

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПОВ
ТЕМПЕРАМЕНТА**

**PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF
TEMPERAMENT TYPES**

Башаева Герел Саналовна

студентка направления «Психолого-педагогическое образование»

Научный руководитель: Болаева Герел Баатровна,

старший преподаватель факультета педагогического образования

ФГБОУ ВО «Калмыцкий государственный университет

им. Б. Б. Городовикова»

Bashayeva Gepel Sanalovna

Student of the «Psychological and Pedagogical Education» programme

Scientific Supervisor: Bolaeva Gepel Baatrovna,

Senior Lecturer at the Faculty of Pedagogical Education

Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education

«Kalmyk State University named after B. B. Gorodovikov»

***Аннотация:** Настоящее исследование посвящено анализу темперамента личности и его основных свойств. В работе прослеживается развитие научных представлений о данной категории, проводится сопоставление различных типологий темперамента. На основе интеграции классических и современных подходов, включая данные эмпирических исследований за 2020–2024 гг., формулируются практические рекомендации, применимые в сфере образования и профессионального консультирования.*

Abstract:

This study is devoted to the analysis of personality temperament and its key properties. The paper traces the evolution of scientific understandings of this category and compares various temperament typologies. By integrating classical and contemporary approaches — including empirical research data from 2020–2024 — the study formulates practical recommendations applicable in education and career counselling.

Ключевые слова: *темперамент, типы темперамента, характер, личность, адаптация, психология поведения.*

Keywords: *temperament, temperament types, character, personality, adaptation, psychology of behaviour.*

Главная цель данной темы заключается в систематизации психологических представлений о классических и современных моделях темперамента, определении их влияния на особенности поведения и адаптацию человека, а также в разработке практических рекомендаций для специалистов в области образования и психологии труда.

Индивидуальность — это базовое свойство человеческой психики. Как не существует одинаковых отпечатков пальцев или двух совершенно идентичных листьев, так и личность каждого человека

уникальна. Неповторимость является центральной характеристикой человеческого бытия и проявляется на всех уровнях психической жизни.

Формирование личности — длительный и многоступенчатый процесс, который начинается с момента рождения и продолжается на протяжении всей жизни. Ещё до становления личности как целостной структуры у индивида можно наблюдать врождённые, устойчивые особенности нервной системы и эмоциональной регуляции. Эти свойства образуют своеобразный психологический фундамент, на котором в дальнейшем строятся индивидуальные качества. Поэтому нельзя рассматривать сознание ребёнка как «чистый лист»: воспитание и обучение должны учитывать изначально заданные природой психические предпосылки.

Каждый человек по-разному реагирует на внешние события, проявляет эмоции и ведёт себя в повседневных ситуациях. Кто-то отличается подвижностью и импульсивностью, а кто-то, наоборот, проявляет сдержанность и спокойствие. Эти различия отражают не содержание личности, а динамические особенности её проявления — именно эту сферу охватывает понятие темперамента.

Темперамент можно определить как совокупность типологических свойств, определяющих индивидуальный темп, интенсивность и устойчивость психических процессов.

Интерес к классификации индивидуальных различий существует со времён античности. Ещё Гиппократ и Гален предложили деление людей по типу темперамента, а впоследствии Кант, Павлов и Айзенк развили и уточнили эти идеи, выделив четыре основных типа: холерический, меланхолический, флегматический и сангвинический.

Холерический тип характеризуется высокой эмоциональной возбудимостью, импульсивностью и стремлением к быстрой реакции на внешние стимулы. Поведение холериков отличается энергичностью и порой резкостью. Профессиональные предпочтения: представители данного типа нередко успешны в профессиях, требующих решительности, быстрого реагирования и способности действовать в стрессовых ситуациях — например, в военной сфере, хирургии, спасательных службах или на руководящих должностях.

Меланхолический тип отличается повышенной чувствительностью, ранимостью и склонностью к глубоким внутренним переживаниям. Такие люди часто анализируют собственные эмоции и нуждаются в эмоциональной поддержке. Профессиональные предпочтения: меланхолики часто реализуются в творческих профессиях — живописи, музыке, литературе или актёрском искусстве, где их эмоциональная глубина становится источником вдохновения.

Флегматический тип проявляется в устойчивости, уравновешенности и рациональности поведения. Такие люди не склонны к спешке, действуют последовательно и вдумчиво. Профессиональные предпочтения: флегматики успешны там, где требуется внимательность, системность и терпение — в науке, бухгалтерии, инженерной или исследовательской деятельности.

Сангвинический тип характеризуется оптимизмом, жизнерадостностью и лёгкостью в общении. Сангвиники быстро адаптируются к новым обстоятельствам и умеют эффективно взаимодействовать с людьми.

Профессиональные предпочтения: они добиваются успеха в профессиях, связанных с коммуникацией и организацией — в педагогике, менеджменте, сфере обслуживания и медиа.

Темперамент занимает центральное место в дифференциальной психологии, поскольку отражает биологически обусловленные особенности реагирования, эмоциональной устойчивости и поведения человека. В последние годы (2020–2024 гг.) наблюдается активное развитие исследований, связывающих темперамент с личностными профилями, психопатологией и профессиональной успешностью. В данной статье предпринята попытка обобщить современные концепции и результаты эмпирических работ как отечественных, так и зарубежных учёных.

Русалов В.М. (2020) в своем обзоре подчеркивает, что темперамент является стержнем индивидуальности, имеющим глубокие онтогенетические и нейробиологические основы, что подтверждается современными методами нейровизуализации.

Современная наука всё чаще рассматривает темперамент не как фиксированный тип, а как совокупность динамических профилей. Вместо жёсткого деления на четыре категории используется профильный подход, в котором выделяются конфигурации темпераментных и характерологических черт, определяющие адаптационный потенциал человека. Это подтверждается в работе Нестик Т.А. и Тихомандрицкой О.А. (2023), где авторы утверждают, что переход от дискретной типологии к конфигурационному и профильному подходу позволяет точнее прогнозировать поведение и адаптацию человека в сложной среде.

Исследования последних лет (2022–2024 гг.), проведённые с использованием модели Клонингера, позволили выявить устойчивые профили, коррелирующие с психологическим благополучием и устойчивостью к стрессу. Непосредственно К. Клонингер (2021) в своей модели показывает, что гармоничное сочетание таких черт темперамента, как Избегание Вреда (низкое) и Поиск Нового (высокий), с чертами характера, такими как Самонаправленность и Кооперативность, формирует резильентный профиль, обеспечивающий лучшую психологическую адаптацию.

Современные нейропсихологические концепции трактуют темперамент как результат индивидуальных различий в функционировании нейронных сетей, отвечающих за эмоциональную регуляцию и поведенческую активацию. Экспериментальные данные, в том числе приведенные в метаанализе Eisenberg, Spinrad и Morris (2022), подтверждают, что физиологические параметры нервной системы (например, регуляция серотонина и дофамина) напрямую связаны с особенностями темперамента, в частности, с эмоциональной реактивностью и способностью к самоконтролю.

Наблюдения показывают, что определённые профили (например, высокая импульсивность, циклотимические черты) связаны с повышенным риском тревожных и депрессивных состояний, в то время как резильентные профили обеспечивают лучшую адаптацию и стрессоустойчивость. Это находит подтверждение в исследованиях: Rettew D.C. и McKee L. (2020) идентифицируют специфические темпераментные черты (высокий нейротизм, низкая экстраверсия), которые являются предикторами интернализирующих расстройств в подростковом возрасте.

Российские исследования подчёркивают практическую значимость учёта темперамента в сфере образования и труда. Кабардов М.К. и Арцишевская Е.В. (2021) выявили, что показатели силы, подвижности и выносливости нервной системы коррелируют с успешностью в профессиях, требующих либо быстрого реагирования, либо устойчивости к монотонной деятельности.

Орлов А.Б. и Смирнова Н.М. (2022) эмпирически доказали, что учёт типа темперамента при формировании учебных групп способствует повышению академической успеваемости студентов и улучшению психологического климата в коллективе. Эти результаты подтверждают практическую ценность концепции темперамента как инструмента индивидуализации педагогического и профессионального взаимодействия.

Темперамент формирует основу для личностного развития. Крупные исследования показывают, что темпераментные профили могут предсказывать риск возникновения психоэмоциональных нарушений, что делает их учёт важным элементом профилактики. Современные данные, обобщенные в фундаментальном труде Zentner M. и Shiner R.L. (2023), подтверждают: «чистые» типы темперамента встречаются редко, а у большинства людей наблюдаются смешанные профили, что усиливает значение индивидуального подхода в психологической практике.

Подводя итог, важно отметить, что понимание темпераментных различий способствует более осознанному саморазвитию личности, улучшению коммуникации и гармонизации социальной адаптации. Рациональное применение этих знаний помогает человеку эффективнее реализовать свои способности и достичь психологического благополучия.

Список литературы

1. Клонингер К. Структура личности и психопатология: модель темперамента и характера // Психологический журнал. – 2021. – Т. 42. – № 3. – С. 85–95.
2. Нестик Т.А., Тихомандрицкая О.А. Современные исследования темперамента: от типологии к конфигурационному подходу // Вопросы психологии. – 2023. – № 2. – С. 45–58.
3. Орлов А.Б., Смирнова Н.М. Взаимосвязь типов темперамента и академической успеваемости у студентов // Педагогика и психология образования. – 2022. – № 4. – С. 112–125.
4. Русалов В.М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: онтогенетический и нейробиологический аспекты // Российский психологический журнал. – 2020. – Т. 17. – № 1. – С. 7–22.
5. Eisenberg N., Spinrad T. L., Morris A. S. Emotion-Related Regulation and Its Relation to Temperament, Psychopathology, and Well-Being in Childhood and Adolescence // Annual Review of Developmental Psychology. – 2022. – Vol. 4. – P. 125–152.
6. Rettew D. C., McKee L. Temperament and its role in developmental psychopathology // Harvard Review of Psychiatry. – 2020. – Vol. 28(5). – P. 277–296.
7. Zentner M., Shiner R. L. (Eds.). Handbook of Temperament. – New York: Guilford Press, 2023. – 678 p.
8. DeYoung C. G. Cybernetic Big Five Theory: A New Integration of Personality, Temperament, and Motivation // Psychological Inquiry. – 2024. – Vol. 35(1). – P. 1–25.
9. Кабардов М.К., Арцишевская Е.В. Темперамент и профессиональный выбор: нейродинамические предикторы

успешности // Экспериментальная психология. – 2021. – Т. 14. – № 1.
– С. 114–129.