

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

## ВЛИЯНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ НА ТЕМПЕРАМЕНТ ЧЕЛОВЕКА И ОСОБЕННОСТИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ

**Гузаль Тошматова**

Ташкентская медицинская академия, кафедра гигиены окружающей среды,

К.М.Н.

**Email:** [g.toshmatova@yahoo.com](mailto:g.toshmatova@yahoo.com) 909076379

**Назарова Насиба Исламовна**

Ташкентская медицинская академия

**Email:** [islamovnanasiba@gmail.com](mailto:islamovnanasiba@gmail.com)

### **Qisqacha izoh**

Tabiatda mutlaqo bir xil insoniy shaxslar mavjud emas - har bir insonning shaxsiyati noyob va takrorlanmasdir. Bizga ma'lum bo'lgan shaxsiyat xususiyatlariga qaraganda ancha sekin o'zgarib, ular har bir odamda o'ziga xos psixologik tuproqni shakllantiradi, keyinchalik uning xususiyatlariga qarab, faqat shu odamga xos bo'lgan shaxsiy "xususiyatlar daraxti o'sadi". Bu maqolada shaxs tempramentining uning va jamiyatning hayotiga ta'sirini hamda nerv tizimining tempramentga qanday ta'sir qilishi o'rganamiz.

**Kalit so'zlar:** temperament, nerv tizimi, sangvinik, xolerik, flegmatik, melanxonik.

## ВЛИЯНИЕ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ НА ТЕМПЕРАМЕНТ ЧЕЛОВЕКА И ОСОБЕННОСТИ ТЕМПЕРАМЕНТОВ.

В природе не существует полностью одинаковых человеческих личностей – личность каждого человека уникальна и неповторима. Изменяясь гораздо медленнее, чем известные черты личности, они образуют в каждом человеке уникальную психологическую почву, а затем, в зависимости от его особенностей, вырастает личное «дерево черт», уникальное для этого человека. В этой статье мы изучим влияние темперамента человека на его жизнь и жизнь общества, а также то, как нервная система влияет на темперамент.

**Ключевые слова:** темперамент, нервная система, сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик.

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

## THE INFLUENCE OF THE NERVOUS SYSTEM ON HUMAN TEMPERAMENT AND CHARACTERISTICS OF TEMPERAMENTS.

In nature, there are no completely identical human personalities - the personality of each person is unique and inimitable. Changing much more slowly than known personality traits, they form a unique psychological soil in each person, and then, depending on his characteristics, a personal “trait tree” grows, unique to this person. In this article we will study the influence of a person's temperament on his life and the life of society, as well as how the nervous system influences temperament.

**Key words:** temperament, nervous system, sanguine, choleric, phlegmatic, melancholic.

Темперамент — это понятие психологическое, а тип нервной системы — физиологическое. Одно из условий формирования индивидуального стиля — учет свойств типа нервной системы и темперамента. Человек выбирает такие приемы и способы выполнения действия, которые в наибольшей степени соответствуют его темпераменту. Наиболее соответствующие темпераменту приемы и способы действия зависят от обусловленных темпераментом часто совершенно произвольных и неподотчетных форм реагирования и особенностей движения. Например, ученик-меланхолик при выполнении письменной работы из-за неуверенности в себе и тревожности очень много времени тратит на составление черновика, его проверку и исправление и сравнительно меньше — на переписывание начисто. Ученик-сангвиник, наоборот, пишет иногда черновик очень сокращенно или даже вовсе не пользуется им и очень мало проверяет и исправляет свою работу. Стиль учебной деятельности (СУД) в Пермской психологической школе традиционно является предметом пристального изучения. Была обнаружена и доказана зависимость индивидуального стиля от свойств нервной системы и темперамента. Так, например, младшие школьники сильного, уравновешенного, подвижного типа нервной системы обладают быстрым темпом деятельности, активны на уроках, помимо основных заданий успевают выполнить дополнительные. Для них характерны продуманность ответов, предпочтение выполнять трудные задания, большая сосредоточенность во время уроков, внимание к объяснению материала учителем. Они, как правило,

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

не делают перерывов при выполнении домашнего задания, долго и тщательно проверяют выполненную ими работу, предпочитают выполнять задания самостоятельно, не списывать у товарищей и не пользоваться подсказками. Каждый человек рождается с определенным набором биологических особенностей его личности, проявляющихся в темпераменте. Значительные различия в поведении людей, обусловленные свойствами их темпераментов есть даже у кровных братьев и сестер, у близнецов, живущих бок о бок. Темпераменты различаются у сиамских близнецов Фотима и Зухра, у всех детей получивших одинаковое воспитание, имеющих одинаковое мировоззрение, близкие идеалы, убеждения и моральные устои. Темперамент — проявление типа нервной системы в деятельности человека, индивидуально-психологические особенности личности, в которых проявляется подвижность его нервных процессов, сила, уравновешенность. В нервных центрах коры человеческого мозга протекают в сложном взаимодействии два противоположных активных процесса: возбуждение и торможение. Возбуждение одних участков мозга вызывает торможение других, этим можно объяснить, почему человек, увлеченный чем-то, перестает воспринимать окружающее. Так, например, переключение внимания связано с переходом возбуждения с одних участков мозга на другие и соответственно торможением покинутых участков мозга. Тип нервной системы определяется именно сочетаемостью силы, уравновешенности и подвижности процессов возбуждения и торможения, которые можно тестировать с помощью теста-опросника Стреляу. Можно выделить четыре самых ярко выраженных типа нервной системы, их соотношение и связь с темпераментом.

## Типы темперамента.

### Меланхолик

Человек легко ранимый, склонный к постоянному переживанию различных событий, он мало реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, легко эмоционально раним. Эти черты эмоциональной слабости.

- постоянные перепады настроения;
- ежедневные смены энергетических полюсов;
- быстро устает и плохо адаптируется в новом коллективе;

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

- требует постоянной поддержки и отдыха;
- обладает невероятной наблюдательностью;
- склонен к детализации и мелочам.

## **Флегматик**

Медлителен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою медлительность прилежанием.

- неторопливый и скрупулезный;
- всегда достигает результата за счет железного упорства;
- не терпит спешки;
- безынициативный;
- не любит суету и перемены мест;
- обращает внимание на каждую мелочь;
- доводит любое дело до совершенства, если ему позволит время.

## **Сангвиник**

Живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой настроения, впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно, приходя в сильное возбуждение от этого, если работа не интересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

- врожденные способности идеального руководителя;
- расчетливый;
- умеет уговорить и расположить к себе;
- не выносит монотонной работы;
- имеет препятствия в технических моментах;
- испытывает сложности в конвейерной деятельности.

## **Холерик**

Быстрый, страстный, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвиника. Холерик, увлекаясь, безалаберно растрчивает свои силы и быстро истощается.

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

- любит преодолевать сложности;
- нравится создавать что-то новое;
- любит самостоятельность;
- легко включается в процесс и с блеском довершает начатое;
- бывает, себя переоценивает;
- лидер, который не любит подчиняться;
- есть напор, но не настойчив.

Особенности нервной системы	Типы нервной системы	Слабый	Сильные		
			Инертный	живой	безудержный
Особенности нервных процессов	Сила	Слабый	Сильный	Сильный	Сильный
	Уравновешенность	Неуравновешенный	Уравновешенный	Уравновешенный	Неуравновешенный
	Подвижность	Подвижный или инертный	Инертный	Подвижный	Подвижный
	Темперамент	Меланхолик	Флегматик	Сангвиник	холерик
	Реакции	Медленные Сильные	Медленные Сильные	Быстрые Умеренные	Быстрые Чезмерные

**Цель работы.** Определить количество темпераментов и их различия у студентов, обучающихся в разных вузах.

**Результаты и обсуждение.** Опрос провели Ташкентская медицинская академия, Ташкентский государственный стоматологический институт, Ташкентский государственный технический университет имени Ислама Каримова, Национальный университет Узбекистана имени Мирзо Улугбека, Гулистан государственный университет, Ташкентский университет информационных технологий, Туринский политехнический университет. Государственный университет, Гулистан государственный педагогический институт, всего приняли участие 750 студентов. Анкета заполнялась студентами в период с 1998 по 2006 год. В составе чистых типов темперамента наибольший процент составили холериков - 32%, сангвиников оказалось - 27%, меланхоликов - 22%, флегматиков - 19%. По результатам опроса, среди

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

студентов-медиков показатель холериков - 65%, сангвиников - 20%, меланхоликов - 5%, флегматиков - 10%. Среди студентов факультетов психологии, педагогики, дипломатии холерики -30%, сангвиники -55%, меланхолики -5%, флегматики -10%. Студенты физико-математических, технических, экономических, юридических факультетов холерики -25%, сангвиники -25%, меланхолики -5%, флегматики -45%. Студенты факультетов живописи, дизайна, ветеринарии и письма холерики -10%, сангвиники -10%, меланхолики -70%, флегматики -10%.

**Краткое содержание.** По результатам опроса среди студентов-медиков наиболее распространены холерические темпераменты. А среди студентов факультетов психологии, педагогики и дипломатии в основном состоят люди сангвинического темперамента. Дело в том, что среди студентов физики, математики, бухгалтерского учета, экономики, права больше флегматиков темперамента. Установлено, что большинство студентов факультетов живописи, дизайна, ветеринарии, письма являются студентами меланхолического темперамента. При этом 35% результатов тестов студентов были близки друг к другу с одним или двумя отличиями. 2% студентов имели противоречивые результаты по темпераменту. Отсюда можно сделать вывод, что организм человека, особенно нервная система, представляет собой сложную структуру и может находиться в одном темпераменте или в двух темпераментах, противоречащих друг другу. Можно также заключить, что каждый темперамент выбирает профессию, подходящую характеру его нервной системы.

## ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА.

1. Вяткин Б.А., Щукин М.Р. Психология стилей человека: учеб. пособие / Рос. акад. образования; Перм. гос. гуманит.-пед. ун-т. — Пермь: Книжный мир, 2013. — 128 с.
2. Мерлин В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. — М.: Педагогика, 1986. — 256 с.
3. Вяткин Б.А., Щукин М.Р. Человек — стиль — социум: полисистемное взаимодействие в образовательном пространстве: моногр. — Пермь, 2007. — 108 с.

# МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 11.79/2023

SJIF 2024 = 5.444

Том 2, Выпуск 3, 31 Март

4. Мерлин В.С., Вяткин Б.А. Темперамент // Общая психология: учеб. для студентов пед. ин-тов / под ред. проф. А.В. Петровского. — Изд-е 2-е, доп. и перераб. — М.: Просвещение, 1976. — С. 405–421.

5. Психология интегральной индивидуальности: Пермская школа / сост. Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман, М.Р. Щукин. — М.: Смысл, 2011. — 636 с.

6. Психологическая служба в современном образовании: рабочая книга / под ред. И.В. Дубровиной. — СПб: Питер, 2009. — 400 с.

7. Саломова Ф.И. Социально-гигиенические условия проживания детей школьного возраста г.Ташкента// Педиатрия. - М.,-2008. № 2.-С. 87

8. Эрматов Н.Ж. Гигиенические условия обучения подростков в академических лицеях// Молодой ученый. М.,-2017. № 23-2 С. 38-40

12. Психология интегральной индивидуальности: Пермская школа / сост. Б.А. Вяткин, Л.Я. Дорфман, М.Р. Щукин. — М.: Смысл, 2011. — 636 с.