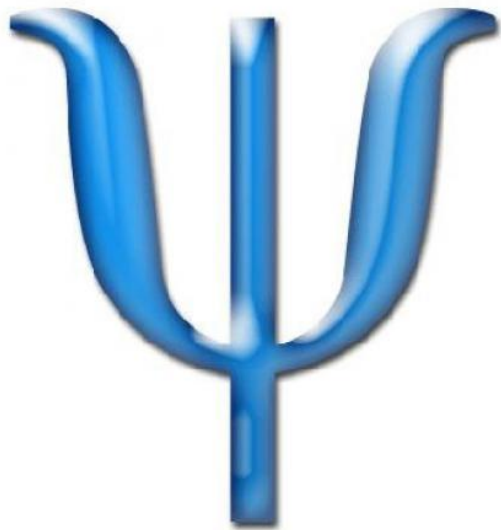


Индивидуально-типологические особенности личности



Личность

- Слово «личность» первоначально относилось к актерским маскам. Затем это слово стало относиться к самому актеру. Позже слово «persona» употреблялось вместе с указанием определенной социальной функции человека, например личности судьи, личности отца, личности торговца и пр. Таким образом, личность по первоначальному значению – это определенная социальная роль человека.
- Психология трактует личность как социально-психологическое образование, которое формируется благодаря жизни человека в обществе. Это значит, что к числу личностных не относятся такие особенности человека, которые природно-обусловлены и не зависят от его жизни в обществе.

В отечественной психологии существует ряд определений личности:

- «Личность – это носитель сознания» (К. К. Платонов);

«Личность – это целостная система, возникающая в процессе жизни человека и выполняющая определенную функцию в его взаимодействии со средой» (Л. И. Божович);

«Личность – это субъект деятельности, т. е. совокупность общественных отношений, определяющих положение человека в обществе» (Б. Г. Ананьев).

- «Личность – это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми и определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих» (Р. С. Немов).

Обобщая, можно дать следующее определение:

- **Личность – это динамичная, относительно устойчивая целостная система интеллектуальных, социально-культурных и морально-волевых качеств человека, выраженных в индивидуальных особенностях его сознания и деятельности.**

Социальность и индивидуальность

- Основными чертами, характеризующими личность, являются **социальность** и **индивидуальность**, т. е. личность социальна по своей сущности и индивидуальна по способу своего существования.
- Индивидуальность при этом понимается как самобытный, своеобразный способ бытия конкретной личности. Она детерминирована особым жизненным путем индивида, его природными задатками, предстает как результат взаимодействия уникальных и универсальных свойств человека.

Психологическая структура личности

- Психологическая структура личности представляет собой целостное системное образование, совокупность социально значимых свойств, качеств, позиций, отношений, алгоритмов действий и поступков человека, сложившихся прижизненно и определяющих его поведение и деятельность.

Психологическую структуру личности составляют:

- темперамент;
- способности;
- мотивация;
- характер;
- воля;
- чувства.

1. «Темперамент»

- Темперамент – это совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение, изменение.
- Динамические особенности: интенсивность и скорость протекания психических процессов, состояний и действий.
- Темперамент составляет биологическую основу характера.

Свойства темперамента

- Эмоциональная возбудимость – легкость возникновения эмоц реакций и прцессов.
- Эмоциональная неустойчивость – врожденная склонность человека входить в состояние эмоц напряжения.
- Тревожность – степень личностного/ситуативного эмоц напряжения в угрожающей ситуации или ситуации повышенной ответственности.

- Утомляемость, работоспособность, вработываемость
- Импульсивность – быстрота реакции, произвольных движений+быстрота принятия решения и его исполнение.
- Ригидность/пластичность – степень легкости приспособляемости к новой ситуации.
- Экстраверсия/интроверсия – от чего в большей степени будет зависеть реакция, - от внешних впечатлений в данный момент или от внутренних, связанных с прошлым и будущим

- Сензитивность – порог реакций, степень чувствительности к происходящим событиям
- Реактивность – степень непроизвольных эмоциональных реакций на внешние-внутренние воздействия.
- Активность – степень воздействия человека на окружающий мир.

- Соотношение активности и реактивности – от чего будет зависеть деятельность человека: от случайных обстоятельств или от целей, намерений.
- Резистентность – сопротивление стрессу, проявляется в отсутствии снижения функционального уровня деятельности.
- Темп реакций – скорость протекания реакций.

Типологии темперамента

- 1. Гуморальная (Гиппократ)-связывал темперамент с биологическими жидкостями организма.
- 2. Конституциональная (Кречмер, Шелдон)-тип телосложения
- 3. Нейродинамическая (Павлов)-свойства Н. С. Определяют типы темперамента

Гуморальная теория+нейродинамика

- **Сангвиник** – сильный, уравновешенный, подвижный человек, быстро и легко приспособляющийся к меняющимся условиям жизни и успешно сопротивляющийся ее трудностям. Основные черты – общительный, разговорчивый, отзывчивый, открытый, жизнерадостный, не склонный к беспокойству, склонный к лидерству.

-  **Меланхолик** – слабый, малоподвижный человек, часто пассивный и заторможенный. Сильные раздражители могут вызвать различные нарушения его поведения, вплоть до полного прекращения всякой деятельности. Основные черты – тихий, замкнутый, необщительный, пессимистичный, тревожный, склонный к рассуждениям, легко расстраивающийся.

-  **Холерик** – сильный, неуравновешенный, легко возбуждающийся человек, обладающий большой жизненной энергией, часто вспыльчивый и несдержанный. Основные черты – обидчивый, беспокойный, активный, импульсивный, эмоционально неустойчивый.

-  **Флегматик** – сильный, уравновешенный, инертный человек, реагирующий на внешние воздействия спокойно и медленно, не склонный к каким-либо изменениям, хорошо справляющийся с внешними раздражителями. Основные черты – надежный, доброжелательный, миролюбивый, рассудительный, осмотрительный, эмоционально устойчивый.

Конституциональная типология

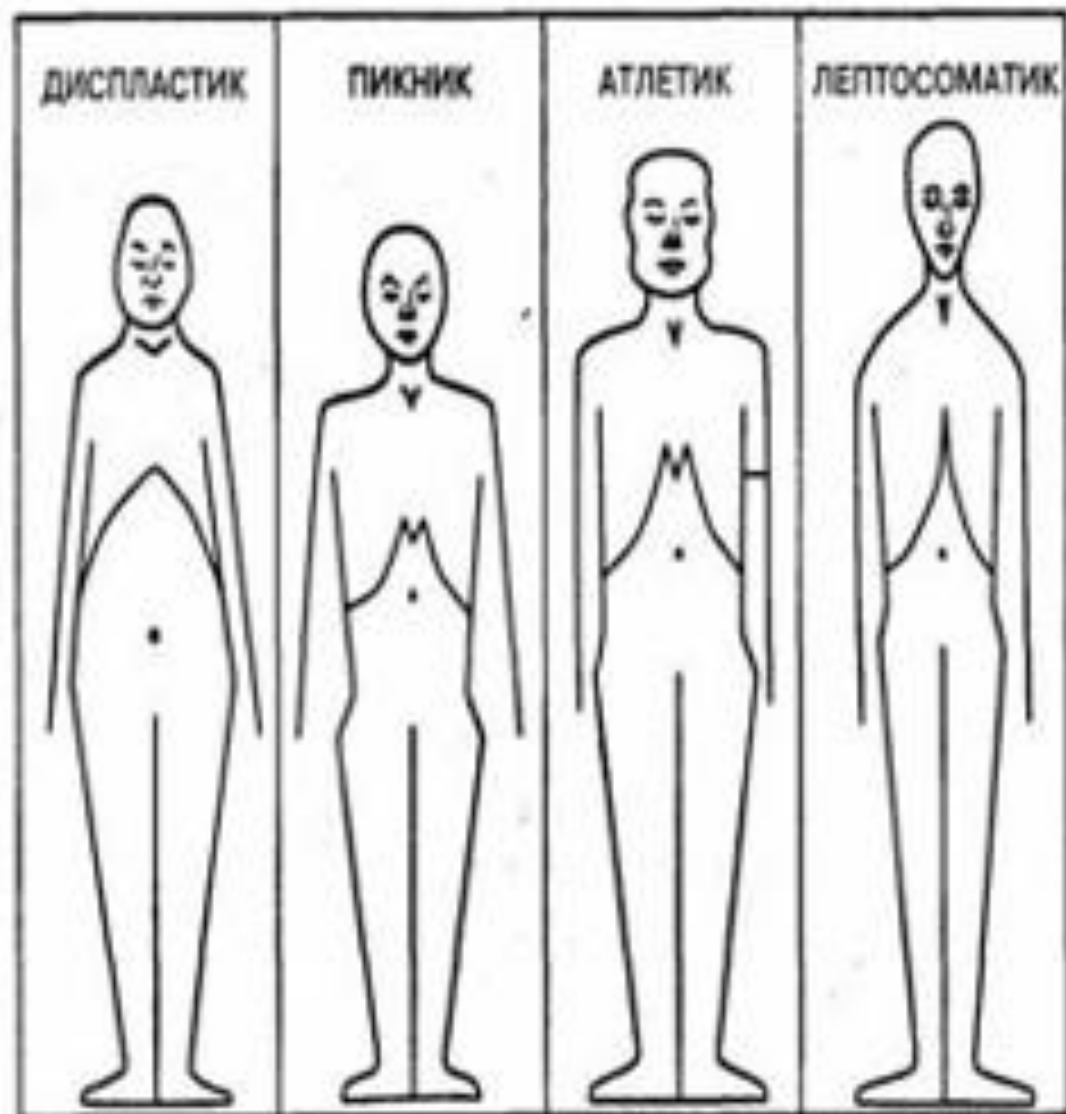
- **Конституциональная типология Э. Кречмера.** Главным идеологом конституциональной типологии был немецкий психиатр Э. Кречмер (1995), опубликовавший в 1921 году работу под названием «Строение тела и характер». Он обратил внимание, что каждому из двух видов заболеваний — маниакально-депрессивному (циркулярному) психозу и шизофрении — соответствует определенный тип телосложения. Он утверждал, что тип телосложения определяет психические особенности людей и их предрасположенность к соответствующим психическим заболеваниям. Многочисленные клинические наблюдения побудили Э. Кречмера предпринять систематические исследования строения человеческого тела. Произведя множество измерений различных частей тела

Э. Кречмер выделил четыре КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ типа:

- **1. Лептосоматик** (астеник)(греч. leptos — хрупкий, soma — тело). Люди худые, с удлинённым лицом, длинными руками и ногами, плоской грудной клеткой и слабой мускулатурой. (Люди замкнутые, серьёзные, упрямые, трудно приспособляющиеся к новым условиям. При расстройствах психики склонны к шизофрении).

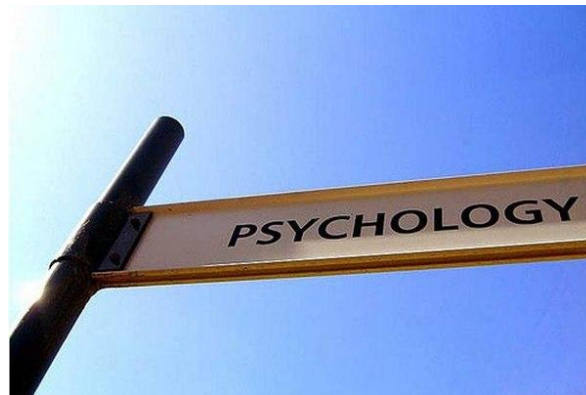
- **2. Пикник** (греч. *pykno* — толстый, плотный). Люди среднего роста, полноватые или склонные к ожирению, с короткой шеей, большой головой и широким лицом с мелкими чертами. Люди общительные, контактные, эмоциональные, легко приспосабливаются к новым условиям. При расстройствах психики склонны к МДП.

- **3. Атлетик** (греч. athlon — борьба, схватка). Люди высокие, широкоплечие, с мощной грудной клеткой, крепким скелетом и развитой мускулатурой. Люди спокойные, невпечатлительные, практичные и властные, сдержанные в жестах и мимике. Не любят перемен, плохо к ним приспособляются. При расстройствах психики склонны к эпилепсии.
- **4. Диспластик** (греч. dys — плохо, plastas — сформированный). Его строение бесформенное, неправильное. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерным ростом). Ввел Шелдон.



2. «Способности»»

- **Способности** – это индивидуально-психологические особенности человека, позволяющие ему с той или иной степенью успешности овладевать какой-либо деятельностью и совершенствоваться в ней.



Различают несколько уровней развития способностей людей:

- **♦ одаренность** – совокупность нескольких разносторонних способностей, обуславливающая успешную деятельность человека в определенной области и выделяющая его среди других лиц;
- **♦ талант** – совокупность способностей, которая позволяет получать продукт деятельности, отличающийся оригинальностью и новизной, совершенством и общественной значимостью; особенность таланта – высокий уровень творчества при осуществлении деятельности;
- **♦ гениальность** – высшая степень развития таланта, позволяющая осуществлять принципиально новое в той или иной сфере деятельности. Творчество гениального человека имеет историческое и, как правило, положительное значение.

Выделяют общие и специальные способности:

- **♦ общие** способности прямо не связаны с успешностью выполнения конкретной работы, они сами представляют собой показатель возможности приобретения субъектом какой-то частной, специфической способности, умения научиться чему-либо. Обычно под общими способностями понимают интеллектуальные, умственные способности;
- ♦ специальные** способности проявляются в какой-либо конкретной области деятельности. Поэтому говорят о музыкальных, художественных, педагогических и т. п. способностях. К ним относятся способности, связанные с осуществлением необычных функций, например артистов цирка, спортсменов и т. д.

3. «Мотивация»

- **Мотивация** – это совокупность побуждений (мотивов), вызывающих активность индивида, система факторов, детерминирующая поведение человека.
- Мотивация представляется как непрерывный процесс, в котором субъект действия (человек) и ситуация взаимно влияют друг на друга, в результате чего можно наблюдать поведение человека. Мотив в отличие от мотивации – это то, что принадлежит самому человеку, является его личным свойством, побуждением к деятельности, причиной его действий и поступков. Мотивы формируются из **потребностей человека** и бывают осознанными и неосознаваемыми. Примеры мотивов: мотив достижения успеха, мотив избегания неудачи, мотив власти, мотив аффилиации (стремления к общению).

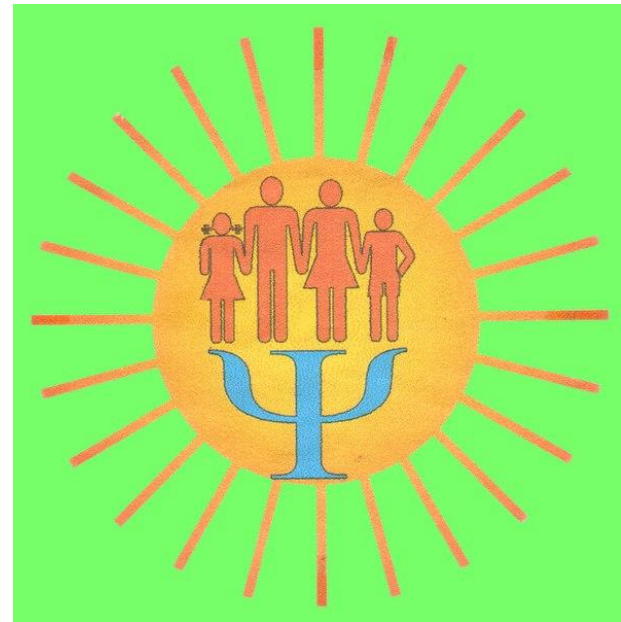


4. «Характер»

- *Характер – это совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, выполняемой работе.*
- Характер человека не является врожденным, он формируется в процессе его жизни и деятельности. В целом характер человека – и предпосылка, и результат его реального поведения в конкретных жизненных ситуациях. Обуславливая поведение, он в поведении и формируется.

Структура и свойства

- В зависимости от отношений личности выделяют 4 системы свойств характера:
- 1. Отношение к людям
- 2. Отношение к труду
- 3. Отношение к вещам
- 4. Отношение к себе



Эмпирические характеристики характера

Полнота – разнообразие черт, свойств

Цельность – характер это всегда индивидуально-своеобразное сочетание свойств

Уравновешенность

Выраженность – может доходить до акцентуации

Оригинальность, самобытность

Интегративность – характер это всегда структура

Социальность – характер всегда проявляется в поведении

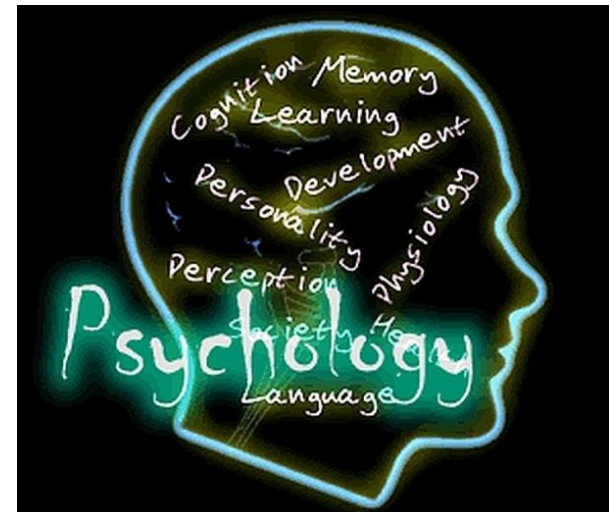
Автоматизированность

Мотивационный компонент

Волевой компонент

Функции характера

- 1. Помогает человеку самоосуществляться в деятельности,
- 2. Экспрессивная функция (выражение отношения к чему-либо).



Акцентуации характера

- Акцентуация – это усиление степени определенной черты.
- Психопатия – патология характера, при которой у субъекта наблюдается практически необратимая выраженность свойств, препятствующих его адекватной адаптации в социальной среде.

Приведем типы характеров (его акцентуации), выделенные Е. А. Личко, и их характеристики:

- **гипертимный** – подвижность, повышенная психическая активность, жажда деятельности, привычка разбрасываться, не доводить начатое до завершения;
- **истероидный** – эгоцентризм, склонность к лидерству, авантюристичность, тщеславие;
- **лабильный** – крайняя изменчивость настроения, большая зависимость от сиюминутного настроения;

- **астенический** – повышенная мнительность, капризность, быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям;
- **циклоидный** – чередование смены настроений от приподнятого до подавленного;

- **сенситивный** – повышенная чувствительность, застенчивость, робость;
- **психастенический** – ускоренное и раннее интеллектуальное развитие, склонность к самоанализу, высокая тревожность, нерешительность, постоянные сомнения;

- **ШИЗОИДНЫ** – замкнутость, сдержанность во внешнем проявлении чувств, трудности в установлении эмоциональных контактов;
- **ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ** – жестокость, властность, себялюбие, конфликтность, педантичность;

- **застревающий** (паранойяльный – подозрительность, повышенная обидчивость, стремление к доминированию, конфликтность;
- **дистимный** – склонность к депрессиям, сосредоточенность на мрачных сторонах жизни;

- **неустойчивый** – склонность к праздности, тяга к развлечениям, умение легко устанавливать контакты с окружающими, поверхностное общение;
- **конформный** – подчинение мнению других, приспособленчество, зачастую консерватизм.

5. «Воля»

- **Воля** – сознательное регулирование человеком своего поведения, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий, обладающее рядом признаков: наличие усилий и продуманного плана для выполнения того или иного волевого акта; усиленное внимание к такому поведенческому действию; отсутствие непосредственного удовольствия, получаемого в процессе и в результате его исполнения; состояние оптимальной мобилизованности личности, концентрации в нужном направлении.

Проявление воли находит свое отражение в следующих свойствах (качествах):

- сила воли – степень необходимого волевого усилия для достижения цели;
- настойчивость – умение человека мобилизоваться для длительного преодоления трудностей;
- выдержка – умение сдерживать чувства, мысли, действия;
- решительность – умение быстро и твердо претворять в жизнь решения;
- смелость – умение победить страх и идти на оправданный риск, несмотря на наличие опасности;

- самообладание – умение контролировать себя, подчинять свое поведение решению поставленных задач;
- дисциплинированность – сознательное подчинение своего поведения общепринятым нормам, установленному порядку;
- обязательность – умение вовремя выполнять возложенные обязанности;
- организованность – рациональное планирование и упорядочение своего труда и др.

6. «Эмоции и Чувства»

- **Эмоции** — это особый класс психических процессов и состояний, связанных с потребностями и мотивами и отражающих в форме переживаний значимость действующих на субъекта явлений и ситуаций.
- **Чувства** — отражают долговременные переживания. Чувства возникают как обобщение многих эмоций, направленных на определенный объект.
- **Аффект** — сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств и сопровождаемое резким изменением в сознательной деятельности и выраженными двигательными проявлениями.

Пример разделения эмоций и чувств

- Мать, любя своего ребенка, переживает по отношению к нему в разных ситуациях разные эмоции: она может злиться на него, испытывать гордость за него, нежность к нему и т.д.

- во-первых, эмоции и чувства — это не одно и то же;
- во-вторых, нет прямого соответствия между чувствами и эмоциями: одна и та же эмоция может выражать разные чувства и одно и то же чувство может выражаться в разных эмоциях.



У.Джемс

теория эмоций Джеймса-Ланге

- Американский психолог У.Джемс и датский анатом К.Г.Ланге выдвинули периферическую теорию эмоции, основанную на парадоксальной идее о том, что эмоции есть результат физиологических изменений в различных системах. По их утверждению, мы не потому смеемся, что нам смешно, а нам потому смешно, что мы смеемся.

Теория эмоций Кеннона и Барда

- У.Кеннон и Ф.Бард одними из первых показали ограниченность теории Джемса — Ланге, предложив свою теорию эмоций, которая была названа таламической. Согласно этой теории, вегетативные изменения и мышечные реакции организма являются следствием переживания эмоций.

В зависимости от модальности, качества переживаний К.Изардом были выделены десять фундаментальных эмоций:

- **1. Интерес-возбуждение** — чувство захваченности, любопытства, это наиболее часто испытываемая положительная эмоция, выступающая исключительно важным видом мотивации в развитии навыков, знаний, мышления. Интерес является единственной мотивацией, которая может поддерживать осуществление повседневной, привычной, рутинной работы. У человека, испытывающего эмоцию интереса, возникает желание исследовать, вмешаться, расширить свой опыт; подойти по-новому к человеку или объекту, возбудившему интерес. При интенсивном интересе человек чувствует себя воодушевленным и оживленным.

- **2. Радость** характеризуется чувством уверенности и значительности, ощущением способности справиться с трудностями и наслаждаться жизнью. Радость сопровождается удовлетворенностью собой, окружающими людьми и миром. Она часто сопровождается чувствами силы и энергетического подъема. Следствием сочетания радости и ощущения собственной силы является связь радости с чувствами превосходства и свободы, ощущением того, что человек больше, чем он есть в обычном состоянии. Радость— это чувство, которое возникает при реализации своих возможностей. Препятствия к самореализации являются препятствиями для появления радости.

- **3. Удивление** является преходящей эмоцией: оно быстро наступает и столь же быстро проходит. В отличие от других эмоций удивление не мотивирует поведение в течение долгого времени. Функция удивления состоит в подготовке субъекта к успешным действиям, к новым или внезапным событиям.

- **4. Стрaдание** представляет собой наиболее распространенную отрицательную эмоцию. Оно обычно является доминирующим при горе и депрессии. Психологические причины страдания включают многие проблемные ситуации каждодневной жизни, потребностные состояния, другие эмоции, воображение и т.д. Переживание страдания описывается как уныние, упадок духа, обескураженность, одиночество, чувство изоляции. Стрaдание сообщает и самому страдающему человеку, и тем, кто его окружает, что ему плохо, и побуждает человека предпринять определенные действия: сделать что-то для уменьшения страдания, устранить его причину или изменить свое отношение к объекту, служащему причиной. Самой тяжелой формой страдания является горе. Его источником выступает утрата. Наиболее глубокое горе возникает, например, при потере любимого человека. Состояние горя каждый человек переживает очень тяжело.

- **5. Гнев**— сильная отрицательная эмоция, возникающая в ответ на препятствие в достижении человеком страстно желаемой цели. Среди причин гнева— личное оскорбление, разрушение состояний интереса или радости, обман, принуждение сделать что-либо против желания. При переживании гнева человек ощущает свою силу и хочет напасть на источник гнева. Чем сильнее гнев, тем более сильным и энергичным чувствует себя субъект, тем большую потребность в физическом действии он ощущает. В ярости мобилизация энергии настолько велика, что человек чувствует, что он взорвется, если не проявит каким-либо способом свой гнев.

- **6. Отвращение** как эмоциональное состояние связано с переживанием необходимости устранить объект или изменить его. Оно есть результат резкого рассогласования в сознании человека ценностно значимого, нормального и уродливо-несовершенного, происходящего на фоне этого нормального. Отвращение могут вызвать как материальные предметы, так и социальные действия, поступки других людей. Отвращение, как и гнев, может быть направлено на себя, снижая при этом самооценку и вызывая самоосуждение.

- **7. Презрение** связано с ситуациями, в которых человеку необходимо чувствовать себя сильнее, умнее, лучше в каком-то отношении, чем презируемое лицо. Презрение — это чувство превосходства над другим человеком, группой или предметом, их обесценивание. Презирующий человек как бы отстраняется, создает расстояние между собой и другими. Презрение, как гнев и отвращение, в известной мере оказывается чувством враждебности: человек враждебно относится к тому, кого он презирует.

- **8. Страх** является наиболее сильной и опасной из всех эмоций, которая оказывает большое влияние на сознание и поведение человека. Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, сигнализирующие об опасности. Страх переживается как предчувствие беды, неуверенности, полной незащищенности. Со страхом связаны чувства недостаточной надежности, чувство опасности и надвигающегося несчастья, при которых человек ощущает угрозу своему существованию. Ощущение страха может варьировать от неприятного предчувствия до ужаса.

- **9. Стыд** как эмоция повергает человека в такое состояние, когда он кажется себе маленьким, беспомощным, скованным, эмоционально расстроенным, глупым, никуда не годным. Он сопровождается временной неспособностью мыслить логично и эффективно, а нередко — ощущением неудачи, поражения. Стыд может вызвать презрение к самому себе.

- **10. Вина** возникает при совершении неправильных действий. Обычно люди чувствуют вину, когда осознают, что нарушили правило и переступили границы своих собственных убеждений. Они могут также чувствовать вину за отказ от принятия на себя ответственности. Вина связана прежде всего с осуждением своего поступка самим человеком независимо от того, как к этому поступку отнеслись или могут отнестись окружающие. Вина включает такие реакции, как раскаяние, осуждение самого себя и понижение самооценки. Вина возникает в ситуациях, в которых человек чувствует личную ответственность. Переживание вины состоит из мучительного чувства неправоты по отношению к другим или самому себе.

Стресс

- **Стрессовые состояния** — это особые эмоциональные состояния, возникающие в ответ на экстремальные воздействия и требующие от человека мобилизации всех ресурсов организма, в том числе и нервно-психических сил. Слабые воздействия не приводят к стрессу, так как он возникает только тогда, когда влияние стрессора превосходит приспособительные возможности человека. Небольшой уровень стресса даже полезен и необходим для любой физической или психической активности.

Основатель учения о стрессе Г.Селье выделил три стадии развития стресса:

- «реакцию тревоги», во время которой мобилизуются защитные силы организма;
- стадию сопротивления— полную адаптацию к стрессу;
- стадию истощения, возникающую в случае, если стрессор силен и воздействует на человека продолжительное время.

Фрустрация

- Близким по своим проявлениям к стрессу является состояние фрустрации (от лат. frustratio — «обман», «расстройство», «разрушение планов»). Фрустрационное состояние возникает при объективных или субъективных трудностях, испытываемых человеком на пути к цели. Фрустрация сопровождается гаммой отрицательных эмоций (озлобленностью, подавленностью, агрессией), которые в состоянии дезорганизовать поведение и сознание человека.

• Спасибо за внимание!!!

