Характер и темперамент.

Я думаю, что вы все знаете отличие между ними. Что такое характер?

*Характер* – это совокупность способов поведения и эмоционального реагирования. Человек может менять свой характер, в отличие от темперамента. Если ты знаешь характер человек, значит знаешь, как он может реагировать на то или иное событие, что ему можно сказать, а что категорически противопоказано, как он будет действовать в том или ином случае и так далее.

Так же характер может быть виден в особенностях деятельности, которой человек занимается. Кто-то предпочитает справляться с препятствиями, а кто-то подбирает простые пути.

*Темперамент и характер тесно связаны*. В общем смысле темперамент понимается как динамическая основа характера. В зависимости от типа темперамента в характере присутствуют такие черты, уравновешенность либо трудность вхождения в новую ситуацию, подвижность либо инертность реакции и так далее.

Однако темперамент не обуславливает характер. У людей с подобными свойствами темперамента очень часто разный характер, ведь он зависит от многих факторов. А особенности темперамента могут способствовать или противодействовать появлению тех или иных качеств характера.

Ну что, все вы наверно знаете, что такое темперамент. Это природная обусловленность человека к определенному стилю поведения, то есть, другими словами, совокупность индивидуальных психических и физиологических особенностей каждого индивида.

С физиологической точки зрения темперамент обусловлен типом высшей нервной деятельности человека, который влияет на способ его взаимодействия с окружающим миром или, проще говоря, это ряд психологических свойств, поведенческих особенностей человека, которыми он наделен с рождения. На темперамент невозможно повлиять, в отличие от характера, это врожденные качества. Со временем люди учатся контролировать негативные проявления, например, вспыльчивый темперамент, еще ни у кого не получилось. Нервная система влияет на импульсы мозга и провоцирует действия человека.

Свои психофизические свойства человек получает с рождения. Это наследственный вариант и повлиять на этот процесс невозможно.

Ученые психологи выделили четыре основных типа темперамента: *флегматик, сангвиник, холерик и меланхолик.* Однако каждая личность по-своему уникальна и в природе не существует полного, на 100%, сангвиника или любого другого типа. Очень часто человек наделен смешанными типами, где один преобладает над другим. Доминирующий тип определяет принадлежность личности, а значит и его поведенческие особенности.

|  |  |
| --- | --- |
| ***ТЕМПЕРАМЕНТ ПО ГИППОКРАТУ*** | |
| ***ХОЛЕРИК*** | ***ПОДВИЖЕН, ПОРЫВИСТ,***  ***ВСПЫЛЬЧИВ, НЕОБУЗДАНН.*** |
| ***САНГВИНИК*** | ***ЭНЕРГИЧЕН, ЖИЗНЕРАДОСТЕН,***  ***ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПРСПОСОБЛЯЕМОСТЬ.*** |
| ***ФЛЕГМАТИК*** | ***СПОКОЕН, МЕДЛИТЕЛЕН, УРАВНОВЕШЕН.*** |
| ***МЕЛАНХОЛИК*** | ***ЗАСТЕНЧИВ, ЧУВСТВИТЕЛЕН,***  ***ОБИДЧИВ, ТРЕВОЖЕН.*** |
| ***СМЕШАННЫЕ ТИПЫ*** | ***СМЕШИВАЮТСЯ:***  ***ХОЛЕРИК + САНГВИНИК***  ***САНГВИНИК + ФЛЕГМАТИК***  ***ФЛЕГМАТИК + МЕЛАНХОЛИК***  ***ХОЛЕРИК + САНГВИНИК + ФЛЕГМАТИК*** |

А давайте-ка мы для начала разберем, чем отличается темперамент от характера, эти две вещи часто взаимосвязаны.

Итак, что такое темперамент? *Это тип нервной системы, характеризующий прирожденные свойства и особенности психической деятельности человека.* В структуре темперамента можно выделить три главных компонента – общую активность человека, его двигательные проявления и эмоциональность.

А что такое характер? *Характер – индивидуальный склад психической жизни человека, форма его поведения, которая проявляется в манерах, привычках, эмоциональной сфере.* Характер формируется в условиях конкретной социальной среды, условиях воспитания.

Личность человека включает в себя и темперамент, и характер, а также интеллект человека, социально-значащие черты, характеризующие индивида, как члена общества. Личность объединяет разные психические процессы и создается, как в принципе и характер, под воздействием социальной среды.

Вот теперь и давайте разберем типы темперамента.

1. *Флегматик*. Основные характеристики оного: выдержка, постоянство, верность принципам. Они склонны к лени и не проявлять интерес к окружающим – для них это нормальное состояние. И при всем при этом они могут быть в отличном настроении. Вывести их из равновесия – напрасная трата времени и сил.
2. *Сангвиник*. Легкость и непринужденность во всем – главные качества. Оптимизм- наше все. Начать что-то новое – да запросто. Таких людей часто характеризуют, как безответственных. Однако на сангвиника можно повлиять, если подогреть интерес к тому делу, что он забросил, тогда он доведет все до конца.
3. *Холерик*. Ну, этому только дай побушевать… Взрывной темперамент, приступы агрессии. Горячность и страстность мешают принятию разумных решений. Очень вспыльчивы, конструктивный диалог и критика – не их вариант. Слишком *эмоциональны, в разговоре стараются привлечь к себе внимание. Очень* вероятны перепады настроения.
4. *Меланхолик*. Он существенно отличается от холерика, скажем так, как небо и земля. Такие люди часто держаться обособленно, они некоммуникабельны, избегают шумных компаний. Анализируют все свои неудачи, самооценка ниже плинтуса. Тревожность у них в крови. Любая неприятность выбивает их из колеи надолго.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Темперамент по Гиппократу*** | ***Краткая характеристика*** | ***Свойства нервной системы по Павлову*** |
| **Флегматик** | Работоспособен  Малоэмоционален  Серьезен  Надежен  Спокоен | Уравновешен  Силен  Малоподвижен |
| **Холерик** | Вспыльчив  Эмоционален  Энергичен  Чувствителен  Напорист | Силен  Неуравновешен  Подвижен |
| **Сангвиник** | Энергичен  Активен  Жизнерадостен  Легкомысленный  Беззаботен | Силен  Уравновешен  Подвижен |
| **Меланхолик** | Раним  Сдержан  Замкнут  Задумчив  Грустный | Слабый  Неуравновешен  Сдержан |

Ну а отчего зависит темперамент -то наш любимый?

1. *Возрастной фактор.* Со временем человеческая реакция затормаживается. Даже яркий темперамент холерика и тот способен померкнуть. Не стоит печалиться, у природы все было предусмотрено. В молодости нам всем надо успеть много, поэтому мы так и активны. А придет время, мы перестанем спешить, начнем больше задумываться и наконец-то начнем просто жить.
2. *И еще свою роль играет климат и конечно же территориальная расположенность.* Например итальянцы. Мы все знаем, что в своем большинстве у них пылкий темперамент в сочетании с взрывным характером, в то время как жители северных стран более спокойны, рассудительны.

*Способности человека и как их развить.*

Наши способности и с чем их едят, как говорится. Способности это индивидуально-психологические особенности человека, определяющие его предрасположенность к овладению тому или иному виду деятельности. Иным языком способности – психологические особенности, которые отличают одного человека от другого. Способности - увы, не наши умения или навыки, которые были выработаны в течение нашей жизни, это нечто другое. Имеется в виду, что только мы может совершить какое-либо действие. Недаром же говорят, что способности у всех разные. Кто-то любит и может одно, кто-то другое.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Характеристика | Типы темперамента | | | |
| ***Холерик*** | ***Сангвиник*** | ***Флегматик*** | ***Меланхолик*** |
| ***Самооценка*** | *Чересчур*  *завышена* | *Завышена* | *Адекватная* | *Низкая* |
| ***Отношение к новому*** | *Положительное* | *Любопытное* | *Отрицательное* | *Пессимистичное* |
| ***Способ достижения цели*** | *Отдает всего себя, энергичен* | *Быстрое, препятствия обходим стороной* | *Медленное, однако упорное* | *Слабое, препятствия так же обходим* |
| ***Отношение к критике*** | *Возбужденное* | *Спокойное* | *Безразличное* | *Обидчивое* |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Свойства*** | ***Темперамент*** | | | |
| ***Холерический*** | ***Сангвинический*** | ***Флегматический*** | ***Меланхолический*** |
| ***Уравновешенность*** | *Плохая* | *Хорошая* | *Очень хорошая* | *Очень плохая* |
| ***Настроение*** | *Неустойчивое* | *Устойчивое* | *Устойчивое* | *Неустойчивое* |
| ***Эмоции*** | *Сильные кратковременные* | *Слабые кратковременные* | *Слабые длительные* | *Сильные длительные* |
| ***Речь*** | *Громкая неровная* | *Громкая плавная* | *Тихая плавная* | *Тихая неровная.* |
| ***Терпение*** | *Низкое* | *Умеренное* | *Высокое* | *Низкое* |
| ***Адаптация*** | *Хорошая* | *Отличная* | *Медленная* | *Плохая* |
| ***Контактность*** | *Высокая* | *Умеренная* | *Невысокая* | *Низкая* |
| ***Отношение к критике*** | *Агрессивное* | *Спокойное* | *Безразличное* | *Обидчивое* |
| ***Отношение к новому*** | *Положительное* | *Безразличное* | *Отрицательное* | *Неопределенное* |
| ***Поведение в сложных ситуациях*** | *Нерасчетливое* | *Расчетливое* | *Хладнокровное* | *Растерянное* |
| ***Самооценка*** | *Очень завышена* | *Несколько завышена* | *Реальная* | *Заниженная* |
| ***Подверженность влиянию*** | *Умеренная* | *Слабая* | *Слабая* | *Высокая* |

Способности и задатки. При рождении у каждого человека формируются предпосылки для становления способностей, их еще называют задатками.

Говоря научным языком, задатки это анатомо-физиологические мозга, органов чувств и движения, которые составляют природную основу развития способностей.

На основе задатков могут формироваться различные способности.

Давайте отметим, что темперамент все-таки влияет на свойства характера. Да, согласна, характер каждого человека формируется самостоятельно, однако степень проявления тех или иных качеств определяет темперамент. А если мы предположим, что у четырех человек с абсолютно разным темпераментом есть единая черта характера – трудолюбие. Как насчет разобрать отношение к работе каждого из них? Поехали…

1. *Флегматик* сразу сосредоточится на новом деле. В своей голове он уже прорабатывает план для осуществления поставленных задач. Холодный расчет и уравновешенность главные помощники на пути к результату.
2. *Сангвинику* понравится новый проект, неудачи в сторону, он их переживет и забудет. Отдавать предпочтение чему-то новому – как раз в его стиле.
3. *Холерик* со всей свойственной ему страстью погрузится в процесс, однако при первых неудачах начнет озлобляться, свалит все на окружающих и очень возможно, что бросит дело на полпути, если проблема останется нерешенной. В решении проблемы холерик участвовать не будет, у него настрой только на окончательный результат. Препятствия – не его конек.
4. Ну а *меланхолик*, как обычно, сделает из мухи слона и будет переживать о проблемах, которых на самом деле нет. Он очень усердно работает, однако за счет собственной неуверенности мало когда доволен результатом.

*Характер и темперамент* не обязательно тесно связаны. Одна и таже черта характера у человека воспринимаются окружающими его людьми по-разному, все зависит от темперамента.

Кто знает, можно ли изменить темперамент? Однозначно нет. Он передается на генном уровне от предков. Единственное, что мы можем, это контролировать себя в не очень приятных проявлениях своего темперамента и характера.

*Черты мужского и женского темперамента.*

Как вы думаете, есть различие между мужским и женским темпераментом? И снова - да. Женщины у нас более эмоциональны, местами склонны к депрессиям. Мужчины же по природе наделены волевыми качествами. Хотя, могу с вами поспорить, неужели женщина не может взять на себя руководство? Конечно может.

И все же должна вам сказать, что мужское мышление прямолинейно и больше настроено на результат. Женщина же более осторожна и предусмотрительна, хотя при этом и излишне эмоциональна. Так создала природа и это наверно правильно.

После сказанного может создастся впечатление, что все *мужчины – холерики и сангвиники*, а все *женщины – меланхолики и флегматики*. Не скажите. Вопрос в том, что мужчина и женщина проявят себя по-разному, даже если у них одинаковый темперамент. Вы удивитесь, однако в споре двух разнополых холериков мужчина будет вести себя более сдержанно, а женщина будет эмоциональной и очень возможно, что агрессивной.

Заключение. Мы выяснили, что темперамент нельзя создать или подкорректировать. Увы, над сознанием мы не властны. А вот характер мы можем изменить, ведь его формируют воспитание, окружающая обстановка и многие другие факторы. Научитесь управлять своим темпераментом, ведь пытаться себя изменить в принципе невозможно.