

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПРИВАТНА УСТАНОВА
«ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ
«МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ
«БЕЙТ-ХАНА»

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: **Формування позитивного мислення особистості під впливом
темпераменту**

Спеціальність 053 Психологія

Бакалаврська робота допущена до захисту
рішенням засідання кафедри педагогіки та
психології

Протокол № від 2023 р.

Завідувач кафедри

д. пед. н., професор Сапожников С.В.

Виконавець: студент групи ЗПП-19-4

Соседка Г. О.

Науковий керівник:

Величко Вікторія Володимирівна

Оцінка за результатом захисту

ДНІПРО-2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3...
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ ПІД ВПЛИВОМ ТЕМПЕРАМЕНТУ.....	6
1.1. Поняття темпераменту у психологічній науці та його види.....	6.
1.2. Мислення та його зв'язок із світосприйняттям особистості.....	11
1.3. Психологічні особливості формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту.....	16
Висновки до розділу 1.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ.....	25
2.1. Організація та методичний інструментарій проведення дослідження..	25
2.2. Результати дослідження формування позитивного мислення під впливом темпераменту.....	32
2.3. Рекомендації психолога з покращення позитивного мислення особистості в залежності від типу темпераменту.....	40
Висновки до розділу 2.....	41
ВИСНОВКИ.....	45
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	52
ДОДАТКИ.....	57

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасна психологія характеризує темперамент як один з найважливіших аспектів індивідуальності особистості, обумовлений вродженими, переважно біологічними, ознаками її організму. Говорячи про той чи інший тип темпераменту різних людей, психологи говорять про окремі психічні відмінності у їх емоціях (їх глибина, сила, інтенсивність тощо), поведінці (енергійність, динамічність, індивідуально-стійкі особливості) та діяльності. Темперамент прийнято вважати однією з найбільш значимих біологічних основ формування особистості, що відображає соціально-психологічні характеристики її поведінки. Основні психофізіологічні властивості особистості, пов'язані з регуляцією окремих психічних станів, зазвичай, носять стійкий та постійний характер, чітке співвідношення його складових, формуючи тип темпераменту. Тому в психології прийнято говорити про чотири такі типи темпераменту, як холерик, меланхолік, флегматик та сангвінік, які досить принципово відрізняються один від одного.

Динамічні риси особистості, які формують її темперамент, на думку багатьох дослідників, проявляються не тільки в стилі її поведінки, але і виявляються в особливостях протікання інтелектуальних процесів, зокрема, мислення. У цьому напрямі, зокрема, інтерес представляє песимістична та оптимістична спрямованість мислення, яка передбачає негативне або позитивне світосприйняття.

Вищенаведене зумовлює інтерес до подальшого поглиблення теоретичних засад у напрямку вивчення особливостей формування позитивного мислення особистості під впливом різних типів темпераменту, що і обумовило вибір теми даного дослідження: «Формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту».

Незважаючи на достатньо велику кількість досліджень фахівців, присвячених властивостям темпераменту, вивчення впливу темпераменту на формування позитивного мислення та світосприйняття особистості у наукових

дослідженнях представлено недостатньо.

Об'єктом дослідження є позитивне мислення особистості.

Предметом дослідження є процес формування позитивного мислення під впливом темпераменту.

Метою дослідження є теоретичне осмислення та емпірична перевірка впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості.

Для реалізації зазначеної мети обґрунтовано комплекс наступних **завдань дослідження**:

- визначити поняття темпераменту у психологічній науці та його види;
- вивчити особливості мислення особистості та його зв'язок із світосприйняттям;
- охарактеризувати психологічні особливості впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості;
- обґрунтувати методичний інструментарій проведення дослідження формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту;
- здійснити емпіричне дослідження формування позитивного мислення під впливом темпераменту;
- надати практичні рекомендації з покращення формування позитивного мислення особистості в залежності від типу темпераменту.

У процесі досягнення мети і завдань дослідження застосовувався комплекс теоретичних та емпіричних **методів дослідження**:

- *теоретичні*: аналіз літературних джерел, їх узагальнення та систематизація – для з'ясування сутності темпераменту та мислення особистості у психологічних дослідженнях;
- *емпіричні*: Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної – для визначення характеру світосприйняття опитуваних (песиміст, оптиміст); методика ЕРІ Г. Айзенка – для визначення типів темпераменту; опитувальник «Тип мислення» в модифікації. Г.В. Резапкіної – для визначення характеру мислення;
- *інтерпретаційні* – табличний, графічний – для систематизації та узагальнення отриманих емпіричних даних;

- *статистичні* – кореляційно-регресійний аналіз – для визначення тісноти зв'язку та характеру впливу темпераменту на позитивне мислення особистості.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що на основі кореляційно-регресійного аналізу доведено помірний зв'язок та установлені переважання того чи іншого типу темпераменту залежно від характеру мислення (позитивного чи негативного).

Апробація матеріалів дослідження. Результати дослідження доповідалися на VI Всеукраїнській науково-практичній конференції (з міжнародною участю) «Сучасна освіта: методологія, теорія, практика» (25 квітня 2023 року, м. Дніпро).

Емпірична база дослідження. Емпіричне дослідження впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості проведене нами серед осіб з кола власних знайомих. У процесі реалізації мети і завдань дослідження опитано 40 осіб віком 25-50 років.

Практична значущість дослідження полягає в тому, що отримані емпіричні результати можуть бути корисними для практикуючих психологів у напряму реалізації психологічної допомоги з формування позитивного мислення особистості з різними типами темпераменту.

Структура і обсяг бакалаврської роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаної літератури (52), додатків (3). Зміст роботи висвітлено на 56 сторінках основного тексту і містить 15 таблиць і 5 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ ПІД ВПЛИВОМ ТЕМПЕРАМЕНТУ

1.1. Поняття темпераменту у психологічній науці та його види

Як свідчить детальне дослідження наукових праць у розрізі досліджуваної проблематики, вчення про темперамент, як властивість особистості, з'явилося ще в античності. Вважається, що вперше про темперамент заговорив Гіппократ (V ст. до н.е.), який на основі власної лікарської практики почав виокремлювати у своїх пацієнтів співвідношення 4-х різних рідин в організмі: 1) жовчі («холі»); 2) крові («сангвіс»); 3) лімфи («флегма»); 4) чорної жовчі («меланосом холі»). Саме з урахуванням переважання в організмі людини якоїсь однієї з них сформувалися 4 типи темпераменту, які дійшли до наших днів: холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолійний. В подальшому вчення Гіппократа були розвинуті І. Кантом, який також природною основою темпераменту вважав індивідуальні особливості крові людини. При цьому вказані 4 типи темпераментів він поділив на дві групи: 1) темпераменти почуттів (сангвінічний і меланхолійний); 2) темпераменти діяльності (холеричний і флегматичний). На більш сучасному етапі (у XX ст.) І. Павловим було продовжено біологічний підхід до трактування природи темпераменту. Вказаний дослідник пов'язував його з функціонуванням центральної нервової системи людини. Він виділив такі властивості вищої нервової діяльності: силу, врівноваженість і рухливість. При цьому сила характеризувалася здатністю людини витримувати інтенсивні навантаження (тривалу роботу, стрес та ін.), в результаті чого людей можна поділити на сильних і слабких. При цьому відмічається, що людина з сильним типом нервової системи спроможна зберігати свої функціональні характеристики в умовах підвищеного навантаження та стресової напруженості, на що не спроможна людина зі слабким типом [1, с. 334].

Інтерес широкого кола фахівців до проблематики темпераменту

обумовлює існування в психологічній науці цілої низки підходів до його визначення.

В найбільш загальному розумінні темперамент (від лат. «complexio» – «належне співвідношення частин») – це сукупність індивідуальних особливостей особистості, що визначають динамічну та емоційну сторону її поведінки [2, с. 58]. Особливості проявів того чи іншого типу темпераменту обумовлюються біологічним чинником та вважаються вродженими. При цьому структуру темпераменту з психологічної точки зору становлять три основні складові компоненти у складі особистості: її загальна активність, її рухові прояви та її емоційність.

С. Приймак під темпераментом розуміє «індивідуальні особливості, що характеризують особистість людини з точки зору динаміки здійснення психічних процесів» [3, с. 81]. На його думку, такі особливості носять доволі консервативний характер, є відносно стабільними, визначаючи способи і прийоми діяльності особистості. В окремих випадках вони істотно впливають і на кінцевий результат такої діяльності.

М. Супрович, К. Замойська, А. Рак та В. Рудь темпераментом називають сукупність «нервово-психічних процесів і станів індивідуума, їхньої інтенсивності, швидкості, ритму, тривалості та перебігу, які проявляються через зовнішню поведінку, що загалом характеризує психічну індивідуальність людини» [4, с. 128].

Ю. Чехівська та О. Гуренко зазначають, що темперамент заснований на властивостях нервової системи (зокрема, сила, рухливість, врівноваженість, збудження, гальмування тощо) та визначає «емоційну стабільність, рухову активність, швидкість розуму, рівень працездатності, швидкість сприйняття, швидкість перемикання уваги, здатність до саморегулювання» [5, с. 181].

О. Бровкова, К. Мельникова та М. Ілінчук характеризують досліджувану категорію як «сукупність душевних, психічних властивостей людини, що характеризують ступінь його збудливості і які з його ставлення до навколишньої дійсності, в поведінці» [6, с. 20]. Він присутній у кожній людині завдяки

спадковості, є відносно стабільним, а ознаки належності до того чи іншого темпераменту проявляється у людини протягом усього її життя. При цьому вказані дослідники зазначають, що людина може цілеспрямовано займатися самовдосконаленням свого характеру та темпераменту, намагатися бути гранично стриманою людиною, але в першій же серйозній стресовій ситуації у людини буде проявлятися її природний темперамент, який дався їй при народженні.

В. Строгий характеризує темперамент як систему «стійких індивідуально своєрідних властивостей психіки людини, що визначає динаміку її духовного життя та соціального буття» [1, с. 334]. Такі властивості залишаються майже незмінними протягом всього життя та зовні проявляються в різноманітних формах предметної діяльності або спілкування. Вказаний дослідник зазначає, що за відносної рівності мотивів поведінки та однакових зовнішніх обставин різні люди різняться за ступенем проявів імпульсивності, емоційності, швидкості реакції, темпу, енергійності, вразливості тощо. Причому вказані відмінності можна помітити уже в ранньому дитинстві.

П. Горностай та Т. Тітаренко його як вроджену, стійку характеристику людської індивідуальності та складову психо-динамічної організації психічної діяльності, що відображає спосіб реагування особистості на певні події в її житті (залежно від темпу, ритму, інтенсивності її психічних станів та процесів) [7].

О. Грінцова визначає темперамент як «сукупність природних, біологічних передумов становлення психіки людини, її природні інстинкти і потяги» [8, с. 5].

Отже, дослідження наведених визначень темпераменту, пропонує різних дослідниками, показало, що спільним для них є наявність ознаки вродженості певних властивостей особистості, які відрізняються між собою силою та характером проявів.

Складність психологічного феномену темпераменту та наявність окремих відмінностей у його трактуванні обумовили формування різних підходів до його змістового наповнення. За результатами проведеного нами критичного аналізу таких підходів їх можна узагальнити у табл. 1.1.

Таблиця 1.1.

**Основні підходи до визначення темпераменту у наукових дослідженнях
(узагальнено на основі [1; 2; 9; 10; 11; 12 та ін.]**

Підходи	Засновники	Характеристика
Гуморальний	Гіппократ, І. Кант	Пояснює темперамент співвідношенням між чотирма рідинами (кров, жовч, чорна жовч і лімфа (флегма)), які циркулюють у людському організмі.
Нейрофізіологічний (біологічний, природничий)	І. Павлов	Пов'язаний з особливостями функціонування центральної нервової системи людини.
Психологічний	В. Мерлін, Г. Хейманс, К. Юнг, В. Вундт	Базується на вивченні поведінки людини у різних життєвих ситуаціях, у відповідності з чим виокремлено декілька стійких емоційно-динамічних властивостей темпераменту: сензитивність, реактивність, активність.
Конституційний	В. Шелдон, Е. Кречмер, К. Сіго	Базується на взаємозв'язку між статурою людини, будовою її тіла, співвідношенням окремих частин і тканин тіла, з одного боку, та властивостями її особистості, з іншого.
Організмічний	К. Роджерс	Базується на припущенні, що організм людини та його розлади, які знаходять зовнішні виплески, залежать її вроджених схильностей та від оточуючого середовища.
Факторний	Г. Айзенк, Л. Терстоун	Темперамент розглядається у контексті взаємодії декількох біполярних факторів.

Отже, саме завдяки темпераменту кожна людина має свою індивідуальність ще з народження, закладену ще на рівні генотипу. Саме тому кожна людина є індивідуальністю з дня народження, тому що майбутній темперамент особистості закладено вже на рівні генотипу. І тому темперамент характеризують як найбільш сталу характеристику людини, що проявляється в усіх сферах її життєдіяльності.

О. Столярєнко наголошує, що темперамент характеризує людину з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, яка може бути охарактеризована такими параметрами, як темп, швидкість, ритм, інтенсивність, енергійність, емоційність тощо [13].

Традиційно прийнято виокремлювати чотири типи темпераментів (холеричний, сангвінічний, флегматичний та меланхолічний), характеристика

яких наведена в табл. 1.2.

Таблиця 1.2.

Характеристика типів темпераменту (узагальнено на основі [1; 4; 5 та ін.]

Типи темпераменту	Характеристика
Сангвінік	Людина характеризується врівноваженістю, витривалістю, енергійністю та рухливістю. Збудження і гальмування у людини швидкі. Така людина легко пристосовується до нових обставин та людей, не боїться труднощів та перешкод.
Флегматик	Людина характеризується витривалістю та врівноваженістю. Проте збудження і гальмування у неї повільні. Така людина в основному спокійна, нікуди не поспішає, тому так само повільно пристосовується до нових людей та обставин, а також не любить змінювати умови життя, має стабільні звички та інтереси. Завдяки добрій стійкості нервової системи людина добре опирається важким умовам, складним обставинам та кризовим процесам у житті.
Холерик	Людина характеризується неврівноваженою нервовою системою із швидким та бурхливим збудженням та ослабленим гальмуванням. Така людина має двоїсті прояви нервової системи: вона сильна при збудженні та маловитривала при гальмуванні. Вона енергійна, дієва, швидка у прийнятті рішень, може бути кмітливою та винахідливою. Проте через таку нестримність та запальність їй іноді важко себе опанувати та так само важко пристосуватися до нової обстановки.
Меланхолік	Людина характеризується досить чутливою та нестійкою нервовою системою. Її рухливість повільна, збудження і гальмування ослаблені. Така людина важко пристосовується до нових обставин та переносить недоліки близького оточення. Її підвищена чутливість робить її доброю, мирною та толерантною.

Порівняльний аналіз наведених типів темпераменту свідчить, що немає «хороших» і «поганих» темпераментів: кожному притаманні як позитивні і негативні риси. Тому психологи вважають, що головні зусилля особистості мають бути направлені не на виправлення недоліків свого типу темпераменту, а на «розумне використання» його переваг у конкретних обставинах тієї чи іншої діяльності, щоб максимально зменшити вплив негативних рис на її результати.

Як зазначає В. Строгий, поєднання властивостей темпераменту, яке проявляється у поведінці та спілкуванні особистості, визначає її індивідуальний стиль діяльності та спілкування. На його думку, цей стиль – це не вроджена ознака особистості, а, скоріше, результат пристосування її вроджених властивостей нервової системи до оточуючих умов буття та діяльності [1, с. 337].

Також цікаві дискусії точаться навколо того, як темперамент впливає на

різні аспекти життєдіяльності особистості.

Так, низка дослідників напряду пов'язують темперамент із проявами характеру особистості (О. Гріньова [8]; Н. Павлик [14]; В. Строгий [1] та ін.).

В свою чергу, Ю. Божко наголошує, що темперамент пов'язаний із досягненнями людини, але не з самим рівнем таких досягнень (люди з різними типами темпераменту можуть мати ідентичний рівень досягнень в житті), а зі способом отримання таких досягнень, тобто із задатками досягати поставлених цілей, притаманних тому чи іншому типу темпераменту [2, с. 58].

Зі свого боку, В. Строгий також наголошує, що темперамент має прямий вплив на результати діяльності особистості: у сферах діяльності з підвищеними вимогами до темпу та інтенсивності діяльності менш темпераментні люди можуть демонструвати порівняно гірші результати. Тому автор наголошує на доцільності професійного самовизначення саме з урахуванням темпераменту [1, с. 337].

Л. Перетятко та Н. Юдіна досліджують зв'язок емоційної сфери особистості, зокрема, емпатії, з темпераментом, що виступає, на їх думку, бузовим компонентом формування комунікативної індивідуальності особистості [15, с. 151].

Отже, дослідженню сутності темпераменту та особливостей його прояву та взаємозв'язку з іншими психологічними аспектами особистості присвячено досить багато наукових праць, що свідчить про популярність даної проблематики серед науковців.

1.2. Мислення та його зв'язок із світосприйняттям особистості

Вивчення теоретичних праць у напряду визначення сутності поняття «мислення» свідчить, що вперше воно з'являється ще у працях античних філософів (Платон, Арістотель, Демокрит, Епікуром, Парменід, Сократ та ін.). Так, Платон вважав, що мислення складається з суджень, а розвивати самостійний спосіб потрібно, починаючи з дошкільного віку. Арістотель також

схилявся до розвитку самостійного способу мислення та пізнавальної активності особистості, оскільки, на його думку, мислення є частиною душі. Саме у контексті мислення Арістотель започаткував свою теорію логіки – науки про мислення. Парменід характеризував мислення як спосіб пізнання, яке веде людину до усвідомлення істини. Сократ у контексті свого евристичного методу пізнання наголошував, що людина має сама пізнавати себе шляхом мислення, реалізуючи у себе пізнавальні зусилля, ставлячи все нові й нові запитання [16].

І. Кант у праці «Критика практичного розуму» розглядав мислення як результат пізнання та виокремлював такі рівні мислення, як інтуїція та розум, а також поділяв мислення на формально-логічне і діалектичне, конкретне і абстрактне, практичне і теоретичне. На його думку, людина здатна пізнавати та осмислювати речі тільки такими, якими вона їх уявляє, а не такими, якими вони є в реальності. Іншими словами, щоб отримати знання про новий предмет, його треба осмислити, що робиться за допомогою інтелекту [17].

К. Поппер та І. Лакатос наголошували, що мислення допомагає людині діяти раціонально, на основі висунення різних гіпотез, їх детальної перевірки з метою уникнення суб'єктивізму. У процесі мислення людина усвідомлює правильність або неправильність чогось в житті, тому під впливом мислення вона може критикувати власні ідеї або ідеї інших, змінювати свої погляди тощо [18].

Ідеї І. Канта про зв'язок мислення та інтуїції продовжив Р. Декарт, який ввів поняття «інтелектуальні емоції» та обґрунтував тезу про те, що інтелектуальна інтуїція людини лежить в основі пізнання [19]. Він звертав увагу на формування інтуїції під впливом логічних процесів.

Д. Дідро пов'язував мислення із творчими процесами та наголошував, що розумне їх поєднання породжує внутрішню творчу діяльність особистості. На доданок до цього, Ж.-Ж. Руссо стверджував, що ініціативність та активність вважаються невід'ємними характерними рисами творчої особистості [20].

Загальний розвиток теорії мислення у 2-й половині XIX ст. пов'язаний з розвитком великої кількості зарубіжних шкіл, які досить різнобічно розглядали

сутність мислення. Так, англійська школа психології емпіризму досліджувала співвідношення операцій мислення та матеріалу для реалізації цих операцій, поділяючи його на матеріал пам'яті та матеріал сприйняття. В свою чергу, фахівці Вюрцбурзької школи досліджували питання рушійних сил та детермінації мислення, а матеріалом для процесу мислення вони вважали різні образи. Представники когнітивної психології займалися розмежуванням логічного та психологічного підходів мислення, а також вивченням його структури та функцій [21].

Досить різноманітні позиції щодо трактування сутності мислення знаходимо і у сучасних дослідників.

Зокрема, за твердженням Дж. Чаффі, мислення пропонується розглядати як активні, цілеспрямовані, організовані зусилля особистості, які допомагають їй пізнавати оточуючу дійсність [22, с. 25-26].

А. Кузьмінський характеризує мислення як вищу форму відображення реальності у психіці особистості, а основними формами процесу мислення він називає судження та міркування. Воно (мислення), на думку вказаного дослідника базується на чуттєвому сприйнятті особистістю свого оточення, а його структура постійно перебудовується [23, с. 57].

С. Гончаренко та Н. Ничкало наголошують, що мислення у більш вузькому розумінні являє собою процес певного передбачення невідомого у процесі розв'язання тих чи інших життєвих завдань особистості, що виникає в момент раптового розуміння чогось – інсайту. Як і попередній автор, основними формами процесу мислення вони називають судження й міркування [24, с. 208]. У більш широкому розумінні вказані дослідники трактують мислення як «вищий продукт особливим чином організованої матерії мозку», який виступає активним процесом втілення оточуючого об'єктивного світу у поняттях, судженнях, теоріях, які пов'язані із вирішенням певних завдань або пізнанням дійсності. При цьому вказаний процес характеризується постійними переходами від конкретного до абстрактного та від часткового до загального [24, с. 185].

В. Роменець характеризує мислення як соціально обумовлений психічний

процес, який тісно пов'язаний з мовою та спрямований на пошук чогось суттєво нового, або як процес опосередкованого та узагальненого відображення оточуючої дійсності в результаті її аналізу та синтезу [20, с. 196].

Н. Кічук характеризує мислення як «неперервний психічний процес аналізу, синтезу, узагальнення, що навчає основ мислення і мовних здібностей, які розвиваються послідовно» [25]. Вказаний процес базується на механізмі «аналіз через синтез», що дозволяє особистості залучатися до активного процесу мислення.

О. Пометун, Л. Пилипчатіна, І. Сущенко та І. Баранова визначають мислення як процес, що сприяє формуванню здатності особистості усвідомлювати й аналізувати власну точку зору щодо певного питання, формує вміння знаходити нові ідеї, аналізувати події та критично їх оцінювати. Іншими словами, у процесі мислення особистість використовує свою здатність бачити та оцінювати альтернативи, визначати достовірність тих чи інших фактів, явищ, подій, що дозволяє особистості на цій основі приймати певні рішення [26].

Таким чином, у процесі проведеного теоретичного дослідження підходів дослідників до розуміння сутності мислення встановлено, що за допомогою процесу мислення особистість пізнає найбільш загальні та суттєві ознаки і явища оточуючої дійсності, а також дізнається про те, чого вона могла безпосередньо не спостерігати, але передбачила хід подій у цьому напрямі.

Основними функціями мислення дослідники вважають наступні: 1) понятійну; 2) функцію розв'язання проблем і завдань; 3) функцію цілеутворення; 4) рефлексивну. А мисленнєва діяльність особистості реалізується завдяки таким операціям і прийомам, як: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення та ін., характеристика яких наведена нами у табл. 1.3. Ці операції діють системно, спрямовуються на розв'язання конкретних життєвих завдань та створюють передумови для інших мисленнєвих операцій. Також сучасна психологічна наука досліджує такі інтелектуальні процеси мислення: планування, проектування, оцінювання, розуміння [25].

Таблиця 1.3.

Характеристика основних мисленнєвих операцій (узагальнено на основі [27])

Мисленнєві операції	Характеристика
Аналіз (уявний поділ)	Виокремлення у об'єкті певних його характеристик, властивостей, елементів, відносин, зв'язків чи інших параметрів, а також розмежування досліджуваного об'єкта на різні складові нижчого порядку.
Синтез (уявне об'єднання)	Перехід у процесі розумової операції від окремих аналітичних частин до цілого.
Узагальнення (уявне об'єднання в групу, клас, категорію та ін.)	Поєднання декількох предметів або явищ на основі певної заданої загальної ознаки.
Порівняння	Порівнювання предметів і явищ, їх властивостей на основі виявлення спільностей або відмінностей між ними.
Абстрагування	Відхід від несуттєвих ознак явищ або предметів, що полягає у виокремленні чогось головного, характерного для них.
Класифікація	Систематизація супідрядних понять, об'єктів, явищ чи категорій, що характеризують певну сферу знання або діяльності особистості та використовуються для встановлення зв'язків між ними.
Категоризація	Зарахування одиничного об'єкта, події чи переживання до певного класу, яким можуть виступати вербальні та невербальні знаки або символи.

Також теоретичне дослідження дозволило узагальнити інформацію щодо підходів до класифікації видів мислення (табл. 1.4).

Таблиця 1.4.

Підходи до класифікації видів мислення (узагальнено на основі [27])

Класифікаційна ознака	Види мислення	Характеристика
За характером виконуваних завдань	Теоретичне	Спрямоване на пошук загальних закономірностей.
	Практичне	Спрямоване на виконання конкретних завдань
За способом виконання завдань	Наочно-дійове (предметно-дійове)	Мислення, інструментом реалізації якого виступає предмет.
	Наочно-образне	Дозволяє пізнавати реальний світ без участі практичних дій.
	Словесно-логічне (понятійне)	Використання якого дозволяє людині аналізувати, порівнювати явища, предмети, ситуації, оцінюючи їх на основі власного погляду чи поглядів інших.
	Абстрактно-логічне (абстрактне)	Виявлення істотних властивостей і зв'язків предмета та відмові від інших неістотних

		зв'язків.
За рівнем новизни та оригінальності	Творче (продуктивне)	Засноване на використанні творчої уяви у процесі мислення.
	Відтворювальне (репродуктивне)	Засноване на використанні образів та уявлень, набутих з певних джерел.
За функціями	Критичне	Спрямоване на оцінювання інформації та суджень і рішень (власних та чужих).
	Творче	Пов'язане з відкриттям принципово нового знання, генерацією власних оригінальних ідей, а не з оцінюванням уже існуючих чужих думок та ідей.

Щоб особистість могла ефективно формувати та розвивати своє мислення, науковці дотримуються думки, що їй потрібно створити наступні умови:

- забезпечити особистості можливість для усвідомлення та розвитку процесу мислення, для розуміння того, у який спосіб людина повинна мислити;
- забезпечити особистості можливість ретельно аналізувати процес власного мислення та процес мислення інших, зосереджуючи увагу на різних підходах і стратегіях до мислення;
- забезпечити особистості можливість удосконалювати свої здібності мислення на основі дослідження і розуміння ситуації [22, с. 26].

1.3. Психологічні особливості формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту

У контексті теми даного дослідження доцільним вбачається розгляд позитивного мислення особистості. Тому спочатку вважаємо за потрібне визначитися з тим, яке мислення вважати позитивним, а яке негативним. У цьому питанні на допомогу приходять теорія оптимістичного (позитивно налаштованого) та песимістичного (негативно налаштованого) світосприйняття особистості.

Так, Клаус Фідер за результатами власних досліджень дійшов висновку: «люди в похмурому настрої мислять консервативно, зате з побоювання зробити помилку працюють ретельно. Навпаки, бадьорій настрої стимулює відкриття,

творчий підхід до справи, а й готовність до ризику, що загрожує невдачею. Тому, мабуть, найбільш вірне рішення – вміти знаходити золоту середину: не перебільшувати неприємності і не тішити себе ілюзіями» [28].

Сьогодні серед науковців розповсюдженою є думка, що найкращий спосіб сприйняття світу – це оптимістичний. Він передбачає, що людина, яка сприймає світ з позитивним настроєм, практично ніколи не сумує, оскільки вона не думає про погане. Така людина здатна в будь-якій неприємній ситуації знайти позитивні моменти, тому вона більш легко та уміло переносить усі невдачі та труднощі, що трапляються на її життєвому шляху.

Психологи також досить часто дискутують з приводу того, яка точка зору краща: оптимістична чи песимістична. Справа в тому, що наша психіка побудована таким чином, що вона не виносить дискомфорту і всіма силами намагається уникнути його. Саме тому спілкування з людиною-оптимістом викликає у нас позитивні відчуття. У той час як з песимістом мало хто бажає спілкуватися: він постійно незадоволений, незлагідний, жовчний, своїми скаргами здатний зіпсувати настрій оточуючим [28].

У той же час, психологи єдині у тому, що песимізм, який проявляється занадто виражено, також не корисний, а навпаки, шкідливий для особистості. Це пояснюється тим, що оптимісти по своїй більшості добрі та неконфліктні люди, вони не люблять сперечатися та відстоювати свою точку зору. Саме це може негативно позначитися на відношенні до оптиміста, наприклад, у професійній діяльності у плані перенавантаження його додатковою роботою, яку він не може відмовитися виконати. Крім того, людину, яка все прощає, можуть постійно ображати, що може перерости в звичку знущатися і т.п. [28]

Логіка ж негативного мислення песиміста полягає в тому, що він завжди пам'ятає: скільки він не буде очікувати на вдалий результат подій, набагато більшою є імовірність настання невдалого результату. Тому, щоб мінімізувати збиток, слід, сподіваючись на краще, завжди готуватися до гіршого. Саме тому мислення песиміста з самого початку інтерпретується як негативно налаштоване.

У зв'язку з вищеописаними психологічними особливостями

світосприйняття песимістів і оптимістів найбільш прийнятним вважається реалізм. З психологічної точки зору, бути реалістом означає «усвідомлювати, що будь-яка ситуація може розгорнутися як в хорошому, так і в невдалому напрямку; що життя багатогранне і не дає готових відповідей; не можна постійно очікувати бід, але і сподіватися тільки на радості теж не слід, щоб не обманутися» [27].

Повертаючись до розгляду особливостей позитивного мислення, знаходимо, що сучасна психологічна наука має незаперечні здобутки в цій галузі.

Зокрема, встановлено, що позитивне мислення дозволяє особистості подивитися на проблему загальною. В. Калошин у цьому контексті зазначає, що результат мислення (думка) – це продукт людської свідомості, який надає людині можливість аналізувати та запам'ятовувати інформацію, робити висновки, моделювати ситуації, робити асоціації моделей з реальністю. У результаті цього життя особистості – це відбиття того, про що вона думає [30, с. 68]. В. Калошин також звертає увагу на те, що думка тягне за собою емоції та почуття. Тому, якщо змінити думку (її хід та спрямованість з негативної на позитивну), то можна свідомо змінити своє оточення: сила людини проявляється у теперішньому моменті, а не в минулому чи в майбутньому, тому необхідно звільнитися від негативного мислення прямо «тут – і – зараз» [30].

Досить часто ми можемо почути від оточуючих або сказати самі: «Думайте позитивно», «Думайте правильно», «Бажайте обережно», «Думки матеріальні» тощо. У цьому контексті С. Кондратюк із посиланням на американського дослідника Комптона наголошує, що думка людини є важливим фактором формування оточуючого світу. Комптон зазначав: «Усе оточення ... по-своєму формує кожного із нас. Ми достатньо знаємо про вплив на організм людини їжі, води, повітря, але недооцінюємо феномену, який на Русі називали Святим Духом» [цит. за: 31, с. 73].

Г. Уліцька у своєму дисертаційному дослідженні, присвяченому розвитку позитивного мислення молоді, розглядає позитивне мислення як сукупність якісних характеристик мисленнєвої діяльності, які зумовлюють «відображення

істотних ознак об'єктів дійсності, передбачення оптимальних способів розв'язання проблем, забезпечення оптимістичності світосприйняття та мотивації досягнення успіху шляхом готовності до здійснення індивідом активних пізнавальних та соціальних дій» [32, с. 7]. Вказаною авторкою також систематизовано основні два напрями психологічних досліджень, присвячених проблематиці позитивного мислення (табл. 1.5).

Таблиця 1.5.

Психологічні напрями дослідження позитивного мислення за Г. Уліцька [32, с. 6]

Напрями	Характеристика	Основні представники
1. Позитивний	Розглядає позитивне мислення крізь призму конструктивного, позитивного, оптимістичного ставлення особистості до оточуючої дійсності.	В. Бобрицька, Т. Гордєєва, Р. Ентоні, Ф. Калошин, Р. Кашапов, М. Лапухіна, М. Личева, М. Мольц, Н. Пезешкіан, О. Ромаха та ін.
2. Змістовий	Розглядає позитивне мислення як фізичне втілення думок у життя особистості.	Космогуманістична теорія А. Ігнатенка, духовно-філософське вчення Науки Розуму Е. Холмса, онтогенетична психологія А. Менегетті, теорія мисленнєвого поля Р. Каллахана, праці В. Бородкіна, А. Дзятієва, Г. Малахова, Р. Рассела, Г. Ситіна та ін.

Л. Киричук, вивчаючи проблематику позитивного мислення, розглядає його як вид спілкування, який віддзеркалює оптимістичний погляд особистості на проблемну ситуацію, а також може бути наслідком переоцінки пережитого нею негативного досвіду в категоріях позитивної оцінки [33, с. 149-155].

М. Савчин досліджував зв'язок позитивного мислення особистості з її емоційно-чуттєвою сферою та наголошує, що таке мислення сприяє появі у неї певних позитивних подій та реакцій, а також формуванню емоційної стійкості та врівноваженості [34, с. 249].

С. Бужинська та Л. Кондрацька також наголошують на тому, що позитивні емоції активізують позитивне мислення особистості, в результаті чого у неї з'являється прагнення до досягнень, що забезпечує успішність подальшої

діяльності. Таке мислення сприяє побудові адекватної системи світогляду та цілісного уявлення про себе та свідомому вибору подальшого життєвого шляху [35, с. 48].

За твердженням В. Бобрицької, позитивне мислення допомагає особистості реалізувати її потенційні можливості на основі зосередження її уваги на створенні та реалізації моделі власного особистого і професійного успіху, що виступає запорукою здорового та щасливого життя. Крім того, таке позитивне мислення допомагає людині зробити керованими наявні проблемні ситуації та сприяє їх скорішому розв'язанню [36, с. 14].

Є. Голобородько підходить до пояснення природи позитивного мислення з позиції «Я-концепції», яка буває позитивною і негативною. В першому випадку особистість позитивно ставиться до себе, демонструє самоповагу, власну цінність, вірить у свої сили, успіх своїх справ, демонструє оптимізм. В другому випадку особистість проявляє негативне ставлення до себе, відчуває власну неповноцінність, демонструє песимізм. Проте вказана авторка доводить, що «Я-концепція» може змінюватися, що є дуже важливим для особистостей, які бажають змінити себе і своє життя на краще. Тому вона вважає «Я-концепцію» одним із основних чинників розвитку позитивного мислення особистості як засобу забезпечення здоров'я, успіху, щастя [37, с. 15].

Взаємозв'язок мислення та темпераменту, зокрема, вивчала О. Ловка при дослідженні впливу індивідуально-психологічних властивостей студентів на їх ефективність спільної навчальної діяльності. У результаті дослідження нею було встановлено, що темперамент має певний зв'язок із показниками низки особистісних якостей, зокрема, мислення, та напряду впливає на ефективність розумової діяльності особистості. При цьому визначено, що більш низька розумова діяльність демонструється у осіб, що мають ознаки інтровертності, а більш висока – у екстравертів [38, с. 72].

Є. Неведомська та А. Михайловська вивчали особливості розвитку мисленнєвих операцій у процесі запам'ятовування інформації людьми з різними типами темпераменту. В результаті їх досліджень було встановлено, що ліва

півкуля мозку відповідає за абстрактно-логічне мислення (формування понять, побудова узагальнення, висновків, складання прогнозів), а права – забезпечує просторово-образне сприйняття оточуючого середовища з урахуванням наявного у людини досвіду, а також впливає на формування особистісного емоційного ставлення до себе та інших людей, виступаючи базою конкретного абстрактного мислення. Тому вказані дослідники дійшли висновку, що домінування тієї чи іншої півкулі обумовлює тип мислення особистості, визначає її характер, темперамент, пам'ять та інші психофізіологічні особливості [39, с. 159-160].

С. Акімов досліджував особливості зв'язку властивостей темпераменту та адиктивної поведінки особистості та виявив, що у осіб із більш загальмованими ознаками темпераменту в меншій мірі проявляється розумова активність у напряму залежності від впливу інтернет-чинників на розумову діяльність [40, с. 10].

Отже, у процесі дослідження також встановлено, що наявна певна кількість публікацій у напряму дослідження впливу темпераменту на різні психоемоційні процеси людини, зокрема, емоційний стан, розумову працездатність, комунікабельність тощо. Водночас, вивчення прямого зв'язку темпераменту і мислення у наукових дослідженнях нами не знайдено, що ще більше актуалізує емпіричну перевірку даного припущення.

Висновки до розділу 1

У процесі здійсненого дослідження теоретичних засад формування мислення та темпераменту особистості можна зробити наступні висновки.

Вважається, що вперше про темперамент заговорив Гіппократ (V ст. до н.е.), який на основі власної лікарської практики почав виокремлювати у своїх пацієнтів співвідношення 4-х різних рідин в організмі: 1) жовчі («холі»); 2) крові («сангвіс»); 3) лімфи («флегма»); 4) чорної жовчі («меланосом холі»). Саме з урахуванням переважання в організмі людини якоїсь однієї з них сформувалися

4 типи темпераменту, які дійшли до наших днів: холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолійний. В подальшому вчення Гіппократа були розвинуті І. Кантом, який також природною основою темпераменту вважав індивідуальні особливості крові людини. При цьому вказані 4 типи темпераментів він поділив на дві групи: 1) темпераменти почуттів (сангвінічний і меланхолійний); 2) темпераменти діяльності (холеричний і флегматичний). На більш сучасному етапі (у ХХ ст.) І. Павловим було продовжено біологічний підхід до трактування природи темпераменту. Вказаний дослідник пов'язував його з функціонуванням центральної нервової системи людини. Він виділив такі властивості вищої нервової діяльності: силу, врівноваженість і рухливість. При цьому сила характеризувалася здатністю людини витримувати інтенсивні навантаження (тривалу роботу, стрес та ін.), в результаті чого людей можна поділити на сильних і слабких. При цьому відмічається, що людина з сильним типом нервової системи спроможна зберігати свої функціональні характеристики в умовах підвищеного навантаження та стресової напруженості, на що не спроможна людина зі слабким типом.

В найбільш загальному розумінні темперамент (від лат. «complexio» – «належне співвідношення частин») – це сукупність індивідуальних особливостей особистості, що визначають динамічну та емоційну сторону її поведінки.

Особливості проявів того чи іншого типу темпераменту обумовлюються біологічним чинником та вважаються вродженими. При цьому структуру темпераменту з психологічної точки зору становлять три основні складові компоненти у складі особистості: її загальна активність, її рухові прояви та її емоційність.

Складність психологічного феномену темпераменту та наявність окремих відмінностей у його трактуванні обумовили формування різних підходів до його змістового наповнення. За результатами проведеного нами критичного аналізу таких підходів визначено, що найбільш розповсюдженими підходами вважаються: гуморальний (Гіппократ, І. Кант), нейрофізіологічний (біологічний, природничий) (І. Павлов), психологічний (В. Мерлін, Г. Хейманс, К. Юнг, В.

Вундт), конституційний (В. Шелдон, Е. Кречмер, К. Сіго), організмичний (К. Роджерс), факторний (Г. Айзенк, Л. Терстоун).

Також у процесі дослідження з'ясовано, що саме завдяки темпераменту кожна людина має свою індивідуальність ще з народження, закладену ще на рівні генотипу. Саме тому кожна людина є індивідуальністю з дня народження, тому що майбутній темперамент особистості закладено вже на рівні генотипу. І тому темперамент характеризують як найбільш сталу характеристику людини, що проявляється в усіх сферах її життєдіяльності.

Традиційно прийнято виокремлювати чотири типи темпераментів (холеричний, сангвінічний, флегматичний та меланхолічний). Порівняльний аналіз наведених типів темпераменту свідчить, що немає «хороших» і «поганих» темпераментів: кожному притаманні як позитивні і негативні риси. Тому психологи вважають, що головні зусилля особистості мають бути направлені не на виправлення недоліків свого типу темпераменту, а на «розумне використання» його переваг у конкретних обставинах тієї чи іншої діяльності, щоб максимально зменшити вплив негативних рис на її результати.

Вивчення теоретичних праць у напрямку визначення сутності поняття «мислення» свідчить, що вперше воно з'являється ще у працях античних філософів (Платон, Арістотель, Демокрит, Епікуром, Парменід, Сократ та ін.).

Загальний розвиток теорії мислення у 2-й половині XIX ст. пов'язаний з розвитком великої кількості зарубіжних шкіл, які досить різнобічно розглядали сутність мислення. Так, англійська школа психології емпіризму досліджувала співвідношення операцій мислення та матеріалу для реалізації цих операцій, поділяючи його на матеріал пам'яті та матеріал сприйняття. В свою чергу, фахівці Вюрцбурзької школи досліджували питання рушійних сил та детермінації мислення, а матеріалом для процесу мислення вони вважали різні образи. Представники когнітивної психології займалися розмежуванням логічного та психологічного підходів мислення, а також вивченням його структури та функцій.

У процесі проведеного теоретичного дослідження підходів дослідників до

розуміння сутності мислення встановлено, що за допомогою процесу мислення особистість пізнає найбільш загальні та суттєві ознаки і явища оточуючої дійсності, а також дізнається про те, чого вона могла безпосередньо не спостерігати, але передбачила хід подій у цьому напрямі.

Основними функціями мислення дослідники вважають наступні: 1) понятійну; 2) функцію розв'язання проблем і завдань; 3) функцію цілеутворення; 4) рефлексивну. А мисленнєва діяльність особистості реалізується завдяки таким операціям і прийомам, як: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення та ін.. Ці операції діють системно, спрямовуються на розв'язання конкретних життєвих завдань та створюють передумови для інших мисленнєвих операцій. Також сучасна психологічна наука досліджує такі інтелектуальні процеси мислення: планування, проектування, оцінювання, розуміння

Вивчаючи проблематику позитивного мислення, з'ясовано, що широке коло дослідників розглядає його як вид спілкування, який віддзеркалює оптимістичний погляд особистості на проблемну ситуацію, а також може бути наслідком переоцінки пережитого нею негативного досвіду в категоріях позитивної оцінки.

Позитивне мислення допомагає особистості реалізовувати її потенційні можливості на основі зосередження її уваги на створенні та реалізації моделі власного особистого і професійного успіху, що виступає запорукою здорового та щасливого життя. Крім того, таке позитивне мислення допомагає людині зробити керованими наявні проблемні ситуації та сприяє їх скорішому розв'язанню.

У процесі дослідження також встановлено, що наявна певна кількість публікацій у напрямку дослідження впливу темпераменту на різні психоемоційні процеси людини, зокрема, емоційний стан, розумову працездатність, комунікабельність тощо. Водночас, вивчення прямого зв'язку темпераменту і мислення у наукових дослідженнях нами не знайдено, що ще більше актуалізує емпіричну перевірку даного припущення.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МИСЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

2.1. Організація та методичний інструментарій проведення дослідження

Виходячи із теми даного дослідження, у процесі його реалізації вважаємо за доцільне пов'язати між собою три категорії: мислення в загальному розумінні, позитивне мислення (співвідношення понять «оптимізм-песимізм») та темперамент.

Це пояснюється наступним. Спочатку доцільно визначити характер світосприйняття опитуваних у напрямку переважання песимістичного або оптимістичного налаштування особистості на світосприйняття, в результаті чого вибірка досліджуваних поділиться на дві підгрупи для подальшого порівняння результатів по ним (песимісти-оптимісти).

Потім для кожної підгрупи досліджуваних визначити типи мислення та тип темпераменту.

І останнім кроком – визначити зв'язки в обох підгрупах типу мислення та темпераменту, а потім порівняти результати та зробити висновки щодо впливу темпераменту на переважання позитивного чи негативного мислення у особистості (рис. 2.1).

Метою даного дослідження визначено наступну: емпірична перевірка впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості.

Відповідно, завданнями даного емпіричного дослідження виступають чотири основні етапи, наведені на рис. 2.1, а саме:

- визначити характер світосприйняття особистості для цілей поділу вибірки досліджуваних на дві підгрупи – з позитивним та негативним світосприйняттям (мисленням);
- визначити типи мислення особистості;

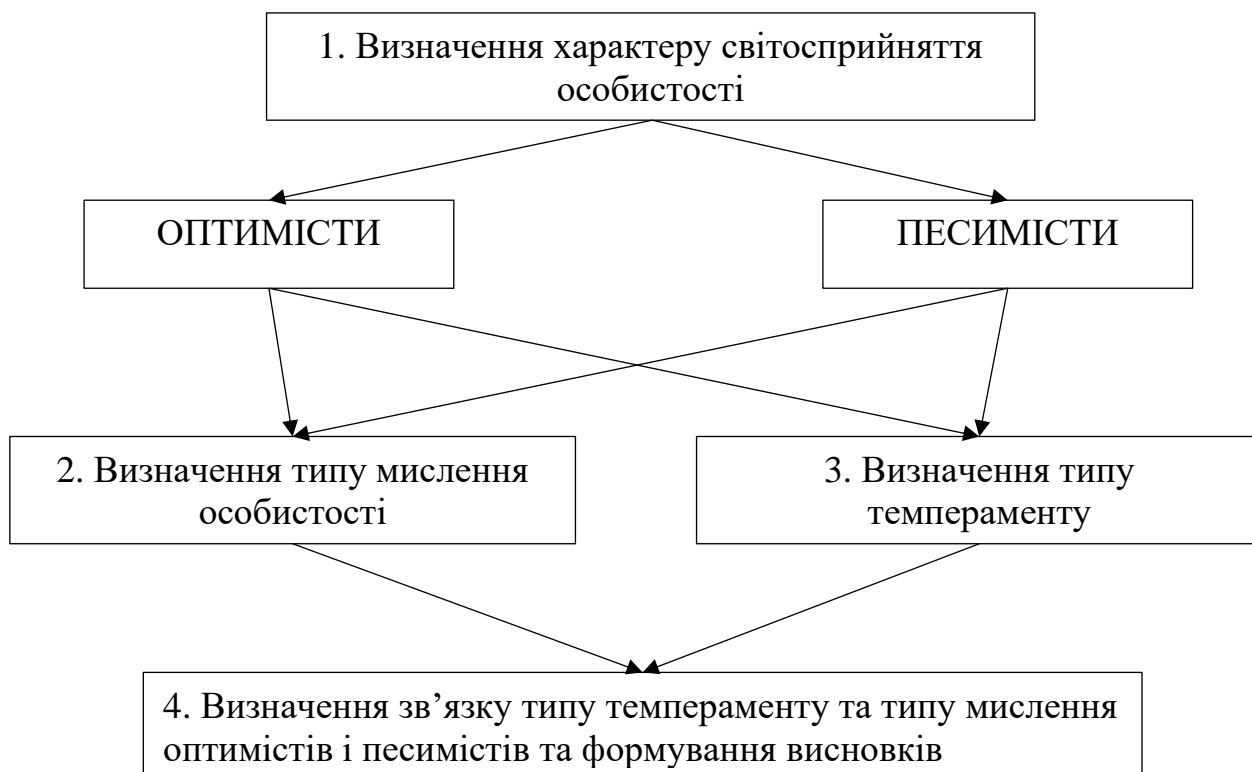


Рис. 2.1. Логіка (основні етапи) проведення дослідження формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту

- визначити тип темпераменту досліджуваних;
- визначити можливі взаємозв'язки між типами темпераменту та типами мислення оптимістів та песимістів та формування відповідних висновків.

Відповідно, у процесі дослідження нам потрібно задіяти три методики дослідження: на визначення світосприйняття (оптиміст-песиміст), на визначення типу темпераменту та на визначення типу мислення. Тому далі нами здійснено обґрунтування вказаних методик.

Перш за все, нами зроблено огляд методик щодо визначення оптимістично-песимістичного характеру світосприйняття особистості.

Так, А. Шейко [41] для цілей такого дослідження пропонує використовувати тест «Оптиміст-песиміст».

К. Фоменко [42] у контексті вивчення атрибутивних особливостей проявів самотності особистості песимістів і оптимістів рекомендує для таких цілей

використовувати Опитувальник оптимізму ШОСТО.

Н. Підбуцька [43] у своєму дослідженні для оцінювання ступеня оптимізму майбутніх фахівців використовує цілий комплекс наступних методик: методика ТАС-тест атрибутивних стилів Л. Рудіної; тест на оптимізм Е.С. Чанга ELOT (переклад та адаптація тесту М. Замишляєва); методика «Вивчення довіри/недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» А. Купрейченко; методика «Смисложиттєві орієнтації» (СЖО адаптована Д. Леонтьєвим); опитувальник «Мотивація успіху і боязнь невдачі» (МУН) А. Реана.

Є. Рядинська [44] у частині вивчення особливостей оптимізму як стилю позитивного відношення до життя надає перевагу наступним методикам: методика «Оптимізм», розроблена М. Селінгером, в адаптації Л. Рудіної; методика Life Orientation Scale (LOT) Дж. Крамбо та Л. Махоліка, адаптована К. Муздибаєвим; «Тест смисложиттєвих орієнтації»; методика експрес-діагностики рівня психоемоційної напруги (ПЕН) і його джерел (О. Копіна, Е. Сулова, Е. Заїкін).

Т. Корж [45] для оцінювання впливу позитивної спрямованості особистості на успішність її професійної діяльності рекомендує використовувати наступні методики: «Опитувальник атрибутивного стилю» (ASQ), розроблений М. Селігманом, «Тест на оптимізм» Л. Рудіної, опитувальник стилю пояснення успіхів та невдач (СТОУН) Т. Гордєєвої, Є. Осіна, В. Шевяхової.

О. Баришева [46] для цілей визначення оптимістичності особистості у контексті розуміння суб'єктивного життєвого простору особистості пропонує використовувати такі методики як: методика діагностики диспозиційного оптимізму особистості LOT (Life Orientation Test) в адаптації М. Шейер і Ч. Карвер; методика діагностики оптимізму як атрибутивного стилю «Тест на оптимізм» Л. Рудіної; шкала диспозиційної надії К. Муздибаєва; методика «Оцінка рівня задоволеності якістю життя» Н. Водопьянової.

Т. Дучимінська, О. Хлівна та Л. Магдисюк [47] віддають перевагу таким методикам: тест сенсожиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва; опитувальник Р. Кеттелла (16 PF – опитувальник); «Тест на оптимізм» Л. Рудіної; методика

визначення акцентуацій характеру Леонгарда-Шмішека; опитувальник САМОАЛ (адаптація Н. Каліної).

Для цього з усього наявного на сьогодні набору методик з урахуванням більш детального їх розгляду для цілей даного дослідження нами обрано Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної. Його обрання також обумовлено тим, що йому віддають перевагу більшість вказаних вище дослідників.

Тест Л. Рудіної розроблений на основі опитувальника атрибутивного стилю М. Селігмана. Він складається з 48 парних тверджень, в яких представлені позитивні і негативні ситуації з сфери досягнень, міжособистісних ставлень і здоров'я. Досліджуваному пропонується обрати з двох варіантів той, котрий відповідає його особистим думкам.

Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної наведено в Додатку А.

Наступним етапом даного емпіричного дослідження згідно рис. 2.1 є визначення типу мислення особистості. Для обрання найбільш доцільної методики нами також здійснено їх порівняльний аналіз.

Вивчення праць А. Рикун [48], І. Сурсаєвої [49], М. Філоненко [50], О. Зуєвої [51] та ін. показало, що досить розповсюдженою методикою у цьому напрямі є опитувальник «Тип мислення» в модифікації Г.В. Резапкіної. Тому нами прийнято рішення використовувати його у процесі даного дослідження.

Зміст методики наведено в Додатку Б.

Тест містить 40 запитань та дозволяє визначити переважаючий у особистості тип мислення, оскільки в чистому вигляді жоден тип мислення в природі не зустрічається.

В залежності від кількості набраних респондентом балів формуються три рівні розвитку того чи іншого переважаючого типу мислення:

0-2 балів – низький рівень;

3-5 балів – середній рівень;

6-8 балів – високий рівень.

Оцінювання здійснюється у розрізі кожного типу мислення.

Характеристика типів мислення за даною методикою наведена в табл. 2.1.

Таблиця 2.1.

Характеристика типів мислення особистості за методикою Г. Резапкіної

Тип мислення	Характеристика
Предметно-дійове	Властиве діловим людям, майстрам своєї справи. Такі люди засвоюють інформацію через рухи, тому вони мають гарну координацію рухів. Такі люди створюють багато предметів та продуктів, гарно водять автомобіль, працюють на комп'ютері тощо. Вони досить легко реалізують різні ідеї. Серед людей з таким типом мислення також багато спортсменів, танцюристів, артистів.
Абстрактно-символічне	Таке мислення притаманне фахівцям у сфері науки (фізики, математики, економісти, програмісти), а також людям аналітичних професій. Вони можуть засвоювати інформацію з використанням алгоритмів, математичних кодів, формул та інших точних операцій. Завдяки такому типу мислення з'являється багато гіпотез та відкриттів.
Словесно-логічне	Таке мислення характерне для людей, які мають яскраво виражений вербальний інтелект. Це можуть бути представники таких професій як учений, викладач, перекладач, письменник, філолог, журналіст тощо. Такі люди можуть найбільш вдало формулювати свої думки та доносити їх до оточуючих. Таке мислення також має бути у керівників, політиків та громадських діячів для підвищення ефективності їх професійної діяльності.
Наочно-образне	Таке мислення притаманне особам із творчим складом розуму, які можуть не тільки охарактеризувати реальні поточні події та ситуацію, але і уявити те, що тільки буде або може статися, а також чого може ніколи не бути. Це мислення характерне для художників, поетів, музикантів, режисерів, конструкторів, дизайнерів тощо.
Креативне	Таке мислення допомагає людині мислити творчо, знаходити нестандартні рішення із різних ситуацій. Люди з таким мисленням відрізняються талановитістю у певній сфері діяльності.

Отже, знаючи свій тип мислення, особистість може прогнозувати свою успішність в конкретних видах професійної діяльності. Крім того, тип мислення, що відображає переважаючі способи переробки інформації і рівень креативності, є найважливішою індивідуальною характеристикою людини, що визначає його стиль діяльності, схильності, інтереси тощо. Тому в межах даного дослідження також визначено який тип мислення переважає у людей, які у контексті світосприйняття мислять позитивно та негативно.

Наступним етапом даного дослідження є вивчення типів темпераменту особистості. Критичний огляд наукових праць у даному напрямі показав, що

найбільш розповсюдженою методикою для таких цілей вважається методика визначення типу темпераменту, запропонована в 1963 р. Г. Айзенком.

Нами прийнято рішення використати дану методику у процесі дослідження типів темпераменту. Зміст методики наведено в Додатку В.

Опитувальник, що отримав назву «Особистісний опитувальник Айзенка» (Eysenck Personality Inventory, або EPI) складається з 48 питань, призначених для діагностики екстраверсивності та нейротизму, а також 9 питань, що становлять так звану «шкалу брехні», за якою визначається тенденція обстежуваного представити себе в «кращому світлі».

В основу даної методики закладено коло темпераментів (рис. 2.2).

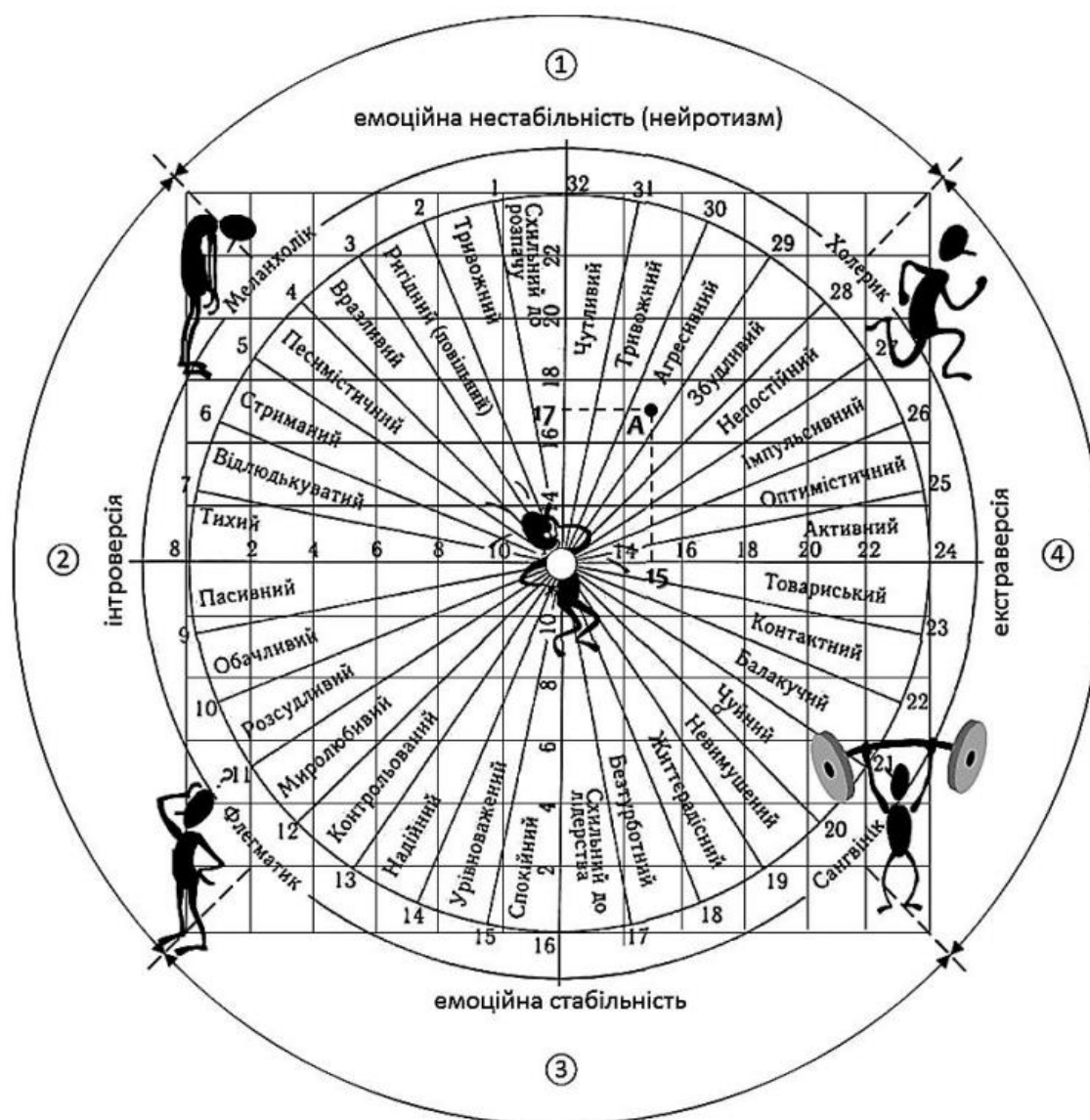


Рис. 2.2. Коло темпераментів згідно тесту Айзенка

Кожний вид темпераменту містить у своєму складі по 8 секторів, які уточнюють підвид темпераменту (так званий субтемперамент). З урахуванням кількості набраних балів по шкалах екстравертності та нейротизму опитуваний «падає» в один з 32 секторів діаграми (наприклад, якщо опитуваний набрав 15 балів по шкалі інтро- екстраверсія та 17 балів по шкалі нейротизму, то перетин відповідних координат попадає в сектор 30 – «агресивний холерик»).

Якщо загальна сума співпадань у першій шкалі перевищує 12, то це виражений екстраверт, якщо менше – інтроверт, що показано в табл. 2.2.

Таблиця 2.2.

Шкала інтерпретації характеристик «інтроверт-екстраверт» за методикою Айзенка

Інтроверсія		Екстраверсія	
Значна	Помірна	Значна	Помірна
1-7	8-11	12-18	19- 24

Підрахувавши кількість співпадань, визначаємо рівень нейротизму. Якщо їх більше 14, то можна вважати, що особа емоційно нестійка (табл. 2.3).

Таблиця 2.3.

Шкала інтерпретації характеристик «емоційна стабільність – емоційна нестабільність» за методикою Айзенка

Емоційна стабільність		Емоційна нестабільність	
Висока	Середня	Висока	Середня
1 - 10	11 - 14	15- 18	19- 24

Отже, користуючись цією методикою, можна визначити тип темпераменту і яскраво виражені риси характеру:

Холерик - екстраверт, емоційно нестійкий.

Сангвінік - екстраверт, емоційно стабільний.

Меланхолік - інтроверт, емоційно нестійкий.

Флегматик - інтроверт, емоційно стійкий.

Для визначення взаємозв'язків між показниками діагностичних методик

здійснене нами з використанням методів статистичної обробки інформації, а саме: коефіцієнту кореляції Пірсона.

Таким чином, методичний інструментарій дослідження психологічних особливостей формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту виглядає наступним чином, як показано в табл. 2.4.

Таблиця 2.4.

Методичний інструментарій проведення дослідження психологічних особливостей формування позитивного мислення особистості під впливом темпераменту

Етапи дослідження (рис. 2.1)	Методика
1. Визначення характеру світосприйняття особистості	Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної
2. Визначення типу мислення особистості	Опитувальник «Тип мислення» в модифікації. Г.В. Резапкіної
3. Визначення типу темпераменту	«Особистісний опитувальник Айзенка» (Eysenck Personality Inventory, або EPI)
4. Визначення зв'язку типу темпераменту та типу мислення оптимістів і песимістів та формування висновків	Кореляційний аналіз

Емпіричне дослідження впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості проведене нами серед осіб з кола власних знайомих. У процесі реалізації мети і завдань дослідження опитано 40 осіб віком 25-50 років.

Результати дослідження наведені у наступному підрозділі даного дослідження.

2.2. Результати дослідження формування позитивного мислення під впливом темпераменту

Для того, щоб для цілей даного дослідження мати можливість досліджувати типи мислення та типи темпераменту залежно від песимістичного

(негативного) чи оптимістичного (позитивного) світосприйняття, нами спочатку опитано респондентів за даною методикою та поділено їх на дві групи – песимістів та оптимістів (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Результати оцінювання переважаючого типу світосприйняття за методикою Л. Рудіної

Рівні	Кількість, осіб	Структура, %
Значний оптимізм	5	12,5
Помірний оптимізм	13	32,5
Проміжне значення	3	7,5
Помірний песимізм	11	27,5
Значний песимізм	8	20
Разом	40	100,0

Наведені результати також наочно інтерпретовані нами на рис. 2.3.



Рис. 2.3. Результати визначення типу світосприйняття досліджуваних за методикою Л. Рудіної, %

З отриманих у ході дослідження результатів видно, що значний оптимізм продемонструвало 5 осіб або 12,5% опитаних. Крім того, помірний оптимізм

було діагностовано у 13 осіб або 32,5% опитаних. Тобто результати свідчать, що серед людей із позитивним оптимістичним настроєм на світосприйняття переважають помірні оптимісти порівняно із значними оптимістами. В цілому ж оптимістами за результатами дослідження можна вважати 18 осіб, що становить 45% всіх опитаних.

В свою чергу, значний песимізм продемонстрували 8 осіб або 20% опитаних, що є порівняно гіршим показником порівняно із значним песимізмом. Крім того, 11 осіб або 27,5% продемонстрували переважання помірною песимізму. В цілому песимістів у вибірці виявилось 19 осіб або 47,5%.

При цьому слід також відзначити, що 3 особи або 7,5% показали проміжний (нейтральний) варіант. Проте за отриманими ними балами ми побачили, що з них одна людина наближена до помірною песимізму, а дві – до помірною оптимізму.

Таким чином, вибірка респондентів із 40 осіб розподілилася нами порівну між оптимістами та песимістами і представлена наступним якісним складом:

- 20 осіб – оптимісти;
- 20 осіб – песимісти.

Другим етапом даного дослідження є виявлення типу мислення особистості за опитувальником «Тип мислення» і модифікації Г. Резапкіної.

Результати оцінювання переважаючого типу мислення виявилися наступними (табл. 2.6 та рис. 2.4).

Таблиця 2.4.

Результати діагностування типів мислення особистості за методикою

Г. Резапкіної

Тип мислення	Кількість, осіб	Структура, %
Предметно-дійове	11	27,5
Абстрактно-символічне	9	22,5
Словесно-логічне	5	12,5
Наочно-образне	11	27,5
Креативне	4	10
Разом	40	100,0

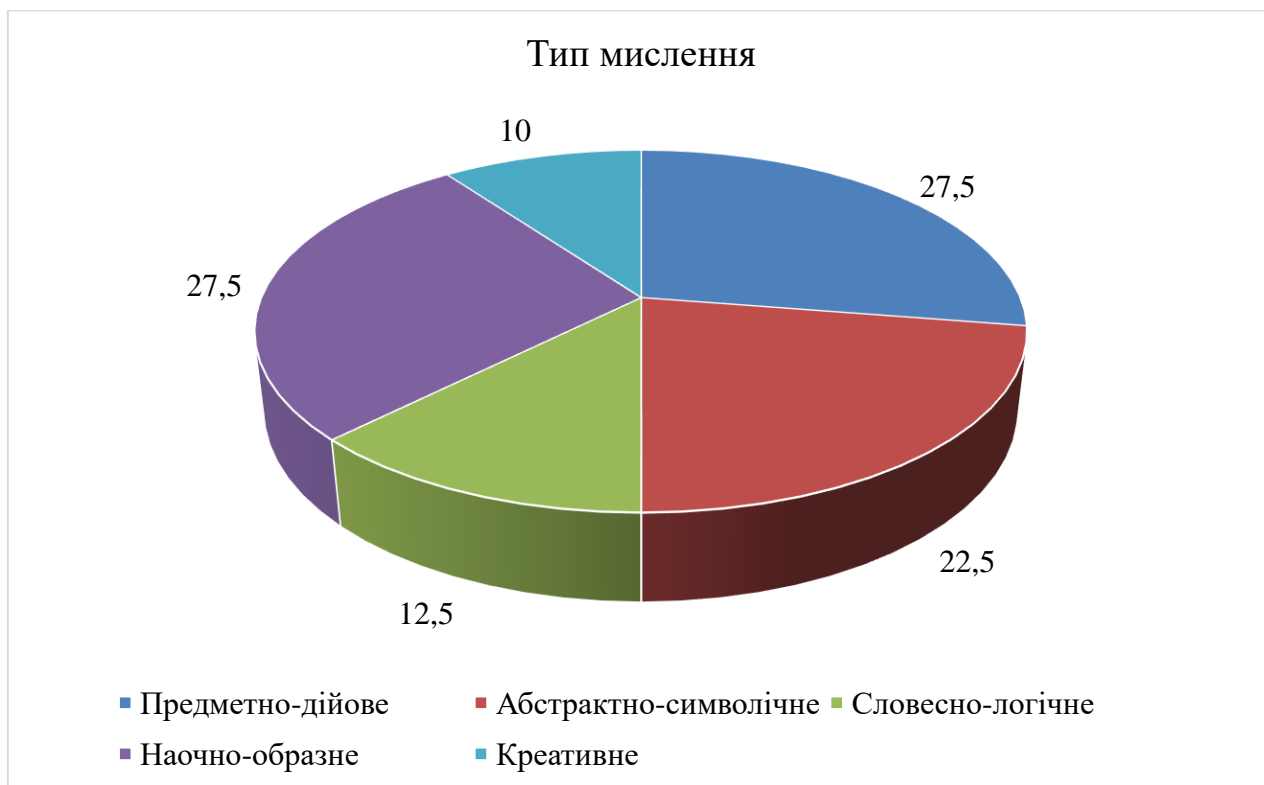


Рис. 2.4. Результати діагностування переважаючих типів мислення особистості за методикою Г. Резапкіної, %

З отриманих результатів видно, що по 11 осіб або по 27,5% опитаних мають переважання предметно-дійового та наочно-образного типу мислення. При цьому також 9 осіб або 22,5% мають абстрактно-символічне мислення. Найменше всього частка словесно-логічного мислення (5 осіб або 12,5%) та креативного мислення (4 особи або 10%).

Результати розподілу типів мислення між песимістами та оптимістами виявились наступними (табл. 2.7 та рис. 2.5).

Таблиця 2.7.

Результати розподілу типів мислення між оптимістами та песимістами

Тип мислення	Оптимісти (позитивне мислення)		Песимісти (негативне мислення)	
	Кількість, осіб	Структура, %	Кількість, осіб	Структура, %
Предметно-дійове	8	40,0	3	15,0
Абстрактно-символічне	3	15,0	6	30,0
Словесно-логічне	1	5,0	4	20,0
Наочно-образне	4	20,0	7	35,0
Креативне	4	20,0	0	0,0
Разом	20	100	20	100

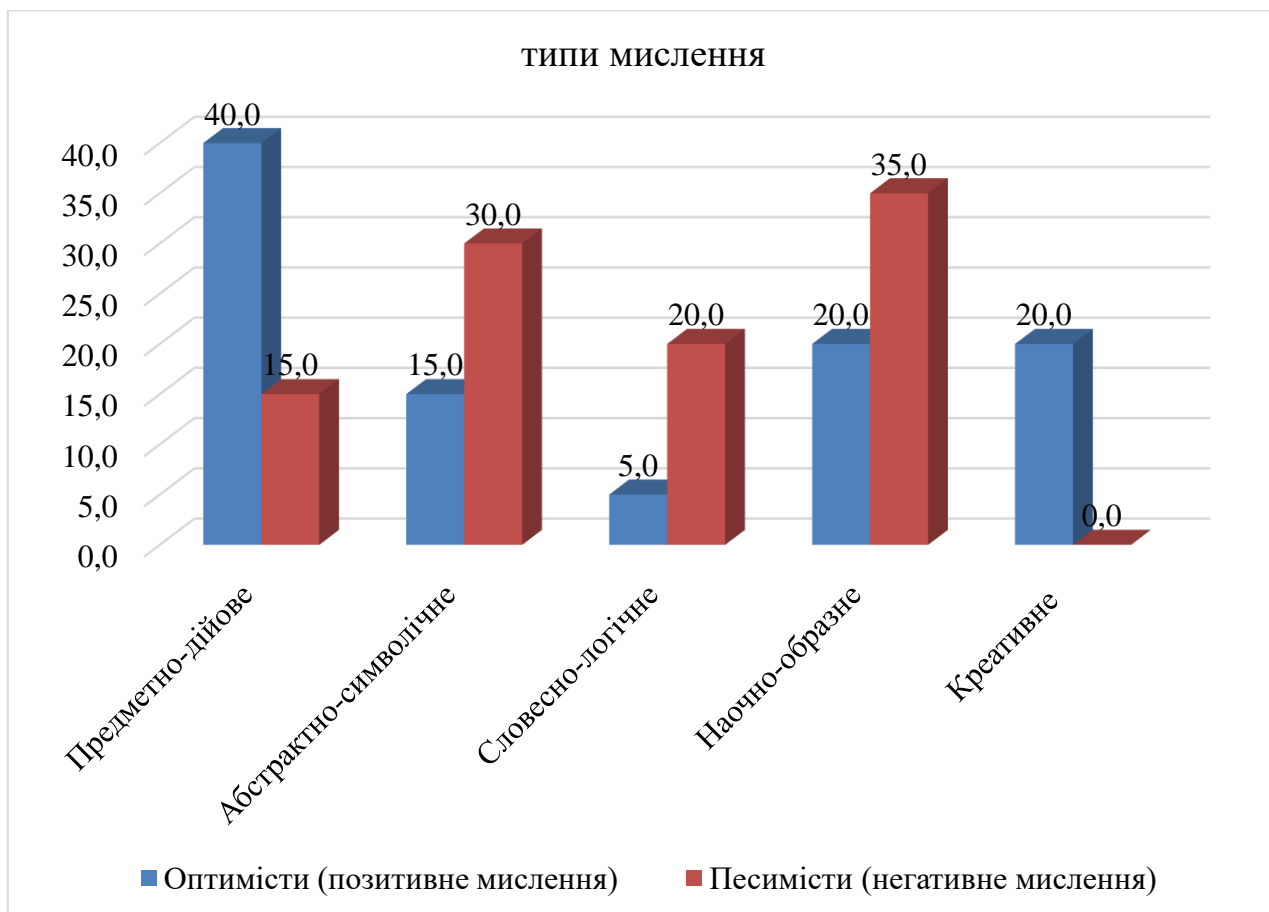


Рис. 2.5. Результати розподілу типів мислення між оптимістами та песимістами, %

З наведених результатів переконливо видно, що типи мислення у людей з позитивним і негативним світосприйняттям істотно відрізняються. Так, дослідження показало, що предметно-дійове мислення переважає у оптимістів (40%), у той час як при негативному мисленні таких людей всього 15%.

Абстрактно-логічне мислення, навпаки, переважає у песимістів із негативним мисленням (30% всіх опитаних песимістів), у той час як у оптимістів цей тип мислення представлено всього у 15% опитаних.

Словесно-логічне мислення також переважає у песимістів (20%), порівняно із оптимістами (5%).

Також у песимістів переважає наочно-образне мислення (35%), у той час як у оптимістів цей вид мислення представлений всього у 20% опитаних.

Креативне мислення за отриманими результатами - це повністю прерогатива оптимістів із позитивним мисленням (20%) у структурі оптимістів.

Отже, з проведеного якісного аналізу можна зробити висновок, що у людей із позитивним світосприйняттям (оптимістів) переважають такі типи мислення як предметно-дійове та креативне. А у людей із негативним світосприйняттям – абстрактно-символічне, словесно-логічне та наочно-образне. Відповідно, позитивно налаштовані люди в більшій мірі мислять у напрямку прийняття ділових рішень, реалізації різних життєвих планів та стратегій, а також демонструють творчий (креативний) підхід до вирішення таких завдань.

Третім етапом даного дослідження є визначення типів темпераменту за методикою Айзенка. Оскільки для цілей даного дослідження немає потреби визначати деталізацію всіх 32 секторів темпераменту, а достатньо лише визначення його чотирьох типів (меланхолік, холерик, флегматик, сангвінік), та нами представлені тільки ці результати дослідження у розрізі даної методики (табл. 2.8 та рис. 2.6).

Таблиця 2.8.

Результати діагностування типів темпераменту особистості за методикою Айзенка

Тип темпераменту	Кількість, осіб	Структура, %
Холерик	12	30,0
Сангвінік	7	17,5
Меланхолік	16	40,0
Флегматик	5	12,5
Разом	40	100,0

З отриманих результатів видно, що по всій вибірці опитаних переважає меланхолічний тип темпераменту, який діагностовано у 40% опитаних (16 осіб). Також значна частка опитаних має холеристичний тип темпераменту (12 осіб або 30%). Менше всього серед опитуваних сангвініків (7 осіб або 17,5%) та флегматиків (5 осіб або 12,5%).

У табл. 2.9 та на рис. 2.7 наведено результати діагностики типів темпераменту у розрізі оптимістів та песимістів.

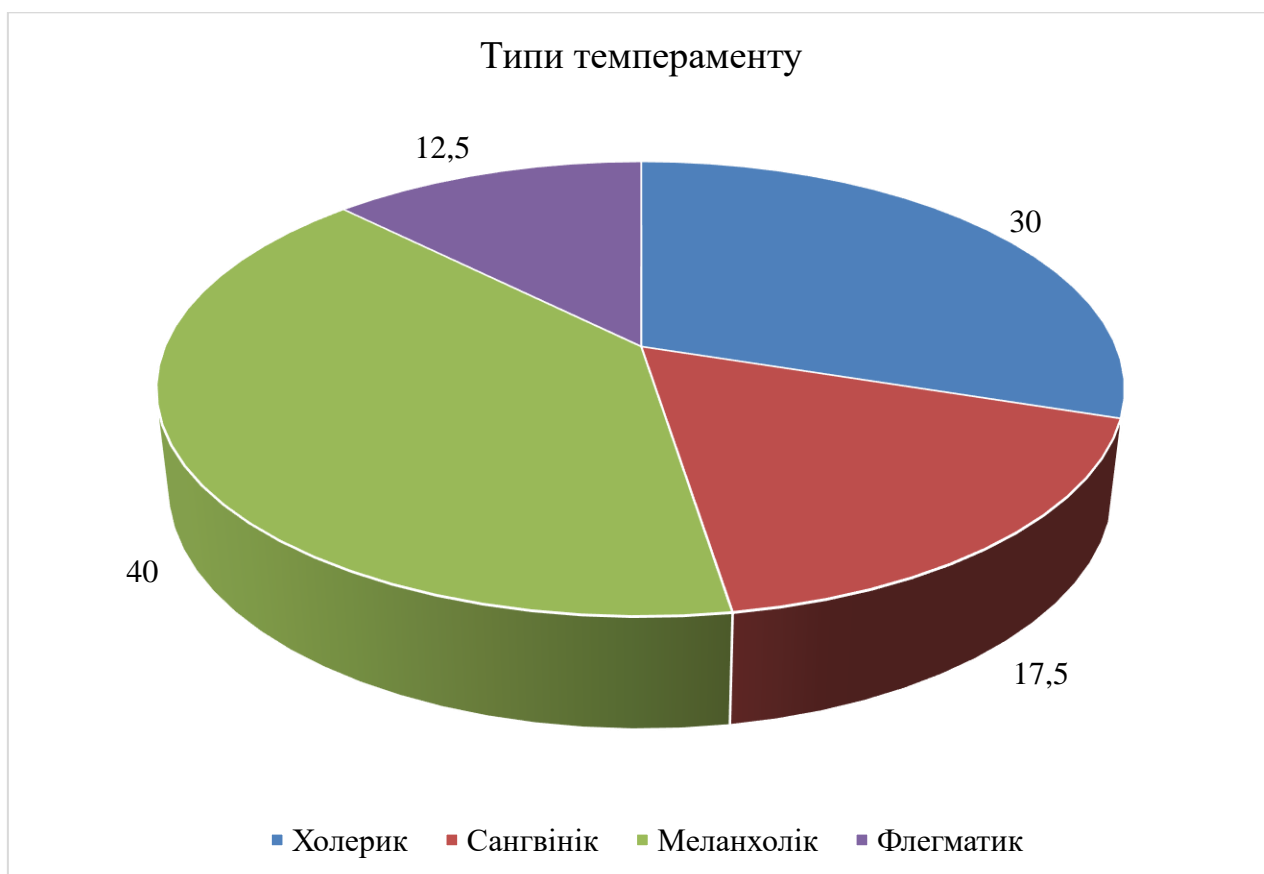


Рис. 2.6. Результати діагностування типів темпераменту особистості за методикою Айзенка

Таблиця 2.9.

Результати розподілу типів темпераменту між оптимістами та песимістами

Тип темпераменту	Оптимісти (позитивне мислення)		Песимісти (негативне мислення)	
	Кількість, осіб	Структура, %	Кількість, осіб	Структура, %
Холерик	8	40,0	4	20,0
Сангвінік	5	25,0	2	10,0
Меланхолік	5	25,0	11	55,0
Флегматик	2	10,0	3	15,0
Разом	20	100	20	100

Отже, результати діагностування свідчать, що у осіб із позитивним оптимістичним типом мислення переважає холерестичний тип темпераменту (40%).

Також по 25% серед оптимістів знаходяться сангвініки та меланхоліки.

Серед оптимістів явно переважають меланхоліки (55%).

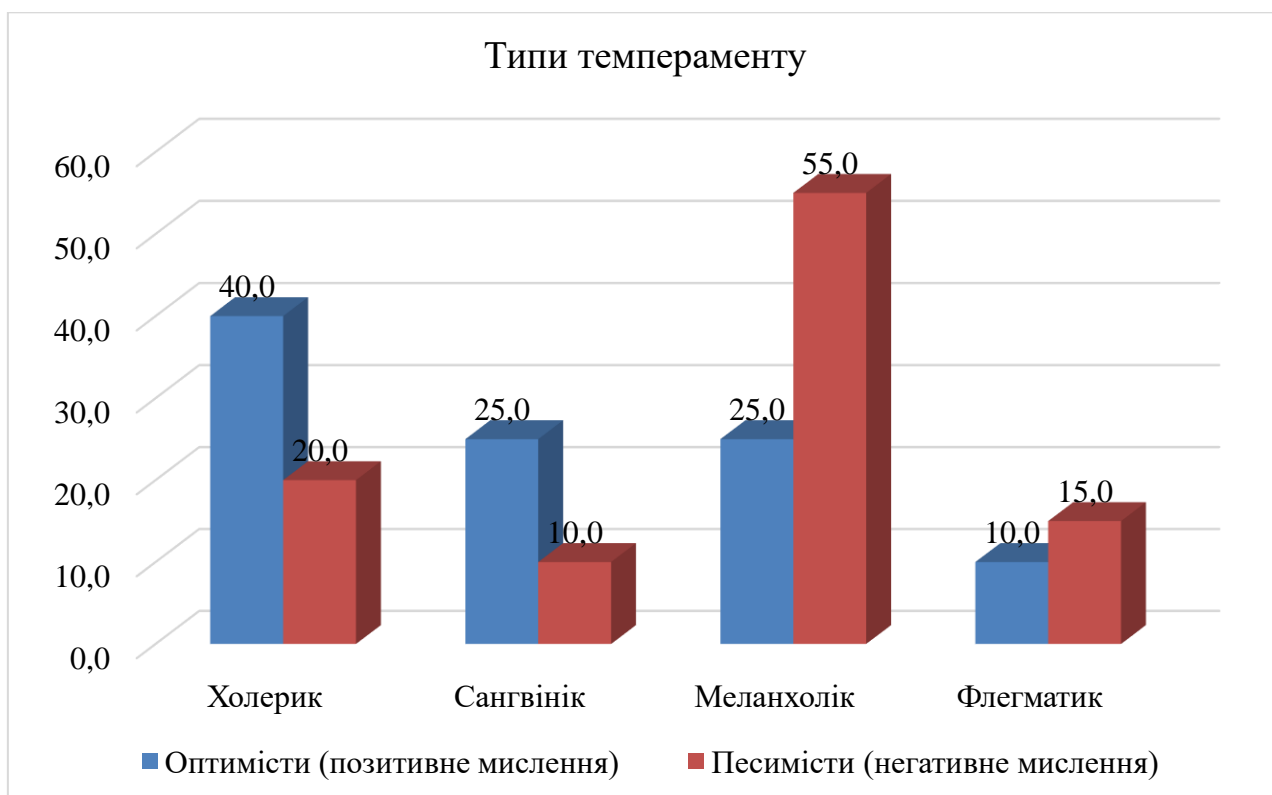


Рис. 2.7. Результати розподілу типів темпераменту між оптимістами та песимістами

Для визначення зв'язку між типами мислення (позитивне та негативне) та типами темпераменту нами було розраховано відповідні коефіцієнти кореляції (табл. 2.10).

Таблиця 2.10.

Результати розрахунку кореляційних зв'язків між типами мислення та типами темпераменту

	Позитивне мислення (оптиміст)	Негативне мислення (песиміст)
Холерик	0,216	0,172
Сангвінік	0,163	0,074
Меланхолік	0,128	0,221
Флегматик	0,096	0,116

З отриманих результатів можна зробити висновок, що для людей із позитивним мисленням найбільш характерним типом темпераменту можна вважати холерика. Також існує незначний зв'язок між темпераментом сангвініка та позитивним типом мислення.

Серед людей з песимістичним типом мислення явно переважають меланхоліки.

2.3. Рекомендації психолога з покращення позитивного мислення особистості в залежності від типу темпераменту

Проведене дослідження показало, що існують певні закономірності у взаємозв'язку між типом мислення (позитивне або негативне) та типом темпераменту. При цьому у першому розділі даного дослідження нами також було встановлено, що темперамент особистості носить вроджений характер та практично не підлягає коригуванню протягом життя. Тому основний акцент у межах даного дослідження маємо поставити на те, щоб збільшити частку позитивно настроєних особистостей із позитивним мисленням. Відповідно, у цьому напрямі нами здійснено аналіз літературних джерел щодо покращення оптимістичного настрою у особистості.

Зокрема, у процесі дослідження було встановлено, що рівень оптимізму напряму залежить від показників задоволеності життям та рівня щастя особистості. Це і становить психологічне благополуччя, яке дозволяє дивитися на світ позитивно.

Як зазначають О. Поліванова та О. Гуляєва, актуальне психологічне благополуччя розуміється як «переживання, яке характеризує відношення людини до того, ким він на його думку є та відображає ступень реалізованості головних компонентів позитивного функціонування. Ідеальне психологічне благополуччя, в даному випадку, характеризує потенціальне аспекти функціонування особистості, ступень спрямованості на реалізацію компонентів позитивного функціонування» [52, с. 36].

Сама по собі категорія «благополуччя» є мультидисциплінарною, адже людина може переживати задоволеність життям у різних сферах – сімейній, професійній, соціальній й т.п., а «суб'єктивна оцінка, що відбувається в термінах «гарне-погане», відбивається на загальному задоволенні життям та вказує лише

на рівень емоційного комфорту в той чи іншій сфері життя. Тому в соціології, економіці, політиці, медицині та інших сферах використовують дуже близьке за змістом поняття «якість життя». Якість життя відображає тільки якісні характеристики різних сфер життя людини (рівень життя, ступень задоволеності різними сферами власного життя, впевненість у завтрашньому дні тощо), які базуються на особистій ступені задоволеності цими характеристиками» [52, с. 36].

Таким чином, нами рекомендується більше уваги приділяти своєму психологічному благополуччю, що, на нашу думку, дозволить зміцнювати оптимістичний позитивний тип мислення особистості.

Висновки до розділу 2

Метою даного дослідження визначено наступну: емпірична перевірка впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості.

Завданнями дослідження виступають:

- визначити характер світосприйняття особистості для цілей поділу вибірки досліджуваних на дві підгрупи – з позитивним та негативним світосприйняттям (мисленням);
- визначити типи мислення особистості;
- визначити тип темпераменту досліджуваних;
- визначити можливі взаємозв'язки між типами темпераменту та типами мислення оптимістів та песимістів та формування відповідних висновків.

Методиками дослідження визначено: Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної – для визначення характеру світосприйняття опитуваних (песиміст, оптиміст); методика ЕРІ Г. Айзенка – для визначення типів темпераменту; опитувальник «Тип мислення» в модифікації. Г.В. Резапкіної – для визначення характеру мислення.

Першим етапом дослідження було визначення позитивного та негативного мислення.

З отриманих у ході дослідження результатів видно, що значний оптимізм продемонструвало 5 осіб або 12,5% опитаних. Крім того, помірний оптимізм було діагностовано у 13 осіб або 32,5% опитаних. Тобто результати свідчать, що серед людей із позитивним оптимістичним настроєм на світосприйняття переважають помірні оптимісти порівняно із значними оптимістами. В цілому ж оптимістами за результатами дослідження можна вважати 18 осіб, що становить 45% всіх опитаних.

В свою чергу, значний песимізм продемонстрували 8 осіб або 20% опитаних, що є порівняно гіршим показником порівняно із значним песимізмом. Крім того, 11 осіб або 27,5% продемонстрували переважання помірною песимізму. В цілому песимістів у вибірці виявилось 19 осіб або 47,5%.

При цьому слід також відзначити, що 3 особи або 7,5% показали проміжний (нейтральний) варіант. Проте за отриманими ними балами ми побачили, що з них одна людина наближена до помірною песимізму, а дві – до помірною оптимізму.

Таким чином, вибірка респондентів із 40 фахівців розподілилася нами порівну між оптимістами та песимістами і представлена наступним якісним складом:

- 20 осіб – оптимісти;
- 20 осіб – песимісти.

Другим етапом даного дослідження є виявлення типу мислення особистості за опитувальником «Тип мислення» і модифікації Г. Резапкіної.

З отриманих результатів видно, що по 11 осіб або по 27,5% опитаних мають переважання предметно-дійового та наочно-образного типу мислення. При цьому також 9 осіб або 22,5% мають абстрактно-символічне мислення. Найменше всього частка словесно-логічного мислення (5 осіб або 12,5%) та креативного мислення (4 особи або 10%).

Результати розподілу типів мислення між песимістами та оптимістами виявились наступними.

типи мислення у людей з позитивним і негативним світосприйняттям

істотно відрізняються. Так, дослідження показало, що предметно-дійове мислення переважає у оптимістів (40%), у той час як при негативному мисленні таких людей всього 15%.

Абстрактно-логічне мислення, навпаки, переважає у песимістів із негативним мисленням (30% всіх опитаних песимістів), у той час як у оптимістів цей тип мислення представлено всього у 15% опитаних.

Словесно-логічне мислення також переважає у песимістів (20%), порівняно із оптимістами (5%).

Також у песимістів переважає наочно-образне мислення (35%), у той час як у оптимістів цей вид мислення представлений всього у 20% опитаних.

Креативне мислення за отриманими результатами - це повністю прерогатива оптимістів із позитивним мисленням (20%) у структурі оптимістів.

Отже, з проведеного якісного аналізу можна зробити висновок, що у людей із позитивним світосприйняттям (оптимістів) переважають такі типи мислення як предметно-дійове та креативне. А у людей із негативним світосприйняттям – абстрактно-символічне, словесно-логічне та наочно-образне. Відповідно, позитивно налаштовані люди в більшій мірі мислять у напрямку прийняття ділових рішень, реалізації різних життєвих планів та стратегій, а також демонструють творчий (креативний) підхід до вирішення таких завдань.

Третім етапом даного дослідження є визначення типів темпераменту за методикою Айзенка.

З отриманих результатів видно, що по всій вибірці опитаних переважає меланхолічний тип темпераменту, який діагностовано у 40% опитаних (16 осіб). Також значна частка опитаних має холеристичний тип темпераменту (12 осіб або 30%). Менше всього серед опитуваних сангвініків (7 осіб або 17,5%) та флегматиків (5 осіб або 12,5%).

Отже, результати діагностування свідчать, що у осіб із позитивним оптимістичним типом мислення переважає холеристичний тип темпераменту (40%).

Також по 25% серед оптимістів знаходяться сангвініки та меланхоліки.

Серед оптимістів явно переважають меланхоліки (55%).

Для визначення зв'язку між типами мислення (позитивне та негативне) та типами темпераменту нами було розраховано відповідні коефіцієнти кореляції. З отриманих результатів можна зробити висновок, що для людей із позитивним мисленням найбільш характерним типом темпераменту можна вважати холерика. Також існує незначний зв'язок між темпераментом сангвініка та позитивним типом мислення.

ВИСНОВКИ

У процесі здійсненого дослідження теоретичних засад формування мислення та темпераменту особистості можна зробити наступні висновки.

Вважається, що вперше про темперамент заговорив Гіппократ (V ст. до н.е.), який на основі власної лікарської практики почав виокремлювати у своїх пацієнтів співвідношення 4-х різних рідин в організмі: 1) жовчі («холі»); 2) крові («сангвіс»); 3) лімфи («флегма»); 4) чорної жовчі («меланосом холі»). Саме з урахуванням переважання в організмі людини якоїсь однієї з них сформувалися 4 типи темпераменту, які дійшли до наших днів: холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолійний. В подальшому вчення Гіппократа були розвинуті І. Кантом, який також природною основою темпераменту вважав індивідуальні особливості крові людини. При цьому вказані 4 типи темпераментів він поділив на дві групи: 1) темпераменти почуттів (сангвінічний і меланхолійний); 2) темпераменти діяльності (холеричний і флегматичний). На більш сучасному етапі (у XX ст.) І. Павловим було продовжено біологічний підхід до трактування природи темпераменту. Вказаний дослідник пов'язував його з функціонуванням центральної нервової системи людини. Він виділив такі властивості вищої нервової діяльності: силу, врівноваженість і рухливість. При цьому сила характеризувалася здатністю людини витримувати інтенсивні навантаження (тривалу роботу, стрес та ін.), в результаті чого людей можна поділити на сильних і слабких. При цьому відмічається, що людина з сильним типом нервової системи спроможна зберігати свої функціональні характеристики в умовах підвищеного навантаження та стресової напруженості, на що не спроможна людина зі слабким типом.

В найбільш загальному розумінні темперамент (від лат. «complexio» – «належне співвідношення частин») – це сукупність індивідуальних особливостей особистості, що визначають динамічну та емоційну сторону її поведінки.

Особливості проявів того чи іншого типу темпераменту обумовлюються біологічним чинником та вважаються вродженими. При цьому структуру

темпераменту з психологічної точки зору становлять три основні складові компоненти у складі особистості: її загальна активність, її рухові прояви та її емоційність.

Складність психологічного феномену темпераменту та наявність окремих відмінностей у його трактуванні обумовили формування різних підходів до його змістового наповнення. За результатами проведеного нами критичного аналізу таких підходів визначено, що найбільш розповсюдженими підходами вважаються: гуморальний (Гіппократ, І. Кант), нейрофізіологічний (біологічний, природничий) (І. Павлов), психологічний (В. Мерлін, Г. Хейманс, К. Юнг, В. Вундт), конституційний (В. Шелдон, Е. Кречмер, К. Сіго), організмичний (К. Роджерс), факторний (Г. Айзенк, Л. Терстоун).

Також у процесі дослідження з'ясовано, що саме завдяки темпераменту кожна людина має свою індивідуальність ще з народження, закладену ще на рівні генотипу. Саме тому кожна людина є індивідуальністю з дня народження, тому що майбутній темперамент особистості закладено вже на рівні генотипу. І тому темперамент характеризують як найбільш сталу характеристику людини, що проявляється в усіх сферах її життєдіяльності.

Традиційно прийнято виокремлювати чотири типи темпераментів (холеричний, сангвінічний, флегматичний та меланхолічний). Порівняльний аналіз наведених типів темпераменту свідчить, що немає «хороших» і «поганих» темпераментів: кожному притаманні як позитивні і негативні риси. Тому психологи вважають, що головні зусилля особистості мають бути направлені не на виправлення недоліків свого типу темпераменту, а на «розумне використання» його переваг у конкретних обставинах тієї чи іншої діяльності, щоб максимально зменшити вплив негативних рис на її результати.

Вивчення теоретичних праць у напрямку визначення сутності поняття «мислення» свідчить, що вперше воно з'являється ще у працях античних філософів (Платон, Арістотель, Демокрит, Епікуром, Парменід, Сократ та ін.).

Загальний розвиток теорії мислення у 2-й половині XIX ст. пов'язаний з розвитком великої кількості зарубіжних шкіл, які досить різнобічно розглядали

сутність мислення. Так, англійська школа психології емпіризму досліджувала співвідношення операцій мислення та матеріалу для реалізації цих операцій, поділяючи його на матеріал пам'яті та матеріал сприйняття. В свою чергу, фахівці Вюрцбурзької школи досліджували питання рушійних сил та детермінації мислення, а матеріалом для процесу мислення вони вважали різні образи. Представники когнітивної психології займалися розмежуванням логічного та психологічного підходів мислення, а також вивченням його структури та функцій.

У процесі проведеного теоретичного дослідження підходів дослідників до розуміння сутності мислення встановлено, що за допомогою процесу мислення особистість пізнає найбільш загальні та суттєві ознаки і явища оточуючої дійсності, а також дізнається про те, чого вона могла безпосередньо не спостерігати, але передбачила хід подій у цьому напрямі.

Основними функціями мислення дослідники вважають наступні: 1) понятійну; 2) функцію розв'язання проблем і завдань; 3) функцію цілеутворення; 4) рефлексивну. А мисленнєва діяльність особистості реалізується завдяки таким операціям і прийомам, як: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення та ін.. Ці операції діють системно, спрямовуються на розв'язання конкретних життєвих завдань та створюють передумови для інших мисленнєвих операцій. Також сучасна психологічна наука досліджує такі інтелектуальні процеси мислення: планування, проектування, оцінювання, розуміння

Вивчаючи проблематику позитивного мислення, з'ясовано, що широке коло дослідників розглядає його як вид спілкування, який віддзеркалює оптимістичний погляд особистості на проблемну ситуацію, а також може бути наслідком переоцінки пережитого нею негативного досвіду в категоріях позитивної оцінки.

Позитивне мислення допомагає особистості реалізувати її потенційні можливості на основі зосередження її уваги на створенні та реалізації моделі власного особистого і професійного успіху, що виступає запорукою здорового та

щасливого життя. Крім того, таке позитивне мислення допомагає людині зробити керованими наявні проблемні ситуації та сприяє їх скорішому розв'язанню.

У процесі дослідження також встановлено, що наявна певна кількість публікацій у напрямку дослідження впливу темпераменту на різні психоемоційні процеси людини, зокрема, емоційний стан, розумову працездатність, комунікабельність тощо. Водночас, вивчення прямого зв'язку темпераменту і мислення у наукових дослідженнях нами не знайдено, що ще більше актуалізує емпіричну перевірку даного припущення.

Метою даного дослідження визначено наступну: емпірична перевірка впливу темпераменту на формування позитивного мислення особистості.

Завданнями дослідження виступають:

- визначити характер світосприйняття особистості для цілей поділу вибірки досліджуваних на дві підгрупи – з позитивним та негативним світосприйняттям (мисленням);
- визначити типи мислення особистості;
- визначити тип темпераменту досліджуваних;
- визначити можливі взаємозв'язки між типами темпераменту та типами мислення оптимістів та песимістів та формування відповідних висновків.

Методиками дослідження визначено: Тест атрибутивних стилів Л. Рудіної – для визначення характеру світосприйняття опитуваних (песиміст, оптиміст); методика ЕРІ Г. Айзенка – для визначення типів темпераменту; опитувальник «Тип мислення» в модифікації Г.В. Резапкіної – для визначення характеру мислення.

Першим етапом дослідження було визначення позитивного та негативного мислення.

З отриманих у ході дослідження результатів видно, що значний оптимізм продемонструвало 5 осіб або 12,5% опитаних. Крім того, помірний оптимізм було діагностовано у 13 осіб або 32,5% опитаних. Тобто результати свідчать, що серед людей із позитивним оптимістичним настроєм на світосприйняття

переважають помірні оптимісти порівняно із значними оптимістами. В цілому ж оптимістами за результатами дослідження можна вважати 18 осіб, що становить 45% всіх опитаних.

В свою чергу, значний песимізм продемонстрували 8 осіб або 20% опитаних, що є порівняно гіршим показником порівняно із значним песимізмом. Крім того, 11 осіб або 27,5% продемонстрували переважання помірною песимізму. В цілому песимістів у вибірці виявилось 19 осіб або 47,5%.

При цьому слід також відзначити, що 3 особи або 7,5% показали проміжний (нейтральний) варіант. Проте за отриманими ними балами ми побачили, що з них одна людина наближена до помірною песимізму, а дві – до помірною оптимізму.

Таким чином, вибірка респондентів із 40 фахівців розподілилася нами порівну між оптимістами та песимістами і представлена наступним якісним складом:

- 20 осіб – оптимісти;
- 20 осіб – песимісти.

Другим етапом даного дослідження є виявлення типу мислення особистості за опитувальником «Тип мислення» і модифікації Г. Резапкіної.

З отриманих результатів видно, що по 11 осіб або по 27,5% опитаних мають переважання предметно-дійового та наочно-образного типу мислення. При цьому також 9 осіб або 22,5% мають абстрактно-символічне мислення. Найменше всього частка словесно-логічного мислення (5 осіб або 12,5%) та креативного мислення (4 особи або 10%).

Результати розподілу типів мислення між песимістами та оптимістами виявились наступними.

типи мислення у людей з позитивним і негативним світосприйняттям істотно відрізняються. Так, дослідження показало, що предметно-дійове мислення переважає у оптимістів (40%), у той час як при негативному мисленні таких людей всього 15%.

Абстрактно-логічне мислення, навпаки, переважає у песимістів із

негативним мисленням (30% всіх опитаних песимістів), у той час як у оптимістів цей тип мислення представлено всього у 15% опитаних.

Словесно-логічне мислення також переважає у песимістів (20%), порівняно із оптимістами (5%).

Також у песимістів переважає наочно-образне мислення (35%), у той час як у оптимістів цей вид мислення представлений всього у 20% опитаних.

Креативне мислення за отриманими результатами - це повністю прерогатива оптимістів із позитивним мисленням (20%) у структурі оптимістів.

Отже, з проведеного якісного аналізу можна зробити висновок, що у людей із позитивним світосприйняттям (оптимістів) переважають такі типи мислення як предметно-дійове та креативне. А у людей із негативним світосприйняттям – абстрактно-символічне, словесно-логічне та наочно-образне. Відповідно, позитивно налаштовані люди в більшій мірі мислять у напрямку прийняття ділових рішень, реалізації різних життєвих планів та стратегій, а також демонструють творчий (креативний) підхід до вирішення таких завдань.

Третім етапом даного дослідження є визначення типів темпераменту за методикою Айзенка.

З отриманих результатів видно, що по всій вибірці опитаних переважає меланхолічний тип темпераменту, який діагностовано у 40% опитаних (16 осіб). Також значна частка опитаних має холеристичний тип темпераменту (12 осіб або 30%). Менше всього серед опитуваних сангвініків (7 осіб або 17,5%) та флегматиків (5 осіб або 12,5%).

Отже, результати діагностування свідчать, що у осіб із позитивним оптимістичним типом мислення переважає холеристичний тип темпераменту (40%).

Також по 25% серед оптимістів знаходяться сангвініки та меланхоліки.

Серед оптимістів явно переважають меланхоліки (55%).

Для визначення зв'язку між типами мислення (позитивне та негативне) та типами темпераменту нами було розраховано відповідні коефіцієнти кореляції. З отриманих результатів можна зробити висновок, що для людей із позитивним

мисленням найбільш характерним типом темпераменту можна вважати холерика. Також існує незначний зв'язок між темпераментом сангвініка та позитивним типом мислення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Строгий В. І. Спалахи соціальної агресії з тяжкими наслідками: передумови, джерела, причини виникнення та механізми запобігання. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2013. № 3. С. 332-345.
2. Божко Ю. П. Зв'язок суверенності психологічного простору і особистісних особливостей програмістів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2014. № 3(35). С. 57-62.
3. Приймак С. Г. Спеціальна фізична працездатність студентів, що спеціалізуються в боксі, в залежності від темпераментальних особливостей особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки*. 2017. Вип. 143. С. 81-85.
4. Супрович М., Замойська К., Рак А., Рудь В. Особливості темпераменту студентів. *Наукові записки [Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка]. Педагогічні науки*. 2016. Вип. 147. С. 128-134.
5. Чехівська Ю. С., Гуренко О. А. Роль темпераменту під час вибору тактики гри в настільний теніс. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. Вип. 5(113). С. 180-183.
6. Бровкова О., Мельникова К., Глінчук М. Мотивація персоналу за типом темпераменту людини. *Науковий вісник [Одеського національного економічного університету]*. 2016. № 1. С. 16-28.
7. Гороностай П. П., Тітаренко Т. М. Психологія особистості: Словник-довідник. Київ: Рута, 2001. 320 с.
8. Грінцова О. М. Взаємозв'язок темпераменту і характеру як психологічна проблема. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2012. Вип. 38(62). С. 3-10.
9. Огороднійчук З. В., Клименко В. В. Особливості темпераменту

підлітків з легкою розумовою відсталістю. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2014. Вип. 26. С. 357-362.

10. Неведомська Є. О., Михайловська А. П. Про що розповість педагогу конституція тіла студента. *Освітологічний дискурс*. 2014. № 1(5). С. 168-181.

11. Кошечко Н. В. Управління конфліктами в історичному контексті. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014. №1 (22). С. 171-179.

12. Дячук Н. І. Темперамент як психологічний чинник музичного мистецтва. *Науковий вісник Мукачівського державного університету. Педагогіка та психологія*. 2016. Вип. 1(3). С. 211-216.

13. Столяренко О. Б. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 280 с.

14. Павлик Н. В. Психологія гармонізації характеру в юнацькому віці: монографія. Київ: Логос, 2015. 383 с.

15. Перетятко Л. Г., Юдіна Н. О. Аналіз емпатії та темпераменту як компонентів педагогічної діяльності. *Психологія і особистість*. 2017. № 1(11). С. 146-154.

16. Волинка Г. І. Філософія Стародавнього світу. Читанка з історії філософії. Кн. 1. Київ: Довіра, 1992. 179 с.

17. Кант І. Критика практичного розуму. Київ, 1994. 124 с.

18. Поппер К., Лакатос І. Критичний раціоналізм. URL: philosophy-books.info/uchebnikphilosophy/popper.html.

19. Петрушенко, В. Л. Філософія: курс лекцій : навчальний посібник для студентів вищих закладів освіти III–IV рівнів акредитації. 3-є вид., перероб. і доповн. Львів: “Магнолія плюс”; видавець СПД ФО В. М. Піча, 2005. 506 с.

20. Роменець, В. А. Історія психології XIX – поч. XX ст. Київ: Вища школа, 1995. 614 с.

21. Сова, А. В. Основні закони (принципи) правильного мислення: конспект лекції для студентів філософського факультету. Київ: ВПЦ “Київський університет”, 1992. 20 с.

22. Chaffee J. Thinking critically. Boston : Houghton Mifflin Company, 1988. 468 p.
23. Кузьмінський А. І. Словник-довідник педагогічних і психологічних термінів. Черкаси: Видавництво ЧДУ ім. Б. Хмельницького, 2002. 112 с.
24. Гончаренко С. У., Ничкало Н. Г. Професійна освіта: словник: навч. посіб. Київ: Вища школа, 2000. 380 с.
25. Кічук Н. В. Теоретичні основи формування мислення майбутніх фахівців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Педагогічні науки.* 2010. № 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2010_1_10
26. Пометун О., Пилипчатіна Л., Сущенко І., Баранова І. Основи критичного мислення. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010. 74 с.
27. Лякішева А., Вітюк В., Кашуб'як І. Ретроспективний огляд поняття «критичне мислення». *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи. Педагогічні науки.* 2019. Вип. 1. С. 29-37.
28. Оптимістичний реаліст. Оптимісти, песимісти та реалісти: медаль з двома сторонами та рубом. URL: <https://goaravetisyan.ru/uk/optimistichnyi-realist-optimisty-pessimisty-i-realisty-medal-s-dvumya-storonami/>
29. Оптиміст і песиміст: яка точка зору на світ краща? URL: <https://garmonya.in.ua/optymist-i-pesymist-yaka-tochka-zoru-na-svit-krashha/>
30. Калошин В. Ф. Управління думками – ефективний засіб досягнення щастя, здоров'я, успіхів кожною людиною. *Практична психологія та соціальна робота.* 2011. № 5. С. 68-73.
31. Кондратюк С. Позитивне мислення як передумова досягнення успіху в навчальній діяльності. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія.* 2014. Вип. 33. С. 71-82.
32. Уліцька Г. С. Особливості розвитку позитивного мислення старшокласників: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2011. 23 с.
33. Киричук Л. М. Когнітивна структура дискурсу позитивного мислення.

Філологічні студії. 2004. № 4. С. 149-155.

34. Савчин М. В. Загальна психологія : навчальний посібник. Дрогобич: Посвіт, 2009. Ч. II. 320 с.

35. Бужинська С. М., Кондрацька Л. В. Вплив позитивного мислення на збереження психологічного здоров'я майбутніх педагогів. *Збірник наукових праць РДГУ. Психологія: реальність і перспективи*. 2016. Вип. 7. С. 46-49.

36. Бобрицька В. Мислення та здоров'я людини. Роздуми про позитивне, критичне та негативне мислення. *Психолог*. 2004. № 12. С. 11-17.

37. Голобородько Є. Розвиток позитивного мислення вчителів у системі післядипломної освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016, № 6 (60). С. 14-22.

38. Ловка О. В. Вплив індивідуально-психологічних властивостей студентів на спільну діяльність у процесі здійснення навчальних проектів. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. №3 (28). С. 67-81.

39. Неведомська Є. О., Михайловська А. П. Як визначити педагогу психологічний портрет студента? *Освітологічний дискурс*. 2017. № 1(9). С. 158-166.

40. Акімов С. К. Зв'язок властивостей темпераменту та інтернет-адиктивної поведінки студентів. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2012. Вип. 43(2). С. 5-13.

41. Шейко А. О. Субкультура як стиль життя сучасних молодих людей. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2011. Вип. 40. С. 231-241.

42. Фоменко К. І. Атрибутивні особливості самотності особистості. *Психологія і особистість*. 2014. № 2(6). С. 71-88.

43. Підбуцька Н. В. Оптимізм майбутнього інженера як умова його успішного особистісно-професійного розвитку. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 25. С. 379-392.

44. Рядинська Є. М. Особливості оптимізму як стилю позитивного

відношення до життя у осіб різних соціальних груп та віку. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології*. 2011. № 6 (25). С. 228-232.

45. Корж Т. І. Вплив позитивної спрямованості особистості на успішність професійної діяльності. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Психологічні науки*. 2013. Вип. 114. С. 94-97.

46. Баришева О. І. Оптимістичність особистості в контексті розуміння суб'єктивного життєвого простору людини. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2014. Вип. 44(68). С. 113-120.

47. Дучимінська Т., Хлівна О., Магдисюк Л. Реалізація психопрофілактичного та психодіагностичного аспекту клінічної психології у сфері вищої освіти. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 31. С. 81-84.

48. Рикун А. А. Дослідження рівня розвитку особистісних якостей майбутніх психологів. *Вісник післядипломної освіти*. 2013. Вип. 2(40).
[http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/pspo_2013_40\(2\)_32.pdf](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/pspo_2013_40(2)_32.pdf)

49. Сурсаєва І. С. Стан сформованості професійного мислення майбутніх фельдшерів у медичних коледжах. *Наукові записки ДНУ ім. М. Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2016. № 1. С. 230-234.

50. Філоненко М. М. Комплексне дослідження особистісних структур майбутнього лікаря. *Правничий вісник Університету «КРОК»*. 2014. Вип. 19. С. 144-149.

51. Зуєва О. Визначення кількісних характеристик і норм-компонент у процесі розвитку професійного мислення в майбутніх фахівців-інженерів аграрної галузі. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. Володимира Гнатюка. Педагогіка*. 2009. № 3. С. 95-103.

52. Поліванова О. Є., Гуляєва О. В. До проблеми визначення психологічного змісту поняття «психологічного благополуччя». *Вісник Харківського національного університету. Психологія*. 2015. №1150. С. 34-39.

ТАС – ТЕСТ АТРИБУТИВНЫХ СТИЛЕЙ. Л.М. РУДИНА**Шкалы:** оптимизм-пессимизм**НАЗНАЧЕНИЕ ТЕСТА**

Диагностика выраженности оптимизма-пессимизма

Инструкция к тесту

На отдельном листе выпишите номера пунктов от 1 до 48. Выберите в каждом пункте тот ответ, который кажется Вам наиболее подходящим, и запишите цифру, стоящую справа от выбранного ответа. Не обращайте внимания на буквенные коды. Время ответов не ограничивается. Среди ответов нет правильных или неправильных.

ТЕСТ

1. Проект, за который Вы отвечали, оказался весьма успешным.
 - А. Я обеспечил(а) успех проекта грамотной организацией работы. 1
 - В. Успех был обеспечен усилиями всего коллектива. 0
2. Вы и Ваш(а) супруг(а), (друг, подруга) миритесь после ссоры.
 - А. Сегодня я быстро уладил(а) все разногласия. 0
 - В. Обычно я легко улаживаю конфликты. 1
3. Вы заблудились, когда ехали к дому приятеля.
 - А. Я неточно записал(а) адрес. 1
 - В. Приятель неправильно объяснил дорогу. 0
4. Вы прекрасно провели время в туристической поездке.
 - А. Мне повезло с погодой. 0
 - В. Я удачно выбрал(а) время и маршрут. 1
5. После переполненного событиями дня Вам никак не удается уснуть.
 - А. Мне бывает нелегко уснуть после сильных волнений. 1
 - В. Я чересчур возбужден(а) сейчас, чтобы легко заснуть. 0
6. На улице Вас догоняет человек, возвращая оброненный Вами кошелек с крупной суммой денег.
 - А. Мне встретился порядочный человек. 0
 - В. Это естественный поступок для большинства людей. 1
7. Результаты психологического тестирования говорят, что у Вас отличные нервы.
 - А. Я удачно ответил(а) на вопросы теста. 0
 - В. Я действительно спокойный, уверенный в себе человек. 1
8. Вы не прошли собеседование при приеме на работу и очень расстроились
 - А. Я трудно переживаю неудачи. 1
 - В. Эта неудача была особенно болезненной. 0
9. На людном перекрестке Вы столкнулись с другим пешеходом.
 - А. Я смотрел(а) в сторону. 1
 - В. Куда он смотрел! 0
10. На Вас смотрят с восхищением.
 - А. Я обаятелен (обаятельна). На меня часто обращают внимание. 1
 - В. Сегодня я в прекрасной форме. 0
11. В гостях в малознакомой компании Вы слышите массу комплиментов в свой адрес.
 - А. Какие приятные люди здесь собрались! 0
 - В. Что ж, я – личность незаурядная! 1
12. В этом году Ваше здоровье было особенно хорошим.
 - А. Обстоятельства позволили мне достаточно отдохнуть и нормально

питаться. 0

В. Я организовал(а) свой режим так, чтобы мой образ жизни был здоровым. 1

13. Вы обидели собеседника резким замечанием.

А. Нередко, я говорю, не подумав. 1

В. Я высказался (высказалась), необдуманно. 0

14. Вы блестяще сдали серьезный экзамен.

А. Я уделил(а) много времени подготовке. 0

В. Я всегда упорно работаю для достижения своей цели. 1

15. Вы оказались «юбилейным» покупателем магазина и получили ценный подарок.

А. Как вовремя я оказался (оказалась) в этом магазине. 0

В. Удачные совпадения случаются в моей жизни нередко. 1

16. Фирма, на которой Вы работаете, видимо, закроется, но Вы откладываете поиск новой работы.

А. Страшновато менять работу. 0

В. Меня пугают серьезные перемены в жизни. 1

17. Пожилая тетушка одолевает Вас бесконечными просьбами.

А. Мне сложно отказывать людям в помощи, даже если моей добротой злоупотребляют. 1

В. Я не могу отказать больной родственнице. 0

18. Вас напугала сцена дорожной аварии.

А. Я очень впечатлительный человек. 1

В. Я был(а) напуган(а) внезапностью происшедшего. 0

19. Вы купили своему супругу (супруге, другу) подарок, а он ему (ей) не понравился.

А. Я недостаточно продумал(а) покупку. 1

В. Уж очень он(а) привередничает. 0

20. Коллега снова надоедает Вам жалобами, отвлекая от работы.

А. Он постоянно чем-то недоволен. 1

В. Сегодня он совершенно невыносим. 0

21. В ожидании очень важной встречи Вы буквально не находите себе места.

А. Я, как правило, волнуюсь в подобных ситуациях. 1

В. Сегодня – особая ситуация. 0

22. Вас обманули.

А. Я чересчур доверчив(а). 1

В. Напрасно я поверил(а) этому человеку. 0

23. Во время коллективной игры ведущий выбрал Вас.

А. Я сидел(а) на видном месте. 0

В. Я был(а) активнее других. 1

24. Вы спасли человека, который мог попасть под машину.

А. Я быстро среагировал(а) на опасность. 0

В. Обычно, я быстро действую в экстремальных случаях. 1

25. Вы стоите у края тротуара. Проезжающая машина обдаёт Вас грязью.

А. Как неудачно я остановился (остановилась). 1

В. Водитель сделал это нарочно! 0

26. Вы успешно выступили перед незнакомой аудиторией.

А. Во время выступления я чувствовал(а) себя уверенно. 0

В. Как правило, я уверенно чувствую себя, общаясь с людьми. 1

27. Вы развеселили друзей забавным рассказом.

А. История была необыкновенно смешной. 0

В. У меня отличное чувство юмора. 1

28. Изменения, которые Вы внесли в интерьер квартиры, вызывают восхищение у всех знакомых.

А. Я удачно подобрал(а) предметы обстановки. 0

- В. У меня отличный вкус. 1
29. Малоизвестный человек попросил у Вас денег в долг. Вы отказали, но чувствуете себя неловко.
А. Мне всегда сложно говорить: «Нет». 1
В. Мне было сложно занять жесткую позицию. 0
30. Вы разбили любимую вазу тещи (свекрови, тети).
А. Возмутительная неловкость с моей стороны! 1
В. Этот шаткий столик в узком проходе – худшее место для вазы. 0
31. Вы победили в престижном профессиональном конкурсе.
А. Я был(а) отлично подготовлен(а) в этот раз. 0
В. Я умею побеждать. 1
32. Вы хотели бы сменить профессию, но не делаете этого, так как Ваши близкие настроены критично.
А. Мнение близких людей вообще много значит для меня. 1
В. В этом случае я обязан(а) прислушаться к их мнению. 0
33. Ваша подруга говорит что-то, оскорбляющее Ваши чувства.
А. Она постоянно болтает, не задумываясь о других. 1
В. Она выместила на мне свое плохое настроение. 0
34. Ваш руководитель обратился к Вам за советом.
А. В этом вопросе я действительно разбираюсь. 0
В. Я могу давать дельные советы. 1
35. Друг благодарит Вас за помощь в трудную минуту.
А. Мне было приятно помочь хорошему человеку. 0
В. Я помогаю любому, если это в моих силах. 1
36. У вас прекрасные отношения с соседями.
А. Мне повезло с соседями. 0
В. Это моя заслуга. 1
37. Фирма, куда Вы давно стремились попасть, приглашает Вас на работу.
А. Они поняли, какой я ценный работник. 1
В. Они нуждаются в новых сотрудниках. 0
38. Ваш бутерброд упал маслом вверх.
А. Редкое везение. 0
В. Мне часто везет. 1
39. Вы проснулись от боли в желудке.
А. Зачем я так плотно поужинал(а)?! 1
В. Зачем они (родные) уговаривали: «поешь как следует»? 0
40. В сложной ситуации Вы поступили наилучшим образом.
А. Я принял(а) верное решение. 0
В. Как обычно, я принял(а) верное решение. 1
41. Вы много ссоритесь в последнее время с любимым человеком.
А. Я стал(а) раздражаться по пустякам. 1
В. Его (ее) раздражает любая мелочь. 0
42. Медлительный покупатель, стоящий перед Вами у кассы супермаркета, вызвал Ваше раздражение.
А. Глупые задержки всегда раздражают меня. 1
В. Я спешу сейчас, поэтому и нервничаю. 0
43. Вы хорошо проявили себя в новой сфере деятельности.
А. Здесь я оказался (оказалась) на высоте. 0
В. У меня много самых разнообразных способностей. 1
44. Вы сделали ненужную покупку, поддавшись уговорам продавца.
А. Я теряюсь, если на меня «давят». 1
В. Я не устоял(а): у этого продавца просто бульдожья хватка. 0

45. Вы долго выбирали лотерейный билет из множества разложенных на прилавке. Он оказался выигрышным.

А. Чистая случайность. 0

В. Я доверял(а) своей интуиции, выбирая билет. 1

46. Вы решили не брать зонт, и попали под дождь.

А. Редкое невезение. 0

В. Типичная ситуация. 1

47. Вы не можете разобраться в инструкции к бытовому прибору.

А. Я что-то пропустил(а) в описании. 1

В. Какой болван писал эту инструкцию! 0

48. Любимый человек обвинил Вас в эгоизме. Вы очень расстроились.

А. Я ранимый человек, меня вообще легко обидеть. 1

В. Меня обидели несправедливые слова. 0

Дополнительный тест

Ниже представлены еще шесть ситуаций. Выберите и отметьте (для каждого случая) тот вариант ответа, который считаете наиболее подходящим.

I. В супермаркете вы «въехали» тележкой в полку с товаром.

1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...

2. Они бы еще меньше делали проходы!

3. Какой день сегодня нескладный.

4. Вечно так со мной...

5. Я не очень хороший «водитель тележки».

6. И вот так во всем.

II. Вы поскользнулись на мокром асфальте и упали.

1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...

2. А за что дворник получает деньги!

3. Что сегодня со мной творится?

4. Вечно так со мной...

5. Да, с равновесием у меня проблемы.

6. И вот так во всем.

III. Вы приезжаете на важную встречу и вдруг понимаете, что папку с необходимыми документами оставили дома.

1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...

2. Это все жена (муж, дети, сосед) – заморочили мне голову в ответственный момент...

3. Что за ужасный день!

4. Вечно так со мной...

5. Да, похоже, эту встречу я сорвал...

6. И вот так во всем.

IV. Вы забыли поздравить близкого человека с днем рождения, и он обиделся.

1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...

2. Это все сотрудники (тетя, дядя, сосед) – заморочили мне голову.

3. Что сегодня со мной творится?

4. Постоянно что-то забываю.

5. У меня проблема с запоминанием дат.

6. Сплошные проблемы в жизни.

V. Вы приобрели в магазине товар, решили вернуть его через пару дней, и не можете найти чек.

1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...

2. Это все жена (муж, родственники) – заморочили мне голову.

3. Редкая неприятность.
 4. Постоянно со мной происходят какие-то неприятности...
 5. Да, эти деньги мне не вернуть.
 6. Сплошные проблемы в жизни.
- VI. Торопясь войти в лифт, Вы наступили на соседкиного пуделя. Пудель визжит, соседка рычит.
1. Ну почему я так невнимателен (так невнимательна)...
 2. Держала бы свою псину на руках, а то развели собак...
 3. Что сегодня со мной творится?
 4. Постоянно со мной происходят какие-то неприятности...
 5. Ну вот, будет проблема с соседкой.
 6. Сплошные проблемы в жизни.

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Ключ к подсчету (для основного теста)

1. Вн (время неудач) – вопросы №№ 5, 13, 20, 21, 29, 33, 42, 46 – проверяют, сколь постоянными Вы считаете причины своих неприятностей.
 - 0 – 1 Вы весьма оптимистичны
 - 2 – 3 умеренно оптимистичны
 - 4 слабый пессимизм
 - 5 – 6 весьма пессимистичны
 - 7 – 8 глубокий пессимизм.
2. Ву (время успеха) – вопросы №№ 2, 10, 14, 15, 24, 26, 38, 40 – определяют постоянство в объяснении хороших событий.
 - 7 – 8 Вы очень оптимистично настроены
 - 6 умеренно оптимистичная оценка
 - 4 – 5 промежуточный показатель
 - 3 умеренный пессимизм
 - 0 – 2 весьма пессимистично.
3. Шн (широта неудачи) – вопросы №№ 8, 16, 17, 18, 22, 32, 44, 48 – «пространственный пессимизм» - объяснение неудачи конкретными причинами или распространение беспомощности на многие сферы деятельности.
 - 0 – 1 очень оптимистично
 - 2 – 3 умеренно оптимистично
 - 4 средний показатель
 - 5 – 6 умеренно пессимистично
 - 7 – 8 весьма пессимистично.
4. Шу (широта удачи) – вопросы №№ 6, 7, 28, 31, 34, 35, 37, 43 – оценка оптимизма с позиции широты для хороших событий.
 - 7 – 8 весьма оптимистично
 - 6 умеренно оптимистично
 - 4 – 5 промежуточный показатель
 - 3 умеренный пессимизм
 - 0 – 2 весьма пессимистично
5. Ян (Я – неудача) – вопросы №№ 3, 9, 19, 25, 30, 39, 41, 47 – оценка персонализации в плохих условиях (признание собственной вины в неудачах)
 - 0 – 1 очень оптимистично
 - 2 – 3 умеренный оптимизм
 - 4 средний показатель
 - 5 – 6 умеренно пессимистично

7 – 8 очень пессимистично

6. Яу (Я – успешность) – вопросы №№ 1, 4, 11, 12, 23, 27, 36, 45 – персонализация в хороших условиях (констатация своих заслуг)

0 – 2 очень пессимистичная оценка

3 умеренно пессимистичная

4 – 5 промежуточная оценка

6 умеренно оптимистичная оценка

7 – 8 очень оптимистичная оценка.

Итог:

Н = **Вн** (п. 1) + **Шн** (п. 3) + **Ян** (п. 6) – итог по неблагоприятным событиям

У = **Ву** (п.2) + **Шу** (п.4) + **Яу** (п. 6) – итог по благоприятным событиям

Σ = (**У** – **Н**) – окончательный итог

Если сумма **Н** лежит в пределах:

3 – 5 Вы исключительно оптимистичны

6 – 8 Вы умеренно оптимистичны

9 – 11 промежуточное значение

12 – 14 умеренный пессимизм

Любое значение, превышающее 14, требует обязательной коррекции.

Если сумма **У** больше или равна 19 – Вы относитесь к хорошим событиям весьма оптимистично;

17 – 19 Ваше мышление умеренно оптимистично

14 – 16 промежуточное значение

11 – 13 вполне пессимистично

менее 10 глубокий пессимизм.

Если Σ = (**У** – **Н**) больше 8, Вы весьма оптимистичны в широком диапазоне условий;

6– 8 Вы умеренно оптимистичны

3 – 5 промежуточное значение

0 – 2 умеренный пессимизм.

Меньше 0 Вы весьма пессимистичны.

Додаток Б

Методика «Тип мислення»

(Г. В. Резапкіна)

мета: Визначення переважаючого типу мислення.

Інструкція. Вам пропонується 40 тверджень. Пам'ятайте, що в цьому тесті «поганих» і «хороших» відповідей немає. Кращий той варіант, який першим прийшов вам в голову. Якщо ви згодні з твердженням, поставте поруч з його номером знак «+» («так»), якщо не згодні - знак «-» («ні»).

1. Мені легше що-небудь зробити самому, ніж пояснити іншому.

2. Мені цікаво складати комп'ютерні програми.

3. Я люблю читати книги.
4. Мені подобається живопис, скульптура, архітектура.
5. Навіть в налагодженому справі я намагаюся щось поліпшити.
6. Я краще розумію, якщо мені пояснюють на предметах або малюнках.
7. Я люблю грати в шахи.
8. Я легко висловлюю свої думки як в усній, так і в письмовій формі.
9. Коли я читаю книгу, я чітко бачу її героїв і описувані події.
10. Я віддаю перевагу самостійно планувати свою роботу.
11. Мені подобається все робити своїми руками.
12. У дитинстві я створював (а) свій шифр для листування з друзями.
13. Я надаю великого значення сказаного слова.
14. Знайомі мелодії викликають у мене в голові певні картини.
15. Різноманітні захоплення роблять життя людини багатшим і яскравішим.
16. При вирішенні завдання мені легше йти методом проб і помилок.
17. Мені цікаво розбиратися в природі фізичних явищ.
18. Мені цікава робота ведучого теле-радіопрограм, журналіста.
19. Мені легко уявити предмет або тварина, яких немає в природі.
20. Мені більше подобається процес діяльності, ніж сам результат.
21. Мені подобалося в дитинстві збирати конструктор з деталей, лего.
22. Я віддаю перевагу точні науки (математику, фізику).
23. Мене захоплює точність і глибина деяких віршів.
24. Знайомий запах викликає в моїй пам'яті минулі події.
25. Я не хотів (ла) би підкоряти своє життя певній системі.
26. Коли я чую музику, мені хочеться танцювати.
27. Я розумію красу математичних формул.
28. Мені легко говорити перед будь-якою аудиторією.

29. Я люблю відвідувати виставки, спектаклі, концерти.
30. Я сумніваюся навіть в тому, що для інших очевидно.
31. Я люблю займатися рукоділлям, щось майструвати.
32. Мені цікаво було б розшифрувати древні тайнопису.
33. Я легко засвоюю граматичні конструкції мови.
34. Я згоден з Ф. М. Достоєвським, що краса врятує світ.
35. Не люблю ходити одним і тим же шляхом.
36. Істинно тільки те, що можна помацати руками.
37. Я легко запам'ятовую формули, символи, умовні позначення.
38. Друзі люблять слухати, коли я їм щось розповідаю.
39. Я легко можу уявити в образах зміст оповідання або фільму.
40. Я не можу заспокоїтися, поки не доведу свою роботу до досконалості.

Обробка результатів. Підрахуйте кількість балів по кожній з шкал (кількість балів за шкалою дорівнює кількості плюсів по ній):

1. **Предметно-дієве:** 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36;
2. **Абстрактно-символічне:** 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37;
3. **Словесно-логічне:** 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38;
4. **Наочно-образне:** 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39;
5. **Креативність (творчий):** 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40.

Кількість балів за шкалою вказує на рівень розвитку даного типу мислення: **0-2 балів** - Низький; **3-5 балів** - Середній; **6-8 балів** - Високий.

Тип мислення - Це індивідуальний спосіб перетворення інформації. Знаючи свій тип мислення, можна прогнозувати свою успішність в конкретних видах професійної діяльності. Незалежно від типу мислення людина характеризується певним рівнем креативності (творчих здібностей). Профіль мислення, що відображає переважаючі способи переробки інформації і рівень креативності, є найважливішою індивідуальною характеристикою людини, що визначає його стиль діяльності, схильності, інтереси і професійну спрямованість.

Предметно-дієве мислення властиво людям справи. Вони засвоюють інформацію через руки. Зазвичай вони мають гарну координацією рухів. Їх руками створений весь навколишній нас предметний світ. Вони водять машини, стоять біля верстатів, збирають

комп'ютери. Без них неможливо реалізувати найблисучішу ідею. Цим мислення важливо для спортсменів, танцюристів, артистів.

Абстрактно-символічним мисленням володіють багато вчених - фізики-теоретики, математики, економісти, програмісти, аналітики. Вони можуть засвоювати інформацію за допомогою математичних кодів, формул і операцій, які не можна ні помацати, ні уявити. Завдяки особливостям такого мислення на основі гіпотез зроблено багато відкриттів у всіх областях науки.

Словесно-логічне мислення відрізняє людей з яскраво вираженим вербальним інтелектом (від лат. *verbalis* - Словесний). Завдяки розвиненому словесно-логічному мисленню вчених, викладач, перекладач, письменник, філолог, журналіст можуть сформулювати свої думки і донести їх до людей. Це вміння необхідно керівникам, політикам і громадським діячам.

Наочно-образним мисленням володіють люди з художнім складом розуму, які можуть представити і те, що було, і те, що буде, і те, чого ніколи не було і не буде - художники, поети, письменники, режисери. Архітектор, конструктор, дизайнер, художник, режисер повинні володіти розвиненим наочно-образним мисленням.

креативність - Це здатність мислити творчо, знаходити нестандартні рішення задач. Це рідкісне і нічим не замінні якість, що відрізняє людей, талановитих в будь-якій сфері діяльності.

У чистому вигляді ці типи мислення зустрічаються рідко. Для багатьох професій необхідне поєднання різних типів мислення, наприклад, для психолога. Таке мислення називають синтетичним.

Зіставте свій провідний тип мислення з вибраним видом діяльності або профілем навчання. Яскраво виражений тип мислення дає деякі переваги в освоєнні відповідних видів діяльності. Але найважливіше ваші здібності і інтерес до майбутньої професії.

Додаток В

«Особистісний опитувальник Айзенка» (Eysenck Personality Inventory, або EPI)

Визначення типу темпераменту.

Інструкція випробуваному. Вам пропонується ряд запитань про особливості поведінки людини. Якщо Ви відповідаєте на запитання ствердно (згоден), то поставте у відповідній клітинці бланку відповідей знак „+”. Якщо Ваша відповідь негативна, то знак „-”. Відповідайте швидко на всі запитання, не пропускайте жодного.

1. Вам подобається гамір, жвавість, енергійність у Вашому оточенні?
2. Вам потрібні друзі, які змогли б підтримати Вас?
3. Ви завжди швидко відповідаєте, коли Вас запитують?

4. Буває так, що Ви роздратовані чимось?
5. У Вас часто змінюється настрій?
6. Це правда, що Вам легко і приємніше із книжками, ніж із людьми?
7. У Вас буває таке, що різні думки заважають заснути?
8. Ви завжди робите так, як Вам говорять?
9. Вам подобається, коли хтось ніяковіє від Ваших гострих слів у його адресу?
10. Ви коли-небудь відчували себе нещасливими, хоча для цього не було причини?
11. Ви хочете сказати про себе, що Ви весела, жвава людина?
12. Ви порушували встановлені правила поведінки?
13. Це правда, що ви буваєте часто роздратовані?
14. Вам подобається все робити швидко?
15. Ви дуже переживаєте про неприємні події, які ледве не сталися з Вами, хоча все скінчилось добре?
16. Вам можна довірити таємницю?
17. Ви можете без зайвих зусиль внести позитив в невеселе товариство?
18. У Вас бувають випадки, коли Ваше серце б'ється дуже швидко?
19. У більшості випадків Ви робите перший крок, щоб потоваришувати з ким-небудь?
20. Ви говорили коли-небудь неправду?
21. Ви дуже переживаєте, коли Вас критикують?
22. У Вас гарне почуття гумору і Ви часто розповідаєте веселі історії своїм друзям?
23. Ви часто почуваете себе стомленим?
24. Ви завжди спочатку виконуєте тяжче завдання, а потім інші?
25. У більшості випадків Ви веселі й задоволені всім?
26. Вас легко образити?
27. Вам подобається спілкуватися з людьми?
28. Ви завжди допомагаєте іншим, коли Вас просять про це?
29. У Вас бувають запаморочення голови?
30. Бувають випадки, коли Ваші дії ставлять у незручне становище інших?
31. Ви часто відчуваєте, що Вам все набридло?
32. Вам подобається дещо скрашувати свої досягнення?
33. Ви в більшості випадків мовчите, коли знаходитесь в товаристві незнайомих людей?
34. Ви іноді хвилюєтесь так, що не можете всидіти на місці?
35. Ви швидко приймаєте рішення?
36. Ви завжди розмовляєте голосно?
37. Ви часто бачите страшні сни?
38. Ви можете дати волю почуттям, відпочити і повеселитися в товаристві?
39. Вас легко вразити?
40. Вам траплялось говорити про когось погано?
41. Це правда, що ви здебільшого говорите й дієте швидко, не затримуючись довго над обдумуванням.
42. Якщо Ви потрапили в незручне становище, Ви легко це переносите?
43. Вам подобаються веселі ігри?
44. Ви завжди їсте те, що Вам подають?
45. Вам важко відповісти „ні”, коли у Вас щось прохають?
46. Вам подобається ходити в гості?
47. У Вас бувають такі хвилини, коли Вам не хочеться жити?
48. Про Вас можна сказати, що Ви грубіян?
49. Товариші вважають, що Ви весела й жвава людина?
50. Вам важко зосередитись на чомусь одному?
51. Ви здебільшого сидите і дивитесь, ніж приймаєте участь у чомусь?
52. Вам буває важко через різні думки?
53. Ви завжди впевнені в тому, що зможете виконати те завдання, яке стоїть перед Вами?

54. У Вас трапляються випадки, коли Ви почуваете себе самотійним?
 55. Вам тяжко заговорити першими з незнайомою людиною?
 56. У Вас бувають випадки, коли Ви думаєте, що те, що зробили, можна було б зробити по іншому?
 57. Коли на Вас хтось підвищує голос, Ваша реакція така ж?
 58. Трапляється так, що Ви почуваете себе веселим або невеселим без будь-якої причини?
 59. Ви вважаєте, що рідко можна отримати задоволення від веселого товариства?
 60. Ви часто хвилюєтесь через те, що зробили щось не обміркувавши?

Дешифратор до бланку відповідей

1. Екстраверсія /Е/.

„Так” - 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43, 46, 49, 53, 57

„Ні” - 6, 33, 51, 55, 59.

2. Нейротизм /Н/.

„Ні” - 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

3. Правдивість.

„Так” - 8, 16, 24, 28, 36, 44.

„Ні” - 4, 12, 20, 32, 40, 48.

Якщо загальна сума співпадань у першій шкалі перевищує 12, то це виражений екстраверт, якщо менше - інтроверт.

Інтроверсія		Екстраверсія	
Значна	Помірна	Значна	Помірна
1-7	8-11	12-18	19- 24

Підрахувавши кількість співпадань, визначасмо рівень нейротизму. Якщо їх більше 14, то можна вважати, що особа емоційно нестійка.

Емоційна стабільність		Емоційна нестабільність	
Висока	Середня	Висока	Середня
1 - 10	11 - 14	15- 18	19- 24

3. Підрахувавши кількість співпадань за шкалою „правдивість” визначасмо рівень щирості відповідей. Якщо загальна сума перевищує 4-5 співпадань, то це свідчить про нещирість у відповідях. Тому достовірність отриманих результатів потрібно поставити під сумнів.

Інтерпретація результатів

Користуючись цією методикою, можна визначити тип темпераменту і яскраво виражені риси характеру.

Холерик - екстраверт, емоційно нестійкий.

Сангвінік - екстраверт, емоційно стабільний.

Меланхолік - інтроверт, емоційно нестійкий.

Флегматик - інтроверт, емоційно стійкий.

Як правило, типи темпераменту не зустрічаються в житті в чистому вигляді і можна говорити тільки про перевагу тих чи інших рис.

Сангвінік швидко пристосовується до нових умов, швидко знаходить спільну розмову з людьми, комунікативний. Почуття швидко виникають і зникають. У людини цього типу

яскрава міміка. Відсутність чіткої мети, не включеність сангвініка у творчу діяльність поступово формується в поверховість і нестабільність.

Дії *холерика* поривчасті. Він відрізняється підвищеною збудженістю та великою емоційністю. Прояв цього типу темпераменту в значній мірі залежить від спрямованості особистості. У людей із громадськими інтересами він фокусується в ініціативності, енергійності, принциповості. Там, де немає багатства духовного життя, холеричний темперамент проявляється негативно (роздратованість, афективність).

У *флегматика* нові форми поведінки виробляються повільно, але вони стійкі. Здебільшого флегматик спокійний, рівномірний, рідко виходить із себе, не схильний до афектів. Залежно від умов середовища життєдіяльності в нього можуть сформуватися позитивні риси (витримка, глибина думки і т. ін.) або ж яскраві негативні риси характеру (в'ялість, лінь, нестійкість, низькі вольові якості).

Реакція *меланхоліка* здебільшого відповідає силі подразника. Особливо потужне в людини цього типу темпераменту зовнішнє гальмування. Йому тяжко на чомусь зосередитись. Сильні подразники здебільшого викликають довготривалу реакцію гальмування. У стійких та стабільних умовах життя меланхолік характеризується змістовністю й глибиною думок. У негативних зовнішніх умовах меланхолік може стати замкнутим, боягузливим, неспокійним.

Екстраверт, згідно вчення Айзенка, комунікабельний, йому подобаються веселі й гарні товариства, він має багато друзів. Проте імпульсивний і діє під впливом конкретної ситуації. Екстраверту подобається висловлювати гострі репліки. Йому до вподоби переміни. Він добродушний і веселий оптиміст, любить сміятися, віддає перевагу руху і дії, має тенденцію до агресивності, запальний, його емоції і почуття контролюються мало, на нього не завжди можна покластися.

На протилежному полюсі до екстраверта знаходиться інтроверт. Це спокійна, стримана, скромна і інтроспективна людина. Віддає перевагу книзі порівняно спілкуванню. Тримає дистанцію з усіма, крім близьких людей. Наперед планує свої дії, не довіряє мимовільним потягам, серйозно відноситься до прийнятого рішення, любить у всьому порядок. Контролює свої почуття, рідко робить агресивні поступки, не виходить із себе. На інтроверта можна покластися. Він дещо песимістичний, проте високо цінує етичні норми.

Фактор нейротизму свідчить, згідно позиції Айзенка, про емоційно-психологічну стійкість або нестійкість, стабільність, або нестабільність, і розглядається в зв'язку із природженою стабільністю вегетативної нервової системи. Фактор нейротизму являє собою параметр, у відповідності з яким усіх осіб можна розмістити в один ряд, у якому на одному полюсі знаходяться особистості з високою стабільністю, зрілістю і хорошою активністю, а з іншого - надмірно нервозні, нестійкі і погано адаптовані. Усі інші розташовані в інтервалі між ними.

