

«Мой темперамент и будущая профессия»

Темперамент – что это такое?

Темперамент – это **врожденное и неизменное** строение нервной системы. Темперамент не может измениться со временем, точно также как не может измениться сама по себе форма Вашего носа. Кроме этого темперамент – вещь сугубо индивидуальная. У каждого человека есть свой набор черт какого-то темперамента.

Характер же наоборот – хоть и имеет определенное направление – его можно корректировать или направлять различными способами.

Чтобы объяснить достаточно наглядно, представьте детскую **игрушечную пирамидку**. Ее **стержень** – это **темперамент**. Он всегда одинаковый. А разноцветные **диски**, которые мы нанизываем на стержень – это **черты характера**. Их можно нанизать либо в определенной последовательности, либо так, как нам захочется. Т.е. черты характера возможно подкорректировать, т.е. воспитать в ребенке то, что нам хотелось бы в большей мере.

Различие темпераментов очень часто становится причиной конфликтов.

I. Темперамент как психологическая категория.

1. Общее представление о темпераменте.

Темпераментом называют совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

Выделяют три сферы проявления темперамента: общую активность, особенности моторной сферы и свойства эмоциональности.

Общая активность определяется интенсивностью объемом взаимодействия человека с окружающей средой - физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным. Проявления темперамента в моторной сфере можно рассматривать как частные выражения общей активности. К ним относятся темп, быстрота, ритм и общее количество движений.

Когда говорят об эмоциональности как проявлении темперамента, то имеют в виду впечатлительность, чувствительность, импульсивность и т.п.

1.1 Типы темпераментов.

Как отмечалось во введении, темперамент изучают с точки зрения его физиологической основы, а также исходя из особенностей его проявления в виде различных психологических качеств и характеристик. При этом первые исследования темперамента были связаны именно с первым направлением - на протяжении длительной истории своего изучения темперамент всегда связывался с органическими основами, или физиологическими особенностями организма.

Корнями эта физиологическая ветвь учения о темпераменте уходит в античный период. Гипократ (V в. до н.э.) описал четыре типа темперамента, исходя из физиологических представлений того времени. Считалось, что в организме человека имеется четыре основных жидкости, или "сока": кровь, слизь, желтая желчь и черная желчь. Смешиваясь в каждом человеке в определенных пропорциях, они и составляют его темперамент (лат. - смесь, соотношение). Конкретное наименование каждый темперамент получил по названию той жидкости, которая якобы преобладает в организме. Соответственно были выделены следующие типы темперамента: сангвинический (от лат. sanguis - кровь), холерический (от греч. chole - желчь), флегматический (от греч. phlegma - слизь) и меланхолический (от греч. melaina chole черная желчь).

Но со временем появились умозаключения о том, какие психические свойства должны быть у человека, в организме которого преобладает кровь, желтая желчь и т.д. Отсюда и появились психологические описания - "портреты" различных темпераментов. Рассмотрим кратко эти описания, опираясь как на научные, так и на литературные источники (например описания французского писателя Стендаля и немецкого философа Канта). Описания Стендаля содержат все признаки общежитейского представления о темпераментах, которое мало изменилось и по настоящий день.

1.1.1 Холерик.

Стендаль пишет о холерическом темпераменте следующее. "Желчь - один из самых своеобразных элементов в человеческом организме. В химическом отношении это вещество горючее, белковое, пенящееся. С точки зрения физиолога, это очень подвижная жидкость, сильно возбуждающая и действующая подобно дрожжам". Душевные свойства этого типа по Стендалю: повышенная впечатлительность, движения резкие. порывистые. "Пламя, пожирающее человека желчного темперамента, порождает мысли и влечения самодовлеющие и исключительные. Оно придает ему почти постоянное чувство тревоги. Без труда дающееся сангвинуку чувство душевного благополучия ему совершенно незнакомо: он обретает покой только в самой напряженной деятельности. Человек холерического темперамента предназначен к великим делам своей телесной организацией", - считает французский писатель.

В психологической литературе холерический темперамент деятельности характеризует вспыльчивого человека. О таком человеке говорят, что он слишком горяч, несдержан. Вместе с тем такой индивид быстро остывает и успокаивается, если ему уступают, идут навстречу. Его движения порывисты, но непродолжительны. Сведя особенности холерика к набору качеств, можно написать следующее. Холерик: 1) неусидчив и суетлив; 2) невыдержан и вспыльчив; 3) резок и прямолинеен; 4) решителен и инициативен 5) упрям; 6) находчив в споре; 7) работает рывками; 8) склонен к риску; 9) незлопамятен и необидчив; 10) обладает быстрой, страстной, со сбивчивыми интонациями речью; 11) неуравновешен и склонен к горячности; 12) агрессивный забияка; 13) нетерпим к недостаткам; 14) обладает выразительной мимикой; 15) способен быстро действовать и решать; 16) неустанно стремится к новому; 17) обладает резкими, порывистыми движениями; 18) настойчив в достижении поставленной цели; 19) склонен к резким сменам настроения.

1.1.2 Сангвиник.

Сангвиник, по Стендалю, - это "человек с ослепительным цветом лица, довольно полный, веселый, с широкой грудью, которая заключает в себе вместительные легкие и свидетельствует о деятельном сердце, следовательно, быстром кровообращении и высокой температуре".

Душевные свойства сангвиника: "приподнятое состояние духа, приятные и блестящие мысли, благожелательные и нежные чувства; но привычки отличаются непостоянством; есть что-то легковесное и изменчивое в душевных движениях; уму недостает глубины и силы. Сангвинуку нельзя поручить защиту важной крепости, зато его следует пригласить на роль любезного царедворца. Подавляющая масса французов - сангвиники, и поэтому в их армии во время отступления из России не было никакого порядка, считает классик французской литературы".

Считается, что сангвинический темперамент деятельности характеризует человека весьма веселого нрава. Он представляется оптимистом, полным надежд, юмористом, шутником, балагуром. Он быстро воспламеняется, но столь же быстро остывает, теряет интерес к тому, что совсем еще недавно его очень волновало и притягивало к себе. Сангвиник много обещает, но не всегда сдерживает свои обещания. Он легко и с удовольствием вступает в контакты с незнакомыми людьми, является хорошим собеседником, все люди ему друзья. Его отличает доброта, готовность прийти на помощь. Напряженная умственная или физическая работа его быстро утомляет.

Сангвиник: 1) весел и жизнерадостен; 2) энергичен и деловит; 3) часто не доводит начатое дело до конца; 4) склонен переоценивать себя; 5) способен быстро схватывать новое; 6) неустойчив в интересах и склонностях; 7) легко переживает неудачи и неприятности; 8) легко приспосабливается к разным

обстоятельствам; 9) с увлечением берется за новое дело; 10) быстро остывает, если дело перестает его интересовать; 11) быстро включается в новую работу и быстро переключается на другую; 12) тяготеет однообразием, будничной кропотливой работой; 13) общителен и отзывчив, не чувствует скованности с новыми для него людьми; 14) вынослив и работоспособен; 15) обладает громкой, быстрой, отчетливой речью, сопровождающейся живыми жестами и выразительной мимикой; 16) сохраняет самообладание в неожиданной и сложной остановке; 17) обладает всегда бодрым настроением; 18) быстро засыпает и пробуждается; 19) часто несобран и проявляет поспешность в решениях; 20) склонен иногда скользить по поверхности, отвлекаться.

1.1.3 Флегматик.

Флегматический темперамент присущ гораздо больше северным народам, например, голландцам, считает Стендаль. "Посетите Роттердам, и вы их увидите. Вот навстречу вам идет толстый, рослый блондин с необыкновенно широкой грудью. Вы можете заключить, что у него сильные легкие, большое сердце, хорошее кровообращение. Нет, эти объемистые легкие сдавлены излишним жиром. Они получают и перерабатывают лишь очень небольшое количество воздуха. Движения флегматика вялы и медлительны. В результате маленький и подвижные гасконец побивает огромного гренадера-голландца".

Душевные свойства: "флегматику совершенно чужда тревога, из которой возникают великие дела, манящие холерика. Его обычное состояние - спокойное, тихое благополучие. Ему свойственна мягкость, медлительность, лень, тусклость существования". Флегматический темперамент деятельности относится к хладнокровному человеку. Он выражает собой скорее склонность к бездействию, чем к напряженной, активной работе. Такой человек медленно приходит в состояние возбуждения, но зато надолго. Это заменяет ему медлительность вхождения в работу.

Флегматик: 1) спокоен и хладнокровен; 2) последователен и обстоятелен в делах; 3) осторожен и рассудителен; 4) умеет ждать; 5) молчалив и не любит попусту болтать; 6) сдержан и терпелив; 7) доводит начатое дело до конца; 8) не растрчивает попусту сил; 9) строго придерживается выработанного распорядка жизни и системы в работе; 10) легко сдерживает порывы; 11) маловосприимчив к одобрению и порицанию; 12) незлобив, проявляет снисходительное отношение к колкостям в свой адрес; 13) постоянен в своих интересах и отношениях; 14) медленно включается в работу и переключается с одного дела на другое; 15) ровен в отношениях со всеми; 16) с трудом приспосабливается к новой обстановке; 17) обладает выдержкой; 18) любит основательно обдумать решение.

1.1.4 Меланхолик.

Меланхолика, считает Стендаль, отличают стесненность в движениях, колебания и осторожность в решениях. Чувства его лишены непосредственности. "Когда он входит в гостиную, то пробирается вдоль стен. Самую простую вещь эти люди умудряются высказать с затаенной и мрачной страстностью. Любовь для них всегда дело серьезное. Один юноша-меланхолик пустил себе пулю в лоб из-за любви, но не потому, что она была несчастной, а потому, что он не нашел в себе сил признаться предмету своего чувства. И смерть показалась ему менее тягостной, чем это объяснение".

Меланхолический темперамент деятельности, по Канту, свойствен человеку в основном мрачного настроения. Такой человек обычно живет сложной и напряженной внутренней жизнью, придает большое значение всему, что его касается, обладает повышенной тревожностью и ранимой душой. Такой человек нередко бывает сдержанным и особенно контролирует себя при выдаче обещаний. Он никогда не обещает того, что не в состоянии сделать, весьма страдает от того, что не может выполнить данное обещание, даже в том случае, если его выполнение непосредственно от него самого не зависит. Меланхолик: 1) стеснителен и застенчив; 2) теряется в новой обстановке; 3) затрудняется установить контакт с незнакомыми людьми; 4) не верит в свои силы; 5) легко переносит одиночество; 6) чувствует подавленность и растерянность при неудачах; 7) склонен уходить в себя; 8) быстро утомляется; 9) обладает слабой, тихой речью, иногда снижающейся до шепота; 10) невольно приспосабливается к характеру собеседника; 11) впечатлителен до слезливости; 12) чрезвычайно восприимчив к одобрению и порицанию; 13) предъявляет высокие требования к себе и окружающим; 14) склонен к подозрительности и мнительности; 15) болезненно чувствителен и легко раним;

16) чрезвычайно раним; 17) скрытен и необщителен, не делится ни с кем своими мыслями; 18) малоактивен и робок; 19) безропотно покорен; 20) стремится вызвать сочувствие и помощь у окружающих.

1.2 Какой темперамент лучше?

Ответ на этот вопрос звучит так: "Никакой". Это связано с самой сущностью темперамента как динамической характеристики психики. Он как бы окрашивает в динамические характеристики (темп, быстрота, интенсивность, сила и т.д.) проявление свойств личности и протекания психических процессов. Таким образом, темперамент - нейтральный фактор психики.

Итак, каждый из описанных выше типов темперамента сам по себе не является ни хорошим, ни плохим (если не связывать темперамент и характер). Проявляясь в динамических особенностях психики и поведения человека, каждый тип темперамента может иметь свои достоинства и недостатки. Люди сангвинического темперамента обладают быстрой реакцией, легко и скоро приспосабливаются к изменяющимся условиям жизни, обладают повышенной работоспособностью, особенно в начальный период работы, но зато к концу снижают работоспособность из-за быстрой утомляемости и падения интереса.

Напротив, те, кому свойствен темперамент меланхолического типа, отличаются медленным вхождением в работу, но зато и большей выдержкой. Их работоспособность обычно выше в середине или к концу работы, а не в начале. В целом же производительность и качество работы у сангвиников и меланхоликов примерно одинаковы, а различия касаются в основном только динамики работы в разные ее периоды.

Холерический темперамент имеет то достоинство, что позволяет сосредоточить значительные усилия в короткий промежуток времени. Зато при длительной работе человеку с таким темпераментом не всегда хватает выдержки. Флегматики, напротив, не в состоянии быстро собраться и сконцентрировать усилия, но взамен этого обладают ценной способностью долго и упорно работать, добиваясь поставленной цели.

Подобных позиций о равноправии темпераментов придерживались такие крупные специалисты в этой области как Б.М.Теплов и В.Д.Небылицын. По их мнению, вопрос, какой темперамент является лучшим, неправомерен. Предположение, что бывают худшие и лучшие темпераменты, вредно с социальной точки зрения и приводит к ничем не обоснованным пессимистическим выводам, особенно в педагогике¹. Однако, такая аргументация, однако, не кажется убедительной Я.Стреляу. «Вряд ли кто-нибудь будет сегодня утверждать, что все люди обладают одинаковыми умственными способностями, памятью и т. п. Разве обнаружение такого рода различий тоже является общественно вредным? На наш взгляд, как раз наоборот!»², - пишет он. В данном случае исследователь имеет в виду разную ценность темпераментов с точки зрения адаптивных способностей. И этот вопрос он призывает рассматривать всегда в зависимости от конкретной обстановки.

Рекомендации по выбору профессии

ХОЛЕРИК

Рекомендуемые профессии связанные с:

- Быстрым переключением внимания, но не требующие высокой ответственности;
 - Общением (например: сфера обслуживания)
- Противопоказаны профессии с монотонными видами труда и связанные с пребыванием в одиночестве.

САНГВИНИК

Рекомендуемые профессии связанные с:

Постоянной сменой ситуаций, впечатлений; Сфера обслуживания; Педагогические профессии; Техническое творчество; Изобретательская и конструкторская деятельность.

Противопоказаны профессии с монотонными видами труда и связанные с пребыванием в одиночестве.

ФЛЕГМАТИК

Рекомендуемые профессии связанные с: монотонными видами труда, профессии по классификации и учету, бухгалтерское дело, работа, требующая высокой точности и ответственности, не связанная с быстрым переключением внимания, технические профессии, работа с чертежами, животными, растениями.

Противопоказана работа, требующая постоянного общения, нестандартного подхода и быстрого реагирования.

МЕЛАНХОЛИК

Рекомендуемые профессии связанные с: индивидуальной работой, профессии с четко расписанными правами и обязанностями, не требующие быстрой смены деятельности, технические профессии, работа с чертежами, техникой.

Противопоказаны профессии, требующие самостоятельных немедленных решений, интенсивного общения, постоянная коллективная работа, сфера обслуживания.