

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультет № 6  
Кафедра соціології та психології*

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

навчальної дисципліни «**Психологія**»  
вибіркових компонент  
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

*125 Кібербезпека (безпека інформаційних та комунікаційних систем )*

**Тема № 6 Темперамент**

**Харків 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 № 7

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою факультету № 6  
Протокол від 25.08.2023 № 7

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією Науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін  
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології (протокол від 15.08.2023 № 8)

**Розробник:**

Старший викладач кафедри соціології та психології Мохорєва О.М.

**Рецензенти:**

1. Доцент кафедри педагогіки та психології Харківської державної академії фізичної культури, кандидат психологічних наук Павлик О. М

2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент Шиліна А.А.

### План лекції.

1. Поняття про темперамент.
2. Основні властивості темпераменту та психологічна характеристика типів темпераменту.

### Рекомендована література

1. Варій М. Й. Психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 287 с.
  2. Васянович Г. П. Основи психології: навч. посіб. Київ: Педагогічна думка, 2012. 114 с
  3. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ: Центр навчальної літератури. 2019. 272 с.
  4. Ушакова І. М. Теоретико-методологічні проблеми психології: курс лекцій. Харків: НУЦЗУ, 2016. 191 с.
  5. Науково-дослідницька діяльність студентів, курсантів, слухачів, аспірантів, ад'юнктів та докторантів: довідник молодого вченого / уклад.: А.В. Байлов, О.М. Литвинов, В.В. Чумак; за заг. ред. О.М. Головка. – Харків : ХНУВС: Тім Пабліш Груп, 2016. – 363 с
- Інформаційні ресурси в Інтернеті
8. Пошукова система Scirus <https://www.elsevier.com/>
  9. Пошукова система Google books <https://books.google.com/>

### Текст лекції.

#### 1. Поняття про темперамент.

**Темперамент** - головна властивість особистості. Темперамент визначає наявність багатьох психічних відмінностей між людьми, в тому числі інтенсивність і стійкість емоцій, емоційну вразливість, темп і енергійність дій, а також цілий ряд інших динамічних характеристик.

Не дивлячись на те, що здійснювалися неодноразові спроби дослідити проблему темпераменту, і досі вона відноситься до ряду суперечливих і до кінця не вирішених проблем сучасної психологічної науки. Не можна знайти двох людей, однакових за своїми психічними властивостями. Так, для однієї людини характерніша пасивність, для іншого - невпинна ініціативність, одному властива легкість пробудження почуттів, а іншому - холоднокровність, одного відрізняють різкі жести, іншого - стриманість рухів, дуже мала рухливість особи. Інтерес до даної проблеми виник ще більше двох з половиною тисяч років тому.

**Темперамент** (лат. - «належне співвідношення частин») - **вроджена (біологічно зумовлена) і мало змінна властивість людської психіки, що визначає реакцію людини на інших людей та на обставини.**

Темперамент становить основу розвитку характеру. З фізіологічної точки зору, темперамент - тип вищої нервової діяльності людини.

Термін «темперамент» введено в ужиток Клавдієм Галеном. Рівне йому за значенням грецьке слово «красис» (*грец. κράσις*, «злиття, змішування») ввів давньогрецький лікар *Гіпократ*. Під темпераментом він розумів і анатомо-фізіологічні, й індивідуальні психологічні особливості людини. *Гіппократ* пояснював темперамент як особливості поведінки, переважань у організмі одного з «життєвих соків» (чотирьох елементів):

Холерик — робить людину нервовою й неврівноваженою; *флегматик* — робить людину спокійною й повільною; *сангвінік* — робить людину активною й позитивною; *меланхолік* — робить людину депресивною й песимістичною.

Звідси згодом виникли й назви чотирьох типів темпераменту — сангвінік, холерик, меланхолік і флегматик, що збереглися також і дотепер.

Ця концепція «чотирьох темпераментів» досі справляє великий вплив на літературу, мистецтво й науку.

Стародавній опис темпераменту належить «батькові» медицини *Гіппократу* (бл. 460-377 рр. до н.е.). Саме він першим спробував з'ясувати, чим зумовлюються індивідуальні відмінності в поведінці людей. Він та його послідовник *Гален* (давньоримський лікар, бл. 130 - 200 рр. н.е.) дійшли висновку, що ці відмінності зумовлені різним співвідношенням основних видів рідин в організмі людини. Якщо переважає кров (лат. sanguis) - людина поводиться, як *сангвінік*, слиз (грецьк. phlegma) - *флегматик*, жовта жовч (грецьк. chole) - *холерик*, чорна жовч (грецьк. melana chole) - *меланхолік*. Оптимальне співвідношення цих рідин визначає здоров'я, тоді як непропорційне є джерелом різних захворювань.

І.П. Павлов, доводячи наявність певної закономірності у вияві індивідуальних відмінностей, висунув гіпотезу, що в основі їх лежать *фундаментальні властивості нервових процесів - збудження та гальмування, їх врівноваженість і рухливість*.

Сила нервової системи визначає її працездатність. Вона виявляється насамперед у функціональній витривалості, тобто здатності витримувати тривалі чи короткочасні, але сильні збудження. Врівноваженість нервових процесів - це баланс між процесами збудження та гальмування, а їхня рухливість - швидкість зміни збудження та гальмування. Рухливість нервових процесів виявляється в здатності змінювати поведінку залежно від умов, швидко переходити від однієї дії до іншої, від пасивного стану до активного чи навпаки. Якістю, протилежною до рухливості, є інертність нервових процесів. Нервова система інертніша тоді, коли потребує більше часу чи зусиль для переходу від одного процесу до іншого. Ці якості нервових процесів утворюють певні системи, комбінації, які й зумовлюють тип нервової системи.

І.П. Павлов розумів тип нервової системи як вроджений, який відносно слабо схильний до змін під впливом оточення і виховання. Він називав його *генотипом*. На думку Павлова, властивості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту, що є не чим іншим, як психічним виявом загального типу нервової системи.

Властивості нервової системи, особливості темпераменту більш-менш очевидно виявляються і «читаються» у поведінці людини. Кожна людина має свою власну манеру триматися, впливати на інших. Одна говорить спокійно, врівноважено, постійно усміхається, легко пробачає образи. Інша в цих самих ситуаціях повільна, замислена, часто побоюється сказати зайве, довго пам'ятає образи. Хтось говорить голосно, прагне лідирувати в спілкуванні, жваво жестикулює, швидко переходить від однієї теми розмови до іншої. А хтось говорить тихо, рідко змінює позу, скупий на жести і міміку, при цьому ніби «застрягає» на деталях. Усе це - вияв індивідуальності людини, її темпераменту. І.П. Павлов визначив чотири основні типи *нервової системи*, близькі до традиційної типології Гіппократа - Галена. Порівнюючи свої типи нервової системи з типологією Гіппократа - Галена, російський фізіолог описує їх так:

- 1.сильний, врівноважений, рухливий тип - **сангвінік**;
- 2.сильний, врівноважений, інертний тип - **флегматик**;
- 3.сильний, рухливий, нерівноважений тип - **холерик**;
- 4.слабкий, нерівноважений, малорухливий тип - **меланхолік**.

За І.П. Павловим, темперамент - це найголовніша характеристика нервової системи людини, яка так чи інакше позначається на всій діяльності кожного індивіда.

Зрозуміло, динамічні прояви людини можуть залежати від вимог ситуації, від вихованих установок і звичок і тому подібне. Але психічні відмінності, про які йде мова, проявляються і за інших рівних умов: в одних і тих же обставинах, при відносній рівності мотивів поведінки. Ці індивідуальні особливості проявляються ще в дитинстві, відрізняються особливою постійністю, виявляються в самих різних сферах поведінки і діяльності, тобто вони не є тільки чимось зовнішнім.

Сьогодні існує багато підходів до дослідження темпераменту. Проте при усій існуючій різноманітності підходів більшість дослідників визнають, що **темперамент** - це біологічний фундамент, на якому формується особа як соціальна істота, а властивості особи, обумовлені темпераментом, є найбільш стійкими і довготривалими.

Отже, темперамент - це поєднання індивідуальних властивостей, що визначають динамічну сторону поведінки.

**Виділяють три сфери прояву темпераменту:** загальну активність, особливості моторної сфери і властивості емоційності.

**Загальна активність** визначається інтенсивністю і об'ємом взаємодії людини з довкіллям - фізичним і соціальним. По цьому параметру людина може бути інертною, пасивною, спокійною, ініціативною, активною, стрімкою.

**Прояви темпераменту в моторній сфері** можна розглядати як приватні вирази загальної активності. До них відносяться темп, швидкість, ритм і загальна кількість рухів.

Коли говорять про **емоційність як прояв темпераменту**, те мають на увазі вразливість, чутливість, імпульсивність і тому подібне. Тобто емоційність характеризує протікання емоційних процесів, визначаючи їх знак (позитивний або негативний) і модальність (радість, горе, страх, гнів та ін.).

Ще з давніх часів було прийнято розрізняти чотири основні типи темпераменту: **холеричний, сангвінічний, меланхолійний і флегматичний**. Ці основні типи темпераменту передусім розрізняються між собою по динаміці виникнення і інтенсивності емоційних станів. Так, для холерика характерні швидко виникаючі і сильні почуття, для сангвініка - швидко виникаючі, але слабкі почуття, для меланхоліка - повільно виникаючі і сильні почуття, для флегматика - повільно виникаючі і слабкі почуття.

Проте було б помилкою думати, що усіх людей можна розподілити по чотирьох основних темпераментах. **Не можна ставити питання про те, який з темпераментів краще.** Кожен з них має свої позитивні і негативні сторони. Пристрасність, активність, енергія холерика, рухливість, жвавість і чуйність сангвініка, глибина і стійкість почуттів меланхоліка, спокій і відсутність квапливості флегматика - ось приклади тих цінних властивостей особи, володіння якими пов'язане з окремими темпераментами. В той же час при будь-якому з темпераментів може виникати небезпека розвитку небажаних рис особи. Наприклад, холеричний темперамент може зробити людину невгамовною, різкою, схильною до постійних "вибухів".

Сангвінічний темперамент може привести до легковажності, схильності розкидатися, недостатньої глибини і стійкості почуттів. При меланхолійному темпераменті у людини може виробитися надмірна замкнутість, схильність цілком занурюватися у власні переживання, зайва соромливість. Флегматичний темперамент може зробити людину в'ялою, інертною, байдужою до усіх вражень життя.

## **2. Основні властивості темпераменту та психологічна характеристика типів темпераменту.**

У людини виявляються такі типи темпераменту: *холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолічний*. Усі типи темпераменту можна охарактеризувати за переліченими нижче *основними якостями*:

1.**лабільність** - відображає швидкість виникнення та перебігу збудження і гальмування;

2.**сензитивність** - це сила впливу, яка потрібна, щоб зумовити в людини реакцію;

3.**реактивність** - сила емоційної реакції на зовнішні та внутрішні подразники;

4.**активність** - тобто те, наскільки людина виявляє енергійність у житті й діяльності;

5.**темн реакцій** - швидкість перебігу психічних процесів і реакцій;

6.**пластичність** - гнучкість, ступінь здатності пристосування до нових умов;

7.**ригідність** - інертність, негнучкість, нечутливість до зміни умов;

8.**екстраверсія** - спрямованість особистості на навколишніх людей, предмети, події;

**9.інтроверсія** - фіксація особистості на собі, на своїх переживаннях та думках, схильність до самоаналізу, замкненість;

**10.емоційна збудливість** - сила впливу, потрібна для того, щоб спричинити емоційну реакцію.

Як правило в однієї людини поєднуються властивості різних типів, наприклад: холеричний меланхолік, меланхолійний флегматик та ін.

**Сангвінік** (живий тип) – сильний, врівноважений, рухливий. Швидко пристосовується до нових умов. Енергійний і працьовитий, швидко зосереджує увагу. Може тривалий час працювати і виконувати завдання навіть у несприятливих умовах, але при умові, що ця робота цікава, доступна і викликає емоційні враження. Сангвініки мають хороші організаторські здібності, легко вступають в контакт, швидко сходяться з людьми, налагоджують гарні відносини, легко спілкуються. Почуття і настрої в них мінливі. Порівняно легко переживають невдачі і неприємності. В разі відсутності серйозних цілей, глибоких думок, творчої діяльності у сангвініків формується поверховість і несталисть.

**Флегматик** (спокійний тип) – сильний, врівноважений, інертний. У більшості випадків флегматик рівний і спокійний, рідко виходить із себе. Навіть зазнавши неприємностей – залишається спокійним. Працьовитий, витриманий. В роботі виявляє ґрунтовність, продуманість, настирливість. Спокійно, повільно рухається і розмовляє. Не любить частих змін в будь-чому, надає перевагу звичному оточенню. Повільно зосереджує увагу. Повільність може заважати йому в роботі, особливо тоді, коли необхідно щось швидко зрозуміти, запам'ятати, зробити. Але зате він запам'ятовує міцно і надовго. У ставленні до людей сталий, спокійний, тактовний. В залежності від умов у флегматиків можуть розвинути позитивні риси: витримка, глибина думок; інших – в'ялість, байдужість, безвілля, лінощі.

**Холерик** (поривчастий тип) – сильний, рухливий, неуврівноважений. Він характеризується сильним збудженням і менш сильним гальмуванням. Через це нестриманий, нетерплячий, дратівливий. Швидкий в рухах і діях, поривчастий. Психічні процеси протікають у нього швидко та інтенсивно. Із захопленням розпочинає справу, виявляє ініціативу, працює з натхненням, але запас енергії у нього швидко вичерпується. Особливо коли робота одноманітна і вимагає старанності, тоді піднесення та натхнення пропадає, настрої псується. Властиве холерику переважання збудження над гальмуванням виявляється у різкості, гарячковості, дратівливості, нестримності, які він виявляє у спілкуванні з людьми. Все це йому заважає об'єктивно оцінювати вчинки людей.

**Меланхолік** (уповільнений) – дуже важко переживає образу, міміка невиразна, голос тихий. Характеризується пониженою активністю. Невпевнений у собі, несміливий. Він швидко втомлюється, тривале і сильне напруження викликає втому і він, як правило, припиняє таку роботу. У звичайній і спокійній обстановці працює продуктивно. Емоції у нього виникають повільно і відрізняються великою глибиною. Важко переносить образи, хоча зовні це

майже непомітно. Люди цього типу схильні до замкнутості, уникають спілкування з незнайомими людьми, сором'язливі.

Меланхоліки часто характеризуються м'якістю, тактовністю, делікатністю.

Вчені віддавна звернули увагу на можливість поділу людей на декілька груп або типів темпераменту за індивідуальними особливостями реагування на різні життєві ситуації. Відомі три основні теорії пояснення суті темпераменту, з яких перші дві мають лише історичне значення.

Основоположником першої (*гуморальної*) теорії вважають давньогрецького лікаря Гіппократа ( V ст. до н. е.). Гіппократ пов'язував стан організму із співвідношенням різних рідин, начебто наявних у тілі людини. Назви основних типів темпераменту походять від назв цих рідин і збереглися донині: холеричний - від слова *chole* (жовч), сангвінічний - від *sanguis* (кров), меланхолічний - від *melon chole* (чорна жовч), флегматичний - від *phlegma* (слиз). Але, незважаючи на правильний опис типів, Гіппократ не зміг дати їх наукове обґрунтування.

Другу (*конституційну*) теорію започаткував у ХХ ст. н. е. німецький психіатр Е. Кречмер. Головною ідеєю цієї теорії є функціональна залежність темпераменту від будови (конституції) тіла. Е. Кречмер виділив чотири конституційні типи (*астенічний, атлетичний, пікнічний, дисплатичний*) і вважав, що кожному з них притаманний відповідний темперамент.

В психології традиційно велика роль відводиться дослідженням впливу будови тіла (так звані конституціональні особливості) та специфіці людської психіки. Найбільш відомі конституціональні теорії були створені Е. Кречмером та У. Шелдоном.

Німецький психолог та психіатр Ернст Кречмер видав на початку ХХ сторіччя книгу «Будова тіла та характер», в якій спробував визначити зв'язки, що існують між будовою тіла та психічними особливостями власника цього тіла. За Е. Кречмером існують три основні типи будови людського тіла, які можливі не лише так би мовити, в «чистому вигляді», а й в різних комбінаціях між собою.

**Основні типи: астенічний; атлетичний, пікнічний.**

Для *астеніків* є характерними такі зовнішні ознаки: худі, вузькогруді, тонкі кінцівки, бліда шкіра, слабкі м'язи. В психологічному плані вони характеризуються замкнутістю, впертістю, неконтактністю, поганим пристосуванням до людей, схильністю до абстрактного мислення.

*Атлетики* мають тіло із міцними м'язами, широкі плечі, та вузькі стегна. В психологічному плані - стримані в міміці та жестах люди, схильні «загрузати» в дрібницях, такі, що погано пристосовуються до нового. Характерна схильність до агресивного, силового способу розв'язання конфліктної ситуації.

*Пікніки* мають такі зовнішні ознаки: схильність до ожиріння, при слабких руках і ногах, низький або середній зріст, міцну фігуру з великим черевом, коротку масивну шию, велику круглу голову із тенденцією до облісіння «після досягнення 30-ти річного віку». Психологічні характеристики пікнічного типу: конкретність мислення, безпосередність емоцій, схильність до простого, дещо



безтактного почуття гумору, орієнтація на прості життєві радощі (наприклад застілля). Пікніки досить часто є гарними керівниками промислових виробництв та сильними організаторами.

*У відповідності до цих типів будови тіла Е. Кречмер розрізняв такі види темпераменту:*

1. Шизотимічний;
2. Циклотимічний;
3. Іксотимічний.

Власник **шизотимічного** темпераменту має, як правило, атлетичне чи астеничне тіло. Цим людям притаманні такі особливості як: відлюдність, замкнутість, схильність до значних коливань емоцій - від найсильнішого роздратування до стриманості, від емоційності до байдужості. Це дуже вперта людина із досить стабільними, незмінними поглядами на життя. Її характерними рисами є також контраст між її імпульсивністю та скутістю дій.

**Циклотимік** має пікнічну будову тіла, це людина яка дуже легко вступає в контакт з іншими людьми. Особливості його настрою - від постійно підвищеного, веселого у маніакальних суб'єктів до постійно зниженого, сумного, похмурого. В той же час депресивним індивідам циклоїдного типу властива адекватна реакція на соціальну ситуацію, відкритість, природність, м'якість та плавність рухів. Третій тип циклотиміка: комбінація маніакальних та депресивних ознак темпераменту. Їм притаманні різкі не завжди вмотивовані зміни настроїв. В разі виникнення психічної хвороби - за Е. Кречмером - найбільш ймовірні симптоми маніакально-депресивного психозу.

**Іксотимік** має атлетичне тіло, це завжди врівноважена та спокійна людина, яка здається незворушною. Жести та міміка іксотиміка невиразні, гнучкість мислення та творчі здібності невисокі. Як правило, іксотимік - людина відверта, прямолінійна, завжди говорить, що думає (за що і страждає).

Однак висновки Е. Кречмера неповною мірою підтвердилися при експериментальній перевірці. Так професор У. Шелдон із Чиказького університету(США), спробував класифікувати своїх студентів за теорією Е. Кречмера. Він виявив, що лише 112 з них вписуються в певні параметри, інші 288 - залишились в групі невизначених (диспластиків). Сам же Шелдон висунув власну конституціональну теорію особистості, яка набула більш широкого розповсюдження, ніж її попередниці.

Він виділив такі типи будови тіла:

**ендоморфний тип** - відрізняється великими внутрішніми органами та слабкою будовою тіла із надлишком жиру;

**мезоморфний тип** - притаманна добре розвинена система м'язів, міцне та струнке тіло, велика фізична стійкість та сила;

**ектоморфний тип** - організм слабкий та тонкий, грудна клітка сплюснена.

Відносно слабкий розвиток внутрішніх органів. Кінцівки довгі, тонкі, із слабкими м'язами.

Таким чином, ендоморфний тип У. Шелдона, багато в чому співпадає із пікнічним типом Е. Кречмера, мезоморфний - із атлетичним, а ектоморфний - із

атоніком. Цим основним типам будови тіла відповідає, за У. Шелдоном, три варіанти психологічної конституції людини. А саме, вісцеротонічний темперамент (у пікніків чи ендоморфів), коли домінують органи травлення; **мезоморфний темперамент** (у атлетиків чи соматотоніків), т. т. домінують м'язи; **церебротонічному темпераменту** (атонік чи ектоморф) відповідає домінування мозку в діяльності людини.

*Основним недоліком гуморальної та конституційної теорій* було пояснення темпераменту лише біологічними чинниками і недооцінювання ролі середовища і соціальних умов у формуванні психологічних властивостей індивіда.

**Третій підхід** до пояснення суті темпераменту пов'язаний з вченням І. П. Павлова про *діяльність центральної нервової системи*. На відміну від гуморальної та конституційної теорій, вчення І. П. Павлова базується на виділенні мозку як компонента організму, що регулює діяльність усіх тканин та органів; об'єднує й узгоджує діяльність складових організму як системи; відчуває на собі вплив усіх органів, внаслідок чого функціонально перебудовується; виступає органом зв'язку організму із зовнішнім середовищем.