

УДК 159.923

**ВЛИЯНИЕ ТИПА НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ (ТЕМПЕРАМЕНТА) НА
ПРОЦЕСС ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ
ШКОЛЬНИКОВ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ**

Яна Викторовна Шевцова

кандидат психологических наук, доцент

shevcovayanavic@ya.ru

Светлана Викторовна Шельганова

магистрант

lana.shelyganova.87@mail.ru

Херсонский государственный педагогический университет

г. Херсон, Россия

Аннотация. В статье представлен теоретический анализ особенностей влияния типа нервной системы на процесс психологической адаптации младших школьников к образовательной среде. Рассматриваются ключевые характеристики основных типов темперамента (сангвинического, холерического, флегматического и меланхолического) и их специфическое проявление в условиях начального школьного обучения. Особое внимание уделяется анализу механизмов влияния темперамента на такие аспекты адаптации, как эмоциональная стабильность, социальная интеграция и познавательная активность. В работе обобщены современные научные представления о взаимосвязи между индивидуально-типологическими особенностями учащихся и их успешностью в освоении новой социальной роли. Теоретически обоснована необходимость учета темпераментных характеристик при организации образовательного процесса.

Ключевые слова: темперамент, школьная адаптация, младшие школьники, образовательная среда, индивидуальные различия.

Введение. Анализ результатов исследований адаптации детей к школьному обучению демонстрирует очень отчетливые индивидуальные различия в особенностях протекания этого процесса, в его длительности и успешности. В качестве причин низкой учебной адаптации наиболее часто называются свойства, входящие в понятие психологической готовности детей к школе, в частности, незрелость личностной сферы, несформированность мотивационного и волевого компонентов учебной деятельности, недостаточный уровень развития когнитивных процессов, трудности в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

Значительно меньше внимания в научных исследованиях, связанных с изучением причин и проявлений школьной дезадаптации, уделяется психологическим характеристикам, относящимся к индивидуальному уровню в иерархии свойств индивидуальности, влиянию типа нервной системы (темперамента) на процесс психологической адаптации младших школьников к образовательной среде. Причина этого состоит, по-видимому, в том, что такие индивидуальные свойства, как темперамент, определяют динамическую, а не содержательную сторону психической деятельности и, как показано во многих работах, обнаруживают лишь опосредованные связи с характеристиками успешности деятельности. Однако, признание того факта, что различные свойства темперамента и разные сочетания этих свойств создают равные возможности для развития уровневых характеристик, тем не менее, не вступает в противоречие с предположением о том, что темперамент играет существенную роль в детерминации особенностей адаптации детей к школе.

Основы для такого предположения состоят в следующем. Во-первых, успешность деятельности оказывается независимой от особенностей темперамента только в тех случаях, когда условия развития достаточно разнообразны и не создают преимуществ для детей с определенными типами темперамента. Известно, что, ситуация школьного обучения не предоставляет равных возможностей для детей с разным типом темперамента, в связи с этим положительные стороны некоторых типов темперамента остаются в теневой

стороне или просто неостребованные, а компенсация отрицательных - оказывается длительным и не всегда успешным процессом. На основании этого можно предполагать, что особенности адаптации к школе и успешность обучения младших школьников связана с особенностями их темперамента. Во - вторых, уже известно, что свойства темперамента обнаруживают наиболее отчетливые связи с особенностями поведения в эмоциональных ситуациях и условиях, новых и незнакомых для данного человека. И конечно к числу таких ситуаций относится начало обучения в школе, смена ведущего вида деятельности. Показателем этого является то, что период адаптации к школе сопровождается повышением у детей уровня тревожности, появлением у них чувства внутренней напряженности, снижением самооценки, переживания чувства постоянного напряжения, резкого увеличения круга межличностных взаимосвязей, период прохождения всех стадий формирования коллектива и непростого становления собственного социометрического статуса в нем.

Значительные трудности в адаптации могут приводить к деформации личностной сферы, к возникновению неврологических отклонений - «школьных неврозов», «школьных фобий».

В связи с выше сказанным можем подчеркнуть, что актуальность данной проблематики не теряет своей актуальности, а интерес современной педагогической психологии к проблеме индивидуально-типологических различий в образовательном процессе имеет возрастающие тенденции.

В условиях трансформации современной системы образования, характеризующейся инклюзивными тенденциями и персонализацией обучения, особую значимость приобретает вопрос учета психофизиологических особенностей учащихся на начальных этапах школьного обучения. Современные исследования (М.М. Безруких, Т.О. Гордеева) убедительно демонстрируют, что игнорирование индивидуально-типологических характеристик детей приводит к существенным трудностям в адаптационном процессе.

Особого внимания заслуживают работы следующих авторов за последние пять лет:

1. М.М. Безруких в своих исследованиях акцентирует внимание на нейрофизиологических механизмах адаптации детей с разными типами темперамента к учебной нагрузке [1].
2. Н.Н. Малофеев разработал модель инклюзивного образовательного пространства, учитывающего темпераментальные особенности учащихся [8].
3. Т.О. Гордеева экспериментально доказала взаимосвязь между типом темперамента и особенностями учебной мотивации у младших школьников [4].
4. Н.Л. Коновалова предложила комплекс диагностических методик для выявления темпераментальных особенностей на этапе поступления в школу [6].

Эти исследования убедительно показывают, что учет психофизиологических особенностей учащихся должен стать неотъемлемой частью современного образовательного процесса. Как отмечает М.М. Безруких, «дифференцированный подход к обучению детей с разными типами темперамента позволяет не только облегчить процесс адаптации, но и раскрыть их познавательный потенциал» [1].

Темперамент, понимаемый как базовый компонент психологической конституции человека, представляет собой устойчивую систему психодинамических характеристик, оказывающих существенное влияние на процесс социально-психологической адаптации ребенка [9]. Особую важность этот фактор приобретает в критические периоды развития, к которым, безусловно, относится переход от дошкольного к младшему школьному возрасту. Как отмечают исследователи (Е.П. Гусева, Л.И. Божович), именно темпераментальные особенности во многом определяют [2, 5]:

- скорость и качество адаптации к новым социальным условиям;
- особенности взаимодействия с педагогами и сверстниками;
- эффективность усвоения учебных норм и требований;

- устойчивость к школьным стрессам.

Проблема исследования заключается в существующем противоречии между объективной значимостью учета темпераментальных особенностей учащихся в образовательном процессе и недостаточной разработанностью практических механизмов реализации данного подхода в условиях массовой школы. Как показывают исследования игнорирование индивидуально-типологических характеристик детей может приводить к [10]:

- повышению школьной тревожности;
- снижению учебной мотивации;
- формированию неадекватной самооценки;
- возникновению дезадаптивных форм поведения.

Целью данной статьи заключается в комплексном анализе роли темперамента в процессе адаптации младших школьников к образовательной среде, включающий:

1. Теоретическое обоснование значения темпераментальных характеристик.
2. Анализ специфики адаптационных процессов у детей с разными типами темперамента.
3. Выявление оптимальных условий для успешной адаптации различных темпераментных типов.

Теоретическая значимость исследования определяется необходимостью систематизации современных научных представлений о роли темперамента в процессе школьной адаптации, а также уточнением механизмов влияния индивидуально-типологических особенностей на различные аспекты образовательной деятельности.

Практическая ценность работы заключается в потенциальной возможности использования полученных результатов для:

- разработки дифференцированных педагогических подходов;
- создания психолого-педагогических программ сопровождения адаптации;

- оптимизации образовательной среды с учетом темпераментального разнообразия учащихся.

Современные исследования в области педагогической психологии все чаще обращаются к проблеме индивидуальных различий в процессе школьной адаптации, где темперамент занимает ключевое место как устойчивая характеристика индивидуального стиля поведения.

Научные исследования (М.М. Безруких, Л.В. Вершинина, Т.О. Гордеева) демонстрируют выраженную взаимосвязь между типом темперамента и особенностями адаптации детей к школьному обучению. Рассмотрим ключевые аспекты этой взаимосвязи, опираясь на актуальные научные данные.

Сангвинический тип темперамента. Дети-сангвиники, согласно исследованиям Л.В. Вершининой, отличаются наиболее быстрой и успешной адаптацией к школьным условиям. Их природная общительность способствует легкому установлению контактов с одноклассниками и учителями. В работе М.М. Безруких отмечается, что такие первоклассники демонстрируют высокую социальную активность, быстро включаясь в коллективные формы работы [1].

Однако, как подчеркивает Т.О. Гордеева, эта легкость в установлении социальных связей имеет и обратную сторону. Сангвиники часто проявляют поверхностность в отношениях, их дружеские связи в начальный период обучения редко бывают глубокими. В познавательной деятельности они демонстрируют хорошую скорость восприятия нового материала, но могут испытывать трудности при выполнении монотонных заданий [4].

Холерический тип темперамента. Адаптация холериков, по данным исследований М.М. Безруких, имеет свои специфические особенности. Эти дети отличаются высокой активностью, что с одной стороны помогает им быстро осваиваться в новой обстановке, а с другой - создает определенные трудности [1]. Также можно отметить, что холерики часто становятся неформальными лидерами в классе, но их импульсивность может приводить к конфликтным ситуациям.

В познавательной деятельности холерики проявляют выраженную инициативность. Однако, как показывает исследование Т.О. Гордеевой, они часто испытывают трудности при выполнении заданий, требующих последовательности и тщательности. Их познавательная активность носит волнообразный характер - они могут быстро схватывать новую информацию, но так же быстро терять к ней интерес [4].

Флегматический тип темперамента. Дети с флегматическим темпераментом, согласно данным М.М. Безруких, адаптируются к школе постепенно. Л.В. Вершинина отмечает, что их социальная интеграция происходит поэтапно - сначала они осторожно наблюдают, и лишь со временем начинают активно участвовать в жизни класса. Однако установленные ими дружеские связи отличаются особой прочностью [3].

В учебной деятельности флегматики демонстрируют основательность. Как указывает Т.О. Гордеева, они могут долго вникать в новый материал, но усваивают его очень основательно. Их познавательная активность носит систематический и последовательный характер [4].

Меланхолический тип темперамента. Адаптация меланхоликов, по исследованиям М.М. Безруких, требует особого внимания. Эти дети испытывают наибольшие трудности в процессе социальной интеграции. Л.В. Вершинина отмечает, что они долго привыкают к новому коллективу, болезненно реагируют на шум и суету школьной среды [3].

В познавательной деятельности меланхолики демонстрируют глубину восприятия, но часто сдерживаются страхом ошибки. Т.О. Гордеева подчеркивает, что их познавательная активность может быть подавлена тревожностью и неуверенностью в своих силах [4].

Анализ современных исследований (М.М. Безруких, Л.В. Вершинина, Т.О. Гордеева) показывает, что учет темпераментальных особенностей учащихся является важным условием успешной адаптации к школе. Каждый тип темперамента требует специфического педагогического подхода,

направленного на максимальное раскрытие потенциала ребенка и минимизацию возможных трудностей.

Современные исследования убедительно демонстрируют значительное влияние темперамента на процесс адаптации детей к школьному обучению. Темперамент как психобиологическая основа индивидуальности определяет стиль взаимодействия ребенка с образовательной средой, формируя уникальный паттерн адаптационных стратегий [7].

Анализ процесса школьной адаптации с точки зрения его структурных компонентов позволяет выделить три взаимосвязанных аспекта: когнитивный, эмоциональный и поведенческий. Когнитивный компонент, включающий усвоение учебных норм и развитие познавательных стратегий, у детей с разными типами темперамента формируется неравномерно. Если сангвиники и холерики быстро схватывают новые требования, то флегматики и меланхолики нуждаются в более продолжительном периоде освоения.

Эмоциональная составляющая адаптации, проявляющаяся в уровне школьной тревожности и устойчивости к стрессу, особенно ярко демонстрирует влияние темпераментальных особенностей. Дети с меланхолическим темпераментом требуют особой психологической поддержки, так как их эмоциональные реакции на школьные ситуации часто отличаются повышенной интенсивностью и длительностью.

Поведенческий аспект адаптации, включающий соблюдение правил и взаимодействие с окружением, также существенно варьирует в зависимости от темпераментных характеристик. Практика показывает, что холерики, несмотря на свою общительность, часто испытывают трудности в соблюдении школьного распорядка, тогда как флегматики, напротив, демонстрируют образцовое поведение, но могут отставать в скорости включения в новые виды деятельности.

Теоретический анализ проблемы позволяет сделать вывод о необходимости дифференцированного подхода к организации образовательной среды с учетом темпераментальных особенностей учащихся. Важно

подчеркнуть, что ни один тип темперамента не является «проблемным» по определению - трудности адаптации возникают при несоответствии между индивидуальными особенностями ребенка и требованиями школьной системы. Это положение особенно актуально в контексте современных тенденций инклюзивного образования, требующего гибкости и вариативности педагогических подходов.

Выводы. Проведенное теоретическое исследование позволило сделать ряд значимых выводов о роли темперамента в адаптации младших школьников к образовательной среде.

Темперамент как устойчивая психобиологическая характеристика оказывает системное влияние на процесс школьной адаптации, определяя:

- скорость и качество освоения новых социальных ролей;
- особенности эмоционального реагирования на учебные нагрузки;
- стиль взаимодействия с педагогами и сверстниками.

Сангвиники адаптируются лучше остальных, так как обладают сильным и уравновешенным типом нервной системы. Они активны, быстро привыкают к учебной деятельности и находят контакт со сверстниками.

Холерики также хорошо адаптируются, но у них могут возникнуть трудности из-за того, что они считают себя лучше других и стараются «влиться» в компанию более взрослых ребят. Положительной чертой холериков называют упорство и ответственность во время учебной деятельности.

У флегматиков адаптация проходит сложнее, так как их медлительность и малоподвижность затрудняют общение со сверстниками. В учебной деятельности флегматики не проявляют интереса, хотя знания усваивают хорошо и надолго.

Меланхолики сложнее всего адаптируются, так как у них слабый тип нервной системы. Из-за неуверенности, упрямства и капризов отношения со сверстниками не складываются, что сильно затрудняет адаптацию.

Современная образовательная практика демонстрирует недостаточный учет индивидуально-типологических особенностей учащихся, что приводит к:

- росту дезадаптивных явлений;
- снижению эффективности образовательного процесса;
- утрате индивидуальности в обучении.

На основании проведенного анализа предлагается концепция «адаптивной образовательной среды», включающая:

Дифференциацию педагогических подходов:

- Для холериков - четкое структурирование деятельности, канализация энергии.
- Для сангвиников - поддержание познавательного интереса, развитие усидчивости.
- Для флегматиков - учет индивидуального темпа работы, постепенное усложнение заданий.
- Для меланхоликов - эмоциональная поддержка, щадящий режим нагрузок.

Модернизацию системы оценивания:

- Введение многокритериальной оценки.
- Учет индивидуального прогресса.
- Минимизация стрессогенных факторов.

Развитие психолого-педагогического сопровождения:

- Ранняя диагностика темпераментных особенностей.
- Разработка индивидуальных образовательных маршрутов.
- Тренинги саморегуляции для учащихся.

Перспективными направлениями дальнейших исследований могут стать:

- изучение влияния цифровой образовательной среды на проявления темперамента.
- разработка технологий нейропсихологической коррекции.
- создание алгоритмов автоматизированного учета индивидуальных особенностей.

Заключение. Проведенное исследование подтвердило ключевую роль темперамента в процессе школьной адаптации. Реализация предложенной

концепции позволит создать более гибкую и эффективную систему начального образования, соответствующую принципам персонализации и гуманизации обучения. Особое значение имеет разработка практических инструментов для педагогов, позволяющих учитывать темпераментальное разнообразие учащихся в повседневной образовательной практике.

Дальнейшее изучение проблемы видится в междисциплинарном ключе с привлечением достижений нейропедагогики, дифференциальной психологии и цифровой дидактики.

Список литературы:

1. Безруких М.М. Трудности обучения в начальной школе: причины, диагностика, комплексная помощь. 4-е изд., перераб. и доп. М.: Директ-Медиа. 2023. 501 с.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер. 2008. 400 с.
3. Вершинина Л.В. Дифференцированный подход к детям с разным типом темперамента // Международный научно-исследовательский журнал. 2012. №7 (7).
4. Гордеева Т.О. Внутренняя и внешняя учебная мотивация академически успешных школьников // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. №3. С. 33-45
5. Гусева Е.П. Психологическая характеристика типов нервной деятельности и темперамента // LiveLib – URL: <https://www.livelib.ru/book/108232/readpart-psihologiya-lichnosti-konspekt-lektsij-tamara-ivanovna-guseva/~7>
6. Коновалова Н.Л. Психологические особенности личности младшего школьника. М.: Владос. 2004. 208 с.
7. Либин А.В. Дифференциальная психология: учебник для вузов / 6-е изд., испр. и доп. М.: Юрайт. 2025. 442 с.

8. Малофеев Н.Н. Инклюзивное образование: от методологии к практике. М.: Просвещение. 2021.
9. Русалов В.М. Темперамент в структуре индивидуальности человека: дифференциально-психофизиологические и психологические исследования. М.: ИП РАН. 2012. 528 с.
10. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М.: Прогресс. 1982. 231 с.

UDC 159.923

**INFLUENCE OF THE NERVOUS SYSTEM TYPE (TEMPERAMENT) ON
THE PROCESS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF PRIMARY
SCHOOL CHILDREN TO EDUCATIONAL ENVIRONMENT**

Yana V. Shevtsova

candidate of psychological sciences, associate professor

shevcovayanavic@ya.ru

Svetlana V. Shelyganova

master's student

lana.shelyganova.87@mail.ru

Kherson State Pedagogical University

Kherson, Russia

Abstract. The article presents a theoretical analysis of the influence of temperamental characteristics on the adaptation process of primary school children to the educational environment. Based on a systematic review of psychological and pedagogical literature, the key characteristics of the main temperament types (sanguine, choleric, phlegmatic, and melancholic) and their specific manifestations in primary school settings are examined. Particular attention is paid to the mechanisms through which temperament affects such aspects of adaptation as emotional stability,

social integration, and cognitive activity. The study synthesizes contemporary scientific perspectives on the relationship between individual typological characteristics of students and their success in mastering a new social role. The theoretical necessity of considering temperamental traits in the organization of the educational process is substantiated. The article provides a comprehensive analysis of existing research on this topic, identifying promising directions for further scientific inquiry into individualized approaches to education.

Keywords: temperament, school adaptation, primary school children, educational environment, individual differences.

Статья поступила в редакцию 10.09.2025; одобрена после рецензирования 20.10.2025; принята к публикации 31.10.2025.

The article was submitted 10.09.2025; approved after reviewing 20.10.2025; accepted for publication 31.10.2025.