Автор: admin
19.02.2011 13:44 - Обновлено 31.10.2014 05:07

Можно ли управлять темпераментом?

Вы, конечно же, знаете, дорогие читатели, что поведение человека зависит не только от социальных условий, но и от его природных особенностей. Психологи прошлого пытались установить связь поведения с особенностями строения тела, считая, что темперамент зависит от комплекции человека и состояния его мускулатуры. Некоторые учёные криминалисты (напр. Ломброзо) выводили психологию преступников из определённого строения черепа, эндокринных и сосудистых систем, но жизнь показала, что это не имеет отношения к характеру, темпераменту, уму и нравственности.

Природа темперамента прояснилась, когда учёные стали изучать свойства нервных процессов, протекающих в организме. Выяснилось, что основными свойствами являются: равновесие процессов, их подвижность, сила раздражительного и тормозного. Оказалось, что всевозможные комбинации этих свойств дают различные типы нервной деятельности и четыре варианта встречаются наиболее часто. Три из них были отнесены великим физиологом И. П. Павловым в работе «Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных» к сильным типам и один к слабому.

Выяснилось также, что существует множество вариантов основных типов. Чтобы правильно оценивать поведение человека и его возможности, приходится учитывать различные промежуточные типы, а также свойства, характеризующие работу отдельных участков коры головного мозга: например, слуховой, зрительный. Общие типологические свойства определяют темперамент человека.

Слово «темперамент» происходит от латинского «temperamentum» и в переводе обозначает «надлежащее соотношение частей». К основным компонентам темперамента относятся: общая активность, двигательные проявления (моторика) и эмоциональность. Тип нервной деятельности, темперамент влияют на динамику прохождения эмоциональных, мыслительных, волевых процессов, на тонус, динамику и уравновешенность поведения человека.

Согласно учению, систематизированному И. Кантом, различают четыре вида темперамента, и они известны всему человечеству: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический. Знание типа нервной системы и умение определять этот тип помогают, дорогие родители, предсказать поведение ребёнка, дают

возможность управлять поведением других людей и своим собственным, обеспечивают более эффективное воспитание и руководство другими людьми.

ДЛЯ ХОЛЕРИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА характерна неуравновешенность нервной деятельности: наличие вспыльчивости, повышенной раздражительности, порывистости, эмоциональной реактивности, способности нагнетать напряжение, прямолинейности, цикличности в деятельности и переживаниях.

ДЛЯ САНГВИНИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА характерна лёгкая приспособляемость к меняющимся условиям: отсутствие скованности при контактах с новыми людьми, наличие подвижности, жизнерадостности, способности к быстрому увлечению, склонности к остроумию, способность к лёгкому усвоению нового и переключению внимания.

ДЛЯ ФЛЕГМАТИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА характерна уравновешенность нервных процессов: наличие сдержанности, малоподвижности, основательности, усидчивости, устойчивой внимательности, солидности, неторопливости.

ДЛЯ МЕЛАНХОЛИЧЕСКОГО ТИПА ТЕМПЕРАМЕНТА характерна неуравновешенность нервных процессов с преобладанием торможения: наличие способности к сильным переживаниям, замкнутости, робости, нерешительности, неуверенности.

Из характеристик типов темперамента видно, что он должен сказываться на работоспособности, на активности, на уравновешенности поведения, на коммуникабельности, на приспособляемости. И так хочется холерику добавить усидчивости флегматика, меланхолику – коммуникабельности сангвиника, сангвинику – основательности флегматика, флегматику – подвижности сангвиника. Вы, дорогие читатели, можете возразить, что в жизни очень часто можно наблюдать, как взрывается раздражением спокойный флегматик и ведёт себя, как типичный холерик, а тот в свою очередь может вести себя, как типичный меланхолик, проявляя неуверенность или подавленность.

Некоторые психологи считают, что есть ещё и смешанные темпераменты. И действительно – в различных состояниях поведение одного и того же человека может

резко отличаться, поэтому анализируя его, необходимо учитывать типологические особенности (для холерика типичны: состояние подъёма, боевитости, быстрого раздражения, для сангвиников типичны: состояние продуктивной деятельности, постоянное возбуждение при наличии интересного дела, для флегматика типичны: состояние спокойствия, малоподвижность, инертность, для меланхолика типичны: состояние неуверенности, преобладание торможения в деятельности).

Случается, что под воздействием обстоятельств у людей с разным типом темперамента возникают одни и те же состояния. Холерик, например, может разражаться вспышками гнева при каждом замечании, задевающем его самолюбие. Флегматик тоже может разразиться вспышкой гнева, но только, если оно повторяется неоднократно, когда накопившийся процесс возбуждения преодолеет торможение. У холериков и сангвиников может наблюдаться от переутомления чувство подавленности, характерное для меланхоликов, и так далее. Как видите, дорогие читатели, разные моменты приходится учитывать, чтобы разобраться в сложности и изменчивости поведения человека.

Автор - **Татьяна Морозова**

Источник