**Билет 6 Темперамент. Возрастное развитие темперамента. Основные концепции темперамента в истории психологии. Современный подход к темпераменту. Диагностика особенностей темперамента человека. Консультирование по результатам диагностики.**

Гиппократ

Клавдий Гален

Эрнст Кречмер

Уильям Шелдон

Ганс Айзенк

Вольф Соломонович Мерлин

Иван Петрович Павлов

Борис Михайлович Теплов

Владимир Дмитриевич Небылицын,

Сергей Леонидович Рубинштейн

Владимир Михайлович Русалов

Ян Стреляу

Е. П, Ильин

Особенности психики у каждого человека индивидуальны и имеют существенное значение при общении между людьми. Прежде всего, индивидуальность личности проявляется в особенностях протекания психических процессов и свойствах темперамента предопределяющих динамику деятельности, осуществляемой человеком.

Темперамент является одним из наиболее значимых свойств личности. Интерес к данной проблеме возник более двух с половиной тысяч лет тому назад. Он был вызван очевидностью существования индивидуальных различий, которые обусловлены особенностями биологического и физиологического строения и развития организма.

Несмотря на то, что предпринимались неоднократные и постоянные попытки исследовать проблему темперамента, до сих пор эта проблема относится к разряду спорных и до конца не решенных проблем современной психологической науки. Сегодня существует много подходов к исследованию темперамента. Однако при всем существующем разнообразии подходов большинство исследователей признает, что темперамент -- это биологический фундамент, на котором формируется личность, как социальное существо, а свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными.

*И.П. Павлов* в начале 20 века сформулировал определение, согласно которому темперамент – это самая общая характеристика каждого отдельного человека, самая основная характеристика его нервной системы, а эта последняя кладет печать на всю деятельность каждого индивидуума.

*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» Таким образом, темперамент имеет два компонента - активность и эмоциональность.

*В.Д. Небылицин*: Темперамент — характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности, т. е. темпа, быстроты, ритма, интенсивности, составляющих эту деятельность психических процессов и состояний.

Согласно *С.Л. Рубинштейну*, темперамент – это динамическая характеристика психической деятельности индивида.

Формулируя обобщенное определение, следует отметить, что темперамент является биологической структурой личности и представляет собой набор нейродинамических и психодинамических свойств.

**Исторические подходы к пониманию темперамента**

Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач *Гиппократ* (ок. 460-377 гг. до н. э.). – (*гуморальная теория*.)

Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма», — крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Соотношение этих «соков организма» по-гречески обозначалось словом «красис», позже заменено на латинское слово temperamentum, что означает – «соразмерность, «правильная мера».

Опираясь на учение Гиппократа, другой знаменитый врач античности *Клавдий Гален* (ок. 130-ок. 200 гг. н.э..) разработал типологию темперамента на основе выделения преобладающих в организме соков. Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырех. Эти четыре названия типов темперамента нам хорошо известны: сангвиник (кровь), флегматик (слизь, мокрота), холерик (желчь) и меланхолик (черная-желчь). Эта концепция имеет огромное влияние на ученых на протяжении уже многих столетий. Подтверждением этого является тот факт, что до настоящего времени предложенные Галеном названия типов темперамента являются самыми распространенными.

В последующие века исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающее с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались упорядочить и каким-то образом сгруппировать эти различия. В результате возникли многочисленные концепции и типологии темпераментов.

Среди них наибольшее распространение получила типология, предложенная*Э. Кречмером*, который в 1921 г. опубликовал свою знаменитую работу «Строение тела и характер. Главная его идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Э. Кречмер провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить 4 типа строения тела людей и соотносит с ними три выделенных типа темперамента:

* Астеник (шизотимический темперамент) – вытянутый, худой, с плоской грудью, замкнут, эмоционально раним, быстро утомляется.
* Пикник (циклотимический темперамент) – преобладание жировых тканей, разговорчивость, общительность, реалистичность, добродушие.
* Атлетик (иксотимический темперамент) – Спокойный, мало впечатлительный, сдержанные жесты и мимика. Невысокая гибкость мышления, трудно приспосабливается к перемене обстановки.
* Диспластик – смешанный тип темперамента.

( Типология Кречмера – это прежде всего типология больных людей пребывающих в аномальных условиях, поэтому, перенесение закономерностей установленных для этой группы людей на популяцию здоровых людей – недопустимо)

В США в 40-х гг.20 в большую популярность приобрела концепция темперамента *У. Шелдона*. – ( *конституциональная теория.* )

В основе его концепции лежит предположение о том, что тело и темперамент – это два взаимосвязанных между собой параметра человека. Определенные типы темперамента, названные в зависимости от функций определенных органов тела:

*Висцеротония(внутренности) - (эндоморфный тип тела)*, он отличается круглой головой, крупными размерами внутренних органов, сферической формой тела, мягкостью тканей, тонкими руками и ногами, неразвитыми костями и мышцами, ярко выраженными отложениями жиров) -расслабленность в движениях, любовь к компаниям, ориентация на других, эмоциональная ровность, нет взрывных эмоций и поступков.

*Соматотония(тело) - (мезоморфный тип)*, для этого типа характерны широкие плечи и грудная клетка, мускулистые руки и ноги, минимальное количество подкожного жира, крупная голова – уверенность в движениях, храбрость, склонность к риску, энергичность.

*Церебротония(мозг)* – заторможенность в движениях, чрезмерная чувствительность к боли.

*Эктоморфный тип* —этот тип олицетворяет худой человек, с вытянутым лицом, тонкими и длинными руками и ногами, слабой мускулатурой и хорошо развитой нервной системой.

Теория связи некоторых общих свойств нервных процессов с типами темперамента была предложена **И. П. Павловым** (*физиологическая теория*) и получила дальнейшее развитие и экспериментальное подтверждение в работах его последователей. Проведенные Павловым исследования заслуженно расцениваются как наиболее значимые для понимания физиологических основ темперамента.

Выделенные Павловым четыре типа нервной системы не только по количеству, но и по основным характеристикам соответствуют четырем классическим типам темперамента:

* сильный, уравновешенный, подвижный тип – сангвиник;
* сильный, уравновешенный, инертный тип – флегматик;
* сильный, неуравновешенный тип – холерик;
* слабый тип нервной системы – меланхолик.

Благодаря исследованиям Павлова в науке сложилось представление о темпераменте как о наборе свойств, в значительной мере обусловленных врожденными характеристиками человека.

**Нейродинамические свойства темперамента** (св-ва характеризующие функционирование нервной системы человека)

Особенности нервной системы – это частное проявление своеобразия каждого организма, связанного с морфологией, гуморальной и эндокринной регуляцией. По результатам исследований, проведенных И.П. Павловым в 1872 г. главным образом на животных, оказалось, что собаки, выдают различные реакции на один и тот же раздражитель, демонстрируют разную скорость формирования реакции, точность условного рефлекса.

Исходя из этих данных, был сделан вывод о том, что в основе подобных различий лежат различные варианты протекания фундаментальных нервных процессов – возбуждения и торможения, характеризуемые как сила, уравновешенность и подвижность нервной системы.

Сила нервной системы определяется работоспособностью нервных клеток, позволяющей выдерживать длительное возбуждение, не переходя в режим охранительного торможения.

Сильная нервная система, в отличие от слабой, позволяет человеку выдерживать интенсивное и продолжительное возбуждение.

Типология И.П.Павлова стала источником огромного числа опытов и исследований в этой области. Многие физиологи и психологи, продолжая работу И.П.Павлова, проводили дальнейшие исследования на животных, распространяя их на другие виды: мышей, крыс.

В 50-е годы были предприняты лабораторные исследования поведения взрослых людей. В результате этих исследований, проводившихся под руководством сначала В.М.Теплова, а затем — В.Д.Небылицына, типология И.П.Павлова была дополнена новыми элементами, были разработаны многочисленные приемы исследования свойств нервной системы у человека, экспериментально выделены и описаны еще 2 свойства нервных процессов: *лабильность* и *динамичность.*

*Лабильность* нервной системы проявляется в скорости возникновения и прекращения нервных процессов. Сущность *динамичности* нервных процессов составляют легкость и быстрота образования положительных (динамичность возбуждения) и тормозных (динамичность торможения) условных рефлексов.

Из понимания темперамента как формально-динамической характеристики психического следует неправомерность аксиологического («оценочного») подхода к нему. Не существует «хороших» и «плохих» темпераментов, каждый темперамент в конкретных видах деятельности имеет как свои достоинства, так и недостатки.

Исследования Б.М.Теплова показали важное преимущество слабого типа нервной системы - высокую чувствительность, совершенно необходимую в ситуациях деятельности, требующей тонкой дифференцировки раздражителей.

Слабая, но высоко чувствительная нервная система не должна считаться худшей, чем сильная, но менее чувствительная. Но существуют такие виды деятельности, для которых более подходит именно сильная нервная система, хотя не исключена возможность и обратных случаев.

**Индивидуальный стиль деятельности**

Б.М.Теплов обратил внимание на то, что в зависимости от особенностей темперамента люди различаются не конечным результатом действий, а способом достижения результатов. Развивая эту мысль, ряд отечественных исследователей провели исследования с целью установить зависимость между способом выполнения действий и особенностями темперамента. В этих исследованиях рассматривался индивидуальный стиль деятельности как путь к достижению результатов или способ решения определенной задачи, обусловленный главным образом типом нервной системы.

Врожденные особенности темперамента проявляются у человека в таких психических процессах, которые зависят от воспитания, социальной среды и способности управлять своими реакциями. Поэтому, по словам Р.М.Грановской, конкретная реакция на ситуацию может определяться как влиянием характерных отличий нервной системы, так и являться следствием обучения и профессионального опыта. Например, высокая скорость реакции у опытного водителя, летчика, боксера — необязательно природное свойство их нервной системы, она может быть достигнута и в результате тренировки и обучения. Однако пределы возможного развития скорости реакции определены врожденными свойствами нервной системы.

Продуктивность работы человека тесно связана с особенностями его темперамента. Так, особая подвижность (реактивность) сангвиника может принести дополнительный эффект, если работа требует смены объектов общения, рода занятий, частого перехода от одного ритма жизни к другому. Может создаваться ложное представление, что люди инертные (флегматики) не имеют преимуществ ни в каких видах деятельности, но это неверно: именно они особенно легко осуществляют медленные и плавные движения, у них обнаруживается предпочтение стереотипных способов действия, пунктуально соблюдая однажды принятый порядок. Люди, отличающиеся слабой нервной системой — меланхолики, сильнее мотивированы на выполнение более простых действий, чем остальные, они меньше устают и раздражаются от их повторения. Экспериментально показано, что сангвиники и холерики проявляют меньшую сопротивляемость и пониженную продуктивность в ситуациях, когда условия и способы деятельности строго регламентированы и не допускают включения индивидуальных приемов.

На основе нейродинамических функций формируются психодинамические свойства темперамента, предопределяющие динамику психической деятельности. Среди них можно назвать:

*Сенcитивность* – это чувствительность психики. Об этом свойстве судят по тому, какова наименьшая сила внешних воздействий, необходимая для возникновения какой-либо психической реакции человека, и какова скорость возникновения этой реакции.

*Пластичность* **–** гибкость поведения, легкость приспособления к новым условиям.

*Ригидность* **-** затрудненность в изменении субъектом намеченной программы деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки.

*Реактивность* – это свойство, характеризующее степень непроизвольности реакции на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (например, критическое замечание, резкий неожиданный звук и т.д.).

*Активность*– это свойство, характеризующее степень энергичности, с которой человек воздействует на внешний мир и преодолевает препятствия при осуществлении целей. О соотношении реактивности и активности судят по тому, от чего в большей степени зависит деятельность человека: от случайных внешних или внутренних обстоятельств (от настроения, желаний, случайных событий) или целей, настроений, стремлений, убеждений человека.

*Темп реакций* – это свойство, определяемое скоростью протекания различных психических реакций и процессов (скорость движений, темп речи, находчивость, скорость запоминания, быстрота ума).

*Экстраверсия/ интроверсия* – это свойство, характеризующее, от чего преимущественно зависят реакции и деятельность человека: от внешних впечатлений, возникающих в данный момент (экстравертированность), или образов, представлений и мыслей, связанных с прошлым и будущем (интровертированность).

Вотечественной психологии эти свойства рассматриваются как динамические, а не содержательные характеристики психических процессов. (например : замедленный темп речи у усталого человека еще не характеризует темп его псих. процессов в целом)

**Современный подход к темпераменту**

В современной психологии выделение четырех классических типов темперамента считается непродуктивным. С точки зрения научной методологии типизировать что – либо значит найти такие сочетания свойств типизируемого, которые чаще всего встречаются в определенной выборке объектов.

Применительно к типологии темперамента это положение может быть сформулировано так: тип темперамента – это такое сочетание его свойств, которое чаще всего встречается у определенной группы людей.

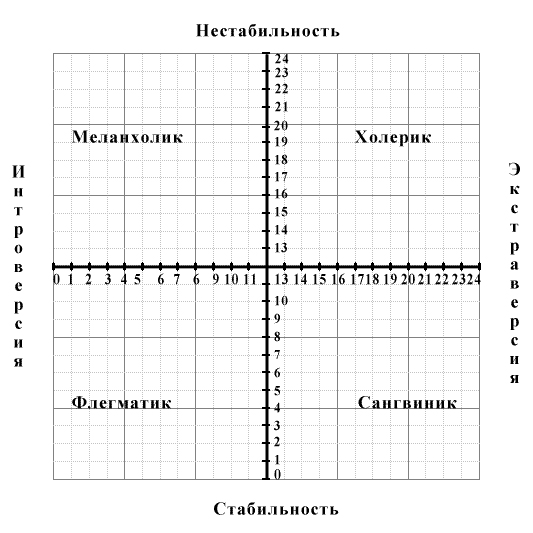
Описывая поведение экстравертов и интровертов, с одной стороны, и лиц с высоким и низким нейротизмом – с другой, немецкий ученый **Г. Айзенк (1916г)** построил свою модель типов темперамента. Тип темперамента, согласно этому автору, представляет собой один из четырех квадрантов при пересечении двух ортогональных шкал: 1*) экстраверсия – интроверсия* и 2) *эмоциональная стабильность – лабильность*.

Первая шкала характеризует индивида со стороны «открытости» внешнему миру, вторая – со стороны его эмоциональной устойчивости. Сочетание таковой с экстраверсией Г. Айзенк отождествляет с типом сангвиника;

эмоциональной лабильности и экстраверсии – с холериком;

эмоциональной устойчивости и интроверсии – с флегматиком,

эмоциональной лабильности и интроверсии – с меланхоликом.



(*нестабильность* – эмоциональная лабильность, *стабильность* – эмоциональная устойчивость)

Однако Г. Айзенкуказывал на условность выделения психологических типов вообще и типов темперамента в частности. Он считал, что теоретическое обоснование психологического типа невозможно потому, что среди испытуемых обязательно найдутся два индивида, различия между которыми по данному признаку бесконечно малы. Следовательно, строгой границы между психологическими показателями каждого типа нет.

В темпераменте любого человека, помимо типического, есть много индивидуального – того, что отклоняется от средней величины. Именно индивидуальное в темпераменте – это необходимое условие для развития личности. Следовательно, возникает парадокс, отмеченный в конце 1960-х гг. основателем пермской психологической школы **В.С. Мерлиным:** человек для которого характерен выраженный тип темперамента, попадает в наименее благоприятные условия для развития личности.

Для разрешения этого парадокса В.С. Мерлин в 1970 г. на основе идей Б.М. Теплова о том, что между различными особенностями темперамента существуют закономерные функциональные зависимости, предложил другое понимание темперамента. Тип темперамента – это закономерности связи психических свойств, характерные для определенной группы людей. Именно это позволяет людям с различными способами действия, обусловленными особенностями темперамента, демонстрировать одинаковый приспособительный эффект.

В. С. Мерлин (1973) выделил такие свойства темперамента, как:

* сенситивность (чувствительность),
* реактивность (легкость возникновения реакции, побуждения к действию), пластичность (изменчивость) – ригидность (инертность) установок,
* тревожность (склонность к беспокойству),
* экстравертированность (открытость, общительность) – интровертированность (замкнутость),
* эмоциональную возбудимость,
* экспрессивность (энергичность проявления эмоций в жестах, речи),
* активность произвольной целенаправленной деятельности.

С точки зрения В. С. Мерлина, под типом следует понимать не просто сочетание типологических особенностей, а сочетание, сопровождающееся закономерными связями между ними.

При этом он считал наиболее вероятным, что не тип зависит от сочетания типологических особенностей, а, наоборот, свойства, особенности их проявления зависят от типа.

Позднее, ученик Теплова В. М. Русалов (1985) выделяют в темпераменте, две подструктуры: общую активность и эмоциональность. Первая представляет, по В. М. Русалову, компонент более высокоорганизованной структуры – интеллекта, а вторая – компонент характера.

Согласно представлениям В. М. Русалова, в основе темперамента лежат свойства не отдельной какой-либо биологической подсистемы, а общая конституция человеческого организма, которая рассматривается им как совокупность частных конституций, – т. е. совокупность физических и физиологических свойств индивида, закрепленных в его наследственном аппарате. В общую конституцию, по мнению автора, надо включать и генетические, и биохимические, и соматические, и физиологические, и нейрофизиологические характеристики человека.

Позиция В. М. Русалова отличается оригинальностью еще и потому, что, как считает ученый*, «темперамент не существует до деятельности или вне деятельности в широком смысле этого слова. Он формируется в процессе самой деятельности*, в результате генерализации ее динамических психологических характеристик за счет тех индивидуально-устойчивых нейрофизиологических (или, более широко, биологических) компонент, которые в нее включены»

Близка к взглядам на темперамент российских психологов регуляторная теория темперамента польского психолога Я. Стреляу (1982,). В ней он попытался синтезировать подходы школ И. П. Павлова, Б. М. Теплова и В. С. Мерлина, об оптимальном уровне возбуждения и регуляции стимуляции.

Я. Стреляу понимает темперамент как совокупность стабильных свойств, определяемых особенностями врожденных нервных и эндокринных механизмов (1992).

Он выделяет две основные характеристики темперамента: реактивность и активность. Реактивность проявляется в интенсивности реакции на стимул. Высокореактивные люди предпочитают низкий уровень внешней стимуляции. Слабореактивные люди, напротив, предпочитают сильную внешнюю стимуляцию для того, чтобы достигнуть оптимального уровня активации. Реактивность влияет на регуляцию поведения, определяя порог чувствительности и работоспособность (выносливость). Активность проявляется в количестве и разнообразии действий человека. Обе эти характеристики находятся в реципрокных (обратно пропорциональных) отношениях.

**Возрастная динамика темперамента**

В.С.Мерлин утверждает, что в развитии темперамента следует различать три аспекта.

*1) Первый аспект* можно назвать процессом развертывания темперамента. В качестве первых проявлений темперамента у нормального, здорового новорожденного указывают на следующие: длительность крика в течение суток, интенсивность и темп сосательных движений, степень координированности первых спонтанных движений и др. Соотнесенность этих проявлений со свойствами темперамента обнаруживается в специальных исследованиях, в которых они коррелируют в последующих возрастах со степенью активности, сенситивностью, эмоциональной возбудимостью, скоростью усвоения моторных навыков (ходьба). Постепенное развертывание типа темперамента проявляется далее в том, что различные свойства типа темперамента возникают и проявляются в различном возрасте. Так, импульсивность как индивидуальная особенность, отличающаяся у различных детей по степени, проявляется в начале второго года; тревожность в виде повышенной возбудимости и интенсивности, реакции страха - в первые месяцы жизни; агрессивность - в 2,5 года.

*2) Второй аспект* развития темперамента заключается в том, что в результате социальных условий и условий воспитания некоторые свойства темперамента изменяются по своей величине.

*3) Третий аспект* развития темперамента заключается в изменении его структуры. Взаимосвязь свойств в структуре темперамента определяет его приспособительную функцию.

**Методы диагностики темперамента**

В настоящее время существует множество различных подходов к изучению темперамента. Психодиагностикой темперамента называется совокупность приемов и методик, направленных на получение психологического диагноза особенностей темперамента.

Особый класс психодиагностических методов составляют психофизиологические методики, диагностирующие природные особенности человека, обусловленные основными свойствами его нервной системы. Они разрабатывались отечественной школой Б.М. Теплова и В.Д. Небылицына и их последователями в рамках нового научного направления, получившего название дифференциальной психофизиологии. В отличие от тестов эти методики имеют ясное теоретическое обоснование: психофизиологическую концепцию индивидуальных различий, свойств нервной системы и их проявлений. По своей форме большинство психофизиологических методик являются аппаратурными: используются как электроэнцефалографы, так и специальная аппаратура.

**Методики**

1. Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) В.М. Русалова используется для диагностики свойств "предметно-деятельностного" (психомоторная и интеллектуальная сферы) и "коммуникативного" аспектов темперамента. Он позволяет выделить 9 наиболее типичных вариантов (типов) формально-динамических свойств.
2. Методика диагностики темперамента Яна Стреляу. Тест - личностный опросник изучения темперамента. Описание: Методика диагностики темперамента Яна Стреляу используется для изучения трех основных характеристик нервной системы: уровня (силы) процессов возбуждения, уровня (силы) процессов торможения, уровня подвижности нервных процессов.
3. Методика экспресс-диагностики свойств нервной системы по психомоторным показателям Е. П. Ильина
4. Проба А. Лачинса (диагностика лабильности НС)

Литература:

В.Н. Панферов Учебник

А.Г. Маклаков Учебник

Е.П. Ильин « Психология индивидуальных различий»

Б.М. Теплов и В.Д. Небылицын. « Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий.»