

**Автор:**

**Крутова Ольга Владимировна**

ученица 9 «Б» класса

**Научный руководитель:**

**Мамцева Ирина Милославна**

учитель биологии

МБОУ «Гимназия №3»

г. Астрахань, Астраханская область

DOI 10.21661/r-463768

## **ДИАГНОСТИКА ОСОБЕННОСТЕЙ СОБСТВЕННОГО ТЕМПЕРАМЕНТА И ХАРАКТЕРА**

**Аннотация:** в статье описаны результаты применения различных методик психодиагностики для выявления преобладающих свойств своего характера и темперамента и их интерпретация.

**Ключевые слова:** психологический портрет, методики диагностики, темперамент, характер.

Во все времена человека интересовала собственная внутренняя сфера. К сожалению, для ее исследования невозможно придумать приборы и измерители. Темперамент и характер зависят от психофизиологических особенностей организма и типов нервной высшей деятельности. Темперамент изначально закреплен генетически и в процессе жизнедеятельности человека в основном постоянен, чего нельзя сказать о характере. Он формируется и изменяется на протяжении всей жизни. Поэтому мы решили направить свои усилия на выявления и осознание особенностей своего темперамента и характера. Это позволит выявить виды и способы деятельности, которые в наибольшей степени соответствуют природным качествам.

**Цель проекта:** составить свой психологический портрет, установив основные свойства темперамента и характера, наметить меры по проведению корректирующих мероприятий.

*Задачи проекта:*

1. Выявить основные типы темперамента личности и их биологическое обоснование.
2. Установить соотношение между характером и темпераментом человека.
3. Проанализировать существующие методики диагностики типа темперамента.
4. Апробировать на себе различные методики выявления преобладающего типа темперамента, проанализировать и сравнить полученные результаты.

*План реализации проекта:* последовательное решение поставленных задач исследования.

*Методы:* 1) теоретические (анализ литературы и Интернет источников, выявление методик диагностики и установление наиболее приемлемых для решения задач данного исследования); 2) эмпирические (проведение психодиагностики свой личности по различным методикам, интерпретация результатов). Опишем результаты решения задач проекта.

С древних времен принято различать четыре основных темперамента: холерический, сангвинический, меланхолический и флегматический. Темпераментом называются индивидуальные особенности человека, выражающиеся: 1) в эмоциональной возбудимости (быстрота возникновения чувств и сила их); 2) в большей или меньшей тенденции к сильному выражению чувств вовне (в движениях, речи, мимике и т. д.); 3) в быстроте движений, общей подвижности человека.

Характерные черты темпераментов объясняются свойствами высшей нервной деятельности: силой нервных процессов и их подвижностью, уравновешенностью или неуравновешенностью процессов возбуждения и торможения. Так, вспыльчивость холерика, его склонность к бурным аффективным вспышкам объясняются преобладанием возбуждения над торможением. Такой тип нервной системы называется «возбудимым» или «безудержным» типом. Различие между эмоциональной живостью и общей подвижностью сангвиника, с одной стороны,

и эмоциональной невозмутимостью и общей медлительностью флегматика – с другой, объясняется различиями в степени подвижности нервных процессов [1].

Для диагностики свойств и типа темперамента разработаны различные методики: тест-опросник Г. Айзенка, опросник Х. Смишека, опросник формально-динамических свойств индивидуальности В.М. Русалова. В Интернете можно найти большое число on-line тестов, при ответе на вопросы которого, можно сразу получить результат. Мной пройден тест по ссылке [3], который показал следующее процентное соотношение типов темперамента: холерик 19%; сангвиник 19%; флегматик 28%; меланхолик 34%. Представим полученные результаты на диаграмме 1.

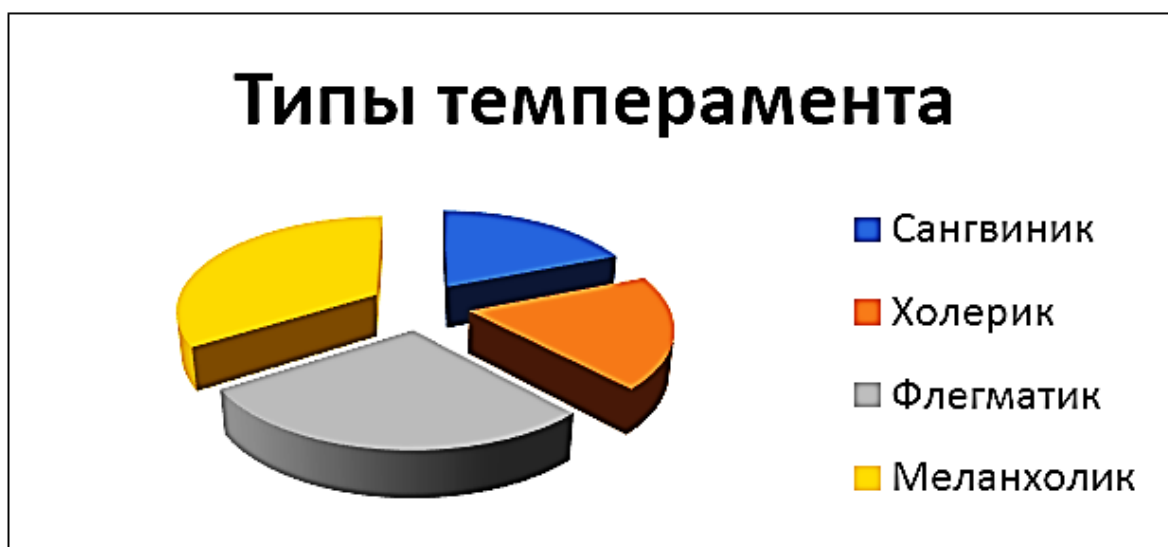


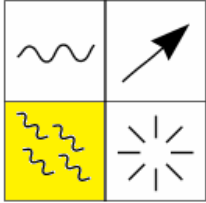
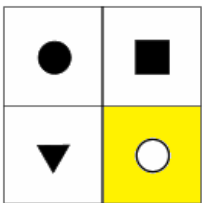
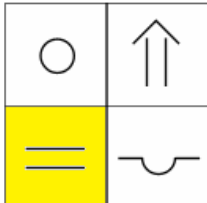
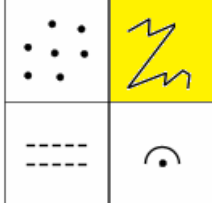
Рис. 1. Диаграмма 1. Соотношение между типами моего темперамента

Как видно из диаграммы, преобладающий тип моего темперамента – меланхолик. Словесное описание моего психологического портрета следующее: «ваша реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Сильные воздействия часто вызывают продолжительную тормозную реакцию. Вам свойственна сдержанность речи и движений, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях Вы – человек очень глубокий, содержательный, способный достигать цели. Являетесь хорошим тружеником, успешно справляетесь с жизненными задачами» [3].

Далее я прошла «Рисуночный тест: свойства характера» по ссылке [4], в котором необходимо выбрать рисунок, наиболее соответствующий состоянию движения, спокойствия, уверенности или неуверенности. В таблице 1 представлены его результаты (выбранный рисунок выделен желтым цветом).

Таблица 1

Выбор рисунка, наиболее соответствующего состоянию

Движение	Спокойствие	Уверенность	Неуверенность
			

Описание моего характера по результатам данного теста следующее: «хотя вы «плывете по течению», но стремитесь найти свой стиль. Вы критически относитесь к себе, так что окружающие не могут на вас повлиять, если у них нет убедительных аргументов» [4].

Третий тест был пройден по методике диагностики свойств и типа темперамента Г. Айзенка [2]. Обработка результатов теста позволила сделать следующие выводы о себе: 1) я являюсь умеренным интровертом (9 баллов); 2) обладаю высокой эмоциональной неустойчивостью (16 баллов); 3) достаточно откровенна (4 балла).

Проведенное исследование позволило получить достоверные, совпадающие по разным методикам данные о своем темпераменте и характере. Это позволяет наметить способы устранения нежелательных проявлений моего темперамента: чтобы не испытывать робость необходимо чаще выступать на публике, доводить знания и умения до максимально высокого уровня усвоения.

### **Список литературы**

1. Климов Е.А. Основы психологии. – М.: Юнити, 2011.
2. Личностный опросник Айзенка [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://www.studfiles.ru/preview/4647343/>

3. Психологический портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://www.psyportal.info/tests/test\\_na\\_opredelenie\\_temperamenta?h=19&s=19&f](http://www.psyportal.info/tests/test_na_opredelenie_temperamenta?h=19&s=19&f)
4. Рисуночный тест. Свойства характера [Электронный ресурс]. – Режим доступа [http://www.psyportal.info/tests/risunochnyi\\_test\\_svoistva\\_haraktera?test=1](http://www.psyportal.info/tests/risunochnyi_test_svoistva_haraktera?test=1)