

О темпераменте

Еще в древности, наблюдая внешние особенности поведения людей, ученые обратили внимание на большие индивидуальные различия в этом отношении. Одни очень подвижны, эмоционально возбудимы, энергичны. Другие медлительны, спокойны, невозмутимы. Кто-то общительный, легко вступает в контакты с окружающими, жизнерадостный, а кто-то замкнутый, скрытный. Два человека могут делать одну и ту же работу одинаково хорошо, но только один трудится со страстью, увлеченно, нетерпеливо, проявляет инициативу, а другой – неторопливо, зато методично, основательно, по инструкции. Такие индивидуальные особенности были названы темпераментом.

Темперамент – это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику его психической деятельности и поведения.

И.П. Павлов показал, что темперамент есть проявление типа нервной системы в деятельности, поведении человека. Соотношение типов нервной системы и темпераментов выглядит следующим образом:

- флегматический темперамент – сильный, уравновешенный, инертный тип нервной системы;
- сангвинический темперамент – сильный, уравновешенный, подвижный тип нервной системы;
- холерический темперамент – сильный, неуравновешенный, с преобладанием возбуждения;
- меланхолический темперамент - слабый тип нервной системы.

Тип нервной системы – это природное, врожденное свойство нервной системы, которое может несколько изменяться под влиянием условий жизни и деятельности.

Характеристика темпераментов

1. Сангвинический темперамент

Представитель этого типа – живой, любознательный, подвижный (но без резких, порывистых движений), веселый и жизнерадостный ребенок, в то же время,

эмоционально неустойчив, легко поддается чувствам, но они у него обычно не сильны и не глубоки. Быстро забывает обиды, легко переживает неудачи. Если ему интересно, быстро усваивает новое, быстро соображает и запоминает, легко переключает внимание с одного вида деятельности на другой. Если материал неинтересен, то плохо усваивает новое, отвлекается, нередко бросает то дело, которое требует от него терпения и выдержки.

При правильном воспитании сангвника могут сформироваться такие положительные черты, как чуткость, отзывчивость, активное отношение к учебе, умение жить и работать в коллективе. Но если ребёнка не учить доводить начатое дело до конца, из него может выйти поверхностный человек, без особых интересов, безразлично относящийся к своим неудачам. Сангвник тяжело переносит суровый разговор, а резкий эмоциональный тон взрослого может вызвать перевозбуждение, озлобление. Поощрение ребёнка возбуждает в нём творческую активность, повышает его работоспособность. Но здесь важно не перехвалить, так как сангвник склонен переоценивать свои способности.

2. Флегматический темперамент

Представитель этого типа медлительный, спокойный, неторопливый. Такой ребёнок — работоспособный, доводит начатое дело до конца, но все делает медленно. Эта медлительность может мешать ему в учебной деятельности, особенно там, где требуется быстро запомнить, быстро сообразить, быстро сделать. Склонен к порядку и привычной обстановке, не любит перемен в чем бы то ни было. В отношениях с людьми он всегда ровен, спокоен, в меру общителен, настроение устойчивое.

При правильном воспитании у флегматика легко формируются такие черты, как усидчивость, деловитость, настойчивость. Если ребёнка постоянно попрекать за медлительность, он может замкнуться, начнёт проявлять равнодушие, даже грубить. Иногда может развиться безразличное отношение к труду, учебе, окружающей жизни, людям и даже к самому себе. При общении с флегматиком надо иметь терпение и выдержку, всячески поощрять проявления активности, быстроты в движениях.

3. Холерический темперамент

Представители этого темперамента отличаются быстротой движений и

действий, порывистостью, возбудимостью. Такой ребёнок работоспособный, с увлечением берется за дело, проявляет инициативу, у него быстрая реакция на происходящее вокруг, большой запас жизненной энергии. Но запас нервной энергии может быстро истощиться в процессе работы, особенно когда работа однообразна и требует усидчивости и терпения, и тогда может наступить охлаждение, подъем и воодушевление исчезают, настроение резко падает. У холерика процесс возбуждения преобладает над процессом торможения. Он не всегда умеет сдерживать свои чувства, обладает подвижной мимикой и жестами, движения его быстры, резки, напористы. В общении с людьми может допускать вспыльчивость, раздражительность, эмоциональную несдержанность и на этой почве порой создает конфликтные ситуации в коллективе.

Положительные стороны холерического темперамента – энергия, активность, инициативность. Воспитание холерика должно быть направлено на выработку выдержки, умения обдумывать и взвешивать свои действия и поступки. Частая похвала развивает у холерика самонадеянность, тщеславие. Требуется большой такт в применении поощрений и наказаний.

4. Меланхолический темперамент

У детей этого темперамента психические процессы протекают замедленно, они с трудом реагируют на сильные раздражители. Длительное и сильное напряжение вызывает у них замедленную деятельность, а затем и прекращение ее. Такой ребёнок быстро устаёт, не уверен в себе, застенчив, легко травмируется, скромн, молчалив, необщителен. Чувства глубокие, но внешне слабо проявляются. В привычной и спокойной обстановке дети с таким темпераментом чувствуют себя спокойно и работают продуктивно. В новой обстановке избегают общения, замыкаются, смущаются, проявляют большую неловкость.

В неблагоприятных условиях жизни и деятельности на основе меланхолического темперамента могут развиваться такие черты, как болезненная ранимость, подавленность, мрачность, мнительность, скрытность, пессимизм. Но в благоприятных условиях, при правильном воспитании обнаруживаются ценнейшие качества личности меланхолика. Его впечатлительность, тонкая эмоциональная чувствительность, острая восприимчивость окружающего мира позволяет ему добиться больших успехов в искусстве – музыке, рисовании, поэзии. Меланхолики

часто отличаются мягкостью, тактичностью, деликатностью и отзывчивостью.

Взрослый должен поддерживать такого ребёнка, подбадривать его во время работы, поощрять добрым словом. Меланхолик тяжело переносит негативную оценку его работы, взыскания. Необходимо стимулировать такого ребёнка похвалой, но умеренно. Меланхолик болезненно реагирует на резкий, крикливый тон, который может привести к заторможенности ребёнка.

Данные типы темперамента в чистом виде почти не встречаются, обычно в человеке сочетаются черты разных темпераментов. Надо учесть, что темпераменты нельзя оценивать как плохие и хорошие, каждый из них имеет свои положительные стороны, и на основе каждого темперамента при неправильном воспитании могут сложиться отрицательные проявления.

Необходимо помнить, что темперамент является базой для формирования черт характера. Благодаря правильному и своевременному воспитанию тип нервной системы, если это необходимо, можно несколько изменить. Большую роль в овладении своим темпераментом играет и самовоспитание – сознательная установка человека на искоренение у себя отрицательных проявлений темперамента и закрепление положительных свойств.

Используемая литература:

1. Крутецкий В.А. Психология. – М.: Просвещение, 1986.