

Темперамент: ключ к пониманию поведения

Понимание того, какое влияние оказывает темперамент на поведение ребенка, имеет критически важное значение для обеспечения подходящего ухода за ребенком и формирования близких, заботливых отношений ребенка к членам семьи



Темперамент

- Все без исключения исследователи, изучающие темперамент, признают формально-динамический или, в другой терминологии, стилевой характер его свойств.
- Свойства темперамента считаются устойчивыми, обнаруживаются с самого раннего детства и представляют собой типичные для человека стилевые особенности поведения.
- Ряд авторов считает эти свойства биологически обусловленными (связанными со свойствами нервной системы, коррелирующими с генетически обусловленными свойствами или же непосредственно наследственно обусловленными).
- Наборы свойств, которые анализируются разными авторами, до некоторой степени различаются.
- Но, в целом, большинство соглашается с тем, что свойства темперамента обнаруживают себя в скорости и интенсивности реакций, проявляющихся в самых разных сферах - в психомоторике, в динамике эмоциональных реакций, в общении и в познавательной деятельности.

Типы темперамента

- Разработано очень много схем для классификации типов темперамента, однако, общего консенсуса в академических кругах по поводу типов темперамента нет.
- В настоящее время не существует единого представления о сущности темперамента, что по-видимому, является причиной отсутствия единого подхода к его определению, и отсутствия единого перечня характеристик для него.
- Темперамент определяется через конкретные поведенческие профили, как правило, ученые сосредотачиваются на тех, которые легко измеримы и просто проверяемы в раннем детстве.

Ранние исследования

(Стелла Чесс и Александр Томас)



**New York Longitudinal Study
by Stella Chess & Alexander Thomas
Stella Chess, M.D., *Temperaments of
Infants and Toddlers, A Guide to
Social-Emotional Growth and
Socialization, 1990***

В начале 50-х г. г. под руководством А. Томаса и С. Чесс (Медицинский центр Нью-Йорского университета) было начато исследование темперамента (с периода младенчества до взрослости), которое продолжалось более 30 лет. Стелла Чесс и Александр Томас обобщили результаты своих исследований в своем классическом труде “Темперамент и нарушения поведения у детей”.

Лонгитюдные исследования темперамента, проводившиеся под руководством А. Томаса и С. Чесс

В ходе исследования были сформулированы следующие цели:

- 1) оценить стабильность свойств темперамента по мере индивидуального развития;
- 2) рассмотреть, как обнаруженные в раннем детстве черты темперамента проявляются в личностных особенностях ребенка и взрослого;
- 3) выявить связь темперамента с адаптацией человека к социальным условиям в детстве и на стадиях взрослости.

В результате проведения эмпирического исследования было выделено 9 черт темперамента*

- **1. Уровень активности**
- 2. Ритмичность
- **3. Приближение/удаление**
- 4. Качество настроения
- 5. Интенсивность реакций
- **6. Порог реактивности**
 - 7. Адаптивность
 - 8. Отвлекаемость
 - 9. Внимание - настойчивость

* (Наиболее стабильные в возрастном аспекте черты темперамента выделены жирным шрифтом)

Основные особенности темперамента, выделенные в исследованиях А.Томаса и С. Чесс

- 1. Активность** - уровень двигательной активности и соотношение двигательной активности и пассивности.
- 2. Ритмичность** - предсказуемость времени появления поведенческих реакций, связанных с биологическими потребностями (легко ли ребенок засыпает, принимает пищу и т.д. в одно и то же время).
- 3. Приближение/удаление** - непосредственная реакция на новые стимулы (приближение связано с проявлением положительных эмоций, а удаление - с проявлением отрицательных эмоций).
- 4. Адаптивность** - легкость привыкания к новым условиям.*

* - продолжение на следующем слайде

Основные особенности темперамента, выделенные в исследованиях А.Томаса и С. Чесс

- 5. Порог реактивности** - уровень и интенсивность воздействия, необходимые для появления реакции (например, насколько должно быть шумно, чтобы ребенок устал).
- 6. Качество настроения** - соотношение радостного состояния и состояния неудовлетворенности.
- 7. Отвлекаемость** - эффективность действия новых стимулов в целях изменения поведения (например, легко ли ребенка успокоить, если он плачет).
- 8. Интенсивность реакций** - энергетический уровень реакции независимо от ее качества и направленности.
- 9. Объем внимания – настойчивость** насколько долго ребенок может заниматься одним и тем же делом и склонен ли продолжать деятельность, если возникают трудности.

Сходство по чертам темперамента между близнецами в парах монозиготных и дизиготных близнецов (данные А. Торнгенсона, 1982 г.)

Черты темперамента	МЗ r	ДЗ r
Активность	0,93	0,14
Ритмичность	0,81	0,47
Приближение - удаление	0,94	0,45
Адаптивность	0,81	0,68
Интенсивность реакций	0,95	0,54
Порог реактивности	0,85	0,25
Настроение	0,37	-0,06
Внимание - настойчивость	0,73	-0,27

Установлено, что с возрастом сходство МЗ пар увеличивается

Анализируя отдельные клинические случаи, А. Томас и С. Чесс пришли к выводу, что различные свойства темперамента имеют тенденцию образовывать синдромы свойств. Всего было выделено три синдрома свойств:

Легкий темперамент характеризуется ритмичностью в возникновении биологических потребностей, положительной реакцией на новые стимулы (приближением), быстрой адаптацией к изменениям, преобладанием положительных эмоций и невысокой интенсивностью их выражения. Дети быстро привыкают ко времени кормления и сна, не боятся чужих людей. Взрослые общительны, легко привыкают к новой работе.

Трудный темперамент характеризуется неритмичностью в возникновении биологических потребностей, отрицательной реакцией на новую ситуацию, длительной адаптацией к изменениям, преобладанием отрицательных эмоций с повышенной интенсивностью.

Темперамент с длительным привыканием характеризуется медленной адаптацией и отрицательной, но слабой по интенсивности реакцией на новые ситуации. Людям с таким типом темперамента не нравится непривычная пища, новые люди, но их отрицательная реакция имеет слабое внешнее выражение и постепенно меняется на положительную.

Свойства и три синдрома свойств оказались стабильными. Из этого положения можно было бы сделать вывод о хронической неадаптивности ребенка с трудным темпераментом. Однако это не совсем так.

Темперамент сам по себе не имеет патологической основы. Важна совокупность факторов индивидуальных особенностей организма и окружающей его среды (в нашем случае родители и их поведение, реакции на поведение ребенка тоже являются факторами среды), которая может быть описана с помощью понятия соответствия:

1. **Хорошее соответствие:** возникает, когда требования и ожидания окружения согласуются с возможностями и особенностями ребенка. Психическое развитие и деятельность ребенка скорее всего будут здоровыми.
2. **Плохое соответствие:** возникает, когда ребенок не обладает способностями и свойствами, необходимыми для того, чтобы справиться с требованиями и ожиданиями, которые ему предъявляют окружающие. В таких случаях может наступить чрезмерный стресс и вероятность развития поведенческих отклонений значительно возрастает.

Оказалось, что если родители учитывают индивидуальные особенности своего «трудного» ребенка, специально готовят его к сложным ситуациям, им удастся помочь ему справиться с проблемами и избежать неудач. Поэтому так важно для родителей понимать, что трудное поведение ребенка – не их вина и не вызвано его вредными привычками. Скорее всего, причина в том, что они ожидают и требуют от ребенка таких реакций и такого поведения, на которые он просто не способен.

Темперамент ребенка изучался также и другими известными исследователями

Например, А. Басс и Р. Пломиним считают, что для того, чтобы конкретная черта могла считаться свойством темперамента, а не просто временной особенностью, она должна отвечать еще нескольким критериям.

Самое главное у них, это наследственная обусловленность в характерных чертах темперамента ребенка. Свойства темперамента, должны быть и относительно стабильными, сохраняться на протяжении всей жизни (если они есть в детстве, соответствующие особенности темперамента будут проявляться и во взрослом возрасте), также они должны иметь адаптивное значение в эволюционном смысле, т.е. способствовать биологическому приспособлению и обнаруживаться и у животных.

Согласно представлениям Р. Пломину и Д. Роу в число важных характеристик детского темперамента должны быть включены: **социабельность, эмоциональность, активность** .

Эмоциональность, это то с какой легкостью и с какой силой возникает реакции на аффекты, оценивается интенсивность этой реакции. В основном оцениваются негативные эмоции: эмоции страхи и гнева. Для определения эмоциональности у детей их родителям, воспитателям, учителям, предлагаются утверждения типа "Ребенок легко расстраивается", "Ребенок легко пугается" и т.д.

Активность в этой теории, это проявление общего энергетического уровня ребенка, т.е. энергии которую он тратит. Активный ребенок активно себя ведет, он постоянно чем-то занят, постоянно торопится, любит двигаться, активные игры, бегать, прыгать, также у него энергичные размашистые движения и быстрая речь. Активность, оценивается по утверждениям взрослых типа „Ребенок не может спокойно сидеть на месте". "Ребенок постоянно двигается"

Социабельность связана по большей части с потребностью общении (стремлении в обществе, с другими, установлению межличностных контактов, их скорости). Оценивается также по фразам, типа: "Любит быть с другими", "Легко находит друзей".

Сходство по чертам темперамента между близнецами в парах монозиготных и дизиготных близнецов (данные Р. Пломина и Д. Роу, 1973)

Черты темперамента	МЗ r	ДЗ r
Эмоциональность	0,68	0,0
Активность	0,73	0,18
Социабельность	0,68	0,20
Импульсивность	0,84	0,05
Импульсивность для девочек	0,71	0,59 !

Р.Пломин и Д.Роу выделили 4 характеристики темперамента, для оценки которых был разработан специальный опросник, и получены представленные в таблице данные (для мальчиков)

Особенности воспитания по типу темперамента ребенка

Американские психологи ввели такое понятие как «Goodness of fit» – соизмерение потребностей и возможностями ребенка (которые дает его темперамент) с ожиданиями окружения ребенка. Он означает согласование особенностей конкретного темперамента ребенка с окружающей действительностью. Приспособляемость ребенка заметно улучшается, когда требования, которые к нему предъявляются, соизмеряются с его возможностями и потребностями, в которых «виноват» именно темперамент. Именно поэтому также важно обеспечить ребенку подходящий для его темперамента режим и общение. В противном случае возможны отклонения в поведении ребенка. С учетом семейных потребностей необходимо приспособлять условия микроокружения к особенностям темперамента малыша. Основные трудности могут возникать при различиях темпераментов нескольких детей в семье.

Говоря о формировании личности, нельзя не сказать о влиянии внутренних задатков, передаваемых по наследству. Традиция, начатая еще Гиппократом, имеет большую поддержку и в настоящее время (Фрейд, Юнг, Кеттел, Айзенг, Маслоу, Роджерс, Шелдон). Среди психологов, придающих наследственности меньшее значение, следует назвать таких персонологов, как Бандура, Эриксон, Скиннер. Американские психологи, если рассматривать их как отдельную группу, - минимизировали роль факторов наследственности как детерминант поведения. Советская школа психологии также всегда имела тенденцию к преуменьшению важности наследственных факторов.

Проведенные в последнее время психологические исследования показали важную роль генетических факторов в формировании внутреннего мира и поведения человека. Так, исследование, проведенное на близнецах, предоставляет надежное доказательство того, что эмоциональная устойчивость, экстраверсия, альтруизм и застенчивость передаются по наследству. К другим личностным особенностям, которые имеют, как минимум, умеренно выраженный генетический компонент относят отчужденность, агрессивность, стремление к достижениям, лидерство, воображение и чувство благополучия.

Определение темперамента

“Рано выявляемые особенности поведения, отличающие одних детей от других и имеющие, как предполагают, биологическую природу.

Rothbart & Derryberry, *Zero to Three Journal*, March 2004



Значение темперамента:

- Темперамент определяет реакцию родителей и воспитателей на ребенка
- Темперамент определяют как ребенок воспринимает и реагирует на окружающую среду
- Темперамент влияет на то, какой тип поведения и среды выбирает ребенок.

Стабильность темперамента

К основным свойствам черт темперамента относят их относительную стабильность и сопротивляемость внешним воздействиям..



Природа межиндивидуальной изменчивости темперамента. Факторы, влияющие на формирование темперамента

Гены

Особенности
Функционирования
мозга

Семейная среда

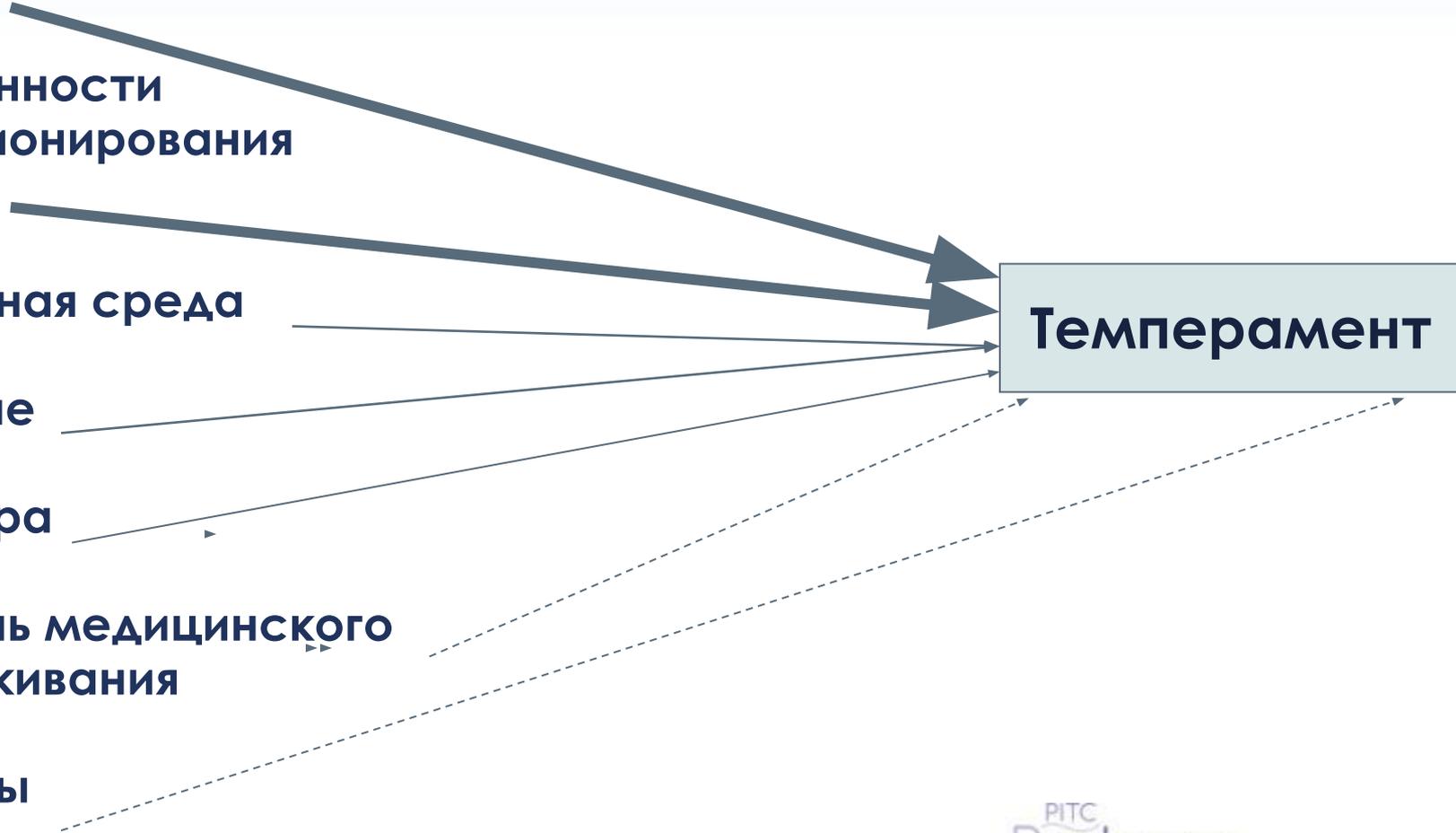
Питание

Культура

Уровень медицинского
обслуживания

Токсины

Темперамент



Роль генетических факторов

“Генетические факторы отвечают в среднем 20 - 35% % межиндивидуальной изменчивости темперамента.”

“Генетический фактор оказывает более сильное влияние на проявление негативных черт темперамента (тревожность, робость, тормозимость), чем на позитивные черты темперамента, такие как позитивный аффект и позитивный аффект и приближение.”

Goldsmith, Buss & Lemery, 1997

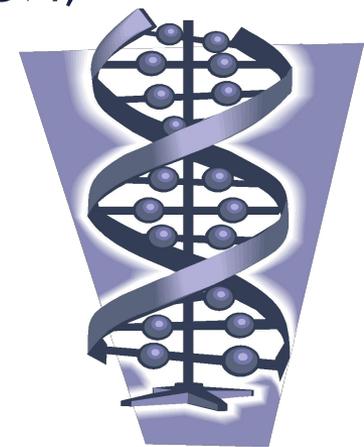
Влияние окружающей среды и & Питание

- “Исследования показали, что дети, живущие в неблагополучных семьях, в которых их жизнь хаотична и не предсказуема — дома, в которых обитают эти дети, перенаселены, существуют проблемы с шумом, нет условий для комфортного обитания, в этих домах - ни у кого нет личного пространства или места— для этих детей характерна повышенная раздражительность, агрессивные проявления и негативные эмоции.
- “Исследователи связывают анемию, вызванную дефицитом железа с низким уровнем подвижности и внимания, и с повышенной уровнем негативных эмоций у новорожденных и детей более старшего возраста.”

Source: Theodore Wachs, Temperament and Development:
The Role of Context in a Biologically Based System, *Zero to
Three Journal*, March 2004

Ген / Средовые взаимодействия

- Факторы среды могут влиять на экспрессивность генов.
- Соответственно, экспрессивность гена у разных особей может быть одинаковой или различной, постоянной или меняющейся.
- Изменение экспрессивности генов может увеличить или снизить риск генетически обусловленных заболеваний.
- Таким образом, при наличии внутренней генетической программы развития, мы можем обеспечить ребенку некоторые условия существования, которые окажут модулирующие влияния на формирование его темперамента.



Как сочетаются различные черты темперамента.

Самоконтроль делает вас умнее

“Реактивность – степень произвольности реакций человека на внешние или внутренние воздействия одинаковой силы (критическое замечание, обидное слово, угроза, неожиданный резкий звук).”

“ Саморегуляция – поддержание устойчивости психики как целостной системы по отношению к деструк-ивным внешним воздействиям. Включает такие черты темперамента, как приближение/избегание, настойчивость, отвлекаемость, адаптивность и умение контролировать эмоции (умение успокаиваться)”.

Темперамент зависит от опыта

- Реактивность контролируется различными структурами мозга и гормональными системами, связанными с реализацией эмоциональных стрессовых реакций. От состояния и особенностей нервной и гормональных систем зависит, обладает ребенок более высокой возбудимостью по сравнению с другими или нет. Различия в реактивности проявляются в очень раннем возрасте.
- Маленькие дети, часто подвергавшиеся воздействию неблагоприятных и стрессовых факторов среды становятся более раздражительными и реактивными, а способность к самоконтролю у них снижена.

Самоконтроль

“...формирование систем мозга, обеспечивающих способность детей контролировать эмоции и степень своего возбуждения происходит в онтогенезе довольно поздно .”

“...Эти мозговые системы также связаны с дол, долговременным планированием и реализацией сложных поведенческих программ завершают свое формирование при достижении периода взрослости.”

(Thompson et al, 2011)



Самоконтроль делает вас умнее



Стили родительского поведения

У детей, первоначально проявляющих повышенную тормозимость, со временем ее можно снизить путем осуществления последовательного неуклонного, соответствующего возрасту контроля за их поведением, помогая детям сформировать навыки купирования острых реакций на внешние стрессовые воздействия, научить реже реагировать на стресс и не поддаваться чужому настроению в стрессовых ситуациях.

(Arcus, 2001, Park, Belsky, Putnam, & Crnic, 1997; Rubin, Hastings, Steward, Henderson, & Chen, 1997)

Различия в взглядах на «идеальные черты темперамента»

- В Китае учителя рассматривают застенчивость и чувствительность как черты темперамента, характеризующие социально адаптированную личность. В Китае принято считать застенчивость проявлением хорошего воспитания ребёнка.
- В Северной Америке принято считать застенчивость отклонением в поведении и общении человека. Чувствительные дети характеризуются здесь как замкнутые, одинокие и депрессивные.
- В Швеции застенчивое, социально сдержанное поведение, не всегда ассоциируется в долгосрочном периоде с негативными последствиями В Северной Америке эти качества считаются серьезной помехой в карьерном росте.
- Примерно 40% детей в США воспитываются в семьях, в которых придерживаются несколько иных представлений относительно идеальных черт темперамента, чем принято в Англо-Американских семьях.

Vivian L. Carlson, Xin Feng, Robin L. Harwood, *Zero to Three Journal*, March 2004

Сочетание черт темперамента наиболее часто встречаемых в УСЛОВИЯХ КЛИНИКИ

<p>Высокая энергичность, низкая адаптивность 34.75% (Повышенная злобность)</p>	<p>Чувствительные, избегающие 25.5% (Осторожные)</p>	<p>Низкая/Средняя энергичность, низкая адаптивность 21%</p>	<p>Высокая энергичность, высокая адаптивность 12.5%</p>	<p>Низкая энергичность, высокая адаптивность 6.25% (Податливый)</p>
<p>Active, slow adapting or intense slow-adapting Active low persistent or active, low persistent and slow adapting</p>	<p>Sensitive, intense and withdrawing or sensitive, withdrawing</p>	<p>Low/average activity and slow-adapting or low/average intensity and slow adapting or low persistence</p>	<p>Active and/or intense plus adaptable or approaching</p>	<p>Low in intensity and/or low in activity Adaptable Approaching</p>

Source: The Temperament Perspective: Working with Children's Behavioral Styles , Jan Kristal, 2005

Closing Thoughts...

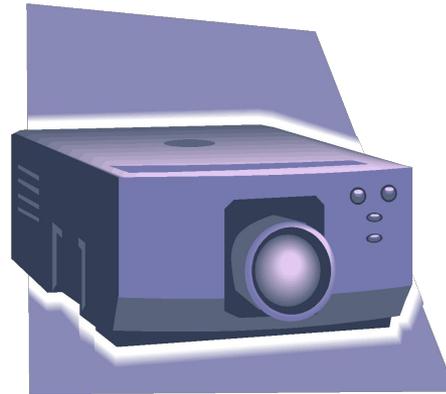


“Fairness to infants is not treating each child the same!

Understanding temperaments is the key to all relationships!”

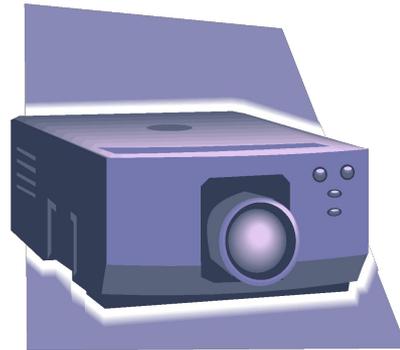
- J. Ronald Lally, Ed.D.

Temperaments: Introduction and Key Concepts



Flexible, Fearful, or Feisty (злющий): The Different Temperaments of Infants and Toddlers, 1990

The Three Temperamental Types and How to Adapt Care for Each Type



Flexible, Fearful, or Feisty: The Different Temperaments of Infants and Toddlers, 1990

Temperament & Development

Recent Research

Sources: (1) Theodore Wachs, Temperament and Development: The Role of Context in a Biologically Based System, *Zero to Three Journal*, March 2004; (2) Marti Olsen Laney, Psy.D., The Introvert Advantage How to Thrive (процветать) in an Extrovert World; (3) Linda Gilkerson and Rebecca Klein, Editors, *Early Development and the Brain*, Zero to Three Press, 2008; (4) Ross A. Thompson, Janet E. Thompson, and Julia Luckenbill, *The Developing Brain and Its Importance to Relationships, Temperament, and Self-regulation*

Compiled by Janet Poole. © 2011 WestEd, The Program for Infant/Toddler Care. This document may be reproduced for educational purposes.

	МЗ r	ДЗ r
П ₁		
П _р	0,19	3397