МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

МАГІСТРАТУРА ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ

КОНТРОЛЬНА робота

Дисципліна: Психологія управління

Тема: Темперамент – біологічний фундамент особистості

Слухач гр. ДС-171-з

Викладач Денисенко Г.О.

Луганськ 2007 р.

**ЗМІСТ**

1. Сутність темпераменту.

2. Фізіологічні основи темпераменту.

3. Психологічна характеристика типів темпераменту.

4. Темперамент і стиль діяльності.

Поведінка людини залежить не тільки від соціально зумовленої спрямованості її особливості, а й від специфіки її природної організації, зокрема такої індивідуально-психологічної особливості, як темперамент.

**1. СУТНІСТЬ ТЕМПЕРАМЕНТУ**

Спостерігаючи за людьми, неважко помітити їх неповторну індивідуальну своєрідність у загальній рухливості, швидкості мовлення, виявлені почуттів. Одні з них запальні, рухливі й веселі, інші-повільні, спокійні й холодні, ще інші – дуже переживають, але свої почуття, кволі й пасивні. Ці індивідуальні відмінності зумовлені їх темпераментом.

ТЕМПЕРАМЕНТ (лат. temperamentum - устрій, узгодженість) – сукупність індивідуально-психологічних якостей, яка характеризує динамічний та емоційний аспекти поведінки людини і виявляється в її діяльності і спілкуванні.

Динаміка психологічної діяльності залежить не тільки від темпераменту, а й від мотивів, які спонукають людину до діяльності, та від її психічного стану. Так, належно від типу темпераменту за наявності інтересу до певної діяльності людини працює енергійніше, швидше, а за відсутності – повільніше, в’яло. У будь-якої людини горе може викликати моральне і фізичне знесилення.

Щоб відрізнити індивідуальні особливості поведінки, зумовлені темпераментом, від тих, які породжені мотивами і психічними станами, треба врахувати, що :

1. на відміну від мотивів і психічних станів ті самі властивості темпераменту виявляються в однієї людини в різних видах діяльності – грі, навчанні, праці, спорті;
2. властивості темпераменту є стійкими і постійними протягом тривалого відрізку часу або навіть усього життя;
3. різні властивості темпераменту в людини поєднується між собою не випадково, а закономірно і утворюють стійку структуру, що характеризує його тип.

Темперамент забарвлює всі психічні прояви індивіда, впливаючи на темп рухів і мови, активності емоцій та мислення. Однак від нього не залежать ні інтереси, ні соціальні установки, ні моральна вихованість особистості. Він обумовлює характер перебігу психічної діяльності, а саме: швидкість виникнення і стійкість психічних процесів, їх психічний темп ритм, інтенсивність психічних процесів і спрямованість психічної діяльності на певні об’єкти.

**2. ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ТЕМПЕРАМЕНТУ**

Існування індивідуальних відмінностей у психічній діяльності людини було помічено давно. Першу спробу з’ясувати їх причини зробив давньогрецький лікар Гіппократ ( V – IV ст. до н. е.). Ґрунтуючись на тодішній матеріалістичній філософії, що визначала чотири основні начала ( землю, воду, вогонь і повітря) і пов’язувала з ними чотири властивості (твердість, рідинний стан, тепло і холод ), він за аналогією стверджував, що тіло людини теж складається з чотирьох елементів-гуморів, соків: крові (тепла), слизу (холоду), чорної жовчі (вологості) і жовтої жовчі (сухості). Поєднанням цих соків, красисом, пояснював усі особливості організму.

Флегматичний тип, вважав Гіппократ, зумовлений переважанням у красисі слизу (phlegma). Для людей цього типу властиві сповільненість дій, важке переключення на іншу діяльність, емоційна невиразність.

Переважання жовтої жовчі ( chole ) визначає холеричний тип, якому властиві велика енергійність і активність, поривчастість рухів, нестримність у діях.

Домінування крові ( sanguis ) визначає сангвінічний тип, який відзначається великою активністю та емоційністю, багатою мімікою, барвистою мовою, швидкими рухами і легким пристосуванням до оточення.

Меланхолійний тип характеризується переважанням чорної жовчі (melas chole), і йому властиві мала активність, уповільненість у діях, швидка втомлюваність.

Уперше науковий підхід до з’ясування фізіологічних основ темпераменту застосував І. Павлов у своєму вченні про типи вищої нервової діяльності у тварин і людини.

Ці основи він вбачав у особливостях функціонування кори великих півкуль головного мозку, її умовно рефлекторній діяльності. Спираючись на експериментальні дані, він показав, що нервові процеси у корі головного мозку характеризуються певними властивостями, які у своєму поєднанні утворюють типи вищої нервової діяльності (типи нервової системи). Такими властивостями є сила, врівноваженість і рухливість процесів збудження і гальмування. Сила нервової системи виявляється в її здатності витримувати сильні тривалі або часто повторювані збудження, не переходячи в стан гальмування.

Урівноваженість нервових процесів – це рівень балансу між процесами збудження і гальмування. Не завжди ці процеси відповідають один одному. Ступінь урівноваженості може бути різним. Рухливість нервових процесів визначається легкістю переходу від збудження до гальмування і навпаки.

Певне поєднання цих властивостей утворює тип нервової системи. Павлов виділив чотири їх види:

1. сильний, неврівноважений;
2. сильний, урівноважений, рухливий;
3. сильний, урівноважений, інертний;
4. слабкий.

На його думку, ці типи вищої нервової діяльності відповідають чотирьом типам темпераментів: холеричному, сангвінічному, флегматичному і меланхолійному. Він вважав темперамент найзагальнішою характеристикою кожної людини, яка накладає відбиток на всю її діяльність.

Б. Теплов і В. Небилицин, продовжуючи вивчати властивості нервових процесів на основі електроецефалографічних методик і статистичного оброблення експериментальних даних, довели, що деякі індивідуальні особливості умовних рефлексів у людини пов’язані між собою. Кожна така взаємопов’язана система індивідуальних особливостей залежить від однієї загальної причини, а саме, від певної властивості нервової системи.

Наприклад, від сили процесів збудження і гальмування залежать ступінь згасання умовних рефлексів, різниця в силі умовної реакції на сильний і слабкий подразники, вплив стороннього подразника на чутливість до основного подразника. Вони виділили чотири основних властивості нервової системи:

1. динамічність – характеризує легкість і швидкість утворення мозковими структурами нервових процесів під час формування умовних реакцій збудження чи гальмування;
2. лабільність (лат. labilis – нестійкий) – характеризує швидкість виникнення і згасання процесів збудження;
3. сила;
4. рухливість.

Фізико-хімічну природу цих властивостей ще не з’ясовано.

У дослідженнях Теплова і Небилицина показано, що психологічна характеристика темпераменту загалом пов’язана не з однією властивістю нервової системи, а з їх поєднанням, тобто з типом нервової системи. Аналогічно встановлено, що кожна властивість темпераменту залежить не від однієї, а від декількох властивостей нервової системи. Нині знайдено зв’язок цілісної характеристики темпераменту і окремих його властивостей лише з чотирма типами нервової системи. Оскільки ці типи є спільними для людини і тварин, то їх називають загальними. Отже, фізіологічною основою темпераменту є загальний тип нервової системи.

Російський психолог Вольф Мерлін (1892-1982) вважав, що темперамент треба вивчати як суто психічне явище з урахуванням зв’язків із властивостями нервової системи. Тоді його можна було б характеризувати за допомогою понять “сензитивність”, ”реактивність”, ”активність”, ”темп реакцій”, ”пластичність”, ”екстраверсія”, ”інтроверсія” й ”емоційність”.

Сензитивність (лат. Sensibilis – чутливий) визначається найменшою силою зовнішніх впливів, необхідною для виникнення психічної реакції людини. Сензитивність визначає мінімальну силу подразника, що викликає у людини ледве помітне відчуття. Високосензитивні люди є дуже вразливими, сором’язливими, замкнутими, тривожними. Їм властива висока вимогливість до себе і занижений рівень домагань. Низькосензитивним особам властиві протилежні риси.

Реактивність залежить від характеру емоційної реакції індивіда на зовнішні та внутрішні впливи. Високореактивні люди є імпульсивними. Вони починають діяти під впливом обставин, без належного їх усвідомлення й оцінки. Малореактивні – завжди помірковані, стримані, намагаються оцінити наслідки своїх дій.

Активність характеризується енергією впливу людини на навколишній світ і подолання перешкод на шляху до мети. Активна людина завжди чимось зайнята, постійно рухається, стрімка у своїх діях і мовленні. Пасивній людині притаманні апатія і бездіяльність.

Темп реакцій виявляється у швидкості перебігу різних психічних явищ: часі запам’ятовування, швидкості прийняття рішень тощо.

Пластичність – показник гнучкості, легкості пристосування людини до нових умов. Особи з великою пластичністю легко і швидко пристосовуються до нових людей і обставин, змінюють вид діяльності, менше конфліктують із колегами. Ригідність (лат. rigidus – твердий, заціпенілий) це показник інертності, нечутливості до зміни зовнішніх впливів.

Екстраверсія та інтроверсія розрізняються тим, що більше впливає на реакцію людини – зовнішні враження у певний момент (екстраверти) чи образи, уявлення, думки, пов’язані з минулим і майбутнім (інтроверти). Екстравертам властива імпульсивність у діях, ініціативність, комунікабельність, гнучкість поведінки. Інтроверти зосереджуються на власних внутрішніх переживаннях і не цікавляться тим, що відбувається навколо. Екстраверсія ґрунтується на сильному типі нервової системи, інтроверсія – на слабкому.

Емоційність – властивість темпераменту, що вказує на швидкість виникнення і перебігу емоцій. У емоційно не стійких людей, що легко збуджуються, вони виникають швидко, є короткочасними і можуть легко змінюватися на протилежні. Для емоційно стійких людей характерними є повільне емоційне збудження і тривалість переживань.

Зазначені властивості темпераменту проявляються в актах людської поведінки не ізольовано, а утворюють певну єдність. Це дає змогу чітко відмежувати темперамент від інших психічних особливостей особистості – її характеру, спрямованості чи інтелекту.

**3. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПІВ ТЕМПЕРАМЕНТУ**

Кожен тип темпераменту характеризується різним рівнем вираження окремих властивостей і їх своєрідним поєднанням.

САНГВІНІК. Для сангвініка характерна підвищена реактивність. Він бурхливо сміється навіть із незначного приводу або може дуже розсердитися через дрібницю. Емоції виникають швидко, є сильними, але нетривалими, легко змінюються на протилежні. Радість може швидко перетворитися на гнів, чи навпаки. Цьому сприяє висока лабільність нервової системи. Тому почуття, інтереси, настрої і прагнення дуже мінливі. У колі друзів сангвінік завжди рухливий, веселий та життєрадісний. Переважає у нього оптимістичний настрій. Має добре розвинуту міміку й виразні рухи. По обличчю легко вгадується його настрій, ставлення до людей і речей. Жваво відгукується на все, що привертає його увагу.

Знижена сенситивність характеризується високими порогами чутливості. Тому сангвінік часто не помічає слабких подразників або не реагує на них. Він дуже ініціативний, енергійний і працьовитий. Його цікавить усе нове. Тому з великим бажанням береться за нову справу, віддається їй і може зробити багато, якщо справа виявилась для нього цікавою. Якщо ж йому стало нецікаво, він починає нудьгувати і залишає розпочату роботу, не завершив її.

Активність і реактивність збалансовані. Урівноваженість і рухливість процесів збудження і гальмування в корі головного мозку сприяють легкому утворенню тимчасових нервових зв’язків, їх варіативності. Тому сангвініки легко пристосовуються до будь-якої нової обстановки, легко зав’язують знайомства і вступають у спілкування з новими людьми, швидко схоплюють усе нове, засвоюють нові знання, навички і вміння. Їм властива висока кмітливість і гнучкий розум. Енергійні, веселі й комунікабельні сангвініки швидко привертають увагу інших людей і стають організаторами різних цікавих справ, лідерами різних компаній. У них розвиваються хороші організаторські здібності. Сангвінік – екстраверт. У більшості випадків його поведінку зумовлюють зовнішні впливи, а не внутрішні переживання.

ХОЛЕРИК. У холерика висока реактивність і активність, причому реактивність переважає над активністю. Неврівноваженість процесів збудження і гальмування в корі великих півкуль може призводити до зриву нервової системи з боку гальмування. Його підвищена емоційна збудливість і неврівноваженість поведінки по-різному проявляються в житті. В одних людей ці якості можуть реалізовуватися через неабияку наполегливість й енергійність при виконанні завдань. В інших – спричинювати цілком бурхливі афекти, конфліктність, нестриманість та агресивність.

Для холерика характерна циклічність у роботі. Він може цілком віддаватися справі, енергійно долати труднощі на шляху до його мети – і раптом припинити роботу. Так буває тоді, коли вичерпуються сили, втрачається віра у свої можливості. Це є наслідком неврівноваженості нервової системи. Як і сангвінік, має низьку сензитивність, тому часто не помічає слабких подразників. Менша пластичність створює певні труднощі у пристосуванні до нових умов життя, у налагодженні спілкування з новими людьми. Постійне намагання нав’язати свою думку співрозмовнику, категоричність у судженнях, нетерпимість до думки партнера звужують коло його спілкування.

Значна ригідність сприяє стійкості інтересів і прагнень, підвищує наполегливість у роботі. Разом із тим ригідність створює труднощі при переключенні уваги і при переході з одного виду діяльності на інший. Високий психічний темп виявляється у швидких, іноді імпульсивних реакціях на подразники, різких поривчастих рухах, швидкій і пристрасній мові. Холерик – екстраверт. Його поведінка переважно зумовлена впливом зовнішніх обставин, а не внутрішніми переживаннями.

ФЛЕГМАТИК. Флегматику властиві мала сенситивність та реактивність і висока активність. Тому він сповільнено реагує на подразники. Емоції виникають у нього повільно, але відзначаються значною силою, тривалістю, і стриманістю у зовнішніх проявах. Його важко розсмішити чи розгнівити. Це емоційно стійкий тип. Урівноваженість і часткова інертність нервових процесів дають йому змогу залишатися спокійним за будь яких умов, стримувати свої пориви, завжди слідувати встановленому розпорядку життя. За висловом І. Павлова, флегматик – це спокійний, врівноважений, завжди рівний, упертий і наполегливий працівник. Йому властиві велика зосередженість і працездатність. Через малу рухливість нервових процесів має низький темп реакцій, йому важко переключати увагу, а тому має значні труднощі при оволодінні новими видами діяльності. Недостатньо впевнений у собі, тривожний, а значить, малоактивний і безініціативний. Високу продуктивність праці виявляє при виконанні добре освоєної (нерідко монотонної) роботи.

Висока ригідність створює певні проблеми в пристосуванні до нових умов. За своєю природою флегматик інтроверт, а тому мало комунікабельний. Йому важко знайомитися з новими людьми, знаходити теми для спілкування. Має небагатослівну мову, тихий і часто невиразний голос, збіднену міміку, повільні рухи.

МЕЛАНХОЛІК. Для цього типу темпераменту характерна слабкість нервових процесів збудження і гальмування. Умовні рефлекси у нього утворюються повільно і легко гальмуються. Меланхолійний темперамент, писав І. Павлов, є явно гальмівним типом нервової системи. Висока сенситивність зумовлена низькими порогами чутливості. Меланхолік дуже вразливий, сором’язливий, легко ображається навіть із незначного приводу, плаксивий, замикається в собі. Потрапляючи в нові умови, розгублюється, не знає, як себе поводити, червоніє, і мовчить. У нього виникає позамежне гальмування.

Переживання меланхоліка є дуже стійкими і зовні слабо вираженими. Це високо тривожний і невпевнений у собі тип. Важко знайомиться з людьми, коло спілкування є дуже звуженим. Висока чутливість нервової системи спричинює її швидке виснаження. Тому меланхолік мало працездатний, швидко втомлюється. Проте якщо обстановка знайома і спокійна, а діяльність добре освоєна, він може справлятися зі складними завданнями. Особливо полюбляє спокійну, монотонну роботу.

У чистому вигляді ці типи темпераменту рідко зустрічаються в житті. У більшості людей поєднуються властивості різних типів, а тому найчастіше говорять про змішаний тип темпераменту. Немає хороших чи поганих темпераментів. Кожен тип має свої позитивні аспекти і недоліки.

**4. ТЕМПЕРАМЕНТ І СТИЛЬ ДІЯЛЬНОСТІ**

Будь-яка діяльність передбачає певні вимоги до психічних якостей людини. Одні професії вимагають від виконавця неабиякої уважності, інші – швидкої реакції на зміну обставин або гнучкого мислення тощо. Ці вимоги не можна змінити за бажанням, вони об’єктивно зумовлені змістом самої діяльності.

Визначаючи динаміку діяльності, темперамент може по-різному впливати на її продуктивність. У масових професіях ( будівельник, електрик, токар, інженер та ін.) одні властивості темпераменту, необхідні для успішної роботи, але слабо виражені у конкретного працівника, можуть бути компенсовані за рахунок інших властивостей і зумовлених ними прийомів роботи.

В умовах певної професійної діяльності від типу темпераменту залежить стратегія підготовки людини до роботи і динамічний аспект її виконання, але аж ніяк не успішність досягнення кінцевого результату. Дослідженнями було встановлено, що продуктивність праці ткаль, багатоверстальниць безпосередньо не зумовлена такими властивостями, як рухливість чи інертність. Так само мало впливають на результати роботи водіїв автобусів сильний чи слабкий тип нервової системи. Отже, в масових професіях властивості темпераменту, впливаючи на діяльність, не визначають її продуктивності, оскільки одні властивості можуть бути компенсовані іншими.

Існують спеціальності, якими не можна успішно оволодіти лише завдяки компенсації одних властивостей іншими. Так, у професіях космонавта, льотчика-випробувача, диспетчера аеропорту, оператора швидкоплинних технологічних процесів, чия діяльність відбувається в екстремальних умовах, пов’язаних із небезпекою, великою відповідальністю, вимоги до психіки дуже великі. У них висока тривожність, ригідність, низький темп діяльності не можуть бути компенсовані іншими властивостями. Тому в цих випадках властивості темпераменту визначають професійну придатність.

Щоб установити, чи відповідають властивості темпераменту вимогам професії, здійснюють професійний відбір. Це спеціальна процедура визначення професійної придатності, яку проводять на підставі психологічної діагностики властивостей темпераменту.

Найпоширенішим способом пристосування темпераменту до вимог діяльності є формування її індивідуального стилю. Однакового результату діяльності можна досягти різним способом.

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ СТИЛЬ ДІЯЛЬНОСТІ – індивідуальна система прийомів і способів дій, характерна для конкретної людини і доцільна для досягнення успішного результату.

Індивідуальний стиль діяльності не з’являється стихійно, а поступово виробляється протягом усього життя. Тобто людина вибирає й удосконалює такі прийоми і способи виконання дій, які найбільше відповідають її темпераменту. Важливою умовою формування індивідуального стилю діяльності є зацікавлене, свідоме і творче ставлення до своєї роботи. Тому найяскравіше він виявляється у творчих людей, майстрів своєї справи.

Оволодіння властивостями власного темпераменту і їх компенсація, формування індивідуального стилю діяльності розпочинається ще в дитячі роки, відбувається під впливом навчання і виховання і завершується в умовах трудової діяльності людини.

Список літератури.

1. Белоус Б.Б. Темперамент и деятельность. – Пятигорск, 1990.
2. Голубева Е.А., Рождественская В.И. О психологических проявлениях свойств нервной системы // Вопросы психологии. – 1976. - №5.
3. Гуревич К.М. Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы. – М., 1970.
4. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. – Казань, 1969.
5. Мерлин В.С. Очерк теории темперамента. – М., 1969.
6. Павлов И.П. Мозг и психика: Избранные психологические труды. – Москва – Воронеж, 1996.
7. Русалов В.М. Биологические свойства индивидуально-психологических различий. – М., 1979.
8. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность. – М., 1984.
9. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. – М., 1982.
10. Теплов Б.М. Избранные труды: В 2 томах. – М., 1985.

Отримавши завдання дослідити свій темперамент, я глибоко замислилась. Прочитала характеристику сангвініка твердо вирішила - я сангвінік. А що, емоційна, працьовита, рухлива, життєрадісна! Тому з почуттям виконаного обов’язку почала далі уважно слухати лекції викладачів. Однак, після останньої пари, легкий сумнів почав точити мою тверду впевненість. О пів на дев’яту вечора, після м’яко кажучи, важкуватого робочого дня та трьох лекцій рухливість та життєрадісність зникли та далеко, що надія на їх повернення була надто примарною.

Почала з іншого краю. Меланхолік. Точно, меланхолік. Особливо мені сподобалась фраза про меланхолійний тип, як гальмівний. Уява одразу ж намалювала мене в образі машини, яка з останніх сил рухається, а водій з саркастичною усмішкою щосили тисне на гальма. І так себе шкода стало… Сльози навернулися на очі, а до горла почала підбиратися образа…

І так мабуть залишилась би я назавжди меланхоліком, якщо б якийсь розумний дядько не створив маршрутки. У пошуках своєї, я жвавенько так бігала зупинкою, щосекунди поглядаючи на дорогу. І як тільки вона з’явилась на обрії, почала активно розпихувати інших бажаючих. Але ті теж сильно бажали, і я дізналась про себе кілька нових подробиць, нажаль нецензурних. Хотіла було висловити обурення, та згадала, що я ж меланхолік, а обурення не наш метод!

Той дядько, що колись спроектував маршрутки, певно був ображений на ту частину людства, що має зріст, вищий за метр п’ятдесят і збирається більше, ніж по дванадцятеро одразу. Він таки їм відплатив. Ті дванадцять, які сидять, позирають на інших, хоч і знизу вверх, але зі стійким почуттям перевершення. У свою чергу, ті, хто стоїть, часу не втрачають і від щирого серця ставлять свої сумки та пакети їм на голови, та за законами фізики миттєво займають звільнене місце.

Наша маршрутка не стала виключенням. На кожного сидячого приходилося 5 стоячих, які до того ж знаходилися настільки близько один до одного, що у момент гальмування майже зливалися в одне ціле. Не дивно, що, коли звільнилося перше місце, біля нього було п’ятеро темпераментних претендентів. Двоє з них певно виявилися флегматиками і на місце чомусь не претендували. Проте інші… Жіночка невизначеного віку скерувалась було, але я була у вигіднішому становищі і миттєво перейшла у почесний клан сидячих. Такого мені пробачити не могли. Та і не пробачили. До низки епітетів в мій бік ще на зупинці, додалися такі, що я навіть намагалась безрезультатно запам’ятати. На 147-му, ресурси моєї пам’яті вичерпалися, і я відчула, що з’явились активність і реактивність, причому реактивність суттєво переважила активність. І я із впевненістю почала нав’язувати співрозмовниці свою думку. Через дві зупинки вона нарешті теж сіла, розмова поволі згасла. І, хоча на душі було якось незатишно, зігрівало те, що нарешті я дізналась правду про свій темперамент. Я ж типовий холерик! Дякую жіночці, що відкрила мені мене.

Наступного дня, для чистоти експерименту вирішила спитати у колег. Окинувши оком своїх просунутих дівчат, зрадливо подумала: „Збрешуть”! Тому, ніби для підтримання розмови, звернулась до нашого аксакала Марії Федорівни. „Навіщо тобі? - недовірливо спитала вона, і про всяк випадок відповіла: „Нормальний”. І пішла в себе. Я зітхнула. Через п’ять хвилин засмутилась, ще через п’ять заплакала. Що ж це таке діється: живу собі не світі вже …років (плач переходить в ревіння) і не знаю хто я.

На цей звук прибігла найкраща подруга. Через кілька хвилин їй таки вдалося більш-менш зрозуміти причину істерики.

Яке щастя, що існують в цьому світі найкращі подруги. Хоча є певні особи (мабуть чоловіки), які заперечують існування жіночої дружби, жіночої логіки і життя на Марсі, я з усією відповідальністю заявляю: жінки, дружіть! Ніхто не зрозуміє і не полюбить нас так, як любимо себе ми!

Моя віддана, перевірена подруга на щастя виявилась не тільки дипломованим, а ще й справжнім психологом.

Всього лише за 10 хвилин я дізналась, що кожна людина народжується з певним набором особливостей особистості, які і виявляються у темпераменті. Значні розходження в поведінці людей, обумовлені властивостями їхніх темпераментів є навіть у рідних братів і сестер, у близнюків, що живуть пліч-о-пліч. Темпераменти розрізняються навіть в сіамських близнюків, у всіх дітей що отримували однакове виховання, що мають однаковий світогляд, близькі ідеали, переконання й моральні підвалини.

І розбиратися в рисах темпераменту людини за допомогою опису можна лише тоді, коли вони чітко виражені, але люди з різко вираженими рисами певного темпераменту зустрічаються дуже рідко, найчастіше в людей буває змішаний темперамент у різних сполученнях. Але перевага рис будь-якого типу дає можливість віднести темперамент людини до того або іншого типу.

Найголовнішим є те, що в кожному темпераменті можна знайти як позитивні, так і негативні властивості. Гарне виховання, контроль і самоконтроль дає можливість виявитися: меланхоліку, як людині вразливій із глибокими переживаннями й емоціями; флегматику, як витриманій, без необдуманих рішень; сангвініку, як високо чуйній для будь-якої роботи людині; холерику, як жагучій, шаленій й активній в роботі.

На моїх очах знову забриніли сльози, але це були сльози радості та умиротворіння. Тепер я знала, що навіть у складних життєвих ситуаціях мені просто необхідно залишатися самою собою - сангвініком - рухливим, веселим та життєрадісним оптимістом. Чого і всім бажаю!