

Содержание:

ВВЕДЕНИЕ

Любой человек с детства видит различия между людьми. Различия могут быть во внешности, например по цвету волос и росту или же различие в поступках и поведении. Кто-то из окружающих нас людей более подвижный, настойчивый, весёлый, а кто-то спокойный, робкий, неторопливый. Уже давно учёные изучают различия между людьми, в психологии особой задачей в данных исследованиях являются изучение разных свойств личности, которые формируют и оказывают сильное влияние на формирование эффективной деятельности человека. Человек не рождается уже сформированной личностью. Ей он становится в течение времени, меняясь под действием различных факторов. Но ещё до того как человек станет личностью у него уже наблюдаются индивидуальные особенности психики, особенности поведения. Они формируют, составляют определённую составляющую деятельности и поведения личности каждого человека. Благодаря этим особенностям и проявляется темперамент каждого человека.

Темперамент является основой для дальнейшего формирования и становления свойств личности, характерных только этому человеку. Несмотря на тот факт, что сам термин «темперамент» появился уже давно определённого понятия, с которым согласились бы все учёные до сих пор нет. В зависимости от различных представлений психологи относят к темпераменту разные особенности. Но традиционный, уже устоявшийся признак свойств темперамента это их зависимость от свойств нервной системы. Так же на данный момент основными являются четыре темперамента.

Актуальным изучение темперамента является для исследователей и сегодня. Зная свой темперамент его особенности и слабые стороны человеку легче найти себе подходящее хобби которое ему будет доставлять удовольствие. Он сможет найти себе работу, на которой он будет преуспевать. Зная характерные черты свойственные каждому темпераменту, для человека может стать возможным определять его в своём собеседнике. Зная слабые и сильные стороны собеседника возможно эффективнее выстроить с ним хорошие взаимоотношения.

Преподавателям такие знания помогут более правильно определять особенности поведения ребёнка, а соответственно правильно подобрать воспитательные

действия. Если при обучении не учитывать индивидуальные особенности темперамента ребёнка, то становится труднее полностью раскрыть способности ребёнка. Руководитель организации владения знаниями о свойствах темперамента сможет увидеть и определить стоит ли брать на работу определённого человека, сможет ли он работать в данном коллективе. Он сможет правильно подобрать коллектив, настроить с ним благоприятные отношения и создавать план работы который будет наиболее успешно выполнен коллективом.

Объектом исследования: типы темперамента.

Предмет исследования: методы изучения темперамента.

Цель исследования: дать характеристику темпераменту и его свойствам, проанализировать методы изучения типов темперамента и сравнить их.

Гипотеза исследования: предполагается, что выбранные методики изучения темперамента покажут идентичные результаты, между ними будет наблюдаться зависимость.

Задачи работы:

1. Дать характеристику понятию «темперамент» и его свойствам;
2. Изучить методы изучения типов темперамента;
3. Сравнить методики изучения темперамента.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, приложений. Объём работы 41 страница компьютерного текста.

Глава 1. Теоретические основы исследования формально-динамических свойств личности

1.1 Понятие и сущность темперамента

Темперамент одно из особенно значимых свойств личности. Интерес к его изучению возник уже давно. Что же представляет собой темперамент? Латинское слово «*temperamentum*» означает соразмерность, правильность меры.

Темперамент – это совокупность индивидуальных особенностей человека,

характеризующих динамическую и эмоциональную сторону его деятельности и поведения.^[1] Хотя он не отражает всю содержательную сторону психики, но оказывает значительное влияние на всю психическую деятельность человека.

Интерес к изучению темперамента возник у учёных уже более двух с половиной тысяч лет назад. Они замечали большое количество у людей индивидуальных различий, которые определялись особенностями биологического, физиологического строения, развития организма и спецификой социального развития человека. Темперамент относили же к *биологически обусловленным структурам* личности, так как он наличие определяет многие различия в психике между людьми. К таким различиям относятся: интенсивность и устойчивость эмоций, энергичность действий, эмоциональной впечатлительности и многим другим динамическим характеристикам.

Тему темперамента неоднократно и постоянно исследовали на протяжении долгого времени, но всё равно на сегодняшний день осталось много спорных вопросов, которые исследователи стараются решить. Единственное в чём сходится большая часть мнений то, что темперамент представляет собой биологический фундамент для формирования личности, а его свойства наиболее долговременны и устойчивы.

Первым кто стал изучать темперамент и создатель учения о темпераменте был **Гиппократ**.^[2] Гиппократ древнегреческий врач утверждал, что люди отличаются друг от друга соотношением основных «соков организма». Им были выделены четыре сока: кровь, флегма, жёлтая и чёрная желчь. Другой врач античного времени **Клавдий Гален**^[3], основываясь на учении Гиппократа, выделил 13 типов темперамента, которые изложил их в своем трактате. В дальнейшем данные типы темперамента были сведены до четырёх. Именно эти названия широко распространены на сегодняшний день: сангвиник, флегматик, холерик и меланхолик.

В дальнейшее время исследователи стремились сгруппировать и организовать разнообразия поведения и совпадающие с ними различия в телосложении и физиологических функциях. Большинство концепций темперамента связывались с конституционными типологиями. **Конституционные типологии** – типологии основанные на морфологических, биохимических, физиологических особенностях человека, их сходствах и различиях. Среди таких типологий широкое распространение получила типология, которую предложил **Эрнст Кречмер**. В основе его типологии лежит идея что люди, имеющие конкретное телосложение

обладают определёнными психическими особенностями. Им были проведены многочисленные измерения частей тела людей, после которых он смог выделить четыре конституциональных типа:

1. *Лептосоматик*. Человек, имеющий хрупкое телосложение. Рост высокий, узкие плечи, плоская грудная клетка, конечности длинные и худые.
2. *Пикник*. Данный тип отличается выраженной жировой тканью. Телосложение тучное. Рост средний или маленький, голова круглая, короткая шея.
3. *Атлетик*. Человек с крепким телосложением и хорошо развитой мускулатурой. Характерен средний или высокий рост, плечи широкие, узкие бёдра.
4. *Диспластик*. Индивиды данного типа характеризуются бесформенным, неправильным строением и деформацией тела.

В дальнейшей своей работе Кречмер выделил три типа темперамента, которые соотнёс с вышеназванными типами строения. Предложенные типы темперамента он назвал: шизотимик, иксотимик и циклотимик.

- *Шизотимик* человек с астетическим телосложением. Обычно замкнут, настойчив, склонен к изменению настроения, не склонен к изменению своих установок и взглядов. С трудом адаптируется в окружении.
- *Иксотимик* обладает атлетическим телосложением в отличие от шизотимика. Это человек невпечатлительный, спокойный, жесты сдержанные, гибкость мышления невысокая, часто мелочный.
- *Циклотимик* имеет пикническое телосложение. Эмоции циклотимика колеблются между печалью и радостью, реалистичен в своих взглядах. Легко находит взаимопонимание с другими людьми.[\[4\]](#)

Тем временем как теория Кречмера получила широкое распространение в европейских странах, в США в 40-х годах 20 века приобрела популярность концепция темперамента **Уильяма Герберта Шелдона**. Концепция Шелдона напоминает собой теорию Кречмера. В ней выдвигается предположение, что тело и темперамент являются взаимосвязанными между собой параметрами человека. По данной концепции темперамент определяется структурой тела и является его функцией. Названия типов телосложения у Шелдона берут начало из эмбриологии: эндоморфный, мезоморфный и эктоморфный.

- Люди с *эндоморфным* типом имеют слабое телосложение и избыточное количество жировой ткани.
- *Мезоморфному* типу присущи, крепкое и стройное тело, физическая сила.

- Для *эктomorphicного* типа характерно хрупкое телосложение, плоская грудная клетка, длинные и тонкие конечности, слабая мускулатура.

Также как и у предыдущего автора, этим типам телосложения соответствуют определённые типы темпераментов, которые были названы Шелдоном в зависимости от функции определённых органов тела.

1. Висцеротония (внутренности);
2. Соматотония (тело);
3. Церебротония (мозг).

Много конституционных концепций в современной психологии подвержены критике, так как в них не учитываются роль среды и социальных условий в формировании психических свойств человека.

Теория, в которой связывались некоторые свойства нервных процессов, была предложена **Иваном Петровичем Павловым**.^[5] Выделенные им свойства нервных процессов могут образовывать между собой комбинации. Этими комбинациями и определяется тип нервной системы или тип высшей нервной деятельности. По мнению Павлова, существует четыре основных типа нервной системы, они близки к выделенным Гиппократом типам темперамента: сангвиник, флегматик, холерик и меланхолик. Так же они делятся между собой на *сильные* и *слабые*, которые могут разделяться на *уравновешенные* и *неуравновешенные*. Сильный уравновешенный тип делится на *подвижный* и *инертный*.

В отечественной психологии благодаря исследованиям Павлова темперамент представляется как свойство личности, обусловленное врождёнными характеристиками человека. **Борис Герасимович Ананьев** предполагал, основные свойства человека проявляются в темпераменте, а не только в задатках. Большой вклад в изучению темперамента внёс **Борис Михайлович Теплов**. Он относил к свойствам темперамента устойчивые психические свойства личности. Работы Теплова послужили основой для дальнейшего экспериментального исследования темперамента. Разным уровнем развития различных свойств темперамента он объяснял индивидуальные особенности темперамента. Наиболее значимые свойства темперамента как динамической характеристики личности:

1. *Эмоциональная возбудимость* – необходимый уровень воздействие для возникновения эмоциональной реакции, а также скорость её возникновения.
2. *Возбудимость внимания* – функции приспособления психики человека.

3. *Сила эмоции* (современные психологи называют интенсивность и модальность эмоциональных проявлений) – «энергизация деятельности» в зависимости от неудовлетворения или удовлетворения мотивов.
4. *Тревожность* – эмоциональная возбудимость в тревожной ситуации.
5. *Реактивность непроизвольных движений* – степень непроизвольной реакции человека и интенсивность приспособления реакций к раздражителям, действующим в данный момент.
6. *Активность волевой целенаправленной деятельности* – повышение активности приспособления преобразованием ситуации в соответствие с ранее поставленной целью.
7. *Пластичность – ригидность* – приспособление к перемене смены деятельности.
8. *Субъективация* – увеличение субъективными образами и понятиями степени опосредования деятельности.[\[6\]](#)

В наше время из вышеперечисленных динамических характеристик широко используются: эмоциональная возбудимость, реактивность, активность, пластичность и субъективация. Были добавлены:

- *Сензитивность* – наиболее маленькая сила воздействия, которая необходима для возникновения психической реакции.
- *Ригидность* – сложность в перестроение при выполнении задач. Свойство противоположное пластичности.
- *Резистентность* – оказание сопротивления негативным для человека обстоятельствам.
- *Темп реакции* – скорость протекания психических процессов и реакции.
- *Экстраверсия и интроверсия* – определение зависимости реакции и деятельности человека.

Термины экстраверсия и интроверсия были введены швейцарским психиатром и педагогом Карлом Густавом Юнгом. Потом подверглись интенсивной разработке в теориях личности **Р. Кеттелла** и **Г. Айзенка**. **Экстраверт** – личность склонная к широким социальным контактам, имеет ориентацию на внешний мир. Основными чертами экстраверта являются оптимизм, импульсивность, непостоянство.

Интроверт – личность со склонностью к избеганию социальных контактов, в отличие от экстраверта имеет ориентацию на внутренний мир. Интроверту свойственно стремление к точности, педантичность, осторожность, ответственность.[\[7\]](#)

Благодаря исследованиям Павлова и основанной им типологии нервной системы в психологии появилось утверждение, что поведение человека можно объяснить с точки зрения физиологии. Позже в исследованиях проводимых Тепловым, а потом **Небылицыным** в типологию Павлова были добавлены новые элементы и выделены ещё два свойства нервных процессов: *лабильность* и *динамичность*. Типы темперамента, предложенные Павловым, широко используются и в наши дни.

1.2 Виды темперамента

Перед рассмотрением отдельных видов темперамента стоит сделать вывод что, темперамент – это психобиологическая категория, которая не является ни полностью врождённой, ни полностью зависимой от среды формирования.

Свойства темперамента по сравнению с другими психическими особенностями человека более устойчивы и постоянны.

Основными компонентами темперамента являются:

- общая психическая активность. Характеризует степень энергичности, стремительности и быстроты или наоборот медлительности, инертности;
- моторика;
- эмоциональность;
- особенность протекания эмоций, их качество и модальность.

На зависимость темперамента от нервной системы обратил внимание исследователей **Павлов**. Он показал, что деятельность головного мозга отражают основные нервные процессы:[\[8\]](#)

1. сила возбуждения (способность нервной системы выдерживать сильные кратковременные и длительные средней силы раздражители);
2. сила торможения (способность нервных клеток давать ответ на тормозные раздражители);
3. уравновешенность (соотношение процессов возбуждения и торможения);
4. подвижность (скорость смены процессов возбуждения и торможения).

С самого рождения у каждого человека они отличаются по силе выраженности и уравновешенности. В зависимости от сочетания этих свойств Павловым были выделены четыре типа высшей нервной деятельности:

- «*Безудержный*» - сильный тип нервной системы, которому характерны неуравновешенность, подвижность.
- «*Живой*» - сильный тип нервной системы, подвижен и уравновешен.
- «*Спокойный*» - сильный тип нервной системы, уравновешенный и инертный.
- «*Слабый*» - слабый тип нервной системы, неуравновешенный и малоподвижный.

В зависимости от сочетания этих типов нервной деятельности и их свойств были выделены соответствующие им четыре темперамента: сангвиник, флегматик, холерик и меланхолик. Характеристики данных темпераментов указаны в приложении 1.

После соотнесения Павловым темпераментов и характерным для них типов нервной деятельности оставался один вопрос. Какие психологические характеристики темперамента. Данной проблемой занялся **В. С. Мерлин**. Он и его сотрудники занялись исследованием психологической характеристики темперамента в жизненных условиях. К конкретным свойствам ими были отнесены: *активность, общая ригидность личности, быстрота усвоения навыков, особенности внимания*. Сопоставление отдельных свойств нервной системы с поведением человека позволило исследователям выделить некоторые психологические особенности:

1. чувствительность;
2. реактивность, активность и их соотношение;
3. импульсивность;
4. ритм психомоторных проявлений психики;
5. пластичность и ригидность;
6. экстравертированность.

Каждый тип темперамента должен соответствующе характеризоваться по всем психологическим особенностям.

Сангвиник. Обладает малой чувствительностью, реактивность высокая, импульсивен, энергичен. Движения и речь быстрые. Мимика богатая, подвижная и выразительная. Чувства с лёгкостью возникают и быстро меняются, настроение неустойчивое. Благодаря своей дружелюбности легко находит контакт с людьми. Из него можно воспитать хорошего организатора, но к воспитанию сангвиник податлив только в окружении своих товарищей.

Как ученик он слишком подвижен, легко отвлекаемый, поспешно выполняет задания. По отношению к сангвинику необходимо чаще проявлять строгость.

Флегматик. Отличается малой чувствительностью, реактивностью и импульсивностью. Мимика, как и пантомимика бедные. Обычно данный тип темперамента отличается спокойствием, терпеливостью, выдержанностью и усидчивостью. При наличии сильного торможения ему не трудно придерживаться определённого режима. В общении с людьми в меру открыт, и в меру сдержан, предпочитает поддерживать постоянные отношения. Положительные и отрицательные качества флегматика зависят от условий, в которых он находится.

В педагогической практике необходимо учитывать, что флегматик инертен и малоподвижен. Ему может понадобиться на ответ больше времени, чем остальным, также он долго вживается в коллектив.

Холерик. Чувствительность у холериков малая, высокая реактивность, ригиден. Отличается повышенной возбудимостью, раздражительностью и большой эмоциональностью. В новой деятельности медленно перестраивается, что вызывает вспыльчивость, нетерпеливость и несдержанность. Проявление холерического темперамента в большей мере зависит от того какая направленность личности. Холерик прямолинеен и трудоспособен, но у него возможны нервные срывы и обиды по пустякам.

В воспитании холерика, педагог должен учитывать, что ему нужны самовоспитание и воспитание наедине. В нём необходимо развивать переключение внимания и тормозные механизмы, его не нужно много хвалить, так как он имеет склонность к переоценке себя.

Меланхолик. Из всех типов темперамента он обладает самой высокой чувствительностью и впечатлительностью. Реактивность и импульсивность малая. Сильно внешнее торможение, реакция часто может не соответствовать силе раздражителя. Не сосредоточен, не энергичен, очень интровертирован. В коллективе он с трудом налаживает отношения. Перед новой обстановкой испытывает страх. В привычных условиях меланхолик отличается большой тактичностью, содержательностью, может легко справиться с жизненными проблемами. Но в неблагоприятных условиях он скован, необщителен, сильно тревожный человек.[\[9\]](#)

У детей с меланхолическим типом необходимо формировать уверенность в себе и своих силах.

Подводя итоги данной главы можно сказать:

1. Известно несколько теорий для изучения темперамента: гуморальная, химическая, неврологическая, конституционная;
2. Темперамент оказывает влияние на всю психическую деятельность человека;
3. Одной из самых популярных теорий о темпераменте, является теория Павлова, в которой предполагается, что три свойства нервных процессов определяют тип нервной системы;
4. На данный момент исследователи выделяют четыре типа темперамента: сангвиник, флегматик, холерик и меланхолик.

Глава 2. Сравнительный анализ диагностических методик исследования темперамента и его свойств

2.1 Методики изучения темперамента и ход исследования

Для определения темперамента человека исследователи создали большое количество методик. Среди них такие популярные методики как *ОФДСИ В. М. Русалова*, *Павловский опросник темперамента (PTS) Я. Стреляу*, *формула темперамента Белова*, *Личностный опросник Г. Айзенка (EPI)* .

Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ), автором, которого является В. М. Русалов, используется для диагностики свойств двигательной и интеллектуальной сферы, коммуникативного аспектов темперамента. Он состоит из 150 вопросов, на которые предлагается ответить, поставив крестик в той графе, которая соответствует утверждению:

1. не характерно,
2. мало характерно,
3. довольно характерно,
4. характерно.

Павловский опросник темперамента (PTS) Я. Стреляу, в отечественной литературе более известен как «Опросник Стреляу». Опросник был создан польским психологом Яном Стреляу и основан на основе собственной регулятивной теории

темперамента, которая была разработана на основе павловской идеи. Данный опросник используется для изучения трёх характеристик нервной системы: сила процессов возбуждения, сила процессов торможения, уровня подвижности нервных процессов. Тест диагностики темперамента состоит из 134 вопросов. Каждый вопрос относится к одному из свойств темперамента. Отвечать на них следует в предлагаемой последовательности, не возвращаясь к предыдущему вопросу. Формы ответов: да, нет, не знаю. Русскоязычная адаптация опросника Стреляу выполнена Н. Р. Даниловой и Ф. Г. Шмелевым.

Для данного исследования были выбраны *Личностный опросник Г. Айзенка (EPI)* и *формула темперамента Белова*.

В исследовании принимало участие 20 человек. Перед тем как испытуемый приступал к заданию ему, зачитывалась инструкция выполнения работы, затем выяснялось, понял ли он задание или нет. Если испытуемый понял инструкцию верно, то приступал к выполнению задания, если нет инструкция объяснялась повторно. С каждым испытуемым исследования проводились индивидуально. Целью исследования было определение типа темперамента с помощью данных методик.

Формула исследования темперамента Белова позволяет в процентном соотношении выявить доминирующий тип темперамента. Он состоит из ряда несложных вопросов, отвечать на которые необходимо да или нет. Испытуемые должны прочитать список вопросов соответствующих к определённому темпераменту и в бланке ответов поставить «да» или же «+» если свойство характерно для него, если же свойство не является характерным для данного человека то он отвечает «нет» или «-».

Общее количество вопросов – 80. Они разделены на четыре блока соответствующих тому или иному типу темперамента: 1 блок – холерик, 2 блок – сангвиник, 3 блок – флегматик и 4 блок – меланхолик.

Подсчёт результатов методики вычисляется по формуле, где

- ФТ – формула темперамента;
- Х, С, Ф, М – виды темпераментов;
- А – общее число положительных ответов на все вопросы;
- Ах, Ас, Аф, Ам – количество положительных ответов в каждом блоке.

$$X = (A1 / A) * 100\%;$$

$$C = (A2 / A) * 100\%;$$

$$\Phi = (A3 / A) * 100\%;$$

$$M = (A4 / A) * 100\%.$$

После всех вычислений формула приобретает вид: $\Phi T = ?\% X + ?\% C + ?\% \Phi + ?\% M$. Соответственно у какого темперамента больше процентов он и является основным. Может быть и более одного основного темперамента.

Личностный опросник Г. Айзенка (EPI) был опубликован в 1956 году. Опросник предназначен для диагностирования таких шкал как экстраверсия – интроверсия и нейротизм. Так же в нём присутствуют девять вопросов составляющих шкалу лжи. Айзенком было разработано два варианта данного опросника (А и В). Это позволяет проводить повторное тестирования без возможности запоминания вопросов и ответов испытуемым.

EPI включает в себя шкалы: экстраверсия, интроверсия, нейротизм, типы темперамента (сангвиник, флегматик, холерик, меланхолик).

Испытуемому предлагается ответить на 57 вопросов. Для ответа на них нужно представить себя в какой-то естественной ситуации и записать в бланк тот ответ, о котором подумали изначально. В данной методике нет правильных и неправильных ответов. Обработка и интерпретация результатов проводится в соответствии с ключом. Те ответы, которые совпали с ключом, оцениваются в 1 балл. При анализе результатов следует ориентироваться на определённые показатели, которые представлены в приложении 2.

Результаты исследования

Как было сказано ранее, в исследовании принимало участие 20 человек. Средний возраст испытуемых 23 года. По гендерным различиям группа неоднородна.

Испытуемые с удовольствием соглашались принять участие в исследовании, внимательно слушали инструкции к каждой методике и выполняли. Особых затруднений с прохождением методик не возникло. Работа с каждым проводилась индивидуально.

Результаты по методикам сначала рассмотрим по отдельности. Первая проводимая методика «Формула темперамента Белова». Сначала мы рассмотрим количество людей с одним выраженным темпераментом. Наибольшее количество составили

люди с темпераментом флегматика (14), меньшее количество сангвиников (2). Испытуемых с доминирующим темпераментом холерика и меланхолика нет. По результатам данной методики было выявлено несколько людей с несколькими одинаково выраженными темпераментами. У двух испытуемых одновременно доминируют такие темпераменты как сангвиник и флегматик и также один человек, у которых доминируют сангвиник и холерик. Также есть у одного из испытуемых результат показал три доминирующих темперамента – сангвиник, холерик и флегматик.

Вторая методика «Личностный опросник Г. Айзенка (EPI)» показывает следующие результаты.

По результатам методики флегматики снова составляют большее количество испытуемых (12 людей), сангвиники по численности снова занимают второе место (6). Испытуемых с темпераментом меланхолика нет. Но в отличие от результатов предыдущей методики, по результатам данного опросника среди испытуемых имеется два человека с ведущим холеричным темпераментом. Испытуемых с несколькими ярко выраженными темпераментами нет.

Далее сравним результаты двух методик, которые проходили испытуемые. Результаты предложены в диаграмме 1.

Диаграмма 1

Как видно по вышеуказанной таблице, по результатам первой и методике наибольшее количество у наибольшего количества испытуемых преобладает темперамент флегматика. В обеих методиках испытуемые сангвиники по количеству занимают второе место.

На основе данных вышеуказанных методик выведен корреляционный анализ. Подсчёт корреляции был проведён с помощью ранговой корреляции Спирмена. Данные корреляции приведены в таблице 1.

Таблица 1

Формула темперамента Белова / Личностный опросник Г. Айзенка Сангвиник Холерик Флегматик Меланхолик

Экстраверсия / интроверсия	0,306	0,142	-0,426	0,142
Нейротизм	0,044	-0,043	-0,171	-0,043
Шкала лжи	0,317	0,143	-0,095	0,043

N=20

Корреляционной зависимости между двумя данными методиками не наблюдается.

Исходя из результатов, можно сказать, что ранее предложенная гипотеза о том, что выбранные методики изучения темперамента покажут идентичный результат, и между ними будет наблюдаться зависимость, частично отвергается.

Подтвердилась только первая часть гипотезы, так как обе методики показали схожие результаты. Вторая часть гипотезы не подтвердилась, между методиками нет корреляционной зависимости.

По итогам проведённого исследования можно сделать следующие выводы:

1. Для выявления более точного определения доминирующего темперамента нужно использовать более двух методик;
2. Встречаются люди с несколькими доминирующими темпераментами.

Заключение

Темперамент неотъемлемая часть каждого человека, ведь он уже рождается с определённым темпераментом. Темперамент составляет совокупность индивидуальных особенностей человека, которые характеризуют его динамическую и эмоциональную сторону. Изучением темперамента занимались многие учёные всего мира. Было выдвинуто много теорий о том, какие признаки характерны для каждого темперамента, от чего зависит преобладание определённого темперамента у человека и с чем он связан. В истории изучения темперамента учёные по предложенным им теориям разделялись на три направления: гуморальные, конституционные и физиологический. Считается, что

первым кто стал изучать темперамент, был Гиппократ. Он считал, что темперамент человека зависит от преобладания в нём одной из четырёх жидкостей: крови, флегмы, жёлтой и чёрной желчи. Названия темпераментам он дал также исходя из своего предположения: сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик. Его названия темпераментов ввёл в более популярное использование Павлов, и они являются наиболее распространёнными на сегодняшний день. Сам же Павлов придерживался того, что темперамент зависит от нервной системы. Проведя исследования, он выделил три основных критерия, по которым различаются темпераменты, это сила, уравновешенность и подвижность. Так же Кречмером и Шелдоном выдвигались предположения о том, что темперамент человека зависит от физиологических, морфологических и биохимических особенностей человека.

Благодаря всем исследованиям на данный момент есть определённые характеристики каждого темперамента. Сангвиник характеризуется энергичностью, высокой работоспособностью, сильной нервной системой. Он имеет богатую мимику, говорит быстро, легко налаживает отношения с людьми. Холерик – энергичен, стремителен, вспыльчив, сильная нервная система. Очень эмоционален, ему свойственны быстрые смены настроения, иногда бывает агрессивным. Флегматик медлительный, спокойный, чувства обычно постоянны, сильная нервная система. Его мимика бедная, говорит обычно медленно, трудно переключается с одной деятельности на другую. И последний это меланхолик, которому свойственны: глубина и устойчивость эмоций, быстрая утомляемость, преобладание отрицательных эмоций, слабая нервная система.

В проведённой работе были рассмотрены типы темперамента, история и методы их изучения. В начале исследования была выдвинута гипотеза о том, что выбранные методики изучения темперамента покажут идентичный результат, и между ними будет наблюдаться зависимость. По результатам исследования подтвердилась только первая часть этой гипотезы.

Список использованной литературы

1. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб: Прайм-Еврознак, 2004. – 672 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – М.: АСТ, 2015. – 352 с.
3. Крылов А.А. Психология. – М.: Кнорус, 2011. – 752 с.

4. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с.

5. Романова Е.С. Психодиагностика – М.: КноРус, 2013. – 336 с.

Приложение

Приложение 1

Типы нервной системы / Свойства нервных процессов	Сильные			Слабый
	Безудерж- ный	Живой	Инертный	Слабый
Сила	Сильный	Сильный	Сильный	Слабый
Уравновешен-ность	Уравнове- шенный	Уравнове- шенный	Неуравнове- шенный	Неуравно- вешенный
Подвижность	Подвиж-ный	Инертный	Подвижный	Инертный
Темперамент	Сангвиник	Флегматик	Холерик	Меланхо-лик

Приложение 2

	Экстраверсия	Нейротизм Ложь
Очень высокий уровень	Более 19 (яркий экстраверт)	Больше 19

Высокий уровень	Больше 15 (экстраверт)	Больше 14	Больше 4 (неискренность ответов)
Средний уровень	12	9 - 13	
Низкий уровень	Меньше 9 (интроверт), меньше 5 (глубокий интроверт)	Меньше 7	Меньше 4 (норма)

Приложение 3

«Формула темперамента Белова».

Стимульный материал

- 1) Вы неусидчивы и суетливы?
- 2) Вы невыдержанны и вспыльчивы?
- 3) Вы нетерпеливы?
- 4) Вы резки и прямолинейны в отношениях с людьми?
- 5) Вы решительны и инициативны?
- 6) Вы упрямы?
- 7) Вы находчивы в споре?
- 8) Вы работаете рывками?
- 9) Вы склонны к риску?
- 10) Вы незлопамятны?
- 11) Вы обладаете быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью?
- 12) Вы неуравновешенны и склонны к горячности?
- 13) Вы агрессивный забияка?

- 14) Вы нетерпимы к недостаткам?
- 15) Вы обладаете выразительной мимикой?
- 16) Вы способны быстро действовать и решать?
- 17) Вы неустанно стремитесь к новому?
- 18) Вы обладаете резкими порывистыми движениями?
- 19) Вы настойчивы в достижении поставленной цели?
- 20) Вы склонны к резким сменам настроения?
- 21) Вы веселы и жизнерадостны?
- 22) Вы энергичны и деловиты?
- 23) Вы часто не доводите начатое дело до конца?
- 24) Вы склонны переоценивать себя?
- 25) Вы способны быстро схватывать новое?
- 26) Вы неустойчивы в интересах и склонностях?
- 27) Вы легко переживаете неудачи и неприятности?
- 28) Вы легко приспосабливаетесь к разным обстоятельствам?
- 29) Вы с увлечением беретесь за любое новое дело?
- 30) Вы быстро остываете, если дело перестает вас интересовать?
- 31) Вы быстро включаетесь в новую работу и быстро переключаетесь с одной работы на другую?
- 32) Вы тяготитесь однообразием будничной кропотливой работы?
- 33) Вы общительны и отзывчивы, не чувствуете скованности с новыми для вас людьми?
- 34) Вы выносливы и работоспособны?

- 35) Вы обладаете громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся жестами, выразительной мимикой?
- 36) Вы сохраняете самообладание в неожиданной сложной остановке?
- 37) Вы обладаете всегда бодрым настроением?
- 38) Вы быстро засыпаете и пробуждаетесь?
- 39) Вы часто несобранны, проявляете поспешность в решениях?
- 40) Вы склонны иногда скользить по поверхности, отвлекаться?
- 41) Вы спокойны и хладнокровны?
- 42) Вы последовательны и обстоятельны в делах?
- 43) Вы осторожны и рассудительны?
- 44) Вы умеете ждать?
- 45) Вы молчаливы и не любите попусту болтать?
- 46) Вы обладаете спокойной, равномерной речью, с остановками, без резко выраженных эмоций, жестикуляции мимики?
- 47) Вы сдержанны и терпеливы?
- 48) Вы доводите начатое дело до конца?
- 49) Вы не растрачиваете попусту сил?
- 50) Вы придерживаетесь выработанного распорядка дня, жизни, системы в работе?
- 51) Вы легко сдерживаете порывы?
- 52) Вы маловосприимчивы к одобрению и порицанию?
- 53) Вы незлобивы, проявляете снисходительное отношение к колкостям в свой адрес?
- 54) Вы постоянны в своих отношениях и интересах?

- 55) Вы медленно включаетесь в работу и медленно переключаетесь с одного дела на другое?
- 56) Вы ровны в отношениях со всеми?
- 57) Вы любите аккуратность и порядок во всем?
- 58) Вы с трудом приспосабливаетесь к новой обстановке?
- 59) Вы обладаете выдержкой?
- 60) Вы несколько медлительны?
- 61) Вы стеснительны и застенчивы?
- 62) Вы теряетесь в новой обстановке?
- 63) Вы затрудняетесь установить контакт с незнакомыми людьми?
- 64) Вы не верите в свои силы?
- 65) Вы легко переносите одиночество?
- 66) Вы чувствуете подавленность и растерянность при неудачах?
- 67) Вы склонны уходить в себя?
- 68) Вы быстро утомляетесь?
- 69) Вы обладаете тихой речью?
- 70) Вы невольно приспосабливаетесь к характеру собеседника?
- 71) Вы впечатлительны до слезливости?
- 72) Вы чрезвычайно восприимчивы к одобрению и порицанию?
- 73) Вы предъявляете высокие требования к себе и окружающим?
- 74) Вы склонны к подозрительности, мнительности?
- 75) Вы болезненно чувствительны и легко ранимы?
- 76) Вы чрезмерно обидчивы?

77) Вы скрытны и необщительны, не делитесь ни с кем своими мыслями?

78) Вы малоактивны и робки?

79) Вы уступчивы и покорны?

80) Вы стремитесь вызвать сочувствие и помощь у окружающих?

Приложение 4

Формула темперамента Белова

№ Имя Пол Возраст

Сангвиник С_стен Холерик Х_стен Флегматик Ф_стен Меланхолик

1	М	1	20	31,8	6,4	15,9	3,6	34,1	5,03	20,5
2	Айд	1	20	29,7	5,4	18,9	4,6	43,2	7,8	8,1
3	Рад	1	22	28,6	4,8	28,6	7,6	31,4	4,2	11,4
4	Мур	1	22	31,4	6,2	22,9	5,8	34,3	5,1	11,4
5	Ибр	1	22	28,2	4,6	25,6	6,6	38,5	6,4	7,7
6	Ан	1	23	17,6	-0,9	14,7	3,3	44,1	8,1	23,5
7	Ром	1	28	31,6	6,3	31,6	8,5	28,9	3,4	7,9
8	Я	0	21	34,9	8,03	25,6	6,6	27,9	3,1	11,6
9	А	1	22	35,5	8,3	19,4	4,7	38,7	6,5	6,5
10	Руз	0	23	28,6	4,8	28,6	7,6	34,3	5,1	8,6

11 Н	0	23	28,9	4,9	21,1	5,2	34,2	5,1	15,8
12 З	0	22	27,3	4,1	15,2	3,4	45,5	8,5	12,1
13 Сюз	0	23	28,2	4,6	23,6	6,02	23,1	1,6	25,6
14 Саш	1	21	31,25	6,2	12,5	2,6	40,6	7,04	15,6
15 Там	0	52	32,3	6,7	9,7	1,7	45,2	8,5	12,9
16 П	1	55	32,4	6,7	32,4	8,8	32,4	4,5	2,7
17 О	1	24	25,6	3,3	28,2	7,4	30,8	4,02	15,4
18 З	0	25	31,6	6,3	26,3	6,9	31,6	4,3	10,5
19 Р	1	23	34,4	7,7	18,8	4,5	43,8	8,02	3,1
20 С	0	56	29,7	5,4	18,9	4,6	29,7	3,7	21,6
М	0,6	27,4	29,978	5,492	21,925	5,501	35,62	5,5	12,6
Мо	1	22	29,7	5,4	18,9	4,6	34,3	5,1	11,4
Ме	1	23	30,475	5,8	22	5,5	34,25	5,1	11,5
Q	0,5	11,8	3,8983	1,997	6,4435	2,002	6,49	2	6,39

Приложение 5

«Личностный опросник (EPI) Г. Айзенка»

Стимульный материал

Форма А.

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытывать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить или посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказываться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела, не спеша и предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если это вам невыгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите, не тратите ли много времени на обдумывание?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. Верно ли, что на спор вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоят мысли о том, что вам не следовало чего-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли иногда у вас такие мысли, которыми вам не хотелось бы делиться с другими людьми?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете сильную вялость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомых небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Часто ли вас беспокоит чувство вины?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?

25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлечься с веселой компанией?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают, натянуты до предела?
27. Слывете ли вы за человека живого и веселого?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя беспокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Что вы предпочитаете, если хотите узнать что-либо: найти в книге или спросить у друзей?
33. Бывают ли у вас сильные сердцебиения?
34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите только правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где все подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстрого действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и «ужасах», которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздывали ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого удобного случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться со своими друзьями?
47. Можете ли вы назвать себя нервным человеком?
48. Есть ли среди ваших знакомых такие, которые вам явно не нравятся?
49. Могли бы вы сказать, что вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли вас чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Сумели бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
 56. Любите ли вы подшутить над другими?
 57. Страдаете ли вы бессонницей?

Приложение 6

Личностный опросник Г. Айзенка (EPI)

№	Имя	Пол	Возраст	Экстраверсия / Интроверсия	Э/И -стен	Нейротизм	Ней_стэн	Шкала лжи	Шк_стен	Темпе
1	М	1	20	13	6,6	10	7	3	6,8	1
2	Айд	1	20	11	5,7	8	5,9	2	4,4	3
3	Рад	1	22	9	4,8	5	4,3	2	4,4	3
4	Мур	1	22	6	3,4	7	5,4	3	6,8	3
5	Ибр	1	22	4	2,4	6	4,8	1	2	3
6	Ан	1	23	8	4,3	4	3,7	3	6,8	3
7	Ром	1	28	13	6,6	19	11,9	3	6,8	2
8	Я	0	21	16	8,05	7	5,4	3	6,8	1
9	А	1	22	9	4,8	9	6,5	1	2	3
10	Руз	0	23	5	2,9	10	7	3	6,8	3

11 Н	0	23	6	3,8	6	4,8	2	4,4	3
12 З	0	22	11	5,7	11	7,5	2	4,4	3
13 Сюз	0	23	15	7,6	7	5,4	2	4,4	1
14 Саш	1	21	10	5,2	1	2,1	3	6,8	3
15 Там	0	52	6	3,4	5	4,3	1	2	3
16 П	1	55	9	4,8	4	3,7	3	6,8	2
17 О	1	24	9	4,8	6	4,8	2	4,4	3
18 З	0	25	19	9,5	5	4,3	3	6,8	1
19 Р	1	23	15	7,6	6	4,8	4	9,3	1
20 С	0	56	17	8,5	9	6,5	3	6,8	1
М	0,6	27,35	10,55	5,523	7,25	5,505	2,45	5,485	2,3
Мо	1	22	9	4,8	6	4,8	3	6,8	3
Ме	1	23	9,5	5	6,5	5,1	3	6,8	3
Q	0,503	11,78	4,273	1,979	3,669	2	0,826	1,991	0,923

холерик

- 2

флегматик

- 3

меланхолик

- 4

Приложение 7

№	Имя	Пол	Возраст	Ведущий темперамент			
				Сангвиник	Холерик	Флегматик	Меланхолик
1	М	1	20	1	0	0	0
2	Айд	1	20	0	0	1	0
3	Рад	1	22	0	0	1	0
4	Мур	1	22	0	0	1	0
5	Ибр	1	22	0	0	1	0
6	Ан	1	23	0	0	1	0
7	Ром	1	28	0	1	0	0
8	Я	0	21	1	0	0	0

9	А	1	22	0	0	1	0
10	Руз	0	23	0	0	1	0
11	Н	0	23	0	0	1	0
12	З	0	22	0	0	1	0
13	Сюз	0	23	1	0	0	0
14	Саш	1	21	0	0	1	0
15	Там	0	52	0	0	1	0
16	П	1	55	0	1	0	0
17	О	1	24	0	0	1	0
18	З	0	25	1	0	0	0
19	Р	1	23	1	0	0	0
20	С	0	56	1	0	0	0

Ведущий - 1

Неведущий - 0

1. Большой психологический словарь / Под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб: Прайм-Еврознак, 2004. – 672 с. [↑](#)

2. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
3. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
4. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
5. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
6. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
7. Крылов А.А. Психология. – М.: Кнорус, 2011. – 752 с. [↑](#)
8. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Питер, 2013. – 583 с. [↑](#)
9. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – М.: АСТ, 2015. – 352 с. [↑](#)