

**Тема реферата: «Конституция организма и характер человека»**

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Конституция организма.....	3
1.1. Понятие конституции человека и его типы.....	3
1.2. Характеристика типов высшей нервной деятельности человека.....	6
1.3. Классификация морфологических типов человека .....	7
2. Характер человека.....	9
2.1. Понятие характера и его значение .....	9
2.2. Формирование и развитие характера .....	9
2.3. Типология характера.....	10
2.4. Классификация типов характера человека .....	12
Список использованных источников .....	17



**[www.diplomstudent.net](http://www.diplomstudent.net)**  
**Дипломные  
работы  
на заказ**  
**от автора  
без предоплаты**

The advertisement features a woman with short brown hair, wearing a red tank top and blue jeans, sitting on the floor with her legs crossed. She is smiling and holding a book above her head with both hands. There are two stacks of books on the floor, one to her left and one to her right. The background is a gradient of purple and blue.

## 1. Конституция организма

### 1.1. Понятие конституции человека и его типы

Конституция человека – это совокупность устойчивых врожденных индивидуальных особенностей и свойств, закрепленных наследственно и определяющих специфичность реакций всего организма на воздействие среды. Конституция может рассматриваться как функциональное единство всех морфологических свойств человеческой индивидуальности. [2]

Для каждого конституционального типа человека характерны определенные пропорции отдельных частей тела (табл. 1).

Таблица 1

Характеристики пропорций частей тела

Типы телосложения	Относительные размеры частей тела в % к длине тела				
	длина			ширина	
	туловище	ноги	руки	таз	плечи
Астенический (долихоморфный)	29,5	55,0	46,5	16,0	21,5
Нормостенический (мезоморфный)	31,0	53,0	44,5	16,5	23,0
Гиперстенический (брахиморфный)	33,5	51,0	42,5	17,5	24,5

Как видно из табл. 1, астенический тип (дыхательный, долихоморфный, лептосомный и др.) характеризуется преимущественно продольными размерами, их преобладанием над поперечными: лицо продолговатое, шея длинная, грудная клетка узкая, плоская, вытянутая, преобладает над животом; спина сутулая, плечи узкие; эпигастральный угол острый; конечности относительно тонкие и длинные; мускулатура, подкожный

жировой слой развиты слабо; кожа бледная и тонкая; костный рельеф хорошо контурируется.

Гиперстенический тип (пищеварительный, брахиморфный, пикнический и др.) отличается преимущественным ростом в ширину, относительным преобладанием поперечных размеров над продольными: костный скелет массивный, крупный; голова круглая, шея короткая, грудная клетка широкая и короткая; живот округлый, выступающий, преобладает над грудной клеткой, эпигастральный угол тупой; конечности относительно короткие; мышцы отличаются большой массой, хорошим тонусом; подкожный жировой слой развит чрезмерно, образует складки на животе, спине; костный рельеф не виден.

Нормостенический тип (мышечный, мезоморфный, атлетический и др.) занимает среднее положение между крайними астеническим и гиперстеническим типами, неся в себе черты, характерные как для одного, так и для другого типа. Он характеризуется хорошим развитием костно-мышечной системы, пропорциональным телосложением; грудная клетка цилиндрической формы, выпуклая, имеет одинаковый размер по всей длине; спина прямая; живот плоский с хорошим развитием мышц, эпигастральный угол приближается к прямому; жировая ткань развита умеренно, отложение ее равномерное; костный рельеф не контурируется, сглажен.

Морфологическое строение различных людей, их физиологические параметры настолько разнообразны, индивидуальны, что не всегда отдельного индивида можно четко отнести к какому-то из трех конституциональных типов. Поэтому многие исследователи выделяют промежуточные типы между этими тремя (например, торакальный тип — переходный между астеническим и нормостеническим) или говорят о неопределенности конституционального типа с преобладанием того или иного, хотя большинство выделяют именно три классических типа конституции, применяя для их характеристики различные названия и с

большей или меньшей полнотой описывая внешние признаки. Именно поэтому все классификации конституциональных типов имеют относительное значение. Кроме того, под воздействием факторов внешней среды — режим и характер питания, занятия спортом, преимущественно физический труд, заболевания и др. — конституциональный тип человека может претерпевать некоторые изменения.

Тем не менее учение о конституции, выделение конституциональных типов имеет определенное значение, так как не только внешним признакам присущи особенности, характерные для того или иного типа, но и строение внутренних органов, их взаимное расположение, размеры имеют общие черты, определяемые конституциональной принадлежностью.

Так, у астеников сердце малых размеров, чаще имеет форму висюльки, расположено продольно, легкие относительно большие, удлинены, кишечник короткий, брыжейка длинная, диафрагма расположена низко, часто наблюдается оптоз внутренних органов (печень и почки опущены), а у гиперстеников сердце относительно большое, расположено поперечно, «лежит» на диафрагме, легкие короткие, желудок объемистый, кишечник длинный и емкий. Нормостеники по взаимному расположению органов, их размерам занимают промежуточное положение между астениками и гиперстениками.

Характеризуя конституцию женщин, необходимо отметить, что в строении женского тела, формировании его пропорций большое значение имеет развитие подкожной жировой ткани, а не только и не столько развитие костного скелета и мускулатуры. Поэтому в отношении конституциональных типов женщин иногда применяют следующие термины: гипопластический, эупластический (средний, гармоничный), гиперпластический, которые соответствуют астеническому, нормостеническому и гиперстеническому типам.

## 1.2. Характеристика типов высшей нервной деятельности человека

Для характеристики конституции человека как существа разумного, помимо чисто морфологических, внешних признаков, важное значение имеют его психологические, мыслительные особенности, табл.2.

Таблица 2

### Описательная характеристика типов высшей нервной деятельности

Поведение				
Признак	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Меланхолик
Неуравновешенное, агрессивное	Хорошо уравновешенное, миролюбивое	Отлично уравновешенное, сдержанное	Очень неуравновешенное, истеричное (возмущение и уход от любых сложностей}	
Переживания	Сильные, кратковременные эмоциональные	Поверхностные, кратковременные эмоциональные	Слабые эмоциональные	Глубокие и длительные эмоциональные
Настроение	Неустойчивое с преобладанием бодрого	Устойчивое, жизнерадостное	Устойчивое, без больших радостей и печалей	Неустойчивое с преобладанием пессимизма
Речь	Громкая, резкая, неравномерная	Громкая, живая, плавная	Монотонная, медленная	Тихая, с задыханием
Терпение	Слабое	Умеренное	Очень большое	Очень слабое
Адаптация	Хорошая	Отличная	Медленная	Трудная
Общительность	Высокая	Равномерная	Невысокая	Низкая (замкнутость)
Отношение к критике	Возбужденное	Спокойное	Безразличное	Обидчивое
Отношение к деятельности	Страстное, увлекающееся	Энергичное (деловое) или болтливое	Поведение неумолимого труженика	Неравномерное, реактивное (как ответ на активность ДРУГИХ)
Отношение к новому	Положительное	Безразличное	Отрицательное	Оптимистическое сменяется пессимистическим и наоборот
Отношение к опасности	Боевое, рискованное, без особого расчета	Расчетливое, без особого риска	Хладнокровное, невозмутимое	Тревожное, растерянное, подавленное
Стремление к цели	Сильное, с полной отдачей	Стремление быстрого достижения с избеганием препятствий	Достижение цели медленное, упорное	То сильное, то слабое с избеганием препятствий
Оценка своих способностей	Значительная переоценка	Некоторая переоценка	Более реальная	Чаще недооценка
Внушаемость и мнительность	Умеренная	Небольшая	Слабая	Большая

В связи с этим велика роль учения И.П. Павлова о типах высшей нервной деятельности, которые были установлены им в экспериментах на

животных и которые в определенной мере соответствуют типам темперамента человека по Гиппократу. [2] На основе учета силы, уравновешенности и подвижности нервных процессов (возбуждения и торможения) выделяют четыре основных типа высшей нервной деятельности: 1) сильный, уравновешенный, подвижный, или живой, — сангвиник; 2) сильный, неуравновешенный, подвижный (безудержный), или возбудимый, — холерик; 3) сильный, уравновешенный, инертный, или спокойный, — флегматик; 4) слабый, или тормозной, который характеризуется слабостью как возбуждения, так и торможения, — меланхолик (табл. 2). Кроме того, по преобладанию первой или второй сигнальной системы у человека выделяют еще два типа: художественный и мыслительный.

### **1.3.Классификация морфологических типов человека**

Характеристика конституциональных особенностей человека была бы неполной без упоминания о психосоматических характерологиях, психосоматических конституциях, которые делятся на следующие морфологические типы:

1. Астенический.
2. Психастенический.
3. Истерический.
4. Циклотимический.
5. Эпилептоидный.
6. Ригидный, или паранойяльный.
7. Аффективно-неустойчивый.
8. Шизоидный.
9. Тревожно-мнительный.
10. Диспластический.

Такая классификация широко используется психиатрами, медицинскими психологами, социальными медиками. Обладатели определенного психосоматического типа могут относиться к тому или иному конституциональному морфологическому типу, они по-разному переживают критические периоды. Существует определенная связь между телосложением человека и типом высшей нервной деятельности, между конституцией, типом высшей нервной деятельности и склонностью к развитию различных патологических процессов и заболеваний. Так, для астеников характерными являются повышенная возбудимость нервной системы, большая вероятность возникновения язвенной болезни, колита, туберкулеза, аддисоновой болезни, психозов; в меньшей степени проявляется склонность к развитию атеросклероза, гипертонической болезни, ожирения, диабета. Психологической особенностью большинства нормостеников является их уверенность в себе, энергичность; у них отмечается большая склонность к развитию заболеваний верхних дыхательных путей, болезням двигательного аппарата, атеросклерозу коронарных артерий, невралгиям. Гиперстеники обычно общительны, практичны, достаточно подвижны, однако у них чаще встречаются атеросклероз, гипертоническая болезнь, коронароспазм, высок риск развития инфаркта миокарда, что, видимо, объясняется особенностями обмена веществ, относительным избытком жировой и мышечной ткани, гиперхолестеринемией (содержание холестерина в крови у гиперстеников примерно в 1,5 раза выше, чем у астеников). Несмотря на то, что у гиперстеников отмечается повышенная функция половых желез и надпочечников, люди этого типа склонны к ожирению; у них также чаще развиваются диабет, дисфункции желчного пузыря и желчнокаменная болезнь. Учет конституциональных особенностей человека может помочь при диагностике различных заболеваний, их лечении и профилактике, а также в сестринской деятельности при выборе тактики решения потенциальных проблем и удовлетворения потребностей человека.

## **2. Характер человека**

### **2.1. Понятие характера и его значение**

Характер (греч. (χαρακτήρ): отличительное свойство, отличительная черта, черта, знак или печать) — структура стойких, сравнительно постоянных психических свойств, определяющих особенности отношений и поведения личности. Когда говорят о характере, то обычно подразумевают под этим именно такую совокупность свойств и качеств личности, которые накладывают определенную печать на все ее проявления и деяния. Черты характера составляют те существенные свойства человека, которые определяют тот или иной образ поведения, образ жизни. [8]

Характер - это индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, обуславливающий типичный для него способ поведения, который определяется отношением к себе, к другим людям, к своему делу, также в характере отражаются волевые качества.

### **2.2. Формирование и развитие характера**

Характер складывается вследствие интеграции различных свойств личности, формирующихся под влиянием жизни и воспитания. Интегрирование свойств подчинено определенным закономерностям. Доминирующее в направленности личности как бы определяет избирательный характер переживаний и волевой активности, подчиняет и тормозит образование тех свойств личности, которые не отвечают основной направленности. Отсюда вытекает педагогический вывод: для формирования цельного и социального ценного характера необходимо всесторонне развивая личность, постоянно обращать внимание на образование социально значимого ядра характера. Поэтому при воспитании характера следует отчетливо представлять нравственно- психологический идеал

положительного характера нового человека. Реализация программы - дело очень сложное. Для этого необходимо хорошо знать пути и средства эффективного формирования характера, индивидуальные и возрастные особенности личности. Характер формируется постепенно, и на ранних этапах развития личности - помимо сознания и воли самого растущего человека. Поэтому решающее значение в прогрессивном развитии характера имеет постоянное усложнение требований окружающих и деятельности, которую осуществляет личность и которая жизненно необходима и важна для ее развития. Требования людей и деятельности тогда формируют характер, когда они систематичны и последовательно усложняются, то есть составляют постоянные и характерные условия жизни человека, которые постепенно превращаются в составные компоненты образа его жизни. Знание дает ориентировку как во внешнем мире, так и в себе самом, а это уже формирует уверенность и решительность. Однако наиболее благоприятными условиями положительного формирования характера является соединение обучения с трудом.

### **2.3. Типология характера**

Наиболее интересные и жизненно правдивые описания характера (известные как «типологии характера») возникли в пограничной области, на стыке двух дисциплин: психологии и психиатрии. Они принадлежат талантливым клиницистам, которые в своих типологиях обобщили многолетний опыт работы с людьми - опыт наблюдения за их поведением, изучения их судеб, помощи им в жизненных трудностях. Здесь встречаются такие имена, как К. Юнг, Э. Кречмер, П. Б. Ганнушкин, К. Леонгард, А. Е. Личко и др.

Первые работы этого направления содержали небольшое число типов. Так, Юнг выделил два основных типа характера: экстравертированный -

характеризуется обращенностью личности на окружающий мир, объекты которого подобно магниту, притягивают к себе интересы, жизненную энергию субъекта, в известном смысле ведет к принижению личностной значимости явлений его субъективного мира. Ему свойственны импульсивность, инициативность, гибкость поведения, общительность. И интровертированный - характеризуется как фиксация интересов личности на явлениях собственного внутреннего мира, которым она придает высшую ценность, необщительность, замкнутость, склонность к самоанализу, затрудненная адаптация.

Кречмер также описал всего два типа: циклоидный и шизоидный. Со временем же число типов увеличилось. У Ганнушкина мы находим уже порядка семи типов (или «групп») характеров; у Леонгарда и Личко - десять-одиннадцать. [4]

Практически все авторы типологий подчеркивали, что характер может быть более и менее выражен. Представьте себе ось, на которой изображена интенсивность проявлений, характеров. Тогда на ней обозначатся следующие три зоны: зона абсолютно «нормальных» характеров, зона выраженных характеров (они получили название акцентуаций) и зона сильных отклонений характеров, или психопатии. Первая и вторая зоны относятся к норме (в широком смысле), третья - к патологии характера. Соответственно, акцентуации характера рассматриваются как крайние варианты нормы. Они, в свою очередь, подразделяются на явные и скрытые акцентуации.

Различение между патологическими и нормальными характерами, включающими акцентуации, очень важно. По одну сторону черты, разделяющей вторую и третью зоны, оказываются индивиды, подлежащие ведению психологии, по другую - малой психиатрии. Конечно, «черта» эта размыта. Тем не менее, существуют критерии, которые позволяют ее приблизительно локализовать. Таких критериев три, и они известны как критерии психопатий Ганнушкина - Кербикова.

Характер можно считать патологическим, т. е. расценивать как психопатию, если он относительно стабилен во времени, т. е. мало меняется в течение жизни. "Этот первый признак, по мнению А. Е. Личко.

Второй признак - тотальность проявлений характера: при психопатиях одни и те же черты характера обнаруживаются всюду: и дома, и на работе, и на отдыхе, и среди знакомых, и среди чужих, короче говоря, в любых обстоятельствах. Если же человек, предположим, дома один, а «на людях» - другой, то он не психопат.

Наконец, третий и, пожалуй, самый важный признак психопатий - это социальная дезадаптация. Последняя, заключается в том, что у человека постоянно возникают жизненные трудности, причем эти трудности испытывает либо он сам, либо окружающие его люди, либо и тот и другие вместе. Вот такой простой житейский и в то же время вполне научный критерий.

## **2.4.Классификация типов характера человека**

Рассмотрим некоторые типы характера человека:

Характер авторитарный - термин Э. Фромма, означающий тип характера садомазохистской личности, для коей характерны одновременно восхищение властью и желание подчиниться ей - и стремление самой стать властью и подчинять других. Также свойственна любовь к ограничивающим свободу условиям, охотное подчинение судьбе.

Характер астено-невротический - один из типов акцентуации характера. Свойственны быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям и ипохондрии.

Характер Биофильный - согласно Э. Фромму - форма структуры характера, выступающая в виде развитой формы продуктивного характера. Для него типичны: любовь к жизни и живому; стремление поддерживать

рост, развитие и прогресс; конструктивность, продуктивность, созидательность; стремление творить добро, и пр.

Характер гипертимный - один из типов акцентуации характера. Отличается почти всегда хорошим, даже слегка приподнятым настроением, брызжущей энергией, неудержимой активностью. Постоянное стремление к лидерству - неформальному. Хорошее чувство нового сочетается с неустойчивостью интересов, большая общительность - с неразборчивостью в знакомствах. Гипертимы легко осваиваются в незнакомой обстановке. Склонны переоценивать свои возможности и строить чрезмерно оптимистические планы на будущее. Короткие вспышки раздражения бывают вызваны стремлением окружающих подавить их активность и лидерские склонности. Для гипертимов тяжелы ситуации, где строго регламентируется поведение, где нет свободы инициативы, где монотонный труд или вынужденное бездействие. В таких ситуациях они дают взрывы или срывы. «Слабое звено» характера гипертимного - изоляция от сверстников, вынужденное безделье, однообразие, строгий режим. [5]

Характер дистимный - один из типов акцентуации характера. Свойственны преобладание пониженного настроения, склонность к депрессии, сосредоточенность на мрачных и печальных сторонах жизни.

Характер истероидный (характер демонстративный) - один из типов акцентуации характера. Для истероидного акцентуанта труднее всего переносить невнимание к его особе. Он стремится к похвалам, славе, лидерству, но из-за деловой незрелости скоро теряет позиции и тогда очень страдает. Оставить истероида в покое - значит создать ситуацию психологического дискомфорта или даже стресса. Его «слабое звено» - удары по эгоцентризму, невозможность быть в центре внимания, вызвать всеобщий интерес к себе.

Характер конформный - один из типов акцентуации характера. Свойственны чрезмерная подчиненность и зависимость от мнения других, недостаток критичности и инициативности, консерватизм.

Характер лабильный - один из типов акцентуации характера. Свойственны резкая смена настроения в зависимости от ситуации.

Характер навязчивый - согласно З. Фрейду - термин для названия характера лиц, тяготеющих к действиям навязчивым.

Характер некрофильный - согласно Э. Фромму - злокачественная форма структуры характера. Типичны следующие состояния: страх перед жизнью; влечение к мертвечине; интерес к болезням и смерти; особого рода безжизненность и отчужденность; установка на обладание, власть и силу; ориентация на прошлое; механическое восприятие жизни; принудительный педантизм, садизм; преклонение перед техникой; разрушение жизни, и пр.

Характер неустойчивый - один из типов акцентуации характера. Свойственны склонность поддаваться чужому влиянию, поиск новых впечатлений, поверхностная общительность.

Характер паранойяльный (характер застревающий) - один из типов акцентуации характера. Свойственны повышенная подозрительность и обидчивость, стойкость отрицательных аффектов, стремление к доминированию, неприятие чужих мнений и высокая конфликтность.

Характер психастенический - один из типов акцентуации характера. Свойственны высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу, постоянным сомнениям, тенденция к образованию obsessions и ритуальных действий. Оставить психастеника в покое можно, иногда даже нужно.

Характер сенситивный - один из типов акцентуации характера. Свойственны повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности.

Характер социальный - согласно Э. Фромму - совокупность черт характера, которая присутствует у большинства членов социальной группы, возникла в результате общих для них переживаний и образа жизни. Социальный характер является ключевым для понимания общественных процессов, ибо этот характер - основной элемент функционирования общества и в то же время - промежуточное звено между социально-экономической структурой и господствующими в обществе идеями и идеалами. Анализ социального характера как формы связи между социальной системой и индивидуальной психикой приводит к выводу о существовании типов характеров соответственных социальной структуре общества и формам отчуждения и самоотчуждения человека.

Характер циклоидный - один из типов акцентуации характера. Характеризуются сменой фазы повышенной активности (гипертимности) фазой пониженной деятельности (субдепрессивности). В субдепрессивной фазе отмечается вялость, упадок сил.

Характер шизоидный - один из типов акцентуации характера. Главные черты - замкнутость и недостаток интуиции в общении. Трудно устанавливаются неформальные эмоциональные контакты, нередко эта неспособность тяжело переживается. Быстрая истощаемость в контакте приводит к еще большему уходу в себя. Недостаток интуиции проявляется неумением понять чужие переживания, угадать желания других, догадаться о невысказанном. Их внутренний мир почти всегда закрыт для других и заполнен увлечениями и фантазиями, предназначенными только для самого себя; они служат утешению честолюбия или эротичны. Увлечения отличаются силой, постоянством, нередко несбыточностью, изысканностью. Для лиц с таким характером труднее всего вступать в эмоциональные контакты с людьми. Поэтому они дезадаптируются там, где нужно неформально общаться. Им не следует поручать организацию нового дела, что требует установления многих связей с людьми, учета их настроений и

отношений, тонкой ориентировки в социальной обстановке, гибкости поведения и пр. Еще они не переносят, когда им «лезут в душу»; особенно нуждаются в бережном отношении к их внутреннему миру. Оставить шизоида в покое можно, иногда даже нужно. Шизоид, как всякий человек, временами пытается войти с окружающими в эмоциональный контакт. Но ввиду парадоксальности его сферы эмоциональной - одновременно раздражительности и холодности - он не находит понимания, отчего замыкается и уходит в себя. Отмечаемые «аристократическая сдержанность», «холодность», «чопорность» и «сухость» для него - скорее вторичные свойства, выработанные, чтобы отдалиться от окружающих и тем защититься от эмоциональных травм. Его «слабое звено» - необходимость быстро устанавливать с окружающими глубокие, неформальные, эмоциональные контакты. [1]

Характер эпилептоидный - один из типов акцентуации характера. Свойственны склонность к злобно-тоскливому настроению с накоплением агрессии, конфликтность, вязкость мышления, скрупулезная педантичность.

Таким образом, характер человека - это сплав врожденных свойств высшей нервной деятельности с приобретенными в течение жизни индивидуальными чертами. Правдивыми, добрыми, тактичными или, наоборот, лживыми, злыми, грубыми бывают люди с любым типом темперамента. Однако при определенном темпераменте одни черты приобретаются легче, другие труднее. Но недопустимо оправдывать дефекты своего характера врожденными свойствами, темпераментом. Отзывчивым, добрым, тактичными, выдержанным можно быть при любом темпераменте.

Характер - это каркас личности, в который входят наиболее выраженные и тесно взаимосвязанные свойства личности, отчетливо проявляющиеся в различных видах деятельности. Отдельные свойства характера зависят друг от друга, связаны друг с другом и образуют целостную организацию, которую называют структурой характера.

### Список использованных источников

1. Асмолов А. Г. Психология личности. М., 2009 г.
2. Волкова С.Р., Волкова М.М. Здоровый человек и его окружение. Учебник для студентов средних медицинских учреждений, 2005 г.
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. М.: Изд-во МГУ, 2013г.
4. Кант И. «О характере как образе мыслей. Психология личности.» М., 2002г.
5. Рогов Е.И. Общая психология / М. ВЛАДОС, 2014г.
6. Райгородский Д.Я. «Хрестоматия по психологии и типологии характеров», Самара; 2003г.
7. Рубинштейн С. Л. «Основы общей психологии»: В 2 т., М., 2011г.
8. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Психология человека. М., 2009 г.