При действии весьма сильных раздражителей нервные клетки быстро переходят в состояние охранительного торможения. Таким образом, в слабой нервной системе нервные клетки отличаются низкой работоспособностью, их энергия быстро истощается. Но зато слабая нервная система обладает большой чувствительностью: даже на слабые раздражители она дает соответствующую реакцию.

В настоящее время в дифференциальной психологии сложилась 12-мерная классификация свойств нервной системы человека (В.Д. Небылицын) [11]. В нее входят 8 первичных свойств (сила, подвижность, динамичность и лабильность по отношению к возбуждению и торможению) и четыре вторичных свойства (уравновешенность по этим основным свойствам). Показано, что данные свойства могут относиться ко всей нервной системе (ее общие свойства) и к отдельным анализаторам (парциальные свойства).

Классификация свойств нервной системы по В.Д. Небылицыну [12]:

под силой нервной системы понимается выносливость, работоспособность нервных клеток, устойчивость либо к длительному действию раздражителя, дающего концентрированное, сосредоточенное в одних и тех же нервных центрах и накапливающееся в них возбуждение, либо к кратковременному действию сверхсильных раздражителей. Чем слабее нервная система, тем раньше нервные центры переходят в состояние утомления и охранительного торможения;

динамичность нервной системы, это скорость образования условных рефлексов или способность нервной системы к обучению в широком смысле слова. Основным содержанием динамичности являются легкость и быстрота, с которой генерируются в мозговых структурах нервные процессы в ходе образования возбудительных и тормозных условных рефлексов;

лабильность, свойство нервной системы, связанное со скоростью возникновения, протекания и прекращения нервного процесса;

подвижность нервной системы, скорость движения, распространения нервных процессов, их иррадиации и концентрации, а также взаимного превращения.

В.М. Русалов развил дальше идеи школы Теплова-Небылицына и предложил трехуровневую классификацию свойств нервной системы [28]. Она включает:

. Общие, или системные, свойства, охватывающие весь мозг человека и характеризующие динамику его работы в целом.

. Комплексные свойства, проявляющиеся в особенностях работы отдельных «блоков» мозга (полушарий, лобных долей, анализаторов, анатомически и функционально разделенных подкорковых структур и т.п.).

. Простейшие, или элементарные, свойства, соотносимые с работой отдельных нейронов.

Как писал Б.М. Теплов, свойства нервной системы «образуют почву, на которой легче формируются одни формы поведения, труднее - другие». Высказал мысль о том, что особое сочетание основных свойств нервной системы, т.е. каждый ее тип, имеет свои достоинства и недостатки. В условиях, например, монотонной работы лучшие результаты показывают люди со слабым типом нервной системы, а при переходе к работе, связанной с большими и неожиданными нагрузками, напротив, люди с сильной нервной системой [31].

Имеющийся у человека комплекс индивидуально-типологических свойств его нервной системы в первую очередь определяет темперамент, от которого далее зависит индивидуальный стиль деятельности.

**1.4 Психологическая характеристика типов темперамента**

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. 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. Первую классификацию темпераментов предложил Гален, и она в относительно малоизмененном виде дошла до наших дней. Последнее из известных ее описаний, которое используется и в современной психологии, принадлежит немецкому философу И. Канту.

И. Кант разделял темпераменты человека (проявления темперамента можно заметить и у высших животных) на два типа: темпераменты чувства и темпераменты деятельности.

По мнению И.П. Павлова, темпераменты являются «основными чертами» индивидуальных особенностей человека [17].

Психологическая характеристика четырех типов темпераментов:

**Сангвинический темперамент.** Сангвиник быстро сходится с людьми, жизнерадостен, легко переключается с одного вида деятельности на другой, но не любит однообразной работы. Он легко контролирует свои эмоции, быстро осваивается в новой обстановке, активно вступает в контакты с людьми. Его речь громкая, быстрая, отчетливая и сопровождается выразительными мимикой и жестами. Но этот темперамент характеризуется некоторой двойственностью. Если раздражители быстро меняются, все время поддерживается новизна и интерес впечатлений, у сангвиника создается состояние активного возбуждения, и он проявляет себя как человек деятельный, активный, энергичный. Если же воздействия длительны и однообразны, то они не поддерживают состояния активности, возбуждения и сангвиник теряет интерес к делу, у него появляется безразличие, скука, вялость.

У сангвиника быстро возникают чувства радости, горя, привязанности и недоброжелательности, но все эти проявления его чувств неустойчивы, не отличаются длительностью и глубиной. Они быстро возникают и могут так же быстро исчезнуть или даже замениться противоположными. Настроение сангвиника быстро меняется, но, как правило, преобладает хорошее настроение.

**Флегматический темперамент.** Человек этого темперамента медлителен, спокоен, нетороплив, уравновешен. В деятельности проявляет основательность, продуманность, упорство. Он, как правило, доводит начатое до конца. Все психические процессы у флегматика протекают как бы замедленно. Чувства флегматика внешне выражаются слабо, они обычно невыразительны. Причина этого - уравновешенность и слабая подвижность нервных процессов. В отношениях с людьми флегматик всегда ровен, спокоен, в меру общителен, настроение у него устойчивое. Спокойствие человека флегматического темперамента проявляется и в отношении его к событиям и явлениям жизни флегматика нелегко вывести из себя и задеть эмоционально. У человека флегматического темперамента легко выработать выдержку, хладнокровие, спокойствие. Но у флегматика следует развивать недостающие ему качества - большую подвижность, активность, не допускать, чтобы он проявлял безразличие к деятельности, вялость, инертность, которые очень легко могут сформироваться в определенных условиях. Иногда у человека этого темперамента может развиться безразличное отношение к труду, к окружающей жизни, к людям и даже к самому себе.

**Холерический темперамент.** Люди этого темперамента быстры, чрезмерно подвижны, неуравновешенны, возбудимы, все психические процессы протекают у них быстро, интенсивно. Преобладание возбуждения над торможением, свойственное этому типу нервной деятельности, ярко проявляется в несдержанности, порывистости, вспыльчивости, раздражительности холерика. Отсюда и выразительная мимика, торопливая речь, резкие жесты, несдержанные движения. Чувства человека холерического темперамента сильные, обычно ярко проявляются, быстро возникают; настроение иногда резко меняется. Неуравновешенность, свойственная холерику, ярко связывается и в его деятельности: он с увеличением и даже страстью берется за дело, показывая при этом порывистость и быстроту движений, работает с подъемом, преодолевая трудности. Но у человека с холерическим темпераментом запас нервной энергии может быстро истощиться в процессе работы и тогда может наступить резкий спад деятельности: подъем и воодушевление исчезают, настроение резко падает. 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. Излишняя прямолинейность, вспыльчивость, резкость, нетерпимость порой делают тяжелым и неприятным пребывание в коллективе таких людей.

**Меланхолический темперамент.** У меланхоликов медленно протекают психические процессы, они с трудом реагируют на сильные раздражители; длительное и сильное напряжение вызывает у людей этого темперамента замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. 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; меланхолики легко уязвимы, тяжело переносят обиды, огорчения, хотя внешне все эти переживания у них выражаются слабо.

Представители меланхолического темперамента склонны к замкнутости и одиночеству, избегают общения с малознакомыми, новыми людьми, часто смущаются, проявляют большую неловкость в новой обстановке. Все новое, необычное вызывает у меланхоликов тормозное состояние. Но в привычной и спокойной обстановке люди с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают очень продуктивно. У меланхоликов легко развивать и совершенствовать свойственную им глубину и устойчивость чувств, повышенную восприимчивость к внешним воздействиям.

Психологи установили, что слабость нервной системы не является отрицательным свойством. Сильная нервная система более успешно справляется с одними жизненными задачами, а слабая - с другими. Слабая нервная система - нервная система высокой чувствительности, и в этом ее известное преимущество. Знание темперамента, знание особенностей прирожденной организации нервной системы, оказывающей влияние на протекание психической деятельности человека, необходимо учителю в его учебной и воспитательной работе.

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.

**1.5 Классификация типов высшей нервной деятельности**

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:

) сила процессов возбуждения и торможения,

) уравновешенность процессов возбуждения и торможения,

) подвижность (сменяемость) процессов возбуждения и торможения.

Исходя из этих основных признаков, И.П. Павлов в результате своих исследований методом условных рефлексов пришел к определению четырех основных типов нервной системы [17].

Классификация типов 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. нервный психический темперамент личность

Сильный уравновешенный подвижный тип. Процессы торможения и возбуждения сильны и уравновешенны, 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.

Тип высшей нервной деятельности относится к природным высшим данным, это врожденное свойство нервной системы. 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.

Особенности психической деятельности человека, определяющие его поступки, поведение, привычки, интересы, знания, формируются в процессе индивидуальной жизни человека, в процессе воспитания. 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.

**1.6 Соотношение типов высшей нервной деятельности со свойствами темперамента**

Свойства темперамента, основанные на определенном типе нервной системы, наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека.

Согласно учению И.П. Павлова, индивидуальные особенности поведения, динамика протекания психической деятельности зависят от индивидуальных различий в деятельности нервной системы [18].

Физиологическую основу темперамента составляет нейродинамика мозга, т.е. нейродинамическое соотношение коры и подкорки. Нейродинамика мозга находится во внутреннем взаимодействии с системой гуморальных, эндокринных факторов. Не подлежит сомнению, что система желез внутренней секреции включается в число условий, влияющих на темперамент. Было бы неправильно, однако, изолировать эндокринную систему от нервной и превращать ее в самостоятельную основу темперамента, поскольку самая гуморальная деятельность желез внутренней секреции подчиняется центральной иннервации. Между эндокринной системой и нервной существует внутреннее взаимодействие, в котором ведущая роль принадлежит нервной системе.

Для темперамента существенное значение при этом, несомненно, имеет возбудимость подкорковых центров, с которыми связаны особенности моторики, статики и вегетатики. Тонус подкорковых центров, их динамика оказывают влияние и на тонус коры, и ее готовность к действию. В силу той роли, которую они играют в нейродинамике мозга, подкорковые центры, несомненно, влияют на темперамент. Но опять-таки совершенно неправильно было бы, эмансипируя подкорку от коры, превратить первую в самодовлеющий фактор, в решающую основу темперамента, как это стремятся сделать в современной зарубежной неврологии течения, которые признают решающее значение для темперамента серого вещества желудочка и локализуют «ядро» личности в подкорке, в стволовом аппарате, в субкортикальных ганглиях. Подкорка и кора неразрывно связаны друг с другом. Нельзя поэтому отрывать первую от второй. Решающее значение имеет, в конечном счете, не динамика подкорки сама по себе, а динамическое соотношение подкорки и коры, как это подчеркивал И.П. Павлов в своем учении о типах нервной системы [17].

Намеченные им типы нервных систем И.П. Павлов связывает с темпераментом, сопоставляя четыре группы нервных систем, к которым он пришел лабораторным путем. Установленная зависимость между типом высшей нервной деятельности и темпераментом представлена в табл.

Таблица 1

Темперамент, тип высшей нервной деятельности и динамика поведения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тип ВИД | Особенности нервных процессов по силе | Вид темперамента по уравновешенности | Особенности внешнего поведения по подвижности |  |  |
| Безудержный | Сильный | неуравновешенные | подвижные | холерический | чрезмерно активный |
| Сильные | Сильный | уравновешенные | подвижные | сангвинический | активный |
| Спокойный | Сильный | уравновешенные | малоподвижные | флегматический | вялый |
| Слабый | Слабые | неуравновешенные | Подвижные или малоподвижные | меланхолический | скованный |

Таблица 2

Зависимость темперамента от особенностей нервной системы

|  |  |
| --- | --- |
| Тип темперамента | Сочетание особенностей нервной системы |
| Сангвиник | Уравновешенность, сила, подвижность |
| Холерик | Неуравновешенность, сила, подвижность |
| Меланхолик (неуравновешенный) | Неуравновешенность, слабость, подвижность |
| Меланхолик (слабый) | Неуравновешенность, слабость, инертность |
| Меланхолик (инертный) | Уравновешенность, слабость, инертность |
| Флегматик | Уравновешенность, сила, инертность |

**1.7 Темперамент и личность**

Личность и темперамент связаны между собой таким образом, что темперамент выступает в качестве общей основы многих других личностных свойств, прежде всего характера. Он, однако, определяет лишь динамические проявления соответствующих личностных свойств.

От темперамента зависят такие свойства личности, как впечатлительность, эмоциональность, импульсивность и тревожность.

Впечатлительность - эти сила воздействия на человека различных стимулов, время их сохранения в памяти и сила реакции на них. Одни и те же стимулы на впечатлительного человека оказывают большее воздействие, чем на недостаточно впечатлительного. Впечатлительный человек, кроме того, дольше помнит соответствующие воздействия и дольше сохраняет реакцию на них. Да и сила соответствующей реакции у него значительно больше, чем у менее впечатлительного индивида.

Эмоциональность - это скорость и глубина эмоциональной реакции человека на те или иные события. Эмоциональный человек придает большую значимость тому, что происходит с ним и вокруг него. У него гораздо более, чем у неэмоционального человека, выражены всевозможные телесные реакции, связанные с эмоциями. Эмоциональный индивид - это тот, кто почти никогда не бывает спокойным, постоянно находится во власти каких-либо эмоций, в состоянии повышенного возбуждения или, напротив, подавленности.

Импульсивность проявляется в несдержанности реакций, в их спонтанности и проявлении еще до того, как человек успевает обдумать сложившуюся ситуацию и принять разумное решение по поводу того, как в ней действовать. Импульсивный человек сначала реагирует, а потом думает, правильно ли он поступил, часто сожалеет о преждевременных и неправильных реакциях. Тревожный человек отличается от малотревожного тем, что у него слишком часто возникают связанные с беспокойством эмоциональные переживания: боязнь, опасения, страхи. Ему кажется, что многое из того, что его окружает, несет в себе угрозу для собственного «Я». Тревожный человек боится всего: незнакомых людей, телефонных звонков, испытаний, официальных учреждений, публичных выступлений и т.п.

Сочетание описанных свойств и создает индивидуальный тип темперамента. Те проявления темперамента, которые в конечном счете становятся свойствами личности, зависят от обучения и воспитания, от культуры, обычаев, традиций, многого другого.

Темперамент является природной основой проявления психологических качеств личности. Однако при любом темпераменте можно сформировать у человека качества, которые несвойственны данному темпераменту. Психологические исследования и педагогическая практика показывают, что темперамент несколько изменяется под влиянием условий жизни и воспитания. Темперамент может изменяться и в результате самовоспитания. Даже взрослый человек может изменить в определенную сторону свой темперамент.

**1.8 Темперамент и деятельность**

Если оценить приведенные психологические характеристики темперамента, то увидим, что в каждом из них есть как хорошие, так и плохие свойства. Так, сангвиник эмоционален и отличается хорошей работоспособностью, но побуждения его неустойчивы, так же неустойчиво и его внимание. Меланхолик отличается меньшей работоспособностью и большой тревожностью, но зато он тонко чувствующий человек, как правило осторожный и осмотрительный. Следовательно, нет темпераментов "плохих" или "хороших" - каждый темперамент хорош в одних условиях и плох в других. Не определяет он и социальной ценности человека - от темперамента не зависят склонности, мировоззрения и убеждения человека, содержание его интересов.

В зависимости от того, как человек относится к тем или иным явлениям, к жизненным задачам, к окружающим людям, он мобилизует соответствующую энергию, становится способным к длительным напряжениям, заставляет себя изменить скорость своих реакций и темп работы.

Под влиянием жизненных условий, определенного образа действий у холерика может сформироваться инертность, медлительность, безынициативность, а у меланхолика - энергичность и решительность. Жизненный опыт и воспитание человека маскируют проявление типа высшей нервной деятельности и темперамента человека.

Однако отдельные сильные психические потрясения, сложные конфликтные ситуации могут внезапно демаскировать, обострить ту или иную природную динамическую особенность психики человека.

В системе воспитания и перевоспитания типологические категории людей требуют особенно внимательного индивидуального подхода. При необычных сверхсильных воздействиях, порождающих преступно-опасную ситуацию, ранее сформированные тормозные реакции могут "растормозиться" прежде всего у людей холерического типа. Меланхолики малоустойчивы к трудным ситуациям, более расположены к нервно-психическому срыву.

"Образ поведения человека и животного обусловлен не только прирожденными свойствами нервной системы, но и теми влияниями, которые падали и постоянно падают на организм во время его индивидуального существования, то есть зависит от постоянного воспитания или обучения в самом широком смысле этих слов. И это потому, что рядом с указанными выше свойствами нервной системы непрерывно выступает и важнейшее ее свойство - высочайшая пластичность". В зависимости от условий жизни и деятельности человека отдельные свойства его темперамента могут усиливаться или ослабляться. В то же время свойства

Особенности темперамента следует учитывать при профессиональном отборе. Темперамент, влияя на динамику деятельности, может влиять на ее продуктивность. В разных видах деятельности роль темперамента неодинакова. В учебной деятельности и в массовых профессиях (токарь, слесарь, ткачиха, продавец, врач, учитель, инженер) одни свойства темперамента, необходимы для успешной деятельности и слабо выражаются у данного человека, могут быть компенсированы у него за счет других свойств и обусловленных ими приемов работы.

Каждое свойство темперамента требует индивидуальных приемов работы или воздействия на человека. Так, меланхолики быстро устают. Поэтому им нужны более частые перерывы для отдыха, чем другим лицам. Зависит от темперамента также и эмоциональная сфера личности, а отсюда и эффективность дисциплинарных воздействий или побудительная сила мотива.

От темперамента зависит влияние различных факторов, определяющих уровень нервно-психического напряжения (например, оценка деятельности, ожидания контроля деятельности, ускорение темпа работы, влияние дисциплинарных воздействий). Такое регулировании деятельности путем дифференцирования величины действующих раздражителей в зависимости от типа нервной системы и темперамента человека применяется хорошими организаторами производства. Этот путь приспособления темперамента к деятельности заключается в индивидуализации предъявляемых к человеку требований, условий и способов работы (индивидуальный подход}. Существуют и третий тип приспособления темперамента к требованиям деятельности. Он заключается в преодолении отрицательного влияния темперамента положительным отношением к деятельности и соответствующими мотивами. Например, на очень интересном уроке, вызывающем повышенную активность учащихся, степень сдержанности холерика не меньше, чем у сангвиника, а работоспособность меланхолика не ниже, чем флегматика.

Известная степень приспособления темперамента к требованиям деятельности возможна также благодаря перевоспитанию (тренировки) отдельных свойств темперамента.

Основой и наиболее универсальный путь приспособления к требованиям деятельности - формирование его индивидуального стиля.

Одни и те же задания и требования в какой-либо профессиональной, учебной и трудовой деятельности могут быть с одинаковой успешностью осуществлены различными приемами и способами. Под индивидуальным стилем деятельности понимают такую индивидуальную систему приемов и способов действия, которая характерна для данного человека и целесообразна для достижения успешного результата.

При формировании индивидуального стиля нужно учитывать свойства темперамента и сознательно и творчески относиться к выполняемой работе. Индивидуальный стиль не проявляется у человека сам собой, стихийно. Он формируется в процессе обучения и воспитания. Первые зачатки формирования индивидуального стиля деятельности наблюдаются уже в старшем дошкольном возрасте при решении практических задач игрового характера.

Ядро индивидуального стиля определяет комплекс имеющихся у человека свойств нервной системы. Среди тех особенностей, которые относятся к самому стилю, можно выделить две группы:

. Приобретаемые в опыте и носящие компенсаторный характер по отношению к недостаткам индивидуальных свойств нервной системы человека.

. Способствующие максимальному использованию имеющихся у человека задатков и способностей, в том числе полезных свойств нервной системы.

Динамические черты личности человека выступают не только во внешней манере поведения, не только в движениях - они проявляются и в умственной сфере, в сфере побуждения, в общей работоспособности. Естественно, особенности темперамента сказываются в учебных занятиях и в трудовой деятельности. Но главное заключается в том, что различия по темпераментам - это различия не по уровню возможности психики, а по своеобразию ее проявлений.

Установлено отсутствие зависимости между уровнем достижений, т.е. конечным результатом действий, и особенностями темперамента, если деятельность протекает в условиях, которые можно определить как нормальные. Таким образом, независимо от степени подвижности или реактивности индивида в нормальной, несстрессовой ситуации результаты деятельности в принципе будут одинаковыми, поскольку уровень достижений будет зависеть главным образом от других факторов, в особенности от уровня мотивации и способностей. Вместе с тем исследования, устанавливающие эту закономерность, показывает, что в зависимости от темперамента изменяется способ осуществления самой деятельности.

В зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов. Были проведены исследования с целью, установить зависимость между способом выполнения действий и особенностями темперамента. В этих исследованиях рассматривался индивидуальный стиль деятельности как путь к достижению результатов или способ решения определенной задачи, обусловленной главным образом типом нервной системы. Результаты исследований подавляющего большинства авторов, независимо от особенностей исследуемых групп и экспериментальных ситуаций, в которых изучался типичный для данных индивидов способ выполнения действий, показывают, что именно тип нервных процессов, оказывает существенное влияние на формирование определенного стиля деятельности.

Перед сангвиником следует непрерывно ставить новые, по возможности интересные задачи, требующие от него сосредоточенности и напряжения. Необходимо постоянно включать его активную деятельность и систематически поощрять его усилия.

Флегматика нужно вовлечь в активную деятельность и заинтересовать. Он требует к себе систематического внимания. Его нельзя переключать с одной задачи на другую. В отношении меланхолика недопустимы не только резкость, грубость, но и просто повышенный тон, ирония. Он требует особого внимания, следует вовремя хвалить его за проявленные успехи, решительность и вол. Отрицательную оценку следует использовать как можно осторожнее, всячески смягчая ее негативное действие. Меланхолик - самый чувствительный и ранимый тип с ним надо быть предельно мягким и доброжелательным.

От темперамента зависит, каким способом человек реализует свои действия, но при этом не зависит их содержательная сторона. Темперамент проявляется в особенностях протекания психических процессов. Влияя на скорость воспоминания и прочность запоминания, беглость мыслительных операций, устойчивость и переключаемость внимания. Начиная с середины XVIII в. развивались теории темперамента, связанные с некоторыми свойствами нервной системы: А. Галлер, Г. Врисберг. Идея связи особенностей темперамента с определенными анатомическими и физиологическими характеристиками нервной системы в различных формах появляется в учениях многих философов и врачей XVIII и XIX вв. Она получила частичное экспериментальное подтверждение главным образом в типологии И.П. Павлова; опыты недвусмысленно показали, что некоторые свойства нервной системы образуют физиологическую основу темперамента.

**Заключение**

Темперамент - это закономерное соотношение устойчивых индивидуальных особенностей личности, которое характеризует динамику психической деятельности.

Природные особенности характеризуют человека с рождения и проявляются с первых недель жизни ребенка. К свойствам темперамента относятся, прежде всего, врожденные и индивидуально своеобразные психические свойства - динамика психических процессов, темп, ритм, длительность, интенсивность, скорость, направленность психических процессов. Это своеобразие постоянно в разных видах деятельности и изменяющихся условиях жизни.

Свойства темперамента - индивидуальный темп и ритм психических процессов, степень устойчивости чувств, напряженность волевого усилия относятся ко всем сторонам психической деятельности.

Однако динамика психической деятельности может зависеть и от других факторов - мотивов, чувств, воли.

Динамика психических свойств личности может зависеть как от темперамента, так и от психологических факторов - настроения, мотивов, поставленной задачи.

Основные компоненты темперамента - общая психологическая активность, моторика и эмоциональность.

Темперамент накладывает отпечаток на все действия и поступки человека. Природу темперамента пытались определить издавна. Со временем открывались новые закономерности, но в настоящее время психофизиология располагает большими сведениями, чтобы представить теорию темперамента намного полнее, чем это было раньше.

Таким образом, темперамент - это характеристика динамических различий людей индивидуального своеобразия личности, зависящих от типа высшей нервной деятельности.

**Список используемой литературы**

1. Асмолов А.Г. Психология личности: Учебник. М., 1990.

2. Батаршев А.В. Психология индивидуальных различий: От темперамента к характеру и типологии личности. М., 2000.

. Белоус В.В. Пути гармонизации темперамента и деятельности // Вопросы психологии. 1989. №4. С. 65-71.

. Гиппенрейтера, В.Я. Романова - М. изд-во МГУ, 1982.

. Грановская Р.М. Темперамент // Р.М. Грановская. Элементы практической психологии. 3-е изд., изм. и доп. СПб., 1997.

. Данилова Н.Н. Физиология высшей нервной деятельности: Учебник. - М.: Учебная литература, 1997. - 423 с.

. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. Казань, 1969.

. Климов Е.А. Основы психологии: Практикум. М., 1999.

. Ковалев А.Г. Психология личности. 3-е изд. перераб. и доп. М., 1970.

10. Мерлин В.С. Очерк теории темперамента. 3-е изд. М., 1964.

11. Небылицын В. Д. Основные свойства нервной системы человека. М., 1966.

. Небылицын В.Д. Темперамент // Психологическое исследование индивидуальных различий. М., 1976.

. Небылицын В.Д. Проблемы психологии индивидуальности: Избранные труды. - М.- Воронеж: НПО «МОДЭК», 2000. - 688с.

. Немов Р.С. Психология: Учебник. В 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии. 4-е изд., доп. и перераб. М., 2000.

. Норакидзе В.Г. Темперамент личности и фиксированное «Я». Тбилиси, 1970.

. Обозов Н.Н. Типы личности, темперамент и характер: Методическое пособие. СПб., 1998.

. Павлов И.П. Полн. собр. соч. 2-е изд. Т. 3, кн. 2. М.; Л., 1951.

. Павлов И.П. Мозг и психика: Избранные психологические труды /Под ред. М.Г. Ярошевского. - М. - Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. - 320с.

. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования. М., 2000.

. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология: Учебник. М., 1998.

. Практическая психология: Учебник. 2-е изд., перераб. и доп. / Под ред. М.К. Тутушкиной. СПб., 1998.

. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб, М., Харьков, Минск: Питер, 2000. - 712с.

. Русалов В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека // Вопросы психологии. 1985. №11.

. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность. М., 1984.

. Смирнов Б.Н. Психологическая характеристика темперамента // Практические занятия по психологии: Учеб. пособие / Под ред. Д.Я. Богданова, И.П. Волкова. М., 1989.

. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Учеб. пособие. Ростов н/Д., 1997.

. Стреляу Я. Роль темперамента в психологическом развитии / Под общ. ред. М.В. Равич-Щербо. М., 1982.

. Теплов Б.М., Небылицын В.Д. Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий // Вопросы психологии. 1963. № 5.

. Теплов Б.М. Психология индивидуальных различий // Б.М. Теплов. Избранные труды: В 2 т. Т. 1. М., 1985.

. Теплов Б.М. Современное состояние вопроса о типах высшей нервной деятельности и их определение // Психология индивидуальных различий - М., 1982.