

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

*Матвійчук Тетяна Фартівна
кандидат педагогічних наук, доцент*

Навчальна дисципліна «ПСИХОЛОГІЯ»

Лекція 2.

ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ

Рівень вищої освіти	– Перший (бакалаврський) рівень
Ступінь вищої освіти	– Бакалавр
Галузь знань	– 07 «Управління та адміністрування»
Спеціальність	– 073 «Менеджмент»
Освітня програма	– 073 «Менеджмент»

Львів – 2021 рік

ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ

План

1. Поняття особистості в психології.
2. Поняття індивід, особистість, індивідуальність.
3. Структура особистості.
4. Формування та розвиток особистості.
5. Поняття про здібності.
6. Види здібностей у людини.
7. Задатки, їх природа та зв'язок із здібностями.
8. Поняття темпераменту у психології.
9. Типи темпераменту та їх психологічна характеристика.
10. Темперамент та діяльність.
11. Темперамент та основні властивості нервової системи.

1. Поняття особистості в психології.

Особистість - це конкретний людський індивід з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями.

Особистість виникла й розвинулась у процесі суспільно-історичного розвитку людства, у процесі роботи. Належність особистості до певного суспільства, до певної системи суспільних відносин визначає її психологічну та соціальну сутність. Особистість — соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку. Характерними ознаками особистості є наявність у неї свідомості, виконувані нею суспільні ролі, суспільно корисна спрямованість її діяльності.

Однією з найяскравіших характеристик особистості є її *індивідуальність*, під якою розуміють своєрідне, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі), особливості її мотиваційної сфери, спрямованості.

2. Поняття індивід, особистість, індивідуальність

Поняття *індивід* визначає людину як окремого представника людського роду, будь-якої соціальної спільності. З допомогою поняття індивід

підкреслюється і те, що є спільним між окремою людиною і іншими людьми, і те, як повно у людині відображені родові якості.

Людина в її конкретному прояві є оригінальна і неповторна істота. *Індивід* означає окреме існування людського, поєднує природне, біологічне, психологічне і соціальне, тобто відтворює в одній особі всі людські якості. Як соціальний атом, індивід виник в історії не випадково і не відразу. Спільний уклад життя, виробництво, споживання, побут, традиції підкоряли кожного члена суспільства родовій цілісності. Поділ праці та обмін продуктами внесли тоді перші елементи нерівності, та приватна власність остаточно розколола цілісність суспільства. На руїнах родоплемінного устрою з виникненням класів формувалося й усвідомлення окремою людиною своєї відмінності від інших, насамперед, як суб'єкта приватної власності. Індивід відчув себе окремим власником, господарем власного майна, знарядь праці, членом сім'ї та ширших спільнот. Кожен індивід існує окремо і разом з іншими, із своїм власним життям і спільними потребами, інтересами, метою, справами. Його єдність з суспільством коливається в широкому діапазоні: від повного злиття (наприклад, буржуа XVIII ст. повністю ототожнює себе з усіма проявами громадянського суспільства) - до відчуження (пролетарі того ж періоду відчували себе знедоленими, відторгнутими). У такій єдності індивід розвивав і зміцнював свою особливість як окремої людини.

Поняття *індивідуальність* розкриває людину як самобутнього індивіда з його неповторною здібністю бути самим собою. Поняття індивідуальність суттєво конкретизує поняття людини й індивіда, але недостатньо охоплює свідомо-вольову якість людини. Такий недолік компенсується поняттям особистості, що характеризує, насамперед, суспільно-розвинуту людину.

Поняття *особистість* визначає уявлення про людину як істоту цілісну, яка об'єднує в собі особисті, соціальні і природні якості. Поняття індивідуальність і особистість тісно пов'язані між собою. Індивідуальність виступає як суттєва характеристика конкретної особистості, що відбиває спосіб її буття як суб'єкта самостійної діяльності і творчості. Індивідуальне *Я* складає духовно-змістовний

центр структури особистості, її внутрішнє ядро. На основі індивідуального *Я* формуються інші соціальні та індивідуальні якості. Особистість та індивідуальність не тільки взаємопов'язані, а і взаємообумовлені: формування якостей особистості тісно пов'язане з індивідуальною самосвідомістю людини, змістом її цінностей, залежить не тільки від становища індивіда у суспільстві, але й від особистого ставлення до свого становища, власної позиції. Це пояснює той факт, що в умовах одного соціального середовища формуються різні типи особистостей.

3. Структура особистості.

Структуру особистості розглядають по-різному. Одні вважають, що в ній доцільно розглядати лише психологічні компоненти (пізнавальні емоційно-вольові, спрямованість), інші виокремлюють у ній ще й біологічні аспекти (типологічні особливості нервової системи, вікові зміни в організмі, стать), які не можна ігнорувати у процесі виховання особистості. Однак протиставляти біологічне соціальному в особистості не можна. Природні аспекти та риси існують у структурі особистості як соціально зумовлені її елементи. Біологічне та соціальне у структурі особистості утворюють єдність і взаємодіють. Людина - істота природна, але біологічне у процесі історичного розвитку під впливом соціальних умов змінилося, набуло своєрідних специфічно людських особливостей.

У структурі особистості розрізняють типове та індивідуальне. Типове є тим найзагальнішим, що властиве кожній людині і характеризує особистість узагалі: її свідомість, активність, розумові та емоційно вольові прояви тощо, тобто те, чим одна людина схожа на інших людей. *Індивідуальне* - це те, що характеризує окрему людину: її фізичні та психологічні особливості, спрямованість, здібності, риси характеру тощо, тобто те, чим одна людина відрізняється від інших людей.

В структурі особистості виокремлюють чотири підструктури:

Перша підструктура - спрямованість особистості: моральні якості, установки, стосунки з іншими. Визначається суспільним буттям людини.

Друга - підструктура досвіду (знання, вміння, навички, звички). Набувається досвід у процесі навчання й виховання. Провідним у набутті досвіду є соціальний чинник.

Третя - підструктура форм відображення. Вона охоплює індивідуальні особливості психічних процесів, що формуються протягом соціального життя і специфічно виявляються в пізнавальній та емоційно-вольовій діяльності людини.

Четверта підструктура - біологічно зумовлені психічні функції особистості. Об'єднує типологічні властивості особистості, статеві й вікові особливості та їх патологічні зміни, що великою мірою залежать від фізіологічних і морфологічних особливостей мозку. Психологічна структура особистості дуже складна і багатогранна.

Пізнавальна, емоційно-вольова діяльність особистості, її потреби, інтереси, ідеали та переконання, самосвідомість тощо - складові духовного життя особистості, які перебувають у складній взаємодії і в своїй єдності становлять її "Я", яке керує всіма аспектами внутрішнього життя та проявами його в діяльності та стосунках з іншими.

4. Формування та розвиток особистості.

Розвиток - це специфічний процес зміни, результатом якого є виникнення якісно нового, поступальний процес сходження від нижчого до вищого, від простого до складного.

Поняття «*розвиток особистості*» та «*формування особистості*» дуже близькі, їх нерідко вживають як синоніми. Щодо людини виділяють *три види розвитку - фізичний, психічний і соціальний*.

Фізичний розвиток передбачає ріст організму, певні кількісні та якісні зміни на основі біологічних процесів.

Психічний розвиток характеризується процесами змін і становлення психіки людини.

Соціальний розвиток вирізняється процесом оволодіння людиною соціальним досвідом (мовою, моральними якостями тощо).

Людська особистість розвивається в анатомо-фізіологічному, психічному, соціальному напрямках. *Анатомо-фізіологічні зміни* - збільшення і розвиток кісткової та м'язової систем, внутрішніх органів, нервової системи. *Психічні зміни* - передусім розумовий розвиток, формування психічних рис особистості. Набуття соціальних якостей, необхідних для життя в суспільстві - соціальний розвиток особистості.

Розвиток особистості залежить від спадковості, середовища та виховання. Його джерелом і внутрішнім змістом є такі внутрішні і зовнішні суперечності:

- процеси збудження і гальмування;
- в емоційній сфері - задоволення і незадоволення, радість і горе;
- між спадковими даними і потребами виховання (дитина-інвалід завдяки вихованню досягає певного рівня розвитку);
- між рівнем розвитку особистості й ідеалом: оскільки ідеал завжди досконаліший за конкретного вихованця, він спонукає до самовдосконалення особистості;
- між потребами особистості та моральним обов'язком: щоб потреба не вийшла за межі суспільних норм, вона «стримується» моральним обов'язком людини, сприяючи формуванню здорових матеріальних і духовних потреб особистості;
- між прагненням особистості та її можливостями: коли особистість прагне досягти певних результатів у навчанні, а рівень її пізнавальних можливостей ще не достатній, для вирішення суперечності їй потрібно посилено працювати над собою.

Оскільки розвиток - це процес, то він, як і будь-який розвиток, має рушійну силу. *Рушійною силою процесу розвитку є результат суперечностей між фізичними та соціально-психічними потребами людини - з одного боку та наявним рівнем фізичного, психічного і соціального розвитку - з другого.* Рушійна сила проявляється у підвищенні фізичної й соціально-психічної активності особистості, яка спрямована на розвиток системи якостей, необхідних для задоволення певних потреб.

Формування особистості відбувається також у процесі розвитку її інтересів, потреб.

Нехтування індивідуальними особливостями призводить до того, що нерідко навіть здібні учні втрачають інтерес до навчання, праці й потрапляють до категорії так званих важких дітей. Належним чином поставлене виховання передбачає знання кожного учня, тому що без урахування індивідуальності школярів неможливе успішне навчання і виховання.

5. Поняття про здібності.

Серед істотних властивостей людини є її здібності. Здібності та діяльність, особливо праця, органічно взаємопов'язані. Здібності як рушійна сила відіграли провідну роль у розвитку науки і техніки, створенні матеріальних і духовних багатств, суспільному прогресі.

Із розвитком праці та суспільного життя людські здібності розвивалися, змінювалися за змістом і структурою, виникли й розвинулись загальні та спеціальні здібності.

Здібності - це своєрідні властивості людини, її інтелекту, що виявляються в навчальній, трудовій, особливо науковій та іншій діяльності і є необхідною умовою її успіху.

Кожна людина має здібності до певного виду діяльності. Поза діяльністю цю властивість людини не можна розпізнати, описати та охарактеризувати. Тому ми й складаємо думку про здібності людини за її роботою та результатами діяльності.

Характеризуючи здібності людини, ми робимо висновки про них з погляду вимог, які висуває до людини навчальна, виробнича, наукова та будь-яка інша діяльність, оцінюємо її як активного діяча, творця матеріальних і духовних цінностей. Ця характеристика містить і оцінку учня, який готується до майбутньої трудової, творчої діяльності, засвоюючи людські надбання в певній галузі знань.

Успіх виконання людиною тих чи інших дій залежить, безперечно, не тільки від здібностей, а й від інших якостей. Наприклад, двоє друзів вступають

до інституту. Один успішно складає іспити, інший зазнає невдачі. Чи свідчить це про те, що один з них більш здібний? На це запитання не можна відповісти, якщо не буде з'ясовано, скільки часу витратив на підготовку кожен з них. Таким чином, лише фактом успіху, здобуттям знань здібності не визначаються.

Кожна здібність людини - це її складна властивість, внутрішня можливість відповідати вимогам, які ставить перед нею діяльність, і спирається на низку інших властивостей, до яких насамперед належать життєвий досвід людини, здобуті нею знання, вміння та навички.

Відомо, що чим багатший життєвий досвід, тим легше людині досягти успіху в діяльності. Досвідчена людина, озброєна науковими знаннями, ширше і глибше усвідомлює завдання, які суспільство ставить перед нею, і успішніше їх розв'язує, ніж людина, яка не володіє такими знаннями.

Істотну роль при цьому відіграє не тільки наявність самих знань, а й уміння користуватися ними, застосовувати їх для розв'язання нових навчальних, практичних, наукових та інших завдань. Тому не можна розглядати здібності людини як властивості, що існують незалежно від її знань, умінь і навичок.

Проте, це не означає, що здібності людини зводяться до її умінь, знань і навичок. Якби це було так, то за відповіддю біля дошки чи за вдало виконаною роботою ми робили б остаточний висновок про здібності людини. А насправді, як свідчать дані спеціальних психологічних досліджень, можна помітити, що окремі люди, які спочатку не можуть виконувати якусь роботу, в результаті спеціального навчання починають оволодівати певними вміннями та навичками й навіть досягають високого рівня майстерності.

Отже, здібності та знання, вміння та навички не тотожні.

Здібності - це такі психологічні особливості людини, від яких залежить оволодіння знаннями, вміннями та навичками, але які самі по собі до знань, умінь і навичок не зводяться.

Щодо знань, умінь і навичок здібності постають як певна можливість. Подібно до того, як вкинуте в землю зерно ще не є колоском, а тільки має змогу для його розвитку залежно від структури, складу, вологи ґрунту, погоди тощо,

так і здібності людини є лише можливістю для оволодіння знаннями, вміннями, навичками. А те, чи перетворяться ці можливості на дійсність, буде залежати від багатьох чинників: форм і методів навчання та виховання, сімейних умов тощо.

Тільки у процесі спеціального навчання можна встановити, чи має людина здібності до певного виду діяльності.

Помилкою педагога є оцінювання як нездібних тих учнів, які не мають достатніх знань.

Ігнорування відмінності між здібностями та знаннями в певний момент часто призводило до помилок в оцінюванні можливостей. Так, М. Гоголь - геніальний письменник - був оцінений свого часу як людина з посередніми здібностями. Молодий В. Суріков не був зарахований до Академії мистецтв, бо був оцінений як людина з посередніми художніми здібностями. Його ще недосконалі малюнки були приводом до цього. За три місяці В. Суріков оволодів технікою малюнка, необхідними вміннями й був зарахований до Академії мистецтв.

Таким чином, між здібностями та знаннями існує складний зв'язок. Здібності залежать від знань, але здібності визначають швидкість та якість оволодіння цими знаннями. Щодо знань, умінь і навичок здібності швидше виявляються не в їх наявності, а в динаміці оволодіння ними, тобто в тому, наскільки за однакових умов людина швидко, глибоко, легко і міцно опановує знання та вміння. Тому можна зробити більш точне визначення здібностей.

***Здібності** - це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного здійснення певної діяльності й визначають відмінності в оволодінні необхідними для неї знаннями, вміннями та навичками.*

6. Види здібностей у людини.

Здібності людей поділяють на види передусім за змістом і характером діяльності, в якій вони виявляються. *Розрізняють загальні й спеціальні здібності.*

Загальними називають здібності людини, що тією чи іншою мірою виявляються у всіх видах її діяльності. Загальні здібності забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань та виконанні різних видів діяльності.

Такими є здібності до навчання, загальні розумові здібності людини, її здібності до праці. Вони спираються на загальні вміння, необхідні в кожній галузі діяльності, зокрема такі, як уміння усвідомлювати завдання, планувати й

організовувати їх виконання, використовуючи наявні в досвіді людини засоби, розкривати зв'язки тих речей, яких стосується діяльність, оволодівати новими прийомами роботи, переборювати труднощі на шляху до мети.

Спеціальні здібності - це здібності до практичної діяльності: конструктивно-технічні, організаційно-управлінські, педагогічні, підприємницькі та інші.

Під спеціальними здібностями розуміють здібності, що виразно виявляються в окремих спеціальних галузях діяльності (наприклад, сценічній, музичній, спортивній тощо).

Спеціальні здібності визначено тими об'єктивними вимогами, які ставить перед людиною певна галузь виробництва, культури, мистецтва тощо. Кожна спеціальна здібність є синтезом певних властивостей особистості, що формують її готовність до активної та продуктивної діяльності. Здібності не тільки виявляються, а й формуються в діяльності.

Специфічними є шляхи розвитку спеціальних здібностей. *Вирізняють такі рівні здібностей:*

- *репродуктивний рівень* (забезпечує високе вміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю);
- *творчий рівень* (забезпечує створення нового, оригінального).

Слід, однак, зважати на те, що кожна репродуктивна діяльність має елементи творчості, а творча діяльність включає і репродуктивну, без якої вона неможлива.

Здібності розвиваються в обдарованість, а потім талант.

Обдарованість - це система здібностей людини, яка дозволяє їй досягнути значних успіхів в одній або кількох видах діяльності.

Обдарованість людина отримує як щось спадкове. Вона є функцією всієї системи умов життєдіяльності в її єдності, функцією особистості й нерозривно пов'язана з усім її життям, проявляючись на різних етапах її розвитку. Це явище виражає внутрішні можливості розвитку не організму як такого, а особистості. Обдарованість виражає внутрішні дані й можливості людини, тобто внутрішні

психологічні умови діяльності в їх співвідношенні з вимогами, які висуває ця діяльність.

У середині тих чи інших спеціальних здібностей виявляється загальна обдарованість індивіда, яка співвідноситься з більш загальними умовами провідних форм людської діяльності.

***Талант** - це такий рівень розвитку здібностей, який дає людині можливість творчо працювати й досягнути надзвичайно важливих, значущих успіхів у діяльності.*

Талант - високий рівень розвитку здібностей, насамперед спеціальних. Це сукупність здібностей, що дають змогу отримати продукт діяльності, який вирізняється новизною, високим рівнем досконалості та суспільною значущістю.

Талант може виявитися в усіх сферах людської праці: в організаторській і педагогічній діяльності, в науці, техніці, у найрізноманітніших видах виробництва.

***Геніальність** - найвищий рівень творчих виявів особистості, який втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства. Геній, образно кажучи, створює нову епоху в своїй царині знань. Для генія характерні творча продуктивність, оволодіння культурною спадщиною минулого і водночас рішуче додання старих норм і традицій. Геніальна особистість своєю творчою діяльністю сприяє прогресивному розвитку суспільства.*

7. Задатки, їх природа та зв'язок із здібностями.

Вітчизняні психології вважають, що здібності залежать від будови мозку і органів чуття, які різняться у людей вже при народженні. Ці особливості визначаються як «здатки». ***Задатки** - це вроджені анатомо-фізіологічні особливості кожного окремого індивіда, генетично детерміновані і є передумовами розвитку здібностей.* Задатки являють собою лише можливості та передумови розвитку здібностей, але ще не гарантують, не зумовлюють появу і розвиток тих чи інших здібностей. Задатки є багатозначними. Які саме здібності сформуються на основі задатків, залежатиме не від задатків, а від умов життя,

виховання та навчання. На ґрунті одних і тих самих задатків можуть розвинути різні здібності.

Не всі задатки, з якими народжується людина, обов'язково перетворюються на здібності. Задатки, які не знаходять відповідних умов для переростання у здібності, так і залишаються нерозвиненими. Від задатків не залежить зміст психічних властивостей, які входять до кожної здібності. Ці властивості формуються у взаємодії індивіда із зовнішнім світом.

Одним з показників наявності природних даних, сприятливих для розвитку здібностей, є їх раннє виявлення. Біографічні дані відомих особистостей свідчать, наприклад, про раннє виявлення в них здібностей до музики, літератури, поезії. У М. Римського-Корсакова нахил до музики виявився вже у дворічному віці, у В. Моцарта – в три роки, О. Пушкін перший твір написав у дев'ять років, Леся Українка – у тринадцять.

Іноді умови не сприяють ранньому виявленню здібностей. Але за появи таких умов здібності можуть виявитися й пізніше. С. Аксаков опублікував свою першу книгу в 56 років, І. Крилов першу байку – у 40 років.

9. Поняття темпераменту у психології.

Темперамент - вроджена (біологічно зумовлена) і незмінна властивість людської психіки, що визначає реакції людини на інших людей та на обставини. Термін введено в ужиток Клавдієм Галеном, у перекладі з латини означає «належне співвідношення частин».

У чистому вигляді темпераменти зустрічаються вкрай рідко. Розрізняють 4 типи темпераменту: сангвінічний, меланхолічний, холеричний, флегматичний.

Коли говорять про темперамент, то мають на увазі багато психічних розходжень між людьми - розходження по глибині, інтенсивності, стійкості емоцій, емоційної вразливості, темпу, енергійності дій і інші динамічні, індивідуально-стійкі особливості психічного життя, поведінки і діяльності. Проте темперамент і сьогодні залишається багато в чому спірною і невирішеною проблемою. Однак при всім різноманітті підходів до проблеми, вчені і практики визнають, що *темперамент - біологічний фундамент, на якому формується особистість як соціальна істота.*

До властивостей темпераменту відносяться індивідуальні особливості особистості, які:

- регулюють динаміку психічної діяльності в цілому;
- характеризують особливості динаміки окремих психічних процесів;
- мають стійкий і постійний характер і зберігаються в розвитку протягом тривалого відрізка часу;
- знаходяться в строго закономірному співвідношенні, що характеризує тип темпераменту;
- однозначно обумовлені загальним типом нервової системи.

Вчення про темперамент започатковане славнозвісним давньогрецьким лікарем і філософом Гіппократом. Він та його послідовники (римський лікар Гален та ін.) обстоювали гуморальну теорію (від лат. *humor* - рідина, соки організму - кров, флегма, жовч), згідно з якою тип темпераменту спричинює перевага в організмі певної рідини. Гіппократ вважав, що життєдіяльність організму визначається співвідношенням між кров'ю, жовчу та слизом (лімфа, флегма). На основі цього погляду сформувався вчення про чотири типи темпераменту:

- *сангвінічний* (лат. *sanguis* - кров, перевага в організмі крові);
- *флегматичний* (грецьк. *phlegma* - слиз, перевага в організмі слизу);
- *холеричний* (грецьк. *chole* - жовч, перевага в організмі жовчі);
- *меланхолійний* (грецьк. *melas* - чорний, похмурий та *chole* - жовч, перевага в організмі чорної жовчі).

Сьогодні це вчення цікаве тільки з історичного погляду. Але описані Гіппократом характерні риси темпераменту досить точно визначають особливості окремих типів темпераменту. І. Павлов, розглядаючи проблему темпераменту, писав, що геніальний спостерігач людини - Гіппократ - у класифікації темпераментів підійшов до істини найближче. Німецький філософ-ідеаліст І. Кант, поділяючи погляди на темперамент представників гуморальної теорії, уперше дав своєрідну психологічну характеристику темпераментів. Він вважав, що флегматикам бракує моральних почуттів, меланхоліки - справжня доброчесність; у холериків найбільш розвинуте почуття честі, а у сангвініків - почуття прекрасного. Але І. Кант у своєму розумінні темпераменту плував його риси з характером. Вчений, лікар і педагог П. Лесгафт пояснював темперамент особливостями

кровообігу, які залежать від діаметра отвору та товщини й гнучкості стінок судин. Калібр судин і товщина їх стінок, на думку П. Лесгафта, зумовлюють швидкість і силу кровообігу, невеликому діаметру судин відповідає сангвінічний темперамент, а великому діаметру та товстим стінкам його судин - меланхолійний; флегматичний темперамент зумовлюється великим діаметром і тонким стінками судин. Німецький психіатр Е. Кречмер обстоював залежність психічного складу особистості від будови (конституції) тіла. Він запропонував власну класифікацію типів конституції (пікнічний, астеничний, атлетичний, дисплатичний) і вважав, що кожному з них властивий певний темперамент. Гуморальна та морфологічна теорії темпераменту мають серйозні недоліки. Вони обстоюють як першооснову темпераменту, а також системи організму, які не мають для цього потрібних властивостей. Крім того, ці теорії стирають межі між темпераментами здорового та хворого організму, пояснюють темперамент лише біологічними чинниками, а тому не все розкривають у його сутності. Але зовсім ігнорувати ці теорії в поясненні проявів темпераменту не можна. Відомо, що порушення функції гуморальної та ендокринної систем організму зумовлюють деякі психопатії, що позначаються на особливостях типів темпераменту, наприклад шизофренічні, маніакально-депресивні психози, невмотивовані настрої, психостенії та ін.

10. Типи темпераменту та їх психологічна характеристика.

Для виділення типів темпераменту використовують наступні критерії: сила збудження і гальмування; їх рухливість; урівноваженість нервових процесів. Виділено чотири типи темпераменту:

- сангвінік - сильний, урівноважений, швидкий;
- флегматик - сильний, урівноважений, повільний, спокійний, інертний;
- холерик - сильний, не урівноважений;
- меланхолік – слабкий.

Сангвінічний темперамент. Сангвінік окреслюється І. Павловим як «гарячий, дуже продуктивний діяч, але лише тоді, коли він має цікаву справу, тобто постійне збудження. Коли ж такої справи немає, він стає нудним, млявим». Я. Стреляу дає наступну характеристику: «Людина з підвищеною реактивністю, причому активність і реактивність у неї врівноважені. Він збуджено відповідає на все, що привертає його увагу, має живу міміку та виразні рухи. З незначного приводу він регоче, а несуттєвий факт може його розгнівати. Він активно береться за нову справу й може довго працювати, не втомлюючись. Він швидко

зосереджується, дисциплінований. Йому притаманні швидкі рухи, гнучкість розуму, кмітливість. Швидкий темп мовлення, швидке включення в нову роботу. Висока пластичність виявляється в мінливості почуттів, настроїв, зацікавлень і прагнень, легко сходиться з новими людьми, швидко звикає до нових вимог і обставин. Екстраверт. Почуття легко виникають, легко змінюються.

Холеричний темперамент характеризується І. Павловим як: «бойовий тип, запальний, дратівливий... Захопившись якоюсь справою, надмірно налягає на свої засоби й сили та врешті-решт рветься, виснажується більше, ніж слід, він допрацьовується до того, що все йому вже несла. Я. Стреляу характеризує так: «відрізняється малою чутливістю, високою реактивністю й активністю. Але реактивність явно переважає над активністю, тому він нестримний. Невитриманий, нетерплячий, характерна різка зміна настрою. Запальний, швидкий темп і різкість у рухах. Він менш пластичний і більш інертний, ніж сангвінік. Звідси велика стійкість прагнень та інтересів, більша наполегливість, можливі труднощі в переключенні уваги».

Флегматичний темперамент за характеристикою І. Павлова - спокійний, врівноважений, завжди рівний, наполегливий і впертий трудівник життя. Але йому потрібен час для розкачки, для зосередження уваги, для переключення його на інший об'єкт тощо. За Я. Стреляу: «володіє високою активністю, значно переважаючою над малою реактивністю, малою чутливістю й емоційністю. Його важко розсмішити й засмутити. При великих неприємностях залишається спокійним. Зазвичай у нього бідна міміка, рухи невиразні й уповільнені, так само, як і мова. Він не кмітливий, важко переключає увагу й пристосовується до нових обставин, повільно перебудовує навички й звички. При цьому він енергійний і працездатний. Відрізняється терпеливістю, витримкою, самовладанням. Як правило, він важко сходиться з новими людьми, слабо відгукується на зовнішні враження, інтроверт».

Меланхолічний темперамент зазначений І. Павловим як «явно гальмівний тип нервової системи... очевидно, кожне явище життя є гальмівним агентом, якщо він ні вві що не вірить, ні на що не сподівається, від усього очікує та у всьому бачить лише погане, небезпечне». Меланхолік характеризується Я. Стреляу: «Людина з високою чутливістю та малою реактивністю. Підвищена чутливість при великій інертності приводить до того, що незначний привід може викликати в нього сльози, він надмірно вразливий, хворобливо чутливий. Міміка й рухи його невиразні, голос тихий, рухи бідні. Зазвичай невпевнений у собі, боязкий, найменші труднощі змушують його опускати руки. Він не енергійний, не наполегливий, легко втомлюється й мало працездатний. Йому притаманна не зосереджена і нестійка увага, вповільнений темп усіх психічних процесів. Більшість меланхоліків -

інтроверти. Він сором'язливий, нерішучий, боязкий. Однак у спокійному, звичному для нього оточенні меланхолік може успішно справлятися з життєвими задачами».

11. Темперамент та діяльність.

Діяльність - трудова, навчальна, ігрова - висуває вимоги не лише до знань і рівня розумового та емоційно-вольового розвитку особистості, а й до типологічних особливостей нервової системи, а отже, до темпераменту людини. Залежно від змісту та умов діяльності сила, врівноваженість і рухливість нервової системи (темпераменту) особистості виявляються по-різному, відіграють позитивну або негативну роль. Там, де потрібна значна працездатність, витривалість, краще виявляє себе сильний тип нервової системи, а де слід виявити співчутливість, лагідність, краще виявляє себе слабкий тип нервової системи.

Неврівноваженість холерика шкодить там, де потрібно виявити стриманість, терплячість. Надто повільний темп рухів, повільне, монотонне мовлення флегматика не сприяє успішності діяльності, де потрібно виявити рухливість, швидкість впливу на інших. Слабкість збудливості та гальмівні дії, що властиві меланхоліку, спричиняють боязкість, нерішучість, перешкоджають встановленню контактів з іншими. Схильність сангвініка до захоплення новим, до нудьги при одноманітній, хоча й важливій діяльності, знижує активність, постійно викликає потяг до нового, модного.

Дослідженнями доведено, що на основі однакових властивостей вищої нервової діяльності можна сформуванати істотно різні динамічні особливості особистості: у слабого типу нервової діяльності - силу дій, у неврівноваженого - врівноваженість, у інертного - жвавість, рухливість. Такі зміни настають під впливом змістовного боку діяльності. Шляхом вправ можна досягти певного рівня гальмування, слабкості, інертності чи нестриманості рухів, але утворені в такий спосіб позитивні дії: сила, врівноваженість, рухливість не усувають повністю природженої слабкості, неврівноваженості або інертності нервової діяльності. В екстремальних умовах звичне здебільшого втрачає силу, дію вступають природні особливості типу нервової системи, властивої людині: слабкість, загальмованість, збудливість, які виявляються в розгубленості, стані ступору, безпорадності, надмірній збудливості, втраті самовладання.

Стиль діяльності кожної людини значною мірою залежить від типу вищої нервової діяльності, що входить до структури її темпераменту. Отже, у професійній орієнтації та підготовці до праці молоді потрібно зважати на особливості темпераменту.

12. Темперамент та основні властивості нервової системи.

У кожного темпераменту можна знайти як позитивні, так і негативні властивості. Гарне виховання, контроль і самоконтроль дає можливість проявитися: меланхоліку, як людині вразливій з глибокими переживаннями і емоціями; флегматик, як витриманий, без поспішних рішень людині; сангвінік, як високо чуйну для будь-якої роботи людині; холерики, як жагучій, шаленій та активній в роботі людині.

Негативні властивості темпераменту можуть проявитися: у меланхоліка - замкнутість і соромливість; у флегматика - байдужість до людей, сухість; у сангвініка - поверховість, розкиданість, мінливість; у холерика - поспішність рішень.

Розрізняють такі основні властивості темпераменту, як:

- Сенситивність
- Реактивність
- Пластичність
- Ригідність
- Екстравертованість
- Інтровертованість

Сенситивність - міра чутливості до явищ дійсності, що стосуються особистості. Незадоволення потреб, конфлікти, соціальні події в одних людей викликають яскраві реакції, страждання, а інші ставляться до них спокійно, байдуже.

Реактивність - це особливості реакції особистості на подразники, що виявляються в темпі, силі та формі відповіді, а найяскравіше - в емоційній вразливості, і відображаються на ставленні особистості до навколишньої дійсності та до самої себе. Бурхливі реакції при успіхах або невдачах у будь-якій

діяльності позначаються на різних особливостях темпераменту. Реактивність як особливість темпераменту виразно виявляється при психічних травмах - у реактивній депресії (пригніченість, рухова та мовна загальмованість), в афективно-шокових реакціях (реакції на катастрофи, аварії, паніка), для яких характерна або безладна рухова активність, або повна загальмованість, ступор.

Пластичність виявляється у швидкому пристосуванні до обставин, що змінюються. Завдяки пластичності певні сторони психічної діяльності перебудовуються або компенсуються завдяки пластичності вищої нервової діяльності. Слабкість, невірноваженість або недостатня рухливість типу нервової системи за належних умов життя та виховання набирають позитивних якостей.

Ригідність - особливість, протилежна пластичності, складність або нездатність перебудовуватися при виконанні завдань, якщо цього потребують обставини. У пізнавальній діяльності ригідність виявляється в повільній зміні уявлень при зміні умов життя, діяльності; в емоційному житті - у залякності, млявості, нерухливості почуттів; у поведінці - у негнучкості, інертності мотивів поведінки та морально-етичних вчинків при цілковитій очевидності їх недоцільності.

Екстравертованість та інтровертованість - спрямованість реакцій та діяльності особистості назовні, на інших (*екстравертованість*) або на саму себе, на свої внутрішні стани, переживання, уявлення (*інтровертованість*). Вважають, що екстраверсія та інтроверсія як властивості темпераменту - це прояви динамічних, а не змістових сторін особистості. Екстравертивним типам властиві сила і рухливість нервових процесів і у зв'язку з ними імпульсивність, гнучкість поведінки, ініціативність. В інтровертивного типу переважають слабкість та інертність нервових процесів, замкнутість, схильність до самоаналізу, а тому йому властиві ускладнення соціальної адаптації.