

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ СВОЙСТВА ТЕМПЕРАМЕНТА

К.И. Абрамова, студент

Д.А. Изатулина, студент

А.И. Сафин, студент

Уфимский университет науки и технологий
(Россия, г. Уфа)

DOI:10.24412/2500-1000-2023-5-2-98-101

Аннотация. В данной статье рассматривается темперамент и его отличительные характеристики. Актуальность статьи заключается в том, что в психологии до сих пор не существует чёткого определения понятия «темперамент». В зависимости от общих представлений о психике и личности, разные психологи нового и новейшего времени приписывали темпераменту совершенно разные черты. В статье проанализированы отдельные черты, присущие темпераменту.

Ключевые слова: темперамент личности, психика, особенности, отличия.

Психика каждого человека уникальна, ее неповторимость связана с биологическим и физиологическим строением и развитием организма, с уникальной системой социальных отношений. Темперамент относится к биологически обусловленным структурам человеческой психики. Под темпераментом понимаются психические различия между людьми, такие как различия в глубине, интенсивности, устойчивости, эмоциональной впечатлительности, темпе, энергии действия и других динамических, индивидуально устойчивых особенностях психической жизни, поведения и действия. При всем разнообразии подходов к проблеме индивидуально типичных черт характера ученые признают, что темперамент – это биологическая основа, на которой строятся социальные характеристики человека [1].

Темперамент – это индивидуальный набор черт личности, который определяет стиль поведения, реакции на различные ситуации, способность к адаптации и коммуникации с окружающим миром. Некоторые выделенные отличительные свойства темперамента:

1. Экстраверсия или интроверсия - отношение к взаимодействию с другими людьми и окружающей средой. Известный психолог К. Юнг подразделяет людей по складу личности на экстравертов («обращённых вовне») и интровертов («обращённых внутрь себя»).

Экстраверт – это тип темперамента, который характеризуется общительностью, открытостью и высокой энергичностью. Такие люди получают энергию и эмоциональное удовлетворение от общения с другими людьми и хорошо адаптируются к новым ситуациям и окружающей среде. Экстраверты склонны к активному образу жизни, любят заниматься спортом, путешествовать, участвовать в различных мероприятиях и являются лидерами в коллективе. Они обычно не боятся социальных контактов и часто принимают важные решения на основе социальных факторов. Также экстраверты обладают хорошо развитым чувством юмора, что помогает им снимать напряжение и поддерживать хорошую атмосферу в обществе. Они склонны к проявлению ярких эмоций и часто говорят все, что думают. Экстраверты выбирают профессии, где требуется общение с людьми и коммуникации, такие как менеджеры, продавцы, консультанты, психотерапевты, педагоги и политики [2].

Важнейшие отличительные свойства темперамента для экстраверта – это высокое уровень социальности и общительности, активная жизненная позиция, легкость установления контактов с окружающим миром и проявление ярких эмоций и чувств.

К экстравертам относят холериков и сангвиников. Холерик – это тип темперамента, который характеризуется высокой

активностью, быстротой реакции и решительностью. Такие люди обладают сильным внутренним энергетическим потенциалом и способны проявлять инициативу в любых условиях. Они легко находят общий язык с людьми, быстро строят контакты и часто являются лидерами в коллективе.

Холерики часто бывают раздражительными и вспыльчивыми. Им свойственны резкие перемены настроения, но они быстро восстанавливаются и забывают о проблемах. Также холерики обладают высокой самооценкой, уверенностью в себе и склонностью к риску.

Холерики склонны к доминированию и управлению другими людьми, а также к занятию активными видами спорта. Их профессиональное предназначение чаще всего связано с руководящими должностями или профессиями, где требуются быстрота реакции и решительность.

Сангвиник - это тип темперамента, который характеризуется высокой экстравертированностью, оптимизмом и жизнерадостием. Такие люди обычно быстро вступают в контакт с другими людьми и им легко дается установление новых отношений. Они открыты и жизнерадостны, обычно настроены на позитив и счастье.

Сангвиники склонны к риску и приключениям, им необходима новизна и разнообразие в жизни. Они легко приспосабливаются к любым изменениям и обстоятельствам, обладают высокой уверенностью в себе и считают возможным достижение любых целей.

Сангвиники довольно эмоциональны и обладают сильным внутренним желанием проявлять свои эмоции и чувства. Они любят разговаривать, участвовать в общении и часто выступают в качестве лидеров в коллективе.

Сангвиники обычно выбирают профессии, связанные с коммуникацией, творчеством или активной деятельностью. Им подойдут профессии, где нужно быстро принимать решения, работать в команде и быть уверенным в своих силах.

Интроверт - это тип темперамента, который характеризуется скрытностью, самостоятельностью и резкой внутренней

ориентацией. Такие люди обычно предпочитают уединение и могут быть не очень общительными. Они любят проводить время в одиночестве, заниматься своими делами и размышлять о жизненных ситуациях.

Интроверты обладают более развитым внутренним миром, чем экстраверты, и могут больше времени посвящать своим мыслям и размышлениям. Они склонны к критическому мышлению и анализу, могут долго просчитывать свои действия и выстраивать планы [3].

Также интроверты часто являются творческими людьми и любят заниматься искусством или наукой. Их чувствительность и глубокие эмоции делают их хорошими слушателями и наблюдателями. Они могут проявлять глубокую симпатию к людям и сильно переживать за них.

Интроверты выбирают профессии, где нет необходимости часто общаться с людьми и иметь активное социальное окружение. Такие профессии могут включать в себя научные исследования, работу в библиотеках и архивах, компьютерную инженерию и разработку программного обеспечения, творческую деятельность, писательство, и т.д.

К интровертам можно отнести меланхоликов и флегматиков. Меланхолик - это тип темперамента, который характеризуется высокой чувствительностью и глубоким погружением в свой мир. Такие люди склонны к интроверсии, размышлениям и анализу собственных чувств и эмоций. Они не любят шумных компаний и предпочитают общение в небольшом кругу близких людей. Меланхолики обладают глубокой внутренней эмоциональной жизнью, что делает их чувствительными и печальными. Они часто проявляют тревогу, но это не мешает им быть творческими и артистичными личностями. Меланхолики предпочитают работать на результат, а не на скорость. Они педантичны, обдумывают свои действия, планируют их и оценивают возможные последствия.

Также меланхоликам свойственна склонность к меланхолии, подавленности и тоске. Им сложно принимать решения, особенно в сложных ситуациях. Они могут

быть склонны к пессимизму и негативно-му мышлению, но при этом они очень душевные и добрые люди. Меланхолики часто выбирают профессии, связанные с творчеством и искусством, гуманитарными науками, психологией, медициной. Они также могут стать отличными педагогами и консультантами.

Флегматик – это тип темперамента, который характеризуется спокойствием, уравновешенностью, гладкостью реакций и невозмутимостью. Такие люди обычно не проявляют сильных эмоций и не показывают свои чувства окружающим.

Флегматики могут быть слишком медленными и неподвижными, заниматься созерцательными занятиями и не проявлять инициативу. Они склонны к избеганию сложных задач и конфликтов и предпочитают работу, где не требуется быстроты реакции и высокой активности. Флегматики имеют стабильное настроение, редко падают в депрессию или переживают чувство неуверенности и беспокойства. Они спокойны и уверены в себе, что помогает им устойчиво переносить стрессовые ситуации. Перфекционизм и точность в выполнении задач являются важными чертами флегматиков. Ответственность и дисциплина, организованность и уважение к социальным нормам являются главными принципами флегматичной личности.

Флегматикам рекомендуется заниматься спокойными занятиями, не требующими быстроты реакции и высокой активности. Кроме того, они могут отличаться как от-

личными философами, так и медленно развивающимися занятиями, такими как работа в офисе. Если речь идет о профессиональной деятельности, то флегматиков можно найти в профессиях, связанных с наукой, творчеством, литературой, математикой и др.

2. Нейротизм или эмоциональная устойчивость – склонность к эмоциональному расстройству или способность контролировать свои эмоции.

3. Легкость обучения или трудности усвоения – склонность к пониманию и запоминанию новой информации.

4. Активность или пассивность – склонность к высокой активности и двигательной активности или к пассивности и бездействию.

5. Гневливость или терпеливость – склонность к резкому проявлению эмоций или к спокойствию.

6. Ритмичность или аритмичность – показатель общего уровня синхронизации жизненных процессов.

7. Чувствительность или нечувствительность – способность к эмпатии и пониманию чувств других людей или к огрубелости и равнодушию [4].

Каждый тип темперамента имеет свои преимущества и недостатки, и часто люди имеют комбинацию нескольких типов, что создает уникальный набор черт личности. Темперамент может влиять на выбор профессии, эмоциональное состояние и поведение в общественных ситуациях.

Библиографический список

1. Батаршев А.В. Диагностика темперамента и характера. – СПб., Питер 2013. – 168 с.
2. Кейн С. Как использовать особенности своего характера. – М., Манн 2013. – 384 с.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – М., Academia 2013. – 304 с.
4. Столяренко А.М. Общая и профессиональная психология. – М., 2013. – 384 с.

DISTINCTIVE PROPERTIES OF TEMPERAMENT

K.I. Abramova, *Student*

D.A. Izatulina, *Student*

A.I. Safin, *Student*

Ufa University of Science and Technology

(Russia, Ufa)

***Abstract.** This article discusses temperament and its distinctive characteristics. The relevance of the article lies in the fact that in psychology there is still no strict definition of "temperament". Depending on the general concepts of the psyche and personality, different psychologists of new and modern times ascribed to the temperament very different traits. This will be discussed further in the article.*

***Keywords:** temperament of personality, psyche, features, differences.*