

## ТЕМПЕРАМЕНТ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

*Амруллаев Зухриддин Бахриддин угли  
Даминов Уйгун Хайбатулло угли  
Абдурахмонова Дилноза Бахадыр кизи  
Студенты IV - курса  
Джизакского филиала НУУз*

**Аннотация.** При выборе профессии очень важно учитывать особенности характера и темперамента человека. Каждый человек рождается с уже заложенным в нем природой высшим типом нервной деятельности, который определяет его темперамент. Это своеобразный фундамент, на основе которого формируется личность человека.

**Ключевые слова:** поведение, темперамент, типы темперамента, характер

Если оценить приведенные психологические характеристики темперамента, то увидим, что в каждом из них есть как «хорошие», так и «плохие» свойства. Так, сангвиник эмоционален и отличается хорошей работоспособностью, но побуждения его неустойчивы, также неустойчиво и его внимание. Меланхолик отличается меньшей работоспособностью и большой тревожностью, но зато он тонко чувствующий человек, как правило, осторожный и осмотрительный. Следовательно, нет темпераментов "плохих" или "хороших" – каждый темперамент хорош в одних условиях и плох в других. Не определяет он и социальной ценности человека – от темперамента не зависят склонности, мировоззрения и убеждения человека, содержание его интересов.

Среди выдающихся людей прошлого встречаются люди с самыми различными темпераментами: А.В. Суворов и А.И. Герцен были сангвиниками, Петр 1 и И.П. Павлов – холериками, Н. В. Гоголь и П. И. Чайковский – меланхоликами, а М.И. Кутузов и И.А. Крылов – флегматиками. В зависимости от того, как человек относится к тем или иным явлениям, к жизненным задачам, к окружающим людям, он мобилизует соответствующую энергию, становится способным к длительным напряжениям, заставляет себя изменить скорость своих реакций и темп работы.

Воспитанный и достаточно волевой холерик способен проявлять сдержанность, переключать свое внимание на другие объекты, хотя это ему дается с большим трудом, чем, например флегматику. Под влиянием жизненных условий, определенного образа действий у холерика может сформироваться инертность, медлительность, безынициативность, а у меланхолика – энергичность и решительность. Жизненный опыт и воспитание человека

маскируют проявление типа высшей нервной деятельности и темперамента человека. Однако отдельные сильные психические потрясения, сложные конфликтные ситуации могут внезапно демаскировать, обострить ту или иную природную динамическую особенность психики человека. В системе воспитания и перевоспитания типологические категории людей требуют особенно внимательного индивидуального подхода. При необычных сверхсильных воздействиях, порождающих преступно-опасную ситуацию, ранее сформированные тормозные реакции могут "растормозиться" прежде всего у людей холерического типа. Меланхолики малоустойчивы к трудным ситуациям, более расположены к нервно-психическому срыву.

В зависимости от условий жизни и деятельности человека отдельные свойства его темперамента могут усиливаться или ослабляться. В то же время свойства темперамента имеют тенденцию более резкого проявления с возрастом человека. Особенности темперамента следует учитывать при профессиональном отборе. Профессия оператора пульта управления автоматической системы, например, требует своевременного и быстрого реагирования на изменения в работе многих показателей и быстрого принятия правильных решений. Эти требования нельзя произвольно изменить, так как они зависят от объективных причин – от содержания деятельности.

Темперамент, влияя на динамику деятельности, может влиять на ее продуктивность. В разных видах деятельности роль темперамента неодинакова. В учебной деятельности и в некоторых профессиях (токарь, продавец, врач, учитель) если свойства темперамента, необходимые для успешной деятельности, слабо выражаются у данного человека, они могут быть компенсированы у него за счет других свойств и обусловленных ими приемов работы. В таких профессиях, как диспетчер большой энергосистемы, горноспасатель, спортсмен международного класса и т. п., чья деятельность связана с регулярным экстренным напряжением, риском, опасностью, большой ответственностью, уровень требований к нервнопсихической организации очень высок. Высокая тревожность, малая помехоустойчивость не могут компенсироваться другими свойствами. В таких профессиях свойства темперамента определяют профессиональную пригодность человека, являются профессионально важными. В этих видах труда необходим предварительный отбор людей по ряду свойств, чтобы особенности темперамента соответствовали требованиям деятельности. Такой путь приспособления темперамента к требованиям деятельности называется профессиональным отбором. Каждое свойство темперамента требует индивидуальных приемов работы или воздействия на человека. Так, меланхолики быстро устают. Поэтому им нужны более частые перерывы для отдыха, чем другим лицам. Зависит от темперамента также и эмоциональная

сфера личности, а отсюда и эффективность дисциплинарных воздействий или побудительная сила мотива. Такое регулирование деятельности путем дифференцирования величины действующих раздражителей в зависимости от типа нервной системы и темперамента человека применяется хорошими организаторами производства. Этот путь приспособления темперамента к деятельности заключается в индивидуализации предъявляемых к человеку требований, условий и способов работы.

Существуют и другой тип приспособления темперамента к требованиям деятельности. Он заключается в преодолении отрицательного влияния темперамента положительным отношением к деятельности и соответствующими мотивами. Например, на очень интересном уроке, вызывающем повышенную активность учащихся, степень сдержанности холерика не меньше, чем у сангвиника, а работоспособность меланхолика не ниже, чем флегматика. Известная степень приспособления темперамента к требованиям деятельности возможна также благодаря перевоспитанию (тренировке) отдельных свойств темперамента.

Наконец, основой и наиболее универсальный путь приспособления к требованиям деятельности – формирование её индивидуального стиля. Одни и те же задания и требования в учебной и трудовой деятельности могут быть с одинаковой успешностью осуществлены различными приемами и способами. Под индивидуальным стилем деятельности понимают такую индивидуальную систему приемов и способов действия, которая характерна для данного человека и целесообразна для достижения успешного результата. При формировании индивидуального стиля нужно учитывать свойства темперамента и творчески относиться к выполняемой работе. Человек выбирает такие приемы и способы выполнения действия, которые в наибольшей степени соответствуют его темпераменту. Индивидуальный стиль деятельности возникает только в том случае, если человек ищет наилучшие приемы и способы, помогающие ему достигнуть наиболее успешных результатов. Поэтому индивидуальный стиль наиболее отчетливо проявляется у лучших учеников, профессионалов, у спортсменов высокого уровня. Индивидуальный стиль не проявляется у человека сам собой, стихийно. Он формируется в процессе обучения и воспитания. Первые зачатки формирования индивидуального стиля деятельности наблюдаются уже в старшем дошкольном возрасте при решении практических задач игрового характера. Ядро индивидуального стиля определяет комплекс имеющихся у человека свойств нервной системы. Среди тех особенностей, которые относятся к самому стилю, можно выделить две группы:



1). Приобретаемые в опыте и носящие компенсаторный характер по отношению к недостаткам индивидуальных свойств нервной системы человека.

2). Способствующие максимальному использованию имеющихся у человека задатков и способностей, в том числе полезных свойств нервной системы.

Отношение личности, ее убеждения, стремления, осознание необходимости и долга позволяют преодолевать одни импульсы, тренировать другие, чтобы организовать свое поведение в соответствии с общественными нормами. Развитие характера и темперамента в этом смысле является взаимообусловленным. Включаясь в развитие характера, свойства темперамента претерпевают изменения, в силу чего одни и те же исходные свойства могут привести к различным свойствам характера в зависимости от условий жизни и деятельности.

Завершая статью, можно напомнить, что при выборе профессии важно руководствоваться целым комплексом различных факторов. И даже если какая-то профессия очень для вас привлекательна, но не подходит вам с точки зрения вашего темперамента, не стоит расстраиваться. Современный мир профессий и специальностей настолько разнообразен, что всегда можно найти компромисс, где ваши способности, интересы и особенности темперамента и характера будут адекватно востребованы.

#### Использованная литература:

1. Abdulla, Sharafitdinov, and Yuldasheva Sojida Zoyirovna. "ZAMONAVIY AXBOROTLASHTIRISH JARAYONLARINING SHAXS INDIVIDUAL XUSUSIYATLARIGA TA'SIRI." *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research* (2022): 432-436.
2. Zoirovna, Yuldasheva Sojida, and Nizomov Bekhruz Umarovich. "PSYCHOLOGY OF TRUST AND SECURITY." *Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences* 1.12 (2022): 153-161.
3. Yuldasheva, Sojida. "IA KARIMOV ASARLARIDA YUKSAK MA'NAVIYATLI SHAXSNI SHAKLLANTIRISH G'OYALARI." *Журнал Педагогика и психологии в современном образовании* 1.4 (2021).
4. Zubaydullaevna, T. N., Zoirovna, Y. S., Ugli, N. B. U., & Kizi, A. M. E. (2023, January). CONSIDERATION OF PSYCHOLOGICAL WAYS IN QUICK MEMORIZATION PROCESS ENGLISH LANGUAGE. In *International Scientific and Current Research Conferences* (pp. 29-35).
5. Юлдашева, Сожида, and Абдурахмон Мирзаахматов. "МОЛОДЕЖНАЯ КИБЕРПСИХОЛОГИЯ. ВРЕД И ПОЛЬЗА СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ ДЛЯ СОВРЕМЕННОГО ПОКОЛЕНИЯ." *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research* (2023): 348-354.

6. Юлдашева, Сожида, Низомов Бехруз, and Умиджон Эшматов. "КИБЕРПСИХОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОГО ПОКОЛЕНИЯ. ВРЕД И ПОЛЬЗА СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ." *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research* (2023): 321-326.
7. Zoyirovna, Y. S., & Narziyevna, T. M. (2023). BO'LAJAK O'QITUVCHILARNING KASBIY-METODIK TAYYORGARLIGINI SHAKLLANTIRISH NAZARIY ASOSLAR
8. Юлдашева, С. З. (2023). ОИЛАЛАРНИ МУСТАҲКАМЛАШНИНГ ИЖТИМОЙ-ПСИХОЛОГИК ЖИҲАТЛАРИ.
9. Yuldasheva Sojida Zoyirovna, Abduraxmonova Kumush Shuhrat qizi, & Norboyeva Ziyoda Djurayevna. (2023). SHAXS VA FAOLIYAT. *Ta'lim Innovatsiyasi Va Integratsiyasi*, 3(1), 21–25. Retrieved from <http://web-journal.ru/index.php/ilmiy/article/view/350>
10. Yuldasheva Sojida Zoyirovna, Murodova Sitora Muhiddinovna, & Karimova Nilufar Faxriddin qizi. (2023). SHAXS TARAQQIYOTINI DAVRLARGA BO'LISH. *Ta'lim Innovatsiyasi Va Integratsiyasi*, 3(1), 12–16. Retrieved from <http://web-journal.ru/index.php/ilmiy/article/view/348>
11. Yuldasheva Sojida Zoyirovna, Sadinova Luiza Normurodovna, & Tursunova Nazira Fayzulla qizi. (2023). SHAXS TARAQQIYOTIGA TA'SIR ETUVCHI OMILLAR. *Ta'lim Innovatsiyasi Va Integratsiyasi*, 3(1), 17–20. Retrieved from <http://web-journal.ru/index.php/ilmiy/article/view/349>