

## Содержание:

# ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В настоящее время проводится множество различных исследований, направленных на изучение типа темперамента человека. Личность можно охарактеризовать через ее темперамент, индивидуальные особенности, характер. Все это проявляется в ее поступках, поведении, деятельности, а особенно ярко в экстремальных ситуациях. Каждый человек индивидуален и неповторим от рождения.[\[1\]](#)

Темперамент – это внешнее проявление типа высшей нервной деятельности человека, и поэтому в результате воспитания, самовоспитания это внешнее проявление может искажаться, изменяться, происходит «маскировка» истинного темперамента. Поэтому и редко встречаются «чистые» типы темперамента, но, тем не менее, преобладание той или иной тенденции всегда проявляется в поведении человека.

Темперамент – это результат объединения разных биологических компонентов, вовлеченных в функционирование системы поведения индивида. Выделяют четыре основных темперамента:

- холерический,
- сангвинический,
- меланхолический,
- флегматический.

Темперамент характеризует динамичность личности, но не характеризует ее убеждения, взгляды, интересы и не определяет ее возможности. Отличающиеся друг от друга психические реакции людей различаются по глубине, яркости и стабильности эмоций, чувствительности, скорости, активности действий, кроме того они имеют расхождение в характеристиках, таких как: динамические и индивидуально-устойчивые особенности психической жизни, поведения и деятельности. Динамические особенности психики наиболее отражены в походке, мимике, живости речи и других внешних проявлениях. Все эти различия в

динамике психики и поведения определяются прежде всего, темпераментом человека. Понятие «темперамент» весьма распространено в научной и практической деятельности, так как природа изучается медиками, физиологами, но чаще рассматривается психологами. Но остается во многом спорной и нерешенной проблемой.

Гипотеза исследования: при сравнении темпераментов по разным методикам (Айзенка и Белова) типы темпераментов будут совпадать.

Объект исследования – темперамент, как динамическая характеристика личности.

Предмет исследования – методы исследования темперамента.

Целью настоящего исследования является изучение основных методов изучения темперамента и его свойств.

В соответствии с целью выделены следующие задачи исследования:

- описать общую характеристику понятия «темперамент»
- дать краткую характеристику видов темперамента
- провести описание исследования
- провести анализ результатов исследования

Методы исследования:

- теоретические – анализ литературы по теме исследования
- практические – проведение опыта по сравнению различных методик изучения темперамента

Информационной базой данного исследования послужили труды таких ученых, как Б. М. Теплова, Г. Айзенка, Э. Кречмера, И. Павлова, К. Сиго, У. Шелдона.

## **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПОНЯТИЯ «ТЕМПЕРАМЕНТ»**

# 1.1 Общая характеристика понятия «темперамент»

При всем существующем разнообразии взглядов и теорий большинство ученых признает, что темперамент - это биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо, а свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными.

Этимологически слово «темперамент» происходит от латинского слова «temperamentum», что означает соразмерность, надлежащее соотношение. Это слово в научный обиход ввел Клавдий Гален, он перевел греческое «кразис» на латынь как «темперамент».[2]

Темперамент - это индивидуальные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, особенности поведения и степень уравновешенности реакций на жизненные воздействия.

Однако советский психолог Б. М. Теплов дает следующее определение темперамента: «Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, т. е. быстротой возникновения чувств, с одной стороны, и силой их - с другой» Обобщая все существовавшие и существующие теории, можно выделить характерные типы темпераментов по различным основаниям.

- Гуморальный подход;

□ Психологический подход;

- Психосоматический подход;
- Физиологический подход;

□ Нейрофизиологический подход.

Следовательно, темперамент - это обобщенность специфично индивидуальных свойств психики, хотя они проявляются различной деятельности человека, но остаются постоянным в течение всей жизни

Основными компонентами, которые определяют темперамент, являются:

– во-первых, общая активность психической деятельности и поведения человека, которая выражается в различной степени стремления активно действовать,

осваивать и преобразовывать окружающую среду, проявлять себя в различной деятельности;

– во-вторых, двигательная активность, показывающая состояние активности двигательного, а также речедвигательного аппарата; она выражается в силе, резкости, скорости, интенсивности мышечных движений и речи человека, его внешней подвижности или сдержанности, говорливости или, наоборот, молчаливости;

– в-третьих, эмоциональная активность, она выражается в эмоциональной подвижности, импульсивности, а также эмоциональной впечатлительности. Помимо того, что темперамент проявляется в поведении и поступках человека, он также имеет внешнее выражение.

О некоторых свойствах темперамента человека можно судить по внешним устойчивым признакам. Особенности типа того или иного темперамента начинают проявляться еще в раннем детстве. Задача педагогов и воспитателей заключается в том, чтобы учитывать эти особенности и помогать вырабатывать детям умение владеть своим темпераментом, использовать его хорошие стороны, а от плохих качеств избавляться.

Роль темперамента в труде и учебе заключается также в том, что от него зависит величина влияния на деятельность различных психических состояний, которые вызваны напряженной обстановкой, эмоциогенными факторами или педагогическими воздействиями. Ученые доказали, что повышение, а также понижение функционального уровня деятельности определяется величиной раздражителя, вызывающего нервно-психическое напряжение. Величину такого раздражителя, при которой функциональный уровень повышается, принято называть оптимальной, а при которой понижается – пессимальной. Оптимальная и пессимальная величины действующего раздражителя зависят от типа нервной системы и темперамента личности.[\[3\]](#)

Таким образом, роль темперамента в учебе и труде безусловна велика. Черты темперамента в каждом человеке заложены с рождения, но индивид может выработать в себе качества, которые несвойственны данному темпераменту. Темперамент меняется под влиянием условий жизни и воспитания, а также в результате самовоспитания. Но поведение людей определяется не только темпераментом и не типом нервной системы, а всей системой отношений человека к действительности. Темперамент хотя и проявляется в поведении и деятельности,

но не определяет их. Однако, свойства темперамента необходимо постоянно учитывать, с ними нельзя не считаться.

Таким образом, темперамент является лишь основой для формирования характера, черты которого играют ведущую роль в поведении и деятельности человека.

Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента. Так, особая подвижность сангвника может принести дополнительный эффект, если работа требует от него частого перехода от одного рода занятий к другому, оперативности в принятии решений, а однообразие, регламентированность деятельности, напротив, приводит его к быстрому утомлению. Флегматики и меланхолики, наоборот, в условиях строгой регламентации и монотонного труда обнаруживают большую продуктивность и сопротивляемость утомлению, чем холерики и сангвники.

Таким образом, в поведенческом общении можно и нужно предвидеть особенности реакции лиц с разным типом темперамента и адекватно на них реагировать.[\[4\]](#) Темперамент определяет лишь динамические, но не содержательные характеристики поведения

## **1.2 Краткая характеристика видов темперамента**

Первая выдвинутая теория называется гуморальная и создателем этого учения считается древнегреческий врач Гиппократ (V в. до н. э.). Гуморальная теория (от лат. «humor» – «влага», «сок»), связывает темперамент со свойствами тех или иных жидких сред организма. В своей теории Гиппократ проявил интерес не только на различие людей по характеру поведения, но попытался пояснить это свойство.

Гиппократ утверждал, что в живом существе в том или ином соотношении смешиваются четыре жидкости или «сока» - крови (сангвис), белой жидкости (флегма), желтой желчи (холе) и черной желчи (мелайна холе), - входящих в его состав. Теория была построена на том, что соотношение жидкостей в тканях тела определяет психику, люди различаются по преобладанию той или иной жидкости. Количество «жидкостей» у человека значительно больше, если учесть огромное многообразие гормонов и медиаторов. Более того, сейчас хорошо известно, что их влияние на поведение человека не прямое, а опосредствуется нервной системой.

А также Гиппократ, один из первых ученых, который попробовал найти соотношение между конституциональными особенностями телосложения людей с их

склонностью к некоторым болезням. Он пришел к выводу, что люди низкого роста и коренастого телосложения предрасположены к потере сознания, а люди высокого роста и тощего телосложения к туберкулёзу.

В распространенной литературе и пособиях по психологии повелось считать Гиппократом создателем учения о четырех типах темперамента, которое сохранилось до нашего времени, – сангвиническом, холерическом, флегматическом и меланхолическом. Римский врач Клавдий Гален, самый знаменитый после Гиппократов врач античности, разработал первую типологию темпераментов, которая основанная на гуморальной теории Гиппократов и учении о четырех «соках» (гуморах), которую он изложил в известном трактате «De temperamentis» Немецкий философ Иммануил Кант, живший после Гиппократов, рассматривал особенности темперамента в различиях строения только одной жидкости – крови. Главной основой темперамента Кант считал качественные особенности крови, т. е. разделял позицию сторонников гуморальных теорий.[\[5\]](#)

Эти особенности крови составляли 4 типа темперамента: легкокровный, или сангвинический; тяжелокровный, или меланхолический; теплокровный, или холерический; хладнокровный, или флегматический.

Начиная с эпохи Возрождения, были популярны так называемые анатомические теории темперамента. Близко к гуморальным теориям темперамента была сформулирована русским анатомом П. Ф. Лесгафтом (1837– 1909) понятие о том, что в основе проявлений темперамента в конечном итоге лежат свойства системы кровообращения, в частности толщина и упругость стенок кровеносных сосудов, диаметр их просвета, строение и форма сердца и т. п.[\[8\]](#)

В соответствии с теорией Лесгафта, калибром сосудов и толщиной их стенок определяются быстрота и сила кровотока, затем скорость обмена веществ при питании и, наконец сама индивидуальная характеристика темперамента как меры возбудимости организма и продолжительности его реакций при действии внешних и внутренних стимулов. В зарубежной психологии в начале 20 века произошла эволюция анатомических теорий, что явилось развитием конституциональных (морфологических) теорий темперамента.

Которые получили широкое распространение теории, утверждающие, что темперамент не связан с физиологическими свойствами общего типа нервной системы, а зависит от общей конституции организма, внешними показателями которого являются строение тела, соотношение его отдельных частей, а также

соотношение различных тканей организма.[\[6\]](#) Одной из первых конституциональных теорий была концепция французского врача Клода Сиго.[\[7\]](#)

В соответствии данной теории, в которой преобладание развития какой-либо одной из четырех физиологических систем (дыхательной, пищеварительной, мышечной или нервной) предопределяет специфичность психических реакций индивида на раздражители окружающей среды, а также особенности телосложения и даже психические заболевания.[\[8\]](#) Обуславливается это, преобладанием одной из системы в человеческом теле, из чего выделяют четыре главных типа: дыхательный, пищеварительный, мускульный и мозговой.

Позиция К. Сиго, как и иные идеи того времени, оказали существенное воздействие на формирование современных конституциональных теорий. Одной из наиболее известных является конституциональная типология немецкого психиатра Эрнста Кречмера (1888-1964), который опубликовал в 1921 г. работу под названием «Строение тела и характер».[\[9\]](#) Вся суть этой работы заключается в том, что люди с конкретным типом телосложения (некоторые особенности роста, полноты, пропорций частей тела) имеют определенные психические черты характера, к которым относятся и подверженность к психическим заболеваниям. Основой данной работы послужили многочисленные клинические исследования, при которых наблюдается наследственная предрасположенность к большей или меньшей выраженности психического склада, свойственного больным шизофренией, эпилепсией и циклотимией (маниакально-депрессивным психозом).

Используя замеры частей тела, Э. Кречмер сделал акцент на четыре конституциональных типа. Астенический тип конституции (лептосоматик, от греч. leptos - хрупкий) характеризуется длинной и узкой грудной клеткой, длинными конечностями, слабой мускулатурой, удлинённым лицом и соответствует шизоидному (шизотимическому) темпераменту.

При расстройствах психики предрасположены к шизофрении. Пикнический тип конституции (греч. pyknon - толстый, плотный). Этот человек характеризуется широкой грудной клеткой и костью, широкой фигурой с выраженной жировой тканью, малого или среднего роста, полнотой, круглой головой, короткой шеей и соответствует циклоидному (циклотимическому) темпераменту.[\[10\]](#)

В случае психического расстройства обнаруживает склонность к циркулярному или маниакально-депрессивному психозу. Атлетический тип конституции (греч. athlon - борьба, схватка) характеризуется сильной мускулатурой, пропорциональным

телосложением, широким плечевым поясом, узкими бедрами, выпуклые лицевые кости и соответствует иксотимическому (греч. *ixos* - тягучий) эпилептоидному темпераменту.[\[11\]](#)

Склонен к психическим заболеваниям, таким как эпилепсия. Теория Э. Кречмера была известна в Европе, а в США получила славу концепция темперамента У. Шелдона, сформулированная в 1940-х годах. В основе взглядов У. Шелдона также лежит предположение о том, что тело и темперамент это два параметра человека, связанных между собой. У. Шелдон исходил из гипотезы о существовании основных типов телосложения, которые он описывал, пользуясь специально сложными антропометрическими измерениями, которые он заимствовал термины из эмбриологии.[\[12\]](#)

В своей теории У. Шелдон пришел к мнению, что понятие соматитов, как главных моделей строения человеческого тела, предельно не схожие друг на друга. Различия систематизации Шелдона в том, что классификация соматотипов выполнялась только на выносливых и крепких людях, а за принцип систематизации было принято соотношение видов тканей организма, развивающихся из трех зародышевых слоев: энтодермы, мезодермы, эктодермы.

Следует отметить, что конституциональные типологии разрабатывались на мужских выборках и мало пригодны для женских, кроме того, они не всегда находят подтверждение в научных исследованиях.[\[13\]](#) Русский физиолог Иван Петрович Павлов предпринял попытку перевести учение о типах темперамента на новый научный фундамент, и с него началась история нейродинамической (нейрофизиологической) теории. В публикации за 1927 г. И. П. Павлов опубликовал концепцию, которая раскрыла зависимость темперамента от свойств нервной системы.[\[14\]](#) Основанием для этого послужило присутствие у животных и человека точной выраженности особенности нервной системы. Однако вначале он сделал акцент на отношении возбуждения и торможения, а потом – на силу нервной системы.[\[15\]](#)

Но давая объяснение физиологическим обоснованиям различных типов поведения, И. П. Павлов пришел к сочетаниям типологических особенностей проявления свойств нервной системы и стал отождествлять типы темпераментов с типами высшей нервной деятельности. К основным свойствам, по мнению И. П. Павлова, относятся: сила, уравновешенность и подвижность возбудительных и тормозных процессов. Сила нервной системы, т.е. сила процессов возбуждения и торможения. Это свойство обуславливается работоспособностью нервных клеток головного



мозга выдерживать большие нагрузки.<sup>[16]</sup> Выделяют два типа: сильная и слабая нервная система. Уравновешенность (баланс нервных процессов) определяется взаимодействием процессов возбуждения и торможения. Подвижность нервных процессов способность нервной системы менять скорость возбуждения и торможением, и наоборот.

И. П. Павлов сделал вывод о том, что некоторое совмещение этих трех свойств нервной системы создает тип высшей нервной деятельности, который образует четыре основных типа темперамента, близкие к традиционной типологии Гиппократ - Галена: сильный, уравновешенный, подвижный тип - сангвиник; □ сильный, уравновешенный, инертный тип - флегматик; □ сильный, неуравновешенный тип - холерик; □ слабый, тормозной тип - меланхолик □ Впоследствии Павлов сказал: «Темперамент есть самая общая характеристика каждого отдельного человека, самая основная характеристика его нервной системы, а эта последняя кладет ту или иную печать на всю деятельность данного индивидуума».

Исследования Павлова внесли большой вклад в отечественную психологию, вследствие чего сформировалось понятие темперамента, как свойства личности. Швейцарский ученый, психиатр и психотерапевт Карл Густав Юнг вел психиатрическую практику<sup>19</sup>, в течение которой он систематизировал свои наблюдения и сделал заключение, что между людьми есть психологические отличия, и структура психики выражена по-разному. И Юнг ввел понятие «функциональный» или «психологический тип». Под понятием «психологический тип» подразумевается, что это структура и основа личности.

У любой личности имеется свой мыслительный, духовный и культурный уровень, свое понятие, «что такое хорошо, что такое плохо», свой жизненный опыт, собственные мысли, эмоции, манеры, стиль. В своей теории Юнг описал три пары основных противоположных факторов: экстраверсию - интроверсию (E - I), □ здравомыслие - интуицию (S- N.), □ логичность - чувство (T - F). □ Английский психолог Ганс Айзенк провел анализ работ по соматической теории Э. Кречмера и У. Шелдона, И. П. Павлова о ВНД, исследования К. Юнга об интроверсии и экстраверсии, а также других популярных психологов, психиатров и физиологов. На основе анализа и мониторинга он сделал предположение, что есть два параметра индивидуальности: нейротизм - стабильность (нестабильность - стабильность) и экстраверсия - интроверсия. Для сбора эмпирических данных Г. Айзенк уделял большое внимание различным способам, таких как интроспекция, анализ биографических материалов, физические и физиологические критерии, и

многих других. Само понятие «нейротизм» трактуется Г. Айзенком, как эмоциональная неустойчивость, изменчивость, легкая возбудимость, склонность к психотравмам.

У людей с выраженным нейротизмом из-за сильной восприимчивости может проявиться эмоциональное напряжение, они подолгу могут находиться в подавленном состоянии, расстройствах, тревогах, вследствие этого их круг общения уменьшается. Термины «экстраверсия» и «интроверсия» внедрил в психологию психолог Юнг, которыми воспользовался Айзенк, приписывая им совершенно другое значение. У Юнга это различные типы по направленности либидо, для Айзенка комплексы скоррелированных между собой черт<sup>20</sup>. Айзенк выделил еще один параметра изменения индивидуальности, он изложил и внедрил в свою теорию его в 1976 году, которому дал название «психотизм – сила Сверх-Я». В случае если эта черта сильно выражена, то людям свойственна неспособность понимать других людей, они себялюбивы и импульсивны. Из-за этого они нередко бывают суетливыми, с трудом идут на общение и взаимопонимание с другими людьми. Айзенк считал, что психотизм – это врожденная особенность, и разбирал его как личностный континуум<sup>21</sup>. В своих трудах Ганс Айзенк всегда делал уклон на нейрофизиологические и генетические факторы в личностных различиях, что многие психологи ценят его, и считают гением в своем деле.

Существует три основных метода изучения темперамента:

- лабораторный
- методический
- анамнестический

Рассмотрим каждый метод более подробно.

Самым популярным в изучении темперамента, особенно в понимании Павлова, был метод лабораторного эксперимента, который, по словам его последователей, позволяет вам освободиться от маскирующего влияния прошлого опыта. В таком эксперименте можно точно измерить реакции, что особенно важно для получения их временных характеристик и для оценки энергетических параметров поведения. [\[17\]](#) Наконец, только в лабораторных условиях мы можем измерить произвольные реакции, которые нельзя сознательно контролировать субъектом, и именно поэтому они раскрывают аутентичные характеристики присущего ему характера.

Важность этих условий, характерных для лабораторного опыта, подчеркивается в основном психологами, которые занимаются изучением типов нервной системы. Однако в отношении диагностики темперамента лабораторные методы имеют определенные недостатки, главным из которых является то, что в таких условиях измерение необходимо на короткий период за короткий промежуток времени, что означает, что темперамент, может быть случайным, маловероятным. Это связано, в частности, с тем, что физиологические механизмы темперамента, как мы уже говорили, очень сложны; поэтому тон нервной системы, определяющий интенсивность реакции, обычно различен на разных уровнях.[\[18\]](#) Известно также, что некоторые реакции зависят не только от характера человека, но и от ряда других факторов, которые в принципе не могут контролироваться одновременно.

Для преодоления этих трудностей все чаще используются сложные и многофункциональные исследования, в которых одновременно применяются ряд методов измерения, многочисленные индикаторы свойств темперамента и записи различных реакций. Конечно, такие исследования, учитывая используемое оборудование, довольно дороги и требуют тщательной подготовки экспериментатора, что не способствует их широкому распространению.

Многие исследователи, особенно те, которые изучают темперамент у детей, делают естественный эксперимент для диагностики темперамента, который, обладая основными характеристиками экспериментального метода, в то же время очень близок к методу наблюдения. Этот метод создает возможность для детального контроля условий и хода эксперимента, а также их управления; В то же время это позволяет нам измерять поведение, которое нас интересует в естественных условиях, близких к повседневной жизни ребенка. Ребенок не знает, что он является объектом наблюдения, что его реакция и его поведение записываются подробно и отправляются заранее предполагаемой экспериментальной ситуацией.[\[19\]](#)

Примерами естественного эксперимента по изучению детского темперамента могут служить различные мобильные игры, организованные исследователем. Понятно, что они могут удовлетворять условиям такого эксперимента только в том случае, если сама игра, ее правила навязываются экспериментатором, строго контролируются и записываются им.

Таким образом, основным методологическим путем при изучении темперамента является сравнение данных физиологических и психологических исследований.

Каковы основные методологические принципы такого сравнения (В. С. Мерлин, 1957)? Объективные внешние проявления умственной деятельности являются в то же время объективными проявлениями физиологической активности коры головного мозга. Каждая условная реакция одновременно является показателем как условного условного рефлекторного механизма, так и определенного умственного проявления. Поэтому сравнение физиологического и умственного не может состоять в том, что мы сравниваем некоторые внешние проявления с другими, например двигателем с секрецией или речью с двигателем и секрецией. Сравнение между собой не должно быть внешними проявлениями и внутренними процессами, которые мы судим по этим внешним проявлениям, то есть процессам психических и нейрофизиологических процессов. Сравнение физиологического и ментального осуществляется двойной интерпретацией внешних проявлений, которые частично или полностью совпадают в обоих случаях. В этом случае метод и характер психологической интерпретации внешних проявлений существенно отличаются от метода и характера физиологической интерпретации.

В случае физиологической интерпретации внешние проявления действуют как признаки, симптомы определенных нейрофизиологических процессов. Так, например, повышенная секреция слюны при данном раздражителе является признаком повышенного возбуждения или ослабления торможения, а ослабление слюнной секреции является признаком противоположной эволюции. нервных процессов. С психологической интерпретацией внешние проявления могут также действовать как симптом, симптом проявленной там умственной деятельности.[\[20\]](#) Например, покраснение или отбеливание могут быть признаком эмоциональной реакции. Но, кроме того, в психологической интерпретации внешние проявления также проявляются в другой, довольно конкретной роли. Действия и действия человека это реализация определенных целей, образов, концепций, концепций. То, что ранее существовало только идеально в уме человека, а затем реалистично, материально в действиях, действиях и продуктах деятельности. Действия, действия, действия являются более или менее приблизительными копиями изображений, понятий, желаний и т. Д. корреспонденты. Поэтому, согласно действиям, действиям и продуктам деятельности, мы судим не только о наличии определенных желаний, чувств, представлений и т. Д. ., но особенно на конкретном содержании этих желаний, образов, концепций, понятий, чувств. Толкование содержания умственной деятельности является главным, новичком и определяется в психологической интерпретации. Качественные характеристики некоторых умственных процессов приобретают специфическое значение только в отношении определенного психологического содержания.

Внешние проявления, если они рассматриваются только как симптомы, как выражение ума, очень многозначны.

Одно из существенных различий в лабораторных методах исследования общего типа нервной системы это различие внешних показателей, по которым мы судим о процессах, механизмах и свойствах высшей нервной деятельности. По этому признаку мы различаем методики с двигательным, вегетативным, секреторным, фотохимическим, респираторным и т.д. показателями. Уже в опытах над животными обнаруживается большое своеобразие этих методик.

Выводы по первой главе:

Темперамент - это индивидуальные свойства психики, определяющие динамику психической деятельности человека, особенности поведения и степень уравновешенности реакций на жизненные воздействия.

Темперамент является лишь основой для формирования характера, черты которого играют ведущую роль в поведении и деятельности человека. Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента.

Так, особая подвижность сангвиника может принести дополнительный эффект, если работа требует от него частого перехода от одного рода занятий к другому, оперативности в принятии решений, а однообразие, регламентированность деятельности, напротив, приводит его к быстрому утомлению. Флегматики и меланхолики, наоборот, в условиях строгой регламентации и монотонного труда обнаруживают большую продуктивность и сопротивляемость утомлению, чем холерики и сангвиники.

## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА**

### **2.1 Описание исследования**

Эмпирическое Исследование проходила в период с ,, по ... . Целью эмпирического исследования являлось изучение корреляции результатов диагностики типов темперамента с помощью разных методик. Иными словами мы эмпирическим путем проверяли насколько точно результаты, полученные с помощью разных методик

оценки типов темперамента соответствуют друг другу.

Объект исследования – темперамент, как динамическая характеристика личности.

Предмет исследования – методы исследования темперамента.

Для решения поставленной цели нами очерчен круг задач:

1. Подобрать адекватный диагностический инструментарий для оценки типов темперамента;
2. Сформировать репрезентативную выборку;
3. Провести диагностическое обследование сформированной выборки на предмет выявления типов темперамента;
4. Провести качественный и количественный анализ результатов диагностики;
5. Провести корреляционный анализ результатов диагностического исследования;
6. Сформулировать выводы о наличии корреляционной связи между результатами диагностики типов темперамента с помощью различных методик.

Гипотеза нашего исследования является предположение о том, что между результатами диагностики типов темперамента с помощью различных методик существуют корреляционная связь, то и результаты диагностики типов темперамента с помощью различных методик должны повторять друг друга.

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы нами была сформирована выборка из 40 респондентов в возрасте от 15 до 25 лет обоих полов. Такой выбор обоснован тем, что к концу подросткового возраста у людей уже сформированы основные структуры личности, в том числе характерологические особенности и ведущий тип темперамента. К 25 годам заканчивается период юности, в рамках которого закрепляются общие характерологические особенности личности. В выборку включены респонденты обоих полов, так как ведущий тип темперамента не связан гендерной принадлежностью.

В рамках проведения эмпирического исследования мы использовали методы психологической диагностики (опросники), а также методы математической и статистической обработки данных (средние значения, процентное распределение, коэффициент корреляции  $r$ -Спирмена).

Для проведения эмпирического исследования мы отобрали следующие диагностические методики:

1. Тест на определение типов темперамента г. Айзенка. Данный опросник позволяет выявить тип темперамента с учётом интроверсии и экстраверсии личности, а также с учетом ее эмоциональной устойчивости. Диагностика типов темперамента по методу Ганса Айзенка является классической методикой определения темперамента и одной из наиболее значимых в современной психологии. Обзор методика представляет собой опросник, состоящий из 57 вопросов. Вопросы направлены на выявление обычного способа поведения респондентов. Респонденту предлагается представить типичные ситуации и дать первый пришедший на ум ответ который является так называемым естественным ответом. В качестве ответов дается Согласие либо несогласие респондента с предлагаемым утверждением.

Опросник включает в себя шкалу экстраверсии-интроверсии и нейротизма , а также включает в себя 9 вопросов , которые в сумме складывают так называемую шкалу лжи. К тесту прилагается ключ для интерпретации данных. Ответы, которые совпадают с ключом, оцениваются в 1 балл.

Представление результатов по шкалам экстраверсии и нейротизма осуществляется при помощи системы координат. Интерпретация полученных результатов проводится на основе психологических характеристик личности, которые соответствуют тому или иному квадрату координатной модели с учетом степени выраженности индивидуальной степени достоверности полученных данных. Опираясь на данные физиологии высшей нервной деятельности, Айзенк предложил гипотезу о том, что сильные и слабые типы, описанные Павловым, очень близки к экстравертированному и интроверсированному типам личности. По Айзенку, о природа интроверсии и экстраверсии закладывается в возмозженных свойствах центральной нервной системы, которые обеспечивают уравновешенность процессов торможения и возбуждения.

На основе этих данных можно вывести показатели темперамента личности по классификации Павлова, которые описал четыре классических типа сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик. В соответствии с методикой Айзенка чистый сангвиник характеризуется высокой экстраверсии и низким уровнем нейротизма. Холерик описывается высоким уровнем экстраверсии и высоким нейротизма. Флегматик характеризуется высокой интроверсии и высоким уровнем нейротизма. Меланхолик описывается высокой интроверсии и высоким уровнем нейротизма.

Полный текст методики а также инструкция по интерпретации данных, представлены в приложении 1.

2. Тест на темперамент А. Белова "Формула темперамента". Данная методика служит для определения ведущего типа темперамента. Методика разработана отечественным исследователем А.Беловым, который заложил в его основу представление о четырех типах темперамента:

- сильном, подвижном, уравновешенном сангвинике;

- сильном, подвижном, неуравновешенного холерике;

- сильном, инертном, уравновешенным флегматике; слабом, неуравновешенном, отзывчивом меланхолике.

Тест представляет собой перечень из 80 утверждений, разделенных на 4 группы , которые требуют положительного или отрицательного соотношения с собой. Группирование утверждений происходит в методике по принципу деления по типам темперамента, которые стимульным материалом теста не указываются. Название блоков указывается ключи к тесту:

Первый блок - флегматик;

Второй блок - меланхолик;

Третий блок - холерик;

4 блок - сангвиник.

Подсчёт результатов тестер производится по следующей схеме. В каждом блоке утверждений подсчитывается процент положительных ответов. Для определения процентов положительных ответов количество положительных ответов по одному типу темперамента делят на количество положительных ответов по всем четырем типам темперамента и полученное значение на 100%. Далее записывается формула темперамента, которая в окончательном виде имеет примерно следующий вид:  $T = 36\%X + 35\%C + 15\%Ф + 14\%M$ . Это означает, что темперамент предлагаемого испытуемого состоит на 36% из холерического, на 35% из синтетического, на 15% из климатического и на 14% из меланхолического. В качестве ведущего типа темперамента выделяется тот, который набрал наибольший процент среди остальных.



Выбранные нами для проведения эмпирического исследования методики диагностики типов темперамента по сути являются дублирующими друг друга и основаны на одной и той же теоретической концепции. Это является необходимым условием для проведения нашего исследования.

Поиск значимой взаимосвязи между показателями различных методик осуществлялся нами с применением метода корреляционного анализа на основе использования коэффициента ранговой корреляции Спирмена ( $r_s$ ). Математическая и статистическая обработка результатов исследования проводилась с нами с помощью программных пакетов MS Excel и SPSS Statistics 17.0.

## 2.2 Анализ результатов исследования

Результаты проведенного нами эмпирического исследования, а также качество написания качественного и количественного их анализа? представлены ниже в наглядной форме.

Анализ результатов проведенного нами диагностического исследования начнем с проверки достоверности диагностических данных полученных с помощью методики определения интеллекта Айзенка. В таблице 1 представлены данные, отражающие количественные показатели достоверности проведенной методики.

Таблица 1. Количественные показатели достоверности результатов исследования по методике определения темперамента Айзенка

	Количество	Процент от общего количества
--	------------	------------------------------

Достоверные результаты	31 человек	77,50%
------------------------	------------	--------

Недостоверные результаты	9 человек	22,50%
--------------------------	-----------	--------

На рисунке 1 наглядно представлено процентное распределение испытуемых по достоверности представленных им данных.

image not found or type unknown



Рисунок 1. Процентное распределение респондентов относительно достоверности результатов, полученных с помощью методики определения темперамента Айзенка.

Мы видим, что большинство респондентов (77,5%) показали достоверные результаты в ходе проведения опроса по методике определения интеллекта Айзенка. Однако среди респондентов имеется значительное количество тех, кто показал недостоверные результаты по «шкале лжи» методики Айзенка. Эту группу респондентов сосавили 22,50% ( 9 человек) респондентов.

С целью устранения возможных статистических ошибок в дальнейшем нашем исследовании для проведения общего анализа результатов проведенной нами диагностики мы исключаем из выборки тех респондентов, которые показали неверные результаты. Таким образом, экспериментальная экспериментальную группу составляет 31 человек.

Проанализируем отдельно результаты каждой из проведенной нами диагностической методики. Ниже представлены результаты исследования типов темперамента экспериментальной группы по методике Айзенка. В таблице 2 и на рисунке 2 представлены количественные показатели количественное распределение респондентов по типам темперамента в соответствии с методикой определения темперамента Айзенка.

Таблица 2. Распределение обследованных респондентов по типам темперамента (методика Айзенка)

Тип темперамента Количество Процент от общего количества

Холерик 16 человек 51,61%

Сангвиник 3 человек 9,68%

Флегматик 2 человека 6,45%

Меланхолик 10 человек 32,26%

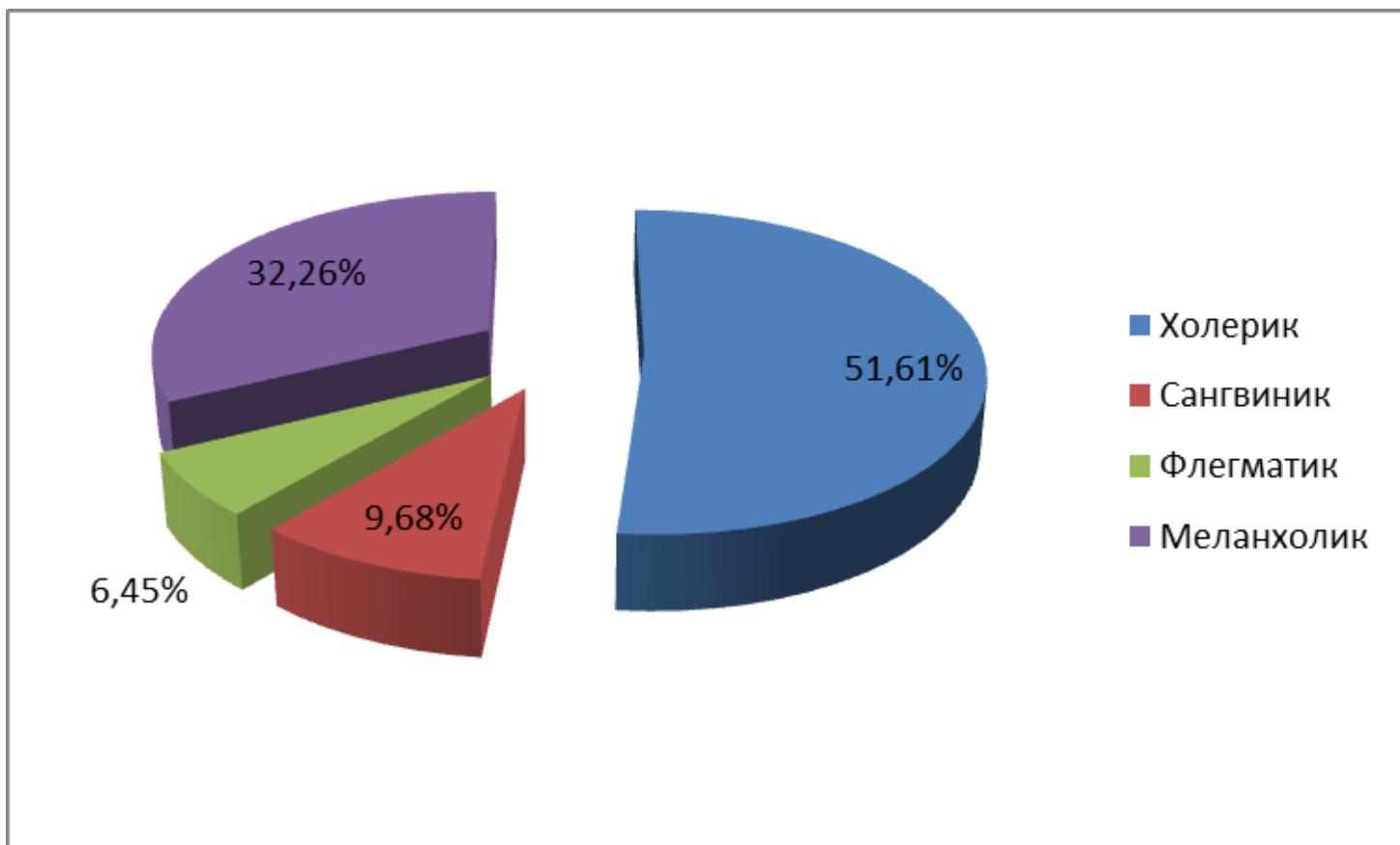


Рисунок 2. Процентное распределение респондентов по типам темперамента (методика Айзенка)

Из наглядно представленных результатов Мы видим что среди обследованных нами респондентов преобладают холерики ( 51,6 процентов). Следующим по популярности в экспериментальной группе типом темперамента является меланхолик ( 32 целых 26 10%) сангвиники составляют 9,68% от общего количества респондентов экспериментальной группы. Наименее популярных среди респондентов типом темперамента является флегматик (6,45%).

Таблица 3 и рисунок 3 содержат результаты количественного анализа диагностических показателей , полученных с помощью методики определения ведущего типа темперамента Белова.

Таблица 3. Распределение обследованных респондентов по ведущему типу темпераменту (методика Белова)

Количество Процент от общего количества

Холерик 13 человек 41,94%

Сангвиник 7 человек 22,58%

Флегматик 5 человека 16,13%

Меланхолик 6 человек 19,35%

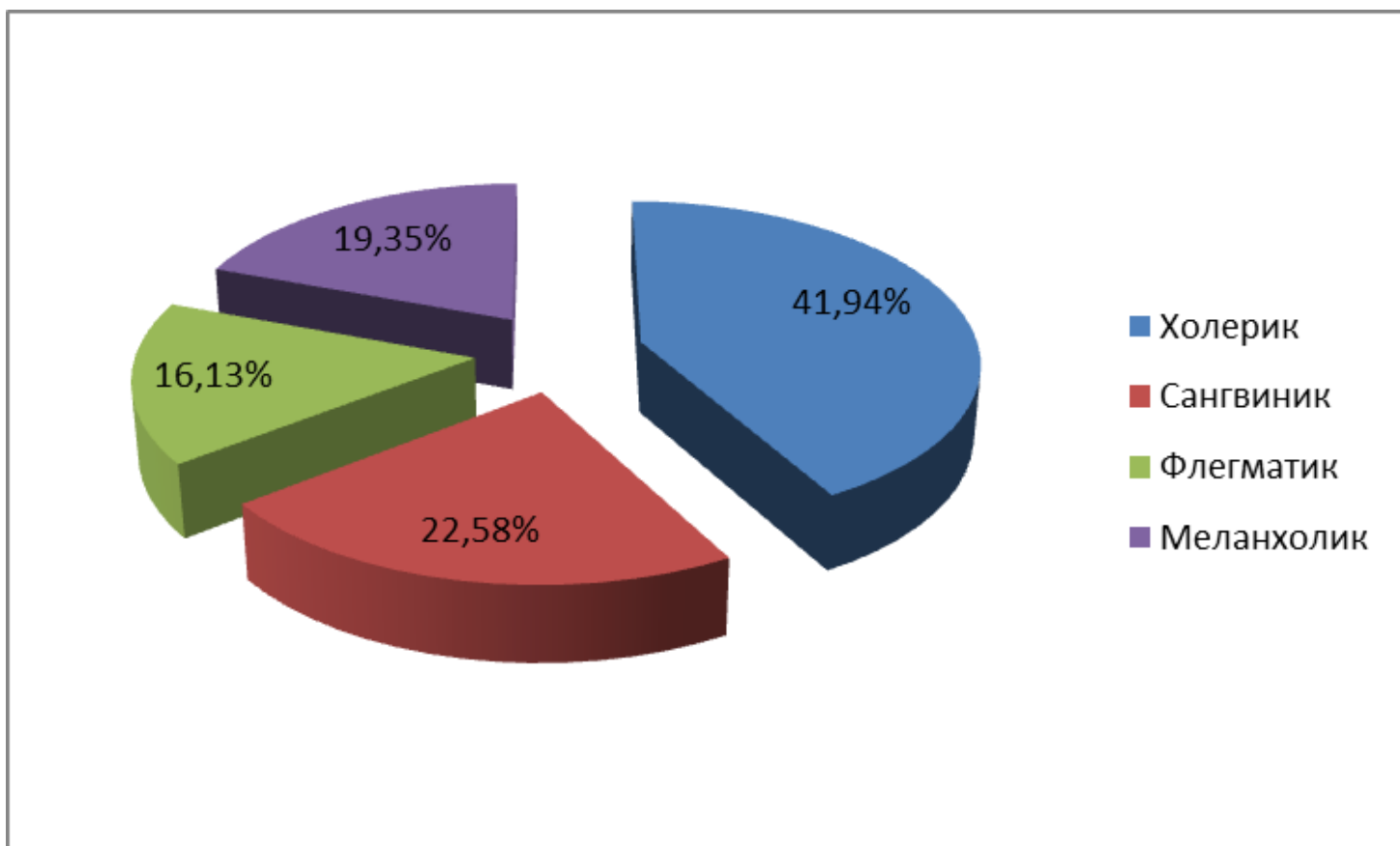


Рисунок 3. Процентное распределение респондентов по типам темперамента (методика Белова)

Наглядно представленные результаты выявления ведущего типа темперамента с помощью методики Белова позволяют нам сказать, что большинство респондентов по ведущему типу темперамента относится к холерикам (41,94%). Следующим по популярности ведущим типом темперамента является сангвиник (22,58%) меланхолики составляют 19 целых 35% от общего числа респондентов. Наименьшее число респондентов (16,13 процентов) показала в качестве ведущего

типа темперамента в соответствии с методикой белого флегматический.

Сравним сравним показатели ведущего типа темперамента респондентов, полученные с помощью методики определения типов темперамента Айзенка и Белова, что наглядно представлена на рисунке 4.



Рисунок 4. Сравнение результатов диагностики типов темперамента с помощью методики Айзенка и методики Белова.

Мы видим, что результаты диагностики ведущих типов темперамента с помощью методики Айзенка и методики Белого не являются идентичными. Отметим, что имеющиеся различия можно считать значительными, так как по каждому выделенному в методиках типу темперамента количественные различия составляют более 10%. Наибольшие различия отмечаются среди таких типов темперамента, как сангвиник (22,58% респондентов по методике Белова, 958 процентов по методике Айзенка) и меланхолик (19,35 по методике Белова, 32,26% по методике Айзенка). Количественные различия около 10% выявлены по типам темперамента холерик и флегматик.

На основании описанных нами результатов мы делаем вывод о том, что используя различные методики диагностики типов темперамента, мы можем получить размещаются результаты.

Проведем статистическую обработку полученных результатов исследования для подтверждения или опровержения выдвинутой нами в начале исследования гипотезы. Для этого проведем корреляционный анализ результатов диагностики типов темперамента с помощью двух выбранных нами методик. Корреляционный анализ мы провели методом коэффициента ранговой корреляции спирмена с помощью программного пакета SPSS Statistic 17.0.

Корреляционный анализ предваряет процедура стандартизации данных, проводимая с помощью Z-преобразований посредством программного пакета SPSS Statistics 17.0. Результаты стандартизации данных представлены в приложении 3. В таблице 4 представлены описательные статистики, полученные в результате процедуры стандартизации.

Таблица 4. Описательные статистики процедуры стандартизации результатов исследования

	<b>N</b>	<b>Минимум</b>	<b>Максимум</b>	<b>Среднее</b>	<b>Стд. отклонение</b>
<b>ШкалаЛжиАйзенк</b>	<b>31</b>	<b>,00</b>	<b>5,00</b>	<b>3,4839</b>	<b>1,38735</b>
<b>ВедущийТемперамент</b>	<b>31</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>2,1935</b>	<b>1,37645</b>
<b>ШкалаИнтроверсии</b>	<b>31</b>	<b>8,00</b>	<b>17,00</b>	<b>12,7419</b>	<b>2,12866</b>
<b>ШкалаНейротизма</b>	<b>31</b>	<b>9,00</b>	<b>19,00</b>	<b>13,9677</b>	<b>2,35915</b>
<b>ВедущийТемпераментБелова</b>	<b>31</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>2,1290</b>	<b>1,17592</b>
<b>Холерик</b>	<b>31</b>	<b>6,00</b>	<b>54,00</b>	<b>28,9355</b>	<b>13,97363</b>
<b>Сангвиник</b>	<b>31</b>	<b>6,00</b>	<b>53,00</b>	<b>24,2581</b>	<b>11,92467</b>
<b>Флегматик</b>	<b>31</b>	<b>8,00</b>	<b>53,00</b>	<b>24,3871</b>	<b>10,55992</b>
<b>Меланхолик</b>	<b>31</b>	<b>5,00</b>	<b>53,00</b>	<b>22,4194</b>	<b>12,99429</b>
<b>N валидных (целиком)</b>	<b>31</b>				

Эмпирические значения коэффициента ранговой корреляции Спирмена представлены в таблице 5.

Таблица 4. Эмпирические значения коэффициента ранговой корреляции Спирмена. rs

	Шкала лжи (Айзенк)	Тип темперамента (Айзенк)	Шкала интроверсии- экстреврсии	Шкала нейротизма
Ведущий тип темперамента (Белов)	$r_s = 0,073$ $p=0,695$	$r_s = 0,922^{**}$ $p=0,000$	$r_s = -0,824^{**}$ $p=0,000$	$r_s = -0,326$ $p=0,074$
Выраженность холерика	$r_s = -0,029$ $p=0,877$	$r_s = -0,825^{**}$ $p=0,000$	$r_s = 0,654^{**}$ $p=0,000$	$r_s = 0,479^{**}$ $p=0,006$
Выраженность сангвиника	$r_s = 0,027$ $p=0,885$	$r_s = 0,031$ $p=0,867$	$r_s = 0,021$ $p=0,909$	$r_s = -0,244$ $p=0,187$
Выраженность флегматика	$r_s = 0,014$ $p=0,941$	$r_s = 0,326$ $p=0,073$	$r_s = -0,162$ $p=0,383$	$r_s = -0,158$ $p=0,397$
Выраженность меланхолика	$r_s = -0,037$ $p=0,844$	$r_s = 0,475^{**}$ $p=0,007$	$r_s = -0,399^*$ $p=0,026$	$r_s = -0,171$ $p=0,359$

\*\* . Корреляция значима на уровне 0.01 (2-сторонняя).

\* . Корреляция значима на уровне 0.05 (2-сторонняя).

Мы выявили статистически значимую корреляционную связь между результатами диагностики ведущих типов темперамента с помощью методики Айзенка и методики Белого ( $r_s = 0,922$ ,  $p=0,000$ ). Это означает, что использованные нами две методики можно считать дублирующими друг друга. То есть результаты исследование ведущего типа темперамента по методике Айзенка и по методике Белова будут приблизительно равны при условии устранения вероятных ошибок в процедуре проведения диагностики.

Также корреляционный анализ показал частной корреляции между шкалами методике Айзенка и шкалами методике Белова. Так, нами выявлена отрицательная корреляционная связь между ведущим типом темперамента по Белову и шкалой интроверсия экстраверсия по Айзенку ( $r_s = -0,824, p=0,000$ ).

Также отрицательная корреляция имеется между выраженностью холерика по Белову и ведущим типом темперамента по Айзенку, между выраженностью меланхолика по Белову и шкалой интроверсия экстраверсия по Айзенку

Мы установили наличие положительной статистически значимые корреляции между выраженностью холерика по Белову и шкалой интроверсия экстраверсия по Айзенку, между выраженностью холерика по Белову и шкалой нейротима, а также между выраженным между выраженностью меланхолика Белову и типом темперамента по Айзенку.

Полученные нами статистически значимые коллекционные связи показывают что между результатами диагностики ведущих типов темперамента с помощью выбранных нами методика Айзенка и Белова имеются статистически значимые связи.

Таким образом эмпирическим путем подтвердили выдвинутую нами в начале исследования гипотезу о наличии корреляционной связи между различными методиками диагностики типов темперамента то есть результаты диагностики типов темперамента с помощью различных методик повторяют друг друга.

Вывод по второй главе:

Проведенное нами эмпирическое исследование позволила выявить ведущий тип темперамента среди экспериментальной группы респондентов. Качестве ведущего типа темперамента выступает холерический. Остальные Четыре типа темперамента представлены приблизительно в равном количестве.

В рамках проведения диагностического исследования мы обнаружили наличие недостоверных результатов по одной из методик (методика определения типов темперамента Айзенка). Для чистоты исследования результаты диагностики респондентов, показавших недостоверные результаты мы не учитывали. Это позволило избежать статистической ошибки при дальнейшем анализе результатов исследования.



Сравнение результатов исследования типов темперамента с помощью методики Айзенка и методики Белого показало, что результаты диагностики с помощью этих двух методик не являются идентичными.

Проведенный нами корреляционный анализ результатов диагностики ведущих типов темперамента с помощью разных методик показал наличие корреляционной связи между показателями одной и другой использованы нами методики. Отметим, что по ведущему показателю то и другое методики (ведущий тип темперамента) мы установили наличия прямой статистически значимые корреляционной связи. Это говорит о том, что результаты диагностики ведущих типов темперамента с помощью выбранных нами методика Айзенка и Белого должны дублировать друг друга. Полученные нами различие между результатом диагностики с помощью двух разных методик являются, на наш взгляд, результатом статистической ошибки и неточности в процедуре проведения диагностики.

Проведенное нами эмпирическое исследование позволило подтвердить выдвинутую наряду в начале исследования гипотезу о наличии статистически значимой связи между показателями двух методик, то есть результаты диагностики с помощью двух разных методик, основанных на одной теории, дублируют друг друга.

## **Заключение**

Основываясь на проанализированной литературе можно сделать вывод, что темперамент был предметом изучения многих зарубежных и отечественных ученых. Было произведено много попыток классифицировать темперамент, но они привели к тому, что в отечественной науке наиболее признанным и обоснованным оказался подход, учитывающий особенности нервной системы и психики человека.

[\[21\]](#)

Темперамент свойства, имеющиеся у человека с рождения, которые определяют уровень развития реакции на внешние явления, а также интенсивность психологической раздражимости и психического спокойствия, характерные черты адаптации к окружающей человека реальности. Существует четыре типа темперамента: холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Но в чистом виде они встречаются редко.

Чаще всего присутствует смешанный тип. Характер человека постоянно развивается, на протяжении всей жизни человека. На его развитие влияют определенные внешние и внутренние факторы. Данная тема, была затронута исследователями различных поколений в области психологии, однако, она не потеряла свою актуальность и сегодня Темперамент отличается тем, что человек рождается уже с ним. Его невозможно переделать, однако возможна корректировка некоторых незначительных свойств темперамента, особенно в детские годы.

Темперамент не задает характеру свои черты, однако, между этим и другим существует очень тесная взаимосвязь. Как темперамент может повлиять на характер? Пример: манера общения у флегматика и сангвиника будет совершенно разная, так же как темп речи и интонация. Что бы привить человеку определенные свойства характера необходимо проделать очень долгую и кропотливую работу над ним в его ранние годы, исходя из особенностей его темперамента. В психологии принято рассматривать и влияние характера на темперамент.[\[22\]](#) Характер может помочь подавить негативные стороны темперамента, хотя бы на время. Итак, нужно отметить, что характер плотно соединен с такими сторонами, как темперамент и индивидуальные способности. Характер это достаточно инертная особенность, но гораздо динамичнее, чем темперамент. Темперамент воздействует на то, в какой форме и как проявляется характер. Он может по-своему заполнять определенные его черты. Например: настойчивость у флегматика принимает вид медленного, сосредоточенного обдумывания, у холерика она выражена в бурной деятельности. Холерик делает работу быстро и энергично, флегматик по плану и не спеша. Также, темперамент может меняться под воздействием характера.

Человек, имеющий сильный характер способен маскировать и подавлять слабые стороны своего темперамента. Способности, человека также имеют прямую связь с характером. Характер связан со способностями тем, что многие особенности человека, на которые влияет характер, формируются в той же деятельности человека, в которой создаются и его способности. В заключении стоит сказать, что не стоит путать эти два понятия. Характер формируется на протяжении всей жизни человека. Темперамент это набор врожденных свойств, не поддающихся серьезным изменениям. Оба они находятся в постоянном взаимодействии. Характер влияет на темперамент и, наоборот, темперамент воздействует на характер. Характер, взаимодействующий с темпераментом, помогает человеку найти свое место в социуме. На правильное и гармоничное развитие характера

## Список литературы

1. Андрэ, Н. Практическая психология цвета / Н. Андрэ, С. Некрасова. М.: ПрофитСтайл, 2013. 224 с.
2. Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. М.: Логос, 2013. 306 с.
3. Болотова, А.К. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие / А.К. Болотова, О.Н. Молчанова. М.: ИД ГУ ВШЭ, 2012. 526 с.
4. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. СПб.: Питер, 2013. 624 с.
5. Вульф, Б.З. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.И. Пидкасистый, Б.З. Вульф, В.Д. Иванов. М.: Юрайт, ИД Юрайт, 2012. 724 с.
6. Гуревич, П.С. Политическая психология: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. М.: Юрайт, 2013. 565 с.
7. Гуревич, П.С. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. М.: Юрайт, 2013. 479 с.
8. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / О.Б. Дарвиш; Под ред. В.Е. Клочко. М.: КДУ, Владос-Пр., 2013. 264 с.
9. Деркач, А.А. Политическая психология: Учебник для бакалавров / А.А. Деркач, Л.Г. Лаптев. М.: Юрайт, 2013. 591 с.
10. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьей: Учебное пособие / Л.В. Карцева. М.: Дашков и К, 2013. 224 с.
11. Котова, И.Б. Общая психология: Учебное пособие / И.Б. Котова, О.С. Канаркевич. М.: Дашков и К, Академцентр, 2013. 480 с.
12. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: Учебник / А.И. Кравченко. М.: ИНФРА-М, 2013. 400 с.
13. Макарова, И.В. Общая психология: Краткий курс лекций / И.В. Макарова. М.: Юрайт, 2013. 182 с.
14. Маклаков, А.Г. Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. СПб.: Питер, 2013. 583 с.
15. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. 352 с.
16. Немов, Р.С. Общая психология. В 3-х т. Т. 3. Психология личности: Учебник / Р.С. Немов. М.: Юрайт, 2012. 739 с.

17. Немов, Р.С. Общая психология. В 3-х т. Общая психология: Учебник / Р.С. Немов. М.: Юрайт, 2012. 2472 с.
18. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: Учебник для бакалавров / Л.Ф. Обухова. М.: Юрайт, 2013. 460 с.
19. Рамендик, Д.М. Общая психология и психологический практикум / Д.М. Рамендик. М.: Форум, 2013. 304 с.
20. Романин, А.Н. Практическая психология философии и религии: Учебное пособие / А.Н. Романин. М.: КноРус, 2013. 376 с.
21. Самыгин, С.И. Психология развития, возрастная психология для студентов вузов / С.И. Самыгин; Под общ. ред. Л.И. Щербакова. Рн/Д: Феникс, 2013. 220 с.
22. Хилько, М.Е. Возрастная психология: Краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. М.: Юрайт, 2013. 200 с.
23. Хухлаева, О.В. Психология развития и возрастная психология: Учебник для бакалавров / О.В. Хухлаева, Е.В. Зыков, Г.В. Бубнова. М.: Юрайт, 2013. 367 с.
24. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология: Учебник для бакалавров / И.В. Шаповаленко. М.: Юрайт, 2013. 567 с.
25. Шестопал, Е.Б. Политическая психология: Учебник для студентов вузов / Е.Б. Шестопал. М.: Аспект Пресс, 2012. 342 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Опросник Айзенка

Инструкция: Вам предлагается несколько вопросов. На каждый вопрос отвечайте только «да» или «нет». Не тратьте время на обсуждение вопросов, здесь не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание умственных способностей.

#### Вопросы

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, испытать сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, ободрить, посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказаться 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?
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 беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-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 у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете усталость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств небольшим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам и беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Слывете ли вы человеком живым и веселым?
28. После того как дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что смогли 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. Если вы хотите что-то узнать, вы предпочитаете найти это в книге или спросить у людей?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?

34. Нравится ли вам работа, требующая сосредоточения?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите правду?
37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где 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. Опаздываете 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 случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться с друзьями?
47. Вы нервный человек?
48. Есть ли среди ваших знакомых те, которые явно вам не нравятся?
49. 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 народу?
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?

#### Обработка результатов

Экстраверсия — находится сумма ответов «да» в вопросах: 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 и ответов «нет» в вопросах: 5, 15, 20, 29, 32, 37, 41, 51.

Если сумма баллов равна 0—10, то вы интроверт, замкнуты внутри себя.

Если 15—24, то вы экстраверт, общительны, обращены к внешнему миру.

Если 11—14, то вы амбиверт, общаетесь, когда вам это нужно.

Невротизм — находится количество ответов «да» в вопросах: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

Если количество ответов «да» равно 0—10, то — эмоциональная устойчивость.

Если И—16, то — эмоциональная впечатлительность.

Если 17—22, то появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы.

Если 23—24, то невротизм, граничащий с патологией, возможен срыв, невроз.

Ложь — находится сумма баллов ответов «да» в вопросах: 6, 24, 36 и ответов «нет» в вопросах: 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Если набранное количество баллов 0—3 — норма человеческой лжи, ответам можно доверять.

Если 4—5, то сомнительно.

Если 6—9, то ответы недостоверны.

Если ответам можно доверять, по полученным данным строится график.



Сангвиник-экстраверт: стабильная личность, социален, направлен к внешнему миру, общителен, порой болтлив, беззаботный, веселый, любит лидерство, много друзей, жизнерадостен.

Холерик-экстраверт: нестабильная личность, обидчив, возбужден, несдержан, агрессивен, импульсивен, оптимистичен, активен, но работоспособность и настроение нестабильны, цикличны. В ситуации стресса — склонность к истерико-психопатическим реакциям.

Флегматик-интраверт: стабильная личность, медлителен, спокоен, пассивен, невозмутим, осторожен, задумчив, мирный, сдержанный, надежный, спокойный в отношениях, способен выдержать длительные невзгоды без срывов здоровья и настроения.

Меланхолик-интраверт: нестабильная личность, тревожен, пессимистичен, очень сдержан внешне, но чувствителен и эмоционален внутри, интеллектуальный, склонен к размышлениям. В ситуации стресса — склонность к внутренней тревоге, депрессии, срыву или ухудшению результатов деятельности (стресс кролика).

## Приложение 2

### Опросник Белова

#### Формула темперамента (на базе теста А. Белова)

С помощью этого теста можно определить свой тип темперамента.

Инструкция: ответьте на нижеприведенные четыре группы вопросов «да», если вы согласны с этим утверждением.

#### 1-я группа вопросов

Если вам:

1. Трудно усидеть на одном месте, постоянно хочется быть в движении.
2. Трудно сдержать эмоции, и вы вспыхиваете, как спичка.
3. Не присуще терпение.
4. Трудно сдерживаться при общении с другими людьми.



5. Нетрудно проявить активность и решительность.
6. Не изменить свою точку зрения.
7. Нетрудно найти выход из конфликта.
8. Легче работать спонтанно, от случая к случаю.
9. Доставляет удовольствие переживать острые ощущения.
10. Несложно забыть причиненное вам зло.
11. Легче говорить быстро, страстно, постоянно жестикулируя.
12. Трудно сдерживать себя.
13. Доставляет удовольствие «задевать» других людей.
14. Трудно проявлять толерантность.
15. Легко управлять выражением своего лица.
16. Нетрудно быстро принимать решения.
17. Интересно все новое.
18. Несвойственны плавные движения.
19. Непременно надо достичь желаемого.
20. Нетрудно переходить от безудержного веселья к спокойному состоянию.

Вы – холерик.

2-я группа вопросов

Если вам:

1. Все видится в позитивном свете.
2. Нетрудно проявить энергию, напористость.
3. Несложно довести начатое дело до конца.
4. Легче оценивать свои положительные качества, чем недостатки.

5. Не составляет труда использовать новые достижения в различных областях человеческой деятельности.
6. Трудно сохранять долгий устойчивый интерес в какойлибо области.
7. Нетрудно пережить неприятные моменты своей жизни.
8. Нетрудно адаптироваться к новым условиям.
9. Легко включиться в новое дело.
10. Хочется работать только в том случае, если дело вас интересует.
11. Тяжело начать работу и постоянно переключаться с одного на другое.
12. Трудно выполнять монотонную работу.
13. Легко устанавливать контакты с незнакомыми людьми.
14. Нетрудно переносить длительные нагрузки.
15. При разговоре приходится использовать жесты, мимику, громкую речь.
16. Нетрудно себя контролировать в сложных ситуациях.
17. Трудно испортить настроение.
18. Несложно засыпать и просыпаться.
19. Трудно собраться, обдумать решение.
20. Часто не хочется вникать в суть проблемы.

Вы – сангвиник.

3-я группа вопросов

Если вам:

1. Нетрудно сохранять спокойствие в сложных ситуациях.
2. В делах свойственна обстоятельность.
3. Надо хорошо подумать, прежде чем действовать.

4. Несложно проявлять терпение.
5. Не свойственна болтливость.
6. Трудно сопровождать свою речь мимикой, жестами, экспрессией.
7. Легко сдерживать себя.
8. Несложно доводить начатое дело до конца.
9. Трудно отвлекаться на посторонние раздражители.
10. Легко сохранять во всем пунктуальность.
11. Легко контролировать проявления эмоций.
12. Легко смириться с оценкой себя и своей деятельности другими людьми.
13. Нетрудно проявлять снисходительность к окружающим.
14. Не хочется менять свои привычки.
15. Требуется время, чтобы начать работу и долго приспособливаться к новой деятельности.
16. Нетрудно одинаково относиться ко всем людям.
17. Нетрудно проявлять пунктуальность.
18. Неприятно все новое, непривычное.
19. Нетрудно управлять своим поведением.
20. Легче получить информацию из напечатанного источника, чем от других людей.

Вы – флегматик.

4-я группа вопросов

Если вам:

1. Свойственны стеснительность и застенчивость.
2. Трудно привыкать к новой обстановке.

3. Трудно контактировать с посторонними людьми.
4. Не хватает уверенности в своих силах.
5. Хорошо одному.
6. Трудно пережить неудачу.
7. Несложно углубляться в размышления.
8. Трудно долго работать.
9. Нелегко говорить громко, выступать перед аудиторией.
10. Нетрудно идентифицировать себя с другими людьми.
11. Хочется плакать во время просмотра мелодрамы.
12. Важно мнение о вас других людей.
13. Хочется достигать успеха при решении трудных задач.
14. Нелегко отказаться от подозрительности в адрес других людей.
15. Трудно сдерживать слезы, ваши глаза всегда на мокром месте.
16. Трудно не обижаться.
17. Не хочется, чтобы о вас знали другие люди.
18. Трудно проявить инициативу, самостоятельность.
19. Нетрудно подчиняться.
20. Хочется, чтобы вас жалели.

Вы – меланхолик.

Обработка результатов: подсчитайте количество «да» в каждой группе вопросов. Например, у вас получилось: в 1-й группе (холерик) – 17; во 2-й группе (сангвиник) – 12; в 3-й – группе (флегматик) – 10; в 4-й группе (меланхолик) – 3.

Затем определите свою формулу темперамента. При этом надо понимать, что чистых типов в природе не существует. Мы являемся носителями всех четырех

типов темперамента, но какойто из них может преобладать.

По каждой из четырех групп отдельно определите, на сколько процентов вы холерик, сангвиник, флегматик и меланхолик. Для этого надо набранную сумму баллов умножить на 100 % и разделить на 20, где 20 – количество заданных вопросов, то есть возможное количество баллов, которые можно было набрать по каждой группе ответов.

Итак, результаты по примеру: холерик – 85 %; сангвиник – 60 %; флегматик – 50 %; меланхолик – 15 %. Формула темперамента в нашем случае будет выглядеть так:

$ФТ = 85 \% Х + 60 \% С + 50 \% Ф + 15 \% М$ , где Х, С, Ф, М – обозначения типов темперамента. Как видно, гипотетический испытуемый достаточно выраженный холерик, и в меньшей степени меланхолик.

### Приложение 3.

#### Стандартизация результатов исследования

image not found or type unknown



1. Гуревич, П.С. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. М.: Юрайт, 2013. 479 с. [↑](#)
2. Вульф, Б.З. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.И. Пидкасистый, Б.З. Вульф, В.Д. Иванов. М.: Юрайт, ИД Юрайт, 2012. 724 с. [↑](#)
3. Деркач, А.А. Политическая психология: Учебник для бакалавров / А.А. Деркач, Л.Г. Лаптев. М.: Юрайт, 2013. 591 с. [↑](#)
4. Хилько, М.Е. Возрастная психология: Краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. М.: Юрайт, 2013. 200 с. [↑](#)
5. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. 352 с. [↑](#)

6. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. 352 с. [↑](#)
7. Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. М.: Логос, 2013. 306 с [↑](#)
8. Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. М.: Логос, 2013. 306 с [↑](#)
9. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / О.Б. Дарвиш; Под ред. В.Е. Клочко. М.: КДУ, Владос-Пр., 2013. 264 с [↑](#)
10. Деркач, А.А. Политическая психология: Учебник для бакалавров / А.А. Деркач, Л.Г. Лаптев. М.: Юрайт, 2013. 591 с. [↑](#)
11. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. СПб.: Питер, 2013. 624 с. [↑](#)
12. Гуревич, П.С. Психология и педагогика: Учебник для бакалавров / П.С. Гуревич. М.: Юрайт, 2013. 479 с. [↑](#)
13. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: Учебник / А.И. Кравченко. М.: ИНФРА-М, 2013. 400 с. [↑](#)
14. Рамендик, Д.М. Общая психология и психологический практикум / Д.М. Рамендик. М.: Форум, 2013. 304 с. [↑](#)
15. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. СПб.: Питер, 2013. 624 с. [↑](#)
16. Хилько, М.Е. Возрастная психология: Краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. М.: Юрайт, 2013. 200 с. [↑](#)

17. Мандель, Б.Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. 352 с. [↑](#)
18. Болотова, А.К. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие / А.К. Болотова, О.Н. Молчанова. М.: ИД ГУ ВШЭ, 2012. 526 с. [↑](#)
19. Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. М.: Логос, 2013. 306 с [↑](#)
20. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / О.Б. Дарвиш; Под ред. В.Е. Клочко. М.: КДУ, Владос-Пр., 2013. 264 с [↑](#)
21. Болотова, А.К. Психология развития и возрастная психология: Учебное пособие / А.К. Болотова, О.Н. Молчанова. М.: ИД ГУ ВШЭ, 2012. 526 с. [↑](#)
22. Батюта, М.Б. Возрастная психология: Учебное пособие / М.Б. Батюта, Т.Н. Князева. М.: Логос, 2013. 306 с [↑](#)