

Лекція **Темперамент**

Мета: дати поняття студентам про властивості темпераменту, познайомити з фізіологічними основами темпераменту. Забезпечити засвоєння характеристик різних типів темпераменту та розпізнавання їх особливостей. Розвивати аналітичне та логічне мислення, понятійний апарат здобувачів фахової передвищої освіти з навчальної дисципліни. Виховувати професійну культуру студентів: бажання використовувати психологічні знання у професійній діяльності.

Мотивація мети: знайомство з темпераментом сприяє формуванню розуміння студентами різних типів темпераменту, враховувати їх в професійній діяльності.

План

1. Поняття про властивості темпераменту.
2. Фізіологічні основи темпераменту.
3. Тип темпераменту як система його властивостей.
4. Характеристика типів темпераменту.
5. Узгодження властивостей темпераменту й вимог діяльності

Література:

1. Загальна психологія: Підручник // О.Скрипченко, Л.Долинська, З. Огороднійчук та ін. – К.: Либідь, 2005. – С. 316-328.
2. Лучинин А.С. Психогенетика. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005. – 158 с.
3. Максименко С.Д. Загальна психологія : навч. посібник / С.Д. Максименко. – [3-є вид., перероб. і доп.] – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 272 с.
4. Палій А. Диференціальна психологія : навч. посіб. – К. : Академвидав, 2010. – 432 с.

Ключові слова: властивості темпераменту, гуморальних та морфологічних теорій темпераменту, типи темпераменту, сензитивність, реактивність, активність, темп реакцій, пластичність – ригідність, екстравертованість – інтровертованість, сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік, індивідуальний стиль діяльності.

Засоби навчання: презентації, відеоролики, Moodle, Padlet.

Домашнє завдання:

- опрацювати лекцію;
- виписати в словничок ключові слова з теми;
- підготуватися до практичного заняття (див. Інструкція до практичного заняття «Темперамент»);
- напишіть есе «Особливості мого темпераменту»;

- пройти тест «Темперамент» в Moodle.

Питання та завдання для самоконтролю:

1. Опишіть властивості темпераменту.
2. Назвіть історичні погляди на фізіологічні основи темпераменту.
3. Що відноситься до властивостей темпераменту?
4. Охарактеризуйте типи темпераменту.
5. Як узгодити властивості темпераменту та вимоги діяльності?

1. Поняття про властивості темпераменту

Індивідуально-типологічні властивості – це такі, якими одна людина відрізняється від інших, або певна група людей відрізняється від інших. Їх вивчає диференційна психологія. Основоположник диференційної психології – англійський психолог Френсіс Гальтон (1822-1911). Темперамент, характер, здібності – три групи, на які поділяються ці властивості.

Спочатку слід з'ясувати, чим **властивості темпераменту відрізняються від інших**.

— Вони характеризують динаміку психічної діяльності.

Динаміка – це характер перебігу явища в часі (його темп, ритм, швидкість, сила, бурхливість, глибина).

— Ці властивості утворюють специфічні поєднання – типи темпераменту. Так, емоційність властива всім людям, але виявляється по-різному, оскільки посідає різне місце в системі властивостей темпераменту різних типів.

У сангвініка емоційність виявляється як швидка, бурхлива, зовні виразна реакція на подразник. У меланхоліка – емоційна реакція глибока, тривала, зовні слабо виражена.

— Прояви темпераменту стійкі й зберігаються у різних за змістом і мотивами ситуаціях.

Ця ознака дозволяє відрізнити властивості темпераменту від впливу мотивів на динаміку психічної діяльності. Людина може працювати швидше, прискорити роботу, збільшити зусилля, якщо їй цікаво або важливо досягти результату. Тут виявляється вплив мотивації на динаміку діяльності, яка змінюється під впливом особистісних чинників.

Темперамент накладає на динаміку діяльності такі обмеження, які більшою мірою залежні від фізіологічних чинників, ніж від волі особистості. Вплив темпераменту на динаміку діяльності максимально виявляється в екстремальних ситуаціях, коли дія мотивів мінімальна.

Так, під час контрольної роботи всі учні прагнуть встигнути правильно розв'язати завдання. Одним вдається прискорити темп своєї роботи порівняно зі звичайними уроками, а іншим – ні, як би вони цього не прагнули. У перших динаміка роботи на більшості уроків знижена від недостатньої мотивації й може помітно змінюватись у різних ситуаціях, у других – динаміка є проявом властивостей темпераменту й відносно незмінна. Мотиви дозволяють особистості пристосуватись до ситуації, а властивості темпераменту вимагають змінити саму ситуацію, бо сам тип темпераменту за життя не змінюється. Підсумуємо всі розглянуті властивості темпераменту означенні цього поняття.

Під властивостями темпераменту розуміють такі стійкі індивідуальні властивості психіки, що визначають динаміку психічної діяльності людини, залишаються відносно незмінними при різному змісті, мотивах діяльності та утворюють структуру, що становить тип темпераменту.

2. Фізіологічні основи темпераменту

Властивості темпераменту є найбільш залежними від фізіологічних процесів, ніж усі інші психічні явища. Вирішення питання про фізіологічну основу темпераменту протягом історії науки було неоднозначним.

Погляди розподілились на дві основні групи: гуморальних та морфологічних теорій темпераменту.

Гіппократ (460-377 рр. до н.е.) доводив, що темперамент – це варіанти перебігу однакових захворювань у різних людей. Він уважав, що в організмі людини є чотири рідини, одна з яких переважає. Кров – у сангвініка, слиз – у флегматика, жовч – у холерика, чорна жовч – у меланхоліка. Цей тип теорій темпераменту названо **гуморальним** (від лат. humor – рідина).

Наступні вчені розробляли **морфологічні теорії темпераменту**, що беруть до уваги, насамперед, анатомічні особливості індивідуальності. Французький учений **А.Фульє** (1838-1912) переконував, що фізіологічною основою темпераменту є колір шкіри, волосся, очей. Вітчизняний лікар та педагог **П.Ф.Лесгафт** (1837-1909) пояснював темперамент особливостями кровообігу, які залежать від діаметра отвору, товщини й гнучкості стінок судин. Вузькому діаметру судин відповідає сангвінічний тип, широкому з товстими стінками – меланхолійний, широкому з тонкими – флегматичний.

Німецький лікар **Е.Кречмер** (1888-1964) вважав, що фізіологічною основою індивідуальних відмінностей є тип конституції (будови) тіла: пікнічний (товстий), астеничний (худий), атлетичний (спортивний), диспластичний (безформений).

Американський учений **Б.Шелдон** в основу типів темпераменту поклав співвідношення внутрішніх органів, м'язової системи й центральної нервової системи й вирішив такі типи: церебротонік (переважає ЦНС), вісцеротонік (переважають внутрішні органи), соматотонік (перевага м'язової системи). Конституція дійсно впливає на тип нервової системи та на темперамент, але при однаковому типі конституції можливі різні типи нервової системи та темпераменту.

На сучасному етапі у вітчизняній психології найбільш поширеною є **теорія І.П.Павлова** про те, що головну роль у походженні темпераменту відіграє не конституція, а **тип нервової системи**. Тип нервової системи відрізняється від темпераменту. Адже від однакової властивості нервової системи залежить одночасно багато властивостей темпераменту.

Так, сила збудження зумовлює енергійність, бадьорість, швидкість рухів тощо. Водночас, кожна риса темпераменту залежить не від однієї, а від багатьох характеристик нервової системи. Такий взаємозв'язок називається багатозначним

І.П.Павлов розрізняв чотири типи нервової системи, які утворюють фізіологічну основу відповідних типів темпераменту:

1. сильний, рівноважений, рухливий (сангвінік);
2. сильний, нерівноважений, рухливий (холерик);
3. сильний, рівноважений, інертний (флегматик);
4. слабкий тип (меланхолік).

Типи темпераменту за різними авторами

Е. Кречмер	У.Г. Шелдон	І.П. Павлов
пікнік	вісцеротонік	сангвінік
атлет	соматотонік	холерик
астенік	церебротонік	меланхолік
диспластик		флегматик

3. Тип темпераменту як система його властивостей

Темперамент – це не проста сукупність властивостей, а їх комплекс, що утворює стійку структуру. Цей взаємозв'язок виявляється у наступних фактах: — математичне співвідношення різних властивостей є постійним для певного типу темпераменту. Чим більшим числом виражається одна характеристика, тим меншим інша;

— властивість темпераменту виявляється по-різному залежно від того, з якими іншими властивостями вона пов'язана.

Таке розуміння типу темпераменту – як закономірних зв'язків між властивостями – близьке до поняття, запропонованого Гіппократом, яке у

грецькій мові позначалось терміном «красис» – «співвідношення», «пропорція». Термін «темперамент» у перекладі з латинської мови має таке ж значення, а відоме воно з праць давньоримського лікаря Галена – послідовника Гіппократа.

До властивостей темпераменту слід віднести сензитивність, реактивність, активність, співвідношення активності й реактивності, темп реакцій та парні ознаки пластичність-ригідність, екстравертованість-інтравертованість (В.С.Мерлін).

Сензитивність – чутливість, що визначається найменшою силою впливу, який викликає у людини реакцію; сензитивна людина реагує на слабкі подразники, які інші навіть не помічають.

Реактивність – це сила, з якою людина реагує на зовнішній вплив; чим більша реактивність, тим людина легше відволікається, тим більше її поведінка залежить від випадкових ситуативних впливів і менше від поставленої мети.

Активність визначається силою, з якою людина впливає на ситуацію і долає перешкоди на шляху до поставленої мети.

Співвідношення активності та реактивності виявляється у тому, наскільки людина залежить від ситуації – підкоряється їй, чи прагне її змінити.

Темп реакцій – це швидкість реакцій (рухів, мовлення, мислення);

Пластичність–ригідність: чим легше людині пристосуватись до нових обставин, тим більш вона пластична і – навпаки.

Екстравертованість–інтравертованість.

Поведінка екстравертованої людини легше перебудовується під впливом раптових змін ситуації, вона спрямована назовні. Інтравертована людина більш залежна від внутрішніх станів: образів минулого або майбутнього, установок, планів.

4. Характеристика типів темпераменту

Поєднання розглянутих властивостей у стійких пропорціях утворюють типи темпераменту. Таким чином, властивості темпераменту однакові для всіх людей. Різниця між людьми полягає у типах темпераменту.

Розглянемо характеристики чотирьох типів темпераменту, які називають гіппократовськими.

Сангвінік

Має підвищену реактивність, тобто відзначається сильними реакціями (з незначного приводу плаче або сміється). Знижена сензитивність (не помічає слабкі звуки та інші подразники), підвищена активність (енергійний, працездатний, наполегливий), активність й реактивність урівноважені

(стримує почуття, небажані реакції, зосереджений), висока пластичність (мінливість настроїв, інтересів, гнучкість розуму), екстравертований (у першу чергу реагує на актуальні зовнішні враження).

Холерик

Знижена сензитивність, підвищені реактивність й активність, але реактивність переважає (нестриманість, імпульсивність, виразна експресивність), менш пластичний і більш ригідний, ніж сангвінік (більша стійкість інтересів, гірше пристосовується до нових обставин); швидкий темп роботи, екстравертований.

Флегматик

Знижена сензитивність (низька емоційність, збіднена міміка), активність переважає над реактивністю (терплячий, наполегливий, працездатний), низький темп, ригідний (важко пристосовується в нових обставинах), інтравертований.

Меланхолік

Підвищена сензитивність (надмірно вразливий, легко ображається, емоційно нестабільний), низька реактивність та активність (невиразна експресивність, швидко втомлюється, піддається впливам ситуації), знижений темп, ригідний, інтравертований.

Окремі властивості темпераменту можуть за життя змінюватись, але тип темпераменту залишається постійним. Від змін окремих властивостей темпераменту слід відрізнити дозрівання типу темпераменту. Хоча дитина і народжується з основою для певного типу темпераменту, але він не виникає весь одразу, а залежить від дозрівання нервової системи.

Так, у дошкільника нервові процеси слабкі й неврівноважені. Тому властивості темпераменту, які залежать від сили нервової системи, не виявляються.

Більшість здорових дітей імпульсивні, непосидючі, швидко втомлюються, але ці особливості зумовлені віком, а не темпераментом. У молодшого школяра вже спостерігаються властивості, які залежать від типу темпераменту: схильність до страху або гніву, роздратованість, уповільненість.

Отже, основні властивості темпераменту виявляються поступово з віком і залежать від дозрівання нервової системи.

5. Узгодження властивостей темпераменту й вимог діяльності

Кожна діяльність висуває певні вимоги до динаміки психічних процесів її виконавця. Так, під час уроку вчитель повинен правильно розрахувати час і працювати у такому темпі, щоб виконати всі поставлені завдання. Виникає

проблема узгодження особливостей темпераменту людини із оптимальною динамікою діяльності.

У особистості є декілька шляхів вирішення цієї проблеми: вибрати відповідну професію або посаду, подолати недоліки темпераменту за допомогою мотивів, виробити індивідуальний стиль діяльності.

При виборі професії важливо враховувати особливості свого темпераменту. Так, меланхоліку важко працювати диспетчером, де потрібна швидка реакція на непередбачувані, а часто й аварійні обставини. Дослідженнями з'ясовано, що вимогам до динаміки професійної діяльності педагога найбільше відповідають властивості сангвініка. Однак при вступі у педагогічний вуз цей чинник не є вирішальним. Серед вступників просто може не виявитись потрібної кількості сангвініків. Тому цей шлях не підходить для відбору у масові професії. Можна скористатись шляхом індивідуалізації вимог у межах обраної професії або діяльності. Кожен спеціаліст може працювати на різних посадах.

Люди з освітою інженера мають право працювати і конструктором, і організатором виробництва, і диспетчером. Учитель підбирає педагогічні впливи: строга оцінка більш ефективна для сангвініка, а заохочення, схвалення – для меланхоліка.

Подолання негативних проявів темпераменту відбувається також під впливом мотивів. При наявності бажання людина працює швидше і вправніше, що може певною мірою компенсувати відставання у темпі роботи, пов'язане з темпераментом.

Наприклад, на цікавому уроці холерику легше дотримуватись дисципліни. **Формування індивідуального стилю діяльності** є основним і універсальним механізмом пристосування темпераменту до діяльності. Однакові вимоги діяльності можна реалізувати різними прийомами. Індивідуальний стиль діяльності – це система прийомів і способів дій, характерна для даної людини й доцільна для досягнення успішного результату. Так, успіх письмової роботи в учня-меланхоліка забезпечуються інакше, ніж у сангвініка. Меланхолік багато часу витрачає на чернетки, на перевірку, менше контролює сам процес написання. Сангвінік чернетки пише рідко, менше часу витрачає на перевірку, але контролює безпосередній процес написання. У слабо встигаючих учнів виявляється залежність їх успіху від типу темпераменту, а у відмінників такої залежності немає. Чим пояснити це протиріччя?

Хорошим учням вдалося виробити індивідуальний стиль навчальної діяльності, в якому послаблені несприятливі особливості темпераменту. Наприклад, невисока зосередженість компенсується посиленням контролем і

перевіркою, повільний темп розумової роботи – тривалим підготовчим етапом. Швидка втомлюваність – частими паузами для відпочинку. У слабо встигаючих учнів індивідуальний стиль діяльності вироблений недостатньо, і недоліки темпераменту (особливо у меланхоліка й холерика) не компенсуються.

Висновок

Педагогічні прийоми не можуть бути орієнтовані переважно на учнів із сильним типом темпераменту, яких більше. Педагог повинен спрямовувати зусилля на вдосконалення індивідуального стилю діяльності кожного учня. Тоді успішність не буде залежати від типу темпераменту. Ось чому немає «хороших» і «поганих» властивостей темпераменту. Не існує темпераменту здібного до навчання, але у кожного учня є свій шлях оволодіння знаннями, формувати який учитель і покликаний.