**Индивидуальный проект**

**На тему**

**«Влияние характера человека на его взаимоотношения с окружающими людьми»**

Краснодар 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Введение……………………………………………………………………………...4

Глава 1. Что такое характер?

* 1. Понятие характера……………………………………………………...5
	2. Формирование характера………………………………………………6
	3. Связь характера с темпераментом…………………………………….9
	4. Типы характера………………………………………………………..11

Глава 2. Взаимосвязи с характером

* 1. Влияние на взаимоотношения……………………………………...15
	2. Soft skills……………………………………………………………...15

Заключение………………………………………………………………………….19

Список использованных источников……………………………………………...20

**Актуальность темы:** Характер человека является важным фактором личности. Характер оказывает влияние на поступки человека, на взаимодействия с окружающим миром и окружающими людьми, а отсюда и на социальное положение человека.

Умение корректировать свой характер в лучшую сторону и развитие определенных навыков значительно помогут улучшить жизнь человека. А базовое понимание о характере поможет этому.

**Цель проекта:** Изучение характера, его формирования и типов. Проявление характера в жизни человека.

**Задачи проекта:**

1. Выполнить анализ литературных источников и Интернет-ресурсов по теме проекта.
2. Систематизировать, углубить и расширить знания о характере человека в его жизни.
3. Разработать структуру реферата по теме «Влияние характера человека на его взаимоотношения с окружающими людьми».
4. Подготовить мультимедийную презентацию для защиты проекта.

**Введение**

Характер играет важнейшую роль в жизни каждого.

Человек постоянно находится в обществе. Вследствие этого, человеку с детства приходится взаимодействовать с окружающими его людьми. Сначала это родители и другие дети. Со временем появляются одноклассники, одногруппники, отношения с противоположным полом, коллеги и т.д. Так же это часто незнакомые люди, к примеру, продавцы, или водители такси. И другие.

И то, как человек поведет себя в той или иной ситуации, или в общении с другими людьми, зависит от характера.

Во взаимоотношениях с окружающими именно характер определяет, какими будут дальнейшие отношения. Известная поговорка гласит: «Встречают по одёжке», а характер является своего рода «одежкой».

Для того чтобы дальнейшие отношения с людьми складывались благоприятно, необходимо понимать свой характер и характер других людей. Это позволит увидеть и компенсировать какие-то слабые стороны и поможет лучше взаимодействовать с другими.

К тому же, от характера зависит эмоциональное состояние человека. А от эмоционального состояния зависят здоровье и продуктивность. Отслеживание своих негативных сторон и постоянная работа над собой, помогут избегать конфликтных ситуаций и пустых переживаний, что в свою очередь поможет сохранить нервную систему и оставаться здоровым и счастливым человеком.

Я рассмотрю понятие характера, его формирование и типы. Расскажу о том, как он влияет на взаимоотношения с людьми. И расскажу про soft skills.

**Глава 1.**

**1. Понятие характера**

Характер – древнегреческое слово, в переводе обозначающее «примета», «отличительная черта», «знак». Отсюда можно вывести общее определение характера – это совокупность относительно постоянных черт личности и свойств психики, которые определяют поведение, отношение, реакции и другие проявления человека.

Каждый человек наделён индивидуальнум набором характерных особенностей. Черты характера представляют собой огромный список личностных качеств. Они могут быть как положительными, так и отрицательными, от которых люди хотят избавиться.

Существует несколько вариантов деления характеров на общие больше группы. Первая группа объединяет в себе различные особенности психики:

1. Отношения с другими людьми. К данной группе относятся такие черты как уважение, грубость, доброжелательность, конфликтность и другие;
2. Отношения с самим собой. Высокомерие, скромность, неуверенность, самокритичность;
3. Отношение к трудовой деятельности. Целеустремленность, лень, ответственность;
4. Отношение к материальным вещам. Бережность, халатность.

Так же, совокупности черт характера делят на другие четыре большие группы:

1. Определенные. Доминирует одна или несколько черт;
2. Неопределенные. Нет доминирующих черт;
3. Противоречивые. Цели и действия личности диссонируют;
4. Цельные. Противоречия отсутствуют.

Все эти и подобные черты находятся у разных людей в разных пропорциях, и тем самым образуют разные типы характеров.

**2.Формирование характера**

Характер начинает формироваться с первых дней жизни. Основную роль играет общение с окружающими людьми, в первую очередь, с матерью. Ребенок подражает своим близким в поведении и поступках. Таким образом, он усваивает формы поведения взрослых. А так же, ученые выяснили, что дети чувствуют психологическое состояние родителей и воспринимают его как некую модель поведения, которую применяют на себя.

Психологи выделяют специальный сенситивный период, когда психика ребенка наиболее восприимчива для формирования характера: от двух-трех лет до девяти-десяти лет. В это время дети активно общаются и с другими детьми, и с взрослыми. Они с готовностью принимают новый опыт, т.к открыты почти для любого воздействия со стороны.

Для формирования характера ребенка важен стиль общения окружающих людей:

1. Взрослых с взрослыми;

2. Взрослых с детьми;
3. Детей с детьми.

Ребенок перенимает стиль общения и пытается к нему приспособиться, что тоже влияет на становление характера. Отношения матери и отца становятся для ребенка способом обращения в будущем с его детьми. Однако ребенок не просто перенимает стили общения, но и по-своему критикует их. Чем старше ребенок, чем сильнее развит его интеллект, чем чаще он пользуется возможностями своего разума, тем он больше проявляет критичность.

Самыми первыми закладываются такие черты, как:

1. Доброта – агрессивность;

2. Общительность – замкнутость;

3. Отзывчивость – эгоистичность;

4. Трудолюбие – лень;

5. Аккуратность – халатность;

6. Ответственность – безответственность.

Психологи считают, что эти черты начинают формироваться в дошкольном возрасте. В играх и в видах домашней бытовой деятельности. Закрепляются те черты, которые получают поддержку со стороны взрослых.

В начальных классах ребенок начинает жить социальной жизнью, общаться с большим количеством малознакомых людей. Повышается ответственность за результат его деятельности. И под воздействием нового опыта корректируются черты характера.

В начальной школе формируется самооценка. Вследствие того, что ребенка начинают сравнивать с другими детьми. Школьные успехи формируют уверенность, а неудачи могут сформировать «комплекс двоечника», ребенок думает, что стараться не нужно, потому что он и так двоечник.

В подростковом возрасте активно развиваются и закрепляются волевые черты характера. Осваиваются новые сферы деятельности.

В юности развиваются моральные качества и основа мировоззрения.

К 18 годам характер фактически сформирован. Однако характер меняется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути.

Огромное влияние на человека во все периоды жизни оказывает внешний информационный фон:

1. Культура и СМИ;

2. Поступки окружающих людей;

3. Суждения окружающих людей о жизни;

4. Господствующая идеология в обществе.

Характер складывается под влиянием многих факторов, но главная и решающая роль в его становлении принадлежит человеку. Многие взрослые, сознательные люди сами являются творцами своего характера. Эти люди занимаются самовоспитанием. Самовоспитание характера предполагает ориентацию на определенную модель, формирование желаемых черт и свойств и преодоление негативных, для чего приходится решать непростую задачу – разобраться во внутреннем строе своего характера. Путь к этому лежит через осознание собственных поступков, поведения, мыслей, чувств, эмоций и анализ их смыслов. Это позволит ему определить цель работы над собой, т. е те черты характера, от которых он хотел бы избавиться, или, наоборот, выработать у себя. Самовоспитание характера предполагает, что человек способен освободиться от излишнего самомнения, может критически посмотреть на себя, увидеть свои недостатки. Для самовоспитания характера необходимо наличие особого мотива самосовершенствования, который говорит о зрелости и высокой духовности личности.

**3.Связь характера с темпераментом**

Учитывая, что и темперамент, и характер как свойства личности не остаются нейтральными относительно его поведения и деятельности, логично поставить вопрос об их соотношении. Темперамент включен в характер в качестве составляющей. Характер формируется на основе темперамента, т.к последний – более раннее личностное качество, обусловленное генетически. Черты характера проявляются только тогда, когда уже основательно развит темперамент. В характере черты темперамента содержаться в преобразованном виде. Они либо понятны и приняты, либо не приняты человеком за основу своей деятельности. Однако темперамент не предопределяет характер в полной мере. У людей с одинаковыми свойствами темперамента может быть совершенно разный характер. Особенности темперамента лишь могут способствовать или противодействовать формированию тех или иных черт.

Темперамент является совокупностью психических свойств, воздействующих на поведение и деятельность индивида. Нервная система отвечает за уровень сосредоточенности, быстроту мыслительного процесса, память и т.д. И именно нервная система является основой для видов темперамента:

1. Меланхолический тип. К меланхоликам относятся люди чувствительные, ранимые, склонные к глубоким переживаниям. Они быстро утомляются, вяло реагируют на происходящие события, обладают нестабильным эмоциональным фоном и высокой тревожностью. Быстро устают и нуждаются в частом отдыхе, поэтому лучше справляются с работой, не требующей немедленного реагирования, за то легко справляются с однообразной монотонной работой. Такие люди склонны к самоанализу, глубокой рефлексии, познанию самих себя, поэтому меньше остальных заинтересованы в общении с окружающими. Часто их самооценка низкая из-за склонности к преувеличению своих недостатков и даже незначительных неудач.

2. Холерический тип. Холерика отличает порывистость, страстность, неуравновешенность, неустойчивость, сильные аффекты, быстрые и резкие смены настроения. Такие люди умеют преодолевать трудности, но им тяжело быть сдержанными. Их отличает агрессивность, и способность быстро становится раздражительными и вспыльчивыми в сочетании со столь же стремительной способностью «остывать» и успокаиваться. В труде такие люди столь же порывисты. С одной стороны, при личной заинтересованности в выполнении задания они могут долго и упорно работать, однако, разочаровавшись в идее, или в своих силах, сразу бросают начатое занятие.

3. Сангвинический тип. Сангвиника можно описать как человека энергичного и уравновешенного, с подвижной нервной системой. Эмоциональные нагрузки переносятся ими легко, также легко они подстраиваются под новое дело и переключаются с одного занятия на другое. Такие люди общительны и любят внимание. Обладают высокой социальной адаптивностью и работоспособностью, которая позволяет им долго не утомляться. Однако для людей такого типа не подходит однообразная монотонная работа;

4. Флегматический тип. Флегматика можно узнать по внешней невозмутимости, инертности. Человека, принадлежащего к данному типу сложно «вывести из себя». Ему свойственно иметь устойчивые стремления и настроение. Переключение на различные виды деятельности происходит с трудом. Включаются в работу долго, но благодаря своей работоспособности могут также долго трудиться до полной самоотдачи.

Выделение этих типов условно, т.к в чистом виде не встречаются. Чаще всего индивид сочетает особенности как минимум двух типов темперамента. Но всё же, один из них обычно является преобладающим.

Важно помнить, что типы темперамента классифицированы - их 4, а типы характера не классифицированы и по сей день, их насчитано уже более 1500.

**4.Типы характера**

Ученые не пришли к единому мнению о том, какие есть типы характера. Существует множество разных классификаций, расскажу про самые популярные:

1. Э.Кречмер связал характер и телосложение человека. У него получилось три типа:

а) Астеники или шизотимики – это худые люди с длинными руками и ногами. Их основные черты – это низкая адаптационная способность, серьезность и замкнутость. При расстройствах психики, они предрасположены к заболеванию шизофренией;

б) Атлетики или иксотимики – это люди, обладающие высоким ростом, развитыми мышцами и хорошими пропорциями тела. Им присуще стремление к лидерству и властность. Они сдержаны в жестах и мимике, не любят перемен. При расстройствах психики склонны к эпилепсии;

в) Пикники или циклотимики – люди, не высокого роста, склонные к полноте, с короткими руками и ногами и большой головой. Эти люди общительны и эмоциональны, с развитой чувствительностью, легко приспосабливаются к новым обстоятельствам. При расстройствах психики склонны к маниакально-депрессивному психозу.

1. По акцентуациям (ведущие черты):

а) Гипертимный тип – общительный и энергичный;

б) Дистимный – замкнутый и медлительный. Пессимистичный;

в) Циклоидный – живёт из крайности в крайность. Совмещает два предыдущих;

г) Демонстративный – любит интриги, самоуверенный, хвастливый, эгоистичный. Легко адаптируется;

д) Тревожный - неуверенный в себе, нуждающийся в поддержке, самокритичный. Дружелюбный;

е) Возбудимый характер – сложный в общении. Конфликтный, властный, взрывной.

1. По направлению стремлений психики (всего два типа выделил К. Юнг):

а) Экстраверт – живёт в окружающем мире. Активный, энергичный, общительный;

б) Интроверт – живёт в своем внутреннем мире. Замкнутый, необщительный.

4. Типы характеров, по мнению психоаналитика А. Лоуэна:

а) Оральный – зависит от чужого мнения, нуждается в поддержке окружающих и боится быть отвергнутым;

б) Мазохистский – получает удовольствие от страданий и боли, чувственный;

в) Нарциссический – самоуверенный, целеустремленный, гибкий, агрессивный;

г) Истерический – эмоциональный, властный, высокомерный, амбициозный;

д) Шизоидный – неадекватный в эмоциях, слабо связаны мышление и чувства, неуверенный;

е) Психопатический – властный, стремящийся всё контролировать, обеспокоенный имиджем и репутацией.

5. «Большая пятёрка» Дж. Л. Адамса:

а) Экстраверсия (эмоционально положительный настрой) – тип характера, благодаря которому человек хорошо чувствует себя в обществе, доброжелательно настроен к людям и испытывает положительные эмоции. Такие люди быстрее идут на контакт с сослуживцами и могут работать в тех сферах, где требуется часто контактировать с людьми.

б) Доброжелательность – тип характера, присущий людям, приятным в общении, вежливым, умеющим думать о других и доверять.
Доброжелательность – ценное качество в сферах, где необходимо налаживать хорошие отношения с людьми.

в) Добросовестность – это то, насколько дисциплинирован и организован человек. Степень осторожности, упорности, целеустремленности, скрупулезности.

Добросовестность считается показателем качественно выполненной работы и является важной во многих сферах деятельности.

г) Открытость опыту – умение мыслить нестандартно, оригинальность, желание обучаться и готовность к риску. Общие черты: любознательный, оригинальный, творческий и т.д.

Такие люди могут преуспеть в тех сферах, где происходит быстрая смена обстановки и необходимы нововведения. Эти черты чаще присущи предпринимателям.

д) Невротизм – тип характера, при котором человек склонен к отрицательному эмоциональному настрою, беспокойствам, стрессам и депрессиям. Воспринимает окружающих и самих себя негативно.

Люди, с высокой степенью невротичности более критично относятся к своей деятельности, и это свойство помогает им работать лучше, развиваться. Могут проявлять себя в сферах контроля качества, где важно критическое мышление.

Кстати, термин «невротик» часто используется применительно к людям с психическими проблемами, но на самом деле это черта, которая в разной степени присуща каждому человеку.

И каждый из вышеперечисленных типов может быть развит в той или иной степени у любого человека. Или не развит совсем.

**Глава 2**

**1.Влияние на взаимоотношения**

Совместимость характеров – сложный и многофакторный процесс. Как правило, для «взаимодополняемости» требуется определенное несходство, различие характеров (пример: «склонный к подчинению» - «властный»). Такая пара людей более совместима, чем пара с одинаковыми или похожими чертами характера. Но есть качества характера, которые должны совпадать, а их несоответствия часто вызывают конфликты (пример: «неряшливый» - «чистоплотный»).

В целом, для обеспечения совместимости с другими людьми, требуется три основных качества характера:

1. Терпимость к другим;
2. Доверие к другим;
3. Критическое отношение к себе.

Если эти качества у человека отсутствуют полностью, то он психологически не совместим с другими людьми и всегда несет за собой тень конфликта. Если люди слишком различаются между собой по типам психологических предпочтений и не осознают, не учитывают этого, то возникновение конфликтов очень вероятно, даже если у людей нет антагонистических интересов.

**2.Soft Skills**

Soft skills – социально психологические навыки, в переводе с английского «гибкие навыки» (буквально «мягкие»). Они не связаны с конкретной профессией, но помогают хорошо выполнять свою работу, важны для карьеры.

Сейчас почти никто не работает в одиночку. Каждый человек общается с коллегами, с клиентами и партнерами. Он должен уметь договариваться с ними, аргументировать свою позицию и доносить ее до других людей. Кроме того, гибкие навыки помогают работать с информацией, уверенно чувствовать себя в профессии и не отстать от жизни.

Сами гибкие навыки были всегда, но понятие soft skills не использовалось. Исследования в этой области начались в США, примерно в 1960-е годы, а в конце 90-х термин вошел в бизнес-сферу.

Сейчас интерес и потребность в soft skills стали еще больше. Технологии развиваются настолько стремительно, что полученные нами знания очень быстро устаревают. Поэтому ценным является не тот работник, который когда-то много всего выучил, а тот, кто умеет быстро приспосабливаться к новым условиям, постоянно учиться и находит нестандартные решения. Кроме того, успех всего проекта чаще всего зависит от налаженных взаимоотношений в команде.

Все soft skills условно можно разделить на несколько групп:

1. Коммуникативные навыки. Это умение слушать, договариваться с другими людьми, аргументировать свою позицию, работать в команде. Это нетворкинг: построение и поддержание бизнес-отношений, ведение переговоров. Это лидерские качества и эмоциональный интеллект – умение понимать чужие чувства и контролировать свои;
2. Навыки самоорганизации. Умение контролировать своё психическое состояние, грамотно распоряжаться временем и эффективно организовывать свои рабочие процессы и ставить цели;
3. Креативные навыки. Управление процессами мышления в голове, способность мыслить нестандартно. Актуально не только для представителей творческих профессий, но и для других специалистов. Современный мир чрезвычайно изменчив, поэтому каждый из нас всё чаще сталкивается с нестандартными задачами, которые требуют нешаблонного подхода;
4. Управленческие навыки. Требуются людям, которые становятся руководителями. Умение управлять исполнением, ставить задачи сотрудникам, планировать, мотивировать и контролировать реализацию задачи. А так же наставничество – развитие сотрудников, обратная связь, коучинг.
5. Умение работать с информацией. Искать ее, анализировать, делать выводы. Умение мыслить системно, структурно, логически. Сюда же относят и компьютерную грамотность;
6. Стрессоустойчивость. Серьезные изменения – это стресс, а когда их много, способность справляться с ними и сохранять работоспособность, особенно важна.

Развитие гибких навыков требует времени, потому что многие из этих качеств связаны с глубинными привычками и установками, с характером. Но подросший уровень soft skills поможет не только в работе, но и в целом изменит жизнь к лучшему, включая отношения с близкими. Особенно если поработать над эмоциональным интеллектом и коммуникативными навыками.

Есть несколько способов развития soft skills:

1. Специальные курсы и тренинги;
2. Книги, посвященные гибким навыкам;
3. Опираясь на обратную связь от других людей – коллег по работе, или членов семьи.

Лучший способ – комбинировать все эти методы, потому что информация будет поступать из разных источников и что-то обязательно отпечатается. Важно не забывать, что для развития навыков понадобится саморефлексия, осмысление и оценка полученного опыта. А подготовленная личность является фундаментом для развития навыков. Например, если человек не уважает своих сотрудников, то навык мотивации развить не получится, пока он не изменит отношения к сотрудникам. Первично – отношение к людям и вещам, личностные черты и установки. А навыки – вторичны.

**Заключение**

В процессе теоретического изучения характера, было рассмотрено общее понятие характера, его формирование, связь с темпераментом и разные варианты типологии.

Были сделаны выводы о том, что характер формируется с первых дней, но трансформируется на протяжении всей жизни. Характер можно и нужно менять в лучшую сторону. Польза от развития своего характера заключается в том, что это улучшит качество жизни человека, поможет наладить отношения с нужными людьми и поможет избегать конфликтных ситуаций в обществе.

Понимание своего темперамента и типов характера поможет увидеть и выявить некоторые свои личностные черты, чтобы на основе этого начать над собой работать.

Во второй части рассмотрены общие черты, которые помогут не нести за собой конфликты, а так же приведен перечень навыков soft skills, которые помогут определиться с тем, какие черты человеку более необходимы, и как их развивать.

**Интернет ресурсы**

<https://ru.m.wikipedia.org/>

[https://ktonanovenkogo.ru/](https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/harakter-chto-ehto-takoe-cherty-tipy-vidy-haraktera-cheloveka.html)

[https://wikigrowth.ru/](https://wikigrowth.ru/psyhologiya/harakter/)

[https://nsportal.ru/](https://nsportal.ru/ap/library/nauchno-tekhnicheskoe-tvorchestvo/2018/01/11/vliyanie-haraktera-cheloveka-na-ego)

[https://spravochnick.ru/](https://spravochnick.ru/psihologiya/vliyanie_haraktera_cheloveka_na_ego_vzaimootnosheniya_s_okruzhayuschimi_lyudmi/)

[https://infourok.ru/](https://infourok.ru/vliyanie-haraktera-cheloveka-na-ego-vzaimosvyaz-s-okruzhayuschimi-lyudmi-2795369.html)

[http://www.grandars.ru/](http://www.grandars.ru/college/psihologiya/harakter-cheloveka.html)

[http://www.elitarium.ru/](http://www.elitarium.ru/cherty-lichnosti-harakter-ehkstravert-introvert-nevrotizm-dobrosovestnost-ehmociya-povedenie-chuvstvo-nastroj-sklonnost-rabota-organizaciya-upravlenie-deyatelnost/)

[http://azps.ru/](http://azps.ru/articles/cmmn/formirovanie_haraktera.html)

[http://cito-web.yspu.org/](http://cito-web.yspu.org/link1/metod/met121/node24.html)

[https://psyera.ru/](https://psyera.ru/harakter-i-ego-formirovanie-1035.htm)

[https://4brain.ru/](https://4brain.ru/blog/%D1%85%D0%B0%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B5%D1%80-%D0%B8-%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82/)

[https://www.b17.ru/](https://www.b17.ru/article/47727/)

[https://www.cfin.ru/](https://www.cfin.ru/management/people/dev_val/soft-skills.shtml)

[https://skillbox.ru/](https://skillbox.ru/media/growth/chto_takoe_soft_skills_i_kak_ikh_razvit/)