Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №2 города Никольска

**«Влияние темперамента на увлечения человека»**

Работу выполнила:

Нестерова Варвара

Ученица 11 класса «А»

МБОУ СОШ №2

Руководитель:

Чернова Наталья Николаевна

Учитель биологии

2024 г.

Оглавление

[**1. Введение** 3](#_Toc159748646)

[**1.1 Актуальность** 3](#_Toc159748647)

[**1.2 Гипотеза** 3](#_Toc159748648)

[**1.3 Цель** 3](#_Toc159748649)

[**1.4 Задачи** 3](#_Toc159748650)

[**1.5 Методы исследования** 3](#_Toc159748651)

[**2. Теоретическая часть** 4](#_Toc159748652)

[**2.1 Что такое темперамент** 4](#_Toc159748653)

[**2.2 История современной теории о темпераменте** 4](#_Toc159748654)

[**2.3 Типы темперамента по Айзенку** 5](#_Toc159748655)

[**3. Практическая часть** 6](#_Toc159748656)

[**3.1 Тест на определение типа темперамента** 6](#_Toc159748657)

[**3.2 Тест «Увлечения человека»** 6](#_Toc159748658)

[**4. Заключение** 7](#_Toc159748659)

[**5. Используемая литература** 7](#_Toc159748660)

# **1. Введение**

У каждого человека есть увлечение, которое является одновременно и делом для души, и развлечением, которым можно заполнить свой досуг, которое делает жизнь яркой и насыщенной. Хобби зачастую занимает значительную часть жизни человека и имеет для него большое значение.

От чего же зависит выбор хобби? В первую очередь, от умений и желаний человека, от его психологических особенностей и потребностей.

Внутренний мир человека характеризуется многими параметрами, и один из них – темперамент.

## **1.1 Актуальность**

Тип темперамента и особенности психологии человека являются наиболее значимыми свойствами личности. Учитывая данные свойства, можно с определённой степенью вероятности предсказать поведение или реагирование индивида на ту или иную ситуацию. Успехи в учёбе, выбор хобби и профессии, способы общения, предпочтения и интересы, активность или пассивность в налаживании контактов с другими людьми, принятие участия в общественной деятельности – все это контролируется особенностями характера человека. Осознание положительных и отрицательных сторон собственного характера, способность управлять ими способствует индивиду наиболее точно определиться с родом деятельности и выработать необходимые умения для успешной адаптации в отдельном коллективе и обществе в целом.

## **1.2 Гипотеза**

Темперамент напрямую связан с увлечениями человека.

* Холерики предпочитают активные хобби, с большой затратой энергии.
* Меланхолики любят что-то, связанное с творчеством, требующее усидчивости.
* Флегматики интересуются интеллектуальной деятельностью.
* Сангвиники выбирают занятия, связанные с общением, контактированием с людьми.

## **1.3 Цель**

Изучение того, как темперамент влияет на интересы и занятия человека

## **1.4 Задачи**

* Изучить литературу и интернет статьи на тему темперамента
* Провести анкетирование среди учеников 10 «А» класса на тему «Определение темперамента»

## **1.5 Методы исследования**

* Изучение научных статей
* Анкетирование
* Анализ и обобщение

# **2. Теоретическая часть**

## **2.1 Что такое темперамент**

**Темперамент** — это **совокупность устойчивых динамических особенностей психических процессов человека**: темпа, ритма, интенсивности. Он определяет скорость течения психических процессов, устойчивость эмоциональной сферы, степень волевого усилия. Темперамент относится к биологически обусловленным индивидуальным различиям как человека, так и животных.

Не стоит путать понятия «темперамент» и «характер». Главное отличие в том, что темперамент – это врожденная и неизменная особенность человека, а характер — приобретенная. Поэтому темперамент индивида поменять нельзя: какой есть, такой есть.

Психологи считают, что от 20 до 60% поведенческих реакций определяются генетически. То есть тип темперамента часто аналогичен кому-то из родителей, иногда — бабушек и дедушек. Не существует четкой модели наследования и нет конкретных генов, которые придают определенные черты темперамента.

## **2.2 История современной теории о темпераменте**

Впервые о четырех типах темперамента говорил Гиппократ. Он утверждал, что люди различны четырьмя основными «соками организма» — кровью, флегмой, жёлтой желчью и чёрной желчью. Названия темпераментов, данных по названию жидкостей, сохранились до наших дней. Каждая жидкость имеет особое свойство и особое назначение. Свойство крови – теплота. Назначение ее – согревать организм. Свойство флегмы – холод, а назначение – охлаждать организм. Свойство желтой желчи - сухость. Назначение поддерживать сухость в организме, «подсушивать его». Свойство черной желчи – сырость. Назначение ее – поддерживать сырость, влагу.

**Ганс Айзенк** — британско-немецкий психолог, который исследовал генетически заданные черты личности, обусловленные различиями в реакции мозга на эмоциональные раздражители, выделил **3 основных личностных измерения**:

1. **Интроверсия — экстраверсия**: степень, в которой человек направляет свою энергию внутрь себя или наружу на других.
2. **Эмоциональная стабильность — нейротизм**: предрасположенность человека к эмоциональному расстройству или стабильности.
3. **Психотизм**: низкое значение означает теплоту в отношениях и стремление заботиться о других, высокое — антисоциальность, холодность, враждебность и безразличие к другим.

Исследуя два первых измерения, он смог выявить четыре типа темперамента. В 1947 году **Ганс Айзенк** разработал тест, при помощи которого можно было определить предрасположенность личности к стабильности и нестабильности в эмоциональной сфере.

В 1957 году ученый создал усовершенствованную версию теста, но в ходе испытаний стали выявляться очевидные неточности между теоретическим материалом и тем, что получалось на практике.

В 1963 году была создана методика Айзенка по определению темперамента. Тест состоял из 57 вопросов, 9 из которых определяют правдивость ответов испытуемых.

В 1969 году тест был усовершенствован. В него добавились новые вопросы, определяющие наличие реакций психотического характера. Этот вариант теста получил много негативных отзывов в научном мире. Многие психологи оценили его как методику, не имеющую научных основ для определения психоза. Поэтому первый вариант теста по сей день имеет большую популярность.

**2.3 Типы темперамента по Айзенку**

**Холерик**. В основе лежит сильный, неуравновешенный - с преобладанием возбуждения - тип нервной системы. Экстраверт. Для холерика характерны несдержанность, неуравновешенность, вспыльчивость, быстрый темп реакции. Холерик – человек очень эмоциональный. Если он что-то испытывает, то очень глубоко и ярко. Причем он может испытывать одновременно противоречивые чувства. Однако эти переживания не являются длительными. Вскоре холерик быстро переключается на другие эмоции. Такому человеку не нравится монотонная работа. Вначале он загорается идеями и энтузиазмом, но со временем остывает и начинает выполнять работу, нехотя, спустя рукава.

**Меланхолик**. В основе лежит слабый тип нервной системы. Интроверт. У меланхолика преобладают чувственность и обидчивость. Такие люди ведут себя незаметно и медленно. Меланхолики редко смеются, не уверены в себе, часто и легко теряются, не доводят работу до конца. Быстро утомляются от людей и новой обстановки, тактичны, мягки, стеснительны. Они легко уязвимы, хотя внешне этого не показывают. Боятся трудностей, поэтому перед совершением какого-либо действия долгое время обдумывают его необходимость и план реализации.

**Флегматик**. В основе лежит сильный, уравновешенный тип нервной системы. Интроверт. Его трудно рассмешить или рассердить. Такой человек обладает небогатой эмоциональной сферой. Уравновешенность характера объясняется тем, что эмоции флегматика ровные и постоянные. Он проявляет во всем основательность, склонен к порядку, уклоняется от споров. Перед выполнением какого-либо действия флегматик долго и тщательно продумывает его будущее. Такому человеку трудно перестраиваться с одной работы на другую, поэтому он предпочитает заниматься тем, что ему знакомо и привычно.

**Сангвиник**. В основе лежит сильный, уравновешенный, подвижный тип нервной системы. Экстраверт. Для сангвиника характерна повышенная эмоциональность, которая проявляется в том, что он живо и с большим возбуждением откликается на все привлекающее их внимание, очень впечатлителен. Он любознателен, жизнерадостный, быстро забывает обиды, доброжелателен, способен быстро переключаться с одной работы на другую, не устает, быстро обучается и может долго над чем-то работать. Сангвиник способен быстро решать проблемы. Он относится к общительным и коммуникабельным людям, любит занимать лидирующие позиции, командовать и брать ответственность на себя, быть в центре внимания, находиться впереди.

**3. Практическая часть**

## **3.1 Тест на определение типа темперамента**

По итогам теста выяснилось, что среди учеников 11 класса

* 35% - холерики
* 25% - меланхолики
* 20% - флегматики
* 20% - сангвиники

**3.2 Тест «Увлечения человека»**

Ученики 10 класса заполнили анкету:

1. Укажите ваш тип темперамента

А) холерик Б) меланхолик В) флегматики Г) сангвиник

2. Чем вы увлекаетесь?

По итогам тестирования было выявлено, что:

* Холерики предпочитают танцы, занятия спортом.
* Меланхолики предпочитают чтение, рукоделие, рисование, готовка, просмотр фильмов и сериалов, прослушивание музыки.
* Флегматики предпочитают видеоигры, настольные игры, саморазвитие.
* Сангвиники предпочитают прогулки с друзьями.

# **4. Заключение**

В ходе исследования было изучено понятие темперамент, современное представление о его свойствах. В ходе опроса ученики 11 класса определили свой тип темперамента и ознакомились с основными его характеристиками.

Также гипотеза подтвердилась: холерики предпочитают активные хобби. Меланхолики увлекаются творчеством или же прослушиванием музыки. Просмотрами фильмов и сериалов, то есть пассивными хобби, требующими усидчивости. Флегматики интересуются интеллектуальной деятельностью. Сангвиники выбирают общение, контактирование с людьми.

**5. Используемая литература**

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Темперамент](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82)

<https://www.rbc.ru/life/news/651d996f9a7947cfea2b1fb2>

<https://journal.tinkoff.ru/temperaments/>

<https://media.halvacard.ru/life/kakie-byvayut-tipy-temperamenta-melankholik-kholerik-flegmatik-sangvinik>

<https://brainapps.ru/blog/2016/08/test-ayzenka-na-temperament/>

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Личностный\_опросник\_Ганса\_Айзенка\_(EPI)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D0%93%D0%B0%D0%BD%D1%81%D0%B0_%D0%90%D0%B9%D0%B7%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0_%28EPI%29)

<https://studall.org/all-199341.html>