**Группа ДО – 262 7 - 11 ДЕКАБРЯ 2020г.**

**1. Дисциплина: ПСИХОЛОГИЯ**

**2. Преподаватель: Ремская Е.А.**

# 3. Название темы: СПОСОБНОСТИ. ТЕМПЕРАМЕНТ. (4 часа)

**4. Дата сдачи заданий: 11.12.2020г. на электронный адрес [Lenarem@bk.ru](mailto:Lenarem@bk.ru) КОНСПЕКТ НЕ ПРИСЫЛАЙТЕ. ТОЛЬКО РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ.**

**Контрольные задания**

1. Изучить и законспектировать теоретический материал.

2. Ответить на вопросы в письменном виде

1. Определите понятие «способности». Опишите их виды.
2. Какова роль задатков и социально-обусловленных качеств человека в формировании способностей?
3. В чем выражается соотношение способностей и успешности обучения?
4. Что такое темперамент как природное свойство личности?
5. Что является физиологической основой темперамента?
6. В чем достоинства и недостатки каждого типа темперамента?

# СПОСОБНОСТИ

## Понятие способностей. Общие и специальные способности

Разницу достижения успехов людей, оказавшихся в одинаковых условиях, объясняют степенью развития способностей человека. Там, где один человек достигает высшего уровня мастерства, другой, при всем своем старании, лишь определенного среднего уровня. Есть некоторые виды деятельности, например, искусство, наука, спорт, в которых успеха может достигнуть лишь человек с определенными способностями.

Значительный вклад в разработку общей теории способностей внес отечественный психолог Б. М. Теплов. Основные положения его теории:

1. Под способностями понимаются индивидуально-психологические особенности, отличающие одного человека от другого. Например: для музыканта — это не длинные пальцы рук, а прежде всего музыкальный слух, чувство ритма.

2. Способностями называют не всякие индивидуальные особенности, а лишь такие, которые обеспечивают успешное выполнение деятельности.

3. Способности не сводятся к тем знаниям, навыкам или умениям, которые уже выработаны у данного человека.

*Под способностями понимают те психические свойства и качества личности, которые служат необходимым условием успешного выполнения деятельности.*

Нередко способности бывают не замечены и не оценены по достоинству. Например, Сурикову В. И., способному, но не обладавшему из-за отсутствия обучения графическими навыками, на экзамене инспектор Академии художеств сказал: «За такие рисунки вам даже ходить мимо Академии надо запретить». Н. В. Гоголь, по мнению учителей начальной школы, был не способен к изучению русского языка. Великий физик И. Ньютон считался неуспевающим учеником, пока не заинтересовался математикой и физикой.

Способность может существовать только в процессе деятельности и развития человека. Если он перестает или не начинает ею пользоваться, она угасает. Способности — прижизненное образование, имеющее врожденную основу.

Итак, когда мы говорим о способностях, то имеем в виду способности к чему-либо определенному — к математике, литературе, музыке и т. д. Любая способность есть способность к какой-либо деятельности. Вместе с тем есть такие способности, которые проявляются только в связи с определенным видом деятельности. Поэтому способности человека можно разделить на специальные и общие (схема 30).

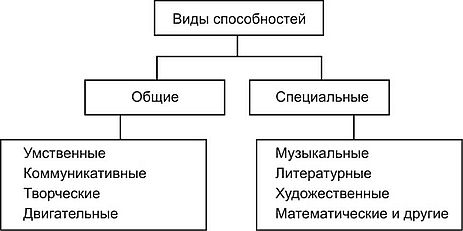


Схема 30. Виды способностей

Специальные способности — это способности, проявляющиеся только в отдельных видах деятельности (художественные, музыкальные, математические и т. д.).

Общими способностями называют такие, которые проявляются во всех видах деятельности человека (умственные способности, развитая ручная моторика, память и т. д.).

# Способности, задатки и индивидуальные различия людей

Природа человеческих способностей вызывает достаточно бурные споры среди ученых. Некоторые из них утверждают, что способности биологически обусловлены и целиком зависят от природных задатков. Обучение и воспитание может лишь изменить скорость их проявления.

В качестве доказательства врожденности задатков обычно указывают факты их раннего проявления у одаренных детей. Музыкальная одаренность Моцарта выявилась в три года, Гайдна — в четыре, талант в живописи и скульптуре у Рафаэля — в восемь лет, и т.д.

В пользу наследственности способностей свидетельствуют существующие многочисленные династии артистов, художников, военных, врачей, педагогов. Однако в большинстве случаев следует говорить о социальной наследственности, где ребенок идет по стопам родителей не только из-за наследственной предопределенности, но и потому, что с детства узнал и полюбил профессию родителей.

Противоположным вышеизложенной позиции является мнение о том, что особенности психики полностью определяются качеством воспитания и обучения. Дети самых отсталых и примитивных племен, получив соответствующее обучение и воспитание с раннего возраста, ничем не отличаются от образованных европейцев. Различные случаи ранней социальной изоляции приводят к состоянию «маугли». С позиции этого представления у каждого ребенка можно сформировать любые способности.

Однако жизненные наблюдения и специальные исследования свидетельствуют о том, что нельзя отрицать **задатки**, которые индивидуальны у каждого человека. По сути дела природные различия между людьми являются различиями в задатках, предпосылках развития способностей.

*Задатки — врожденные анатомо-физиологические особенности мозга, нервной системы, анализаторов, которые обусловливают природные, индивидуальные различия между людьми.*

Развиваясь на основе задатков, способности являются функцией не задатков самих по себе, а результатом развития, в процесс которого сами задатки включаются лишь как предпосылки. Важное значение имеют особенности нервной системы и структуры мозга. Они оказывают влияние на развитие способностей к любому виду деятельности. Причем, как свидетельствуют исследования способностей отечественными психологами, в задатках следует усматривать не столько анатомо-физиологические, сколько психофизиологические свойства, и прежде всего те, которые проявляются у человека в самом начале овладения какой-либо деятельностью.

Успех или неудача при решении проблем связаны также с некоторыми качествами личности. Особенно важны здесь такие психологические характеристики, как собранность и настойчивость.

# Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность

Общие способности нередко называют одаренностью. Одаренность может проявляться в различных видах жизнедеятельности: в интеллектуальной, академической (способность обучаться), творческой деятельности, в социальной сфере (лидерство, общение), духовной жизни, психомоторике (движение). Одаренных людей отличает внимательность, собранность, постоянная готовность к деятельности, им свойственна настойчивость в достижении цели, неуемная потребность трудиться, а также интеллект, превышающий средний уровень.

*Одаренность* — *это наличие у человека ярко выраженных задатков к развитию способностей.*

Одаренность не является единственным фактором, обеспечивающим выбор и успешность выполнения деятельности. Помимо одаренности человек должен обладать соответствующими навыками и умениями. Развитие способностей происходит в деятельности и проявляется как талант и гениальность.

*Талант* — *высокий уровень развития способностей человека, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности.*

Отдельная изолированная способность, даже очень высокоразвитая, не может быть названа талантом. Например, наличие феноменальной памяти. Так, в медицинской практике описан случай с человеком, который ничего не мог забыть, он дословно мог передать содержание статьи, прочитанной несколько дней назад, и при этом не мог выразить ни одной собственной мысли.

Талант — это определенное сочетание способностей, их совокупность.

Высший уровень развития способностей называют гениальностью. О гениальности говорят, когда творческие достижения человека составляют эпоху в жизни общества, в развитии культуры. История свидетельствует, что за период развития человечества можно назвать не более четырехсот гениев.

*Гениальность — высший уровень развития у человека каких-либо способностей, делающий его выдающейся личностью в соответствующей области или сфере деятельности.*

Редкое появление и неординарность гениального человека породили множество попыток объяснения этого феномена. Некоторые психологи считают, что человеческий мозг несет в себе огромную, пока далеко не используемую избыточность природных возможностей и что гениальность — высшая полнота проявления природных возможностей.

# Формирование способностей.

Развитие любой способности связано с созреванием необходимых для нее органических структур или с формированием на их основе нужных функциональных систем и охватывает период от рождения до шести-семи лет. Здесь происходит совершенствование работы анализаторов, развитие и функциональная дифференциация отделов коры головного мозга, когнитивных (восприятия, памяти, внимания, мышления) процессов личности, что в свою очередь создает условия для формирования общих способностей.

Мощный фактор развития одаренности — адекватный механизм преодоления трудностей. Одаренные люди проявляют громадное упорство в области своих интересов. Одним из самых ранних показателей одаренности является время, в течение которого двух - трехлетний ребенок может сосредоточиться на одном занятии. Нередко уже в три-четыре года дети умеют читать и считать, увлекаются разными интеллектуальными занятиями. Ускоренное умственное развитие у них проявляется и при дальнейшем обучении. Таких детей обычно называют вундеркиндами. Вундеркиндом считался, например, Виктор Гюго, который в 15 лет получил почетный отзыв Французской академии. А. С. Грибоедов поступил в Московский университет в 11 лет, а в 15 лет уже закончил философский факультет.

Становление специальных способностей активно начинается уже в дошкольном детстве и ускоренными темпами продолжается в школе, особенно в младших и средних классах. Сначала развитию способностей содействуют различные игры детей, в которых изначально формируются элементы двигательных, конструкторских, организаторских, художественно-изобразительных, музыкальных, творческих способностей. Затем существенное влияние на этот процесс оказывает учебная и трудовая деятельность. Важно знать, что способности проявляются, формируются и развиваются в деятельности.

Деятельность должна вызывать у ребенка сильные и устойчивые положительные эмоции, удовольствие, что способствует развитию глубоких устойчивых интересов. Деятельность должна быть творческой. Важно организовывать ее так, чтобы перед ребенком ставились цели, немного превосходящие его наличные возможности. Следовательно, деятельность должна находиться в зоне оптимальной трудности, тогда она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л. С. Выготский назвал зоной ближайшего развития. Если деятельность слишком проста или слишком трудна, то она не приводит к формированию новых умений и навыков. Важным моментом развития способностей выступает многоплановость и разнообразие видов деятельности, что содействует разностороннему развитию ребенка. Необходимо также воспитывать качества личности, такие как настойчивость, требовательность к себе.

Современное образование уделяет проблеме развития творческих интеллектуальных способностей детей и подростков большое внимание. Для одаренных детей необходима развивающая среда. В Москве существуют для таких детей специальные школы: «Созвездие», Колмагоровский интернат, школа № 57, спецшколы. Для выявления одаренных детей проводятся интеллектуальные марафоны, олимпиады, конкурсы, научно-практические конференции и т. д.

# Выводы

1. Под способностями понимают психические свойства и качества личности, которые служат необходимым условием успешного выполнения деятельности.

2. Среди видов способностей выделяют специальные (проявляются только в отдельных видах деятельности) и общие (проявляются во всех видах деятельности человека).

3. Задатки — врожденные анатомо-физиологические особенности мозга, нервной системы, анализаторов, которые обусловливают природные, индивидуальные различия между людьми.

4. Общие способности называют одаренностью. Талант — высокий уровень развития способностей человека, обеспечивающий достижение выдающихся успехов в том или ином виде деятельности. Высший уровень развития способностей называют гениальностью.

# ТЕМПЕРАМЕНТ

## Понятие темперамента

Древнегреческий врач Гиппократ, живший в пятом веке до нашей эры, описал четыре типа темперамента, которые получили названия: сангвиник, флегматик, холерик, меланхолик.

Темперамент оказывает существенное влияние на формирование характера и поведения человека, определяет его поступки, индивидуальность. Он выступает как бы связующим звеном между организмом и личностью.

*Темперамент — характеристика личности со стороны особенностей динамики ее психической деятельности (интенсивности, темпа, ритма, скорости психических процессов).*

Свойства темперамента составляют индивидуальные особенности человека. Для них специфична скорость возникновения, устойчивость и сила протекания психических процессов. Это, например, относится к быстроте восприятия и мышления, устойчивости внимания и чувств, интенсивности эмоций, силе воли. Особенности динамики психической деятельности распространяются на все психические процессы: познавательные, эмоциональные, волевые. Они обнаруживаются также в общении, в приспособляемости к новым условиям жизни и деятельности.

Можно выделить следующие основные компоненты, определяющие темперамент:

1. Общая активность психической деятельности и поведения человека. Она выражается в различной степени стремления активно действовать, осваивать и преобразовывать окружающую действительность, проявлять себя в разнообразной деятельности.

Выражение общей активности у людей различно. Можно отметить две крайности: с одной стороны, вялость, инертность, пассивность, а с другой — большая энергия, активность, страстность и стремительность в деятельности.

1. Двигательная, или моторная, активность. Она показывает состояние активности двигательного и речедвигательного аппарата. Выражается в быстроте, силе, резкости, интенсивности мышечных движений и речи человека, его внешней подвижности (или, наоборот, сдержанности), говорливости (или молчаливости).
2. Эмоциональная активность выражается в эмоциональной впечатлительности (восприимчивость и чуткость к эмоциональным воздействиям), импульсивности, эмоциональной подвижности (быстрота смены эмоциональных состояний, возникновения и прекращения их).

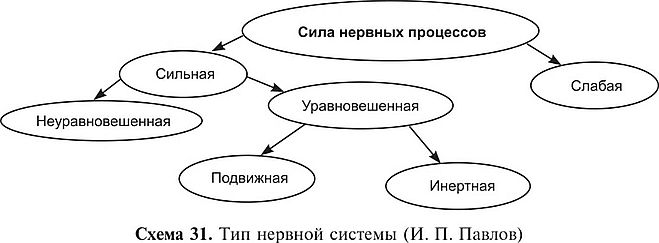
Темперамент проявляется в деятельности, поведении и поступках человека и имеет внешнее выражение. По внешним устойчивым признакам можно до известной степени судить о некоторых свойствах темперамента.

Нет лучших и худших темпераментов. Каждый из них имеет свои положительные стороны, поэтому главные усилия должны быть направлены не на исправление темперамента, что невозможно вследствие врожденной его основы, а на разумное использование в конкретной деятельности его достоинств. Темперамент характеризует динамичность личности, но не раскрывает ее убеждений, взглядов, интересов, способностей. Человек любого типа темперамента может достичь успехов. Например, среди крупнейших писателей А. И. Герцен — сангвиник, И. А. Крылов — флегматик, А. С. Пушкин — холерик, Н. В. Гоголь — меланхолик.

# История становления типологии темпераментов

С древнейших времен различали четыре типа темперамента: сангвинический (живой), флегматический (медленный, спокойный), холерический (энергичный, страстный), меланхолический (замкнутый, склонный к глубоким переживаниям).

И. П. Павлов считал, что **физиологической основой темперамента является тип нервной системы** (схема 31). Он характеризуется различным соотношением силы, уравновешенности, подвижности нервных процессов.



**Сила процессов** возбуждения и торможения зависит от работоспособности нервных клеток, их выносливости относительно сильных и длительных раздражителей.

**Уравновешенность** нервных процессов — свойство, показывающее степень соотношения возбуждения и торможения. Нервная система уравновешена, когда процесс возбуждения равен по силе процессу торможения, неуравновешена — при преобладании одного из них.

**Подвижность** нервных процессов связана со скоростью реагирования на внешние раздражители.

Большой вклад в развитие теории темперамента в отечественной психологии принадлежит Б. М. Теплову. «Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, то есть быстротой возникновения чувств, с одной стороны, и силой их — с другой» (1985). Темперамент имеет два компонента — активность и эмоциональность. Активность характеризует степень энергичности, быстроты протекания психических процессов. Эмоциональность — их особенности.

Отечественный психолог В.С. Мерлин назвал свойства темперамента. К ним относятся: сензитивность, реактивность, активность, соотношение активности и реактивности, темп реакции, пластичность — ригидность, экстраверсия — интроверсия.

**Сензитивность** — повышенная чувствительность к воздействиям материального и социального мира. У сензитивных людей ощущения возникают при незначительной интенсивности раздражителя, у них высокая чувствительность.

**Реактивность** определяется силой эмоционального ответа. Реактивный человек впечатлителен, эмоционально реагирует на внешние или внутренние воздействия.

**Активность** проявляется в энергичности, с которой человек воздействует на внешний мир, в том, с каким упорством он преодолевает препятствия, мешающие достижению цели, в выраженности его целенаправленности, настойчивости, сосредоточенном внимании.

**Соотношение активности и реактивности** свидетельствует о том, насколько поведение и деятельность человека зависят от случайных обстоятельств (настроения, эмоциональных реакций) и насколько — от цели и задач, которые он ставит перед собой, то есть насколько велик элемент случайности в его деятельности.

**Темп реакции** характеризует быстроту протекания психических процессов — познавательных, эмоциональных, волевых, а также речи, двигательных реакций и действий.

**Пластичность - ригидность**. Пластичность — это легкость, гибкость приспосабливания человека к изменяющимся условиям жизни, деятельности; ригидность — инертность, неспособность быстро приспособиться к изменениям, стереотипность поведения.

**Экстраверсия—интроверсия**. Эти свойства выражаются в преимуществе обращенности личности в мир внешний (экстраверсия) или внутренний — мир образов, мыслей, чувств (интроверсия). От преобладания направленности зависят особенности реагирования и деятельности людей, их контактность или замкнутость.

Рассмотренные свойства в их сложном взаимодействии прослеживаются в каждом типе темперамента.

# Характеристика типов темперамента (сам)

**Сангвинический темперамент**. Люди этого темперамента отличаются повышенной реактивностью и активностью при их уравновешенности. Они живо откликаются на каждое событие, впечатлительны. Эмоции и чувства возникают и сменяются у них быстро. Поэтому плохое настроение им не свойственно, если оно возникает, то без труда вытесняется мажорной гаммой переживаний. Они энергичны, горячо берутся за новое дело, но быстро остывают, могут не довести его до конца. Реактивность и активность у них сбалансированы, поэтому их легко организовать, они без труда сдерживают свои реакции и чувства. Поведение сангвиников пластично. Они легко приспосабливаются к любой новой обстановке и новым требованиям, быстро переключают внимание, без трудностей сходятся с людьми, первыми завязывают дружбу. Легко осваивают и переделывают навыки. У сангвиников высокий темп реакции. Он проявляется в общей подвижности, в речи, в быстроте ориентировки, сообразительности, гибкости ума. Движения сангвиника быстрые и плавные, речь — громкая, быстрая, отчетливая, интонации разнообразные, сопровождаются мимикой и жестами. Сангвиники — экстраверты. Они общительны, любят компании, их часто называют «душой общества». У них пониженная сензитивность, низкая чувствительность, высокие пороги ощущений.

**Холерический темперамент**. Людям холерического темперамента свойственны высокая реактивность и активность. Чувства возникают у них так же быстро, как и у сангвиника, но отличаются высокой интенсивностью и устойчивостью. Внешнее выражение чувства отчетливое. Холерики активны, могут трудиться без устали, энергично. Однако реактивность у них преобладает над активностью. Поэтому холерики нервны, необузданны, несдержанны, вспыльчивы, порывисты. Со всей страстностью отдаются делу, преодолевая различные препятствия. Они склонны к аффектам, сменам настроения, резки в общении с людьми. Им свойствен быстрый темп психических реакций. Говорят они быстро, сообразительны, моментально понимают суть вопроса и находят решение, движения резкие, стремительные. Холерики менее пластичны, более ригидны, чем сангвиники. Отсюда большая устойчивость стремлений и интересов, более выражено привыкание к определенным условиям. Холерики — экстраверты.

**Флегматический темперамент**. Человек флегматического темперамента отличается малой реактивностью. Только очень сильные впечатления могут вывести его из равновесия, заставить проявить свои переживания. У флегматиков чувства возникают медленно, сохраняются длительно, аффектов не бывает, мимика и жесты однообразны, невыразительны. По выражению И. П. Павлова, флегматик — «упорный труженик жизни», энергичен, может успешно выполнять работу, требующую большого монотонного напряжения; высокая активность преобладает над слабой реактивностью. Представители этого типа темперамента терпеливы, выдержанны, легко сдерживают порывы, не тратят напрасно силы, доводят дело до конца. Они ригидные, к новой обстановке приспосабливаются с трудом, ценят привычный образ жизни, привычную работу и круг общения, с трудом могут их изменить, внимание с одной деятельности на другую переключают с трудом. Затруднена у них и переделка навыков. Темп реакций замедленный, движения медлительные, речь однообразная, не быстрая. Флегматики — интроверты. На внешние впечатления они реагируют неярко, живут в мире своих образов, мыслей и переживаний. С новыми людьми сходятся с трудом, не любят компаний, не стремятся быть в центре внимания.

**Меланхолический темперамент**. Люди меланхолического темперамента высокочувствительны, потому легкоранимы, обидчивы, иногда слезливы. Для них характерна малая реактивность, медленное возникновение чувств, но в то же время большая их глубина, и это накладывает отпечаток на весь склад их личности. Настроения у них устойчивы, но часто носят астенический характер. У меланхоликов пониженная активность. Они не умеют и не любят работать быстро, без отдыха; легко устают, не любят новой работы, неуверены в себе, трудности их пугают. При этом у них опускаются руки, снижается энергия. Темп психических процессов и движения у них замедленные, речь тихая, не быстрая, мимика слабая, невыразительная. Меланхолики ригидные и интровертированные, замкнутые, необщительные. Они смущаются при знакомстве с новыми людьми, иногда теряются при общении с ними, склонны уходить в себя, обращаться к миру собственных мыслей, образов, чувств. В привычной обстановке они могут быть очень контактными, отличаются тактичностью, считаются с чувствами других людей.

# Проявление темперамента в деятельности (пз)

Различие людей по темпераменту проявляется в их деятельности. Для достижения успехов в ней важно, чтобы человек владел своим темпераментом, умел приспособить его к условиям и требованиям деятельности, опираясь на его сильные свойства и компенсируя слабые. Такое приспособление выражается в индивидуальном стиле деятельности.

Индивидуальный стиль деятельности — это целесообразная, соответствующая особенностям темперамента система способов и приемов выполнения деятельности, обеспечивающая наилучшие ее результаты.

Формирование индивидуального стиля деятельности осуществляется в процессе обучения и воспитания. При этом необходима собственная заинтересованность субъекта.

Условия формирования индивидуального стиля деятельности:

1) определение темперамента с оценкой выраженности его психологических свойств;

2) нахождение совокупности сильных и слабых сторон;

3) создание положительного отношения к овладению своим темпераментом;

4) упражнение в совершенствовании сильных свойств и возможной компенсации слабых.

Темперамент имеет значение и для выбора вида деятельности. Холерики предпочитают эмоциональные ее виды (спортивные игры, дискуссии, публичные выступления) и неохотно занимаются однообразной работой. Меланхолики охотно занимаются индивидуальными видами деятельности.

Известно, что в процессе учебных занятий сангвиники при изучении нового материала быстро схватывают основу, выполняют новые действия, хотя с ошибками, не любят длительной и тщательной работы при освоении и совершенствовании навыков. Флегматики не станут выполнять новые действия, упражнения, если что-то неясно в содержании или технике, они склонны к кропотливой, длительной работе при овладении ею.

Например, для спортсменов существуют различия, зависящие от темперамента, в предстартовых состояниях. Сангвиники и флегматики перед стартом находятся преимущественно в состоянии боевой готовности, холерики — в состоянии стартовой лихорадки, а меланхолики — в состоянии стартовой апатии. На соревнованиях сангвиники и флегматики показывают стабильные результаты и даже более высокие, чем на тренировках, у холериков и меланхоликов они недостаточно стабильны.

Столь же дифференцированно, в частности с учетом силы и уравновешенности нервной системы учащихся, нужно подходить и к применению различных форм педагогических воздействий — похвалы, порицания. Похвала оказывает положительное влияние на процесс формирования навыка у всех учащихся, но наибольшее — у «слабых» и «неуравновешенных». Порицание наиболее эффективно действует на «сильных» и «уравновешенных», наименее — на «слабых» и «неуравновешенных». Ожидание оценки за выполнение заданий оказывает положительное влияние на «слабых» и «уравновешенных», но менее существенно для «сильных» и «неуравновешенных».

Таким образом, темперамент, будучи зависимым от врожденных свойств нервной системы, проявляется в индивидуальном стиле деятельности человека, поэтому важно учитывать его особенности при обучении и воспитании.

Учет особенностей темперамента необходим при решении в основном двух важных педагогических задач: при выборе методической тактики обучения и стиля общения с учащимися. В первом случае нужно помочь сангвинику увидеть в монотонной работе источники разнообразия и творческие элементы, холерику — привить навыки особого тщательного самоконтроля, флегматику — целенаправленно развить навыки быстрого переключения внимания, меланхолику — преодолеть страх и неуверенность в себе. Учет темперамента необходим при выборе стиля общения с учащимися. Так, с холериками и меланхоликами предпочтительны такие методы воздействия как индивидуальная беседа и косвенные виды требования (совет, намек и т. д.). Порицание на виду у класса вызовет у холерика конфликтный взрыв, у меланхолика — реакцию обиды, подавленности, неуверенности в себе. Имея дело с флегматиком нецелесообразно настаивать на немедленном выполнении требования, необходимо дать время созреть собственному решению ученика. Сангвиник легко и с удовольствием примет замечание в форме шутки.

Темперамент — природная основа проявления психологических качеств личности. Однако при любом темпераменте можно сформировать у человека качества, не свойственные данному темпераменту. Особое значение здесь имеет самовоспитание. В письме О. Л. Книппер-Чеховой А. П. Чехов писал: «Ты ... завидуешь моему характеру. Должен сказать, что от природы характер у меня резкий, я вспыльчив и проч., проч., но привык держать себя, ибо распускать себя порядочному человеку не подобает».

# Выводы

1. Темперамент — характеристика личности со стороны особенностей динамики ее психической деятельности (интенсивности, темпа, ритма, скорости психических процессов).

2. Темперамент — это врожденное свойство человека.

3. С древнейших времен различали четыре типа темперамента: сангвинический, флегматический, холерический, меланхолический.

4. По учению И. П. Павлова, физиологической основой темперамента является тип высшей нервной деятельности. Он характеризуется различным соотношением трех свойств нервной системы: силы, уравновешенности, подвижности нервных процессов (возбуждения и торможения).

5. К свойствами темперамента относятся: сензитивность, реактивность, активность и их соотношение, темп реакции, пластичность — ригидность, экстраверсия — интроверсия.

6. Индивидуальный стиль деятельности — это целесообразная, соответствующая особенностям темперамента система способов и приемов выполнения деятельности, обеспечивающая наилучшие ее результаты.