



Темпераменты человека и их характеристика

Типы нервной системы
Выделяют два основных
типа нервной системы

Сильный

Слабый

Сильный тип ЦНС

- тип сильный, но неуравновешенный, который характеризуется преобладанием возбуждения над торможением;
- тип сильный, уравновешенный, с большой подвижностью нервных процессов («живой», подвижный тип);
- тип сильный, уравновешенный, с малой подвижностью нервных процессов («спокойный», малоподвижный, или инертный, тип);

Слабый тип ЦНС

тип слабый, характеризующийся
чрезвычайно слабым
развитием как возбуждения, так и
торможения;

для него характерна быстрая истощаемость,
приводящая к потере работоспособности.

Холерик

Холерик — это человек, с сильным но неуравновешенным типом нервной системы с преобладанием возбуждения над торможением, такой человек реагирует очень быстро, принимает необдуманные решения, резок в суждениях, вспыльчив, реакции быстрые и эмоциональные. В деятельности он быстро загорается идеей, но так же быстро она ему надоедает. Быстро теряет интерес, переключает внимание. Обладает хорошей памятью, организаторскими способностями.



Сангвиник

Сангвиник — человек с сильной, уравновешенной, подвижной нервной системой; быстро принимает решения, отличается оптимизмом, способностью сконцентрироваться, высокой стрессоустойчивостью. Он быстро переключает внимание, способен концентрироваться на деятельности. Однако склонен к поверхностности интересов, увлечен многими идеями сразу. Не всегда доводит дело до конца. Не обидчив, оптимист. Хороший организатор. Обладает хорошей памятью, быстрым мышлением, богатым воображением — главное удержать его внимание на выполняемой деятельности.





Флегматик

Флегматик — с сильной, уравновешенной, но инертной нервной системой. Он спокоен, неразговорчив, способен выполнять деятельность в течение долгого времени, усидчив, склонен к кропотливой работе, высокая способность к концентрации. Очень обидчив, злопамятен, верный друг. Психике свойственна некоторая ригидность, вязкость. Плохо переключает внимание, реакции замедленные, не способен принимать быстрые решения, реакции замедленны

Меланхолик

Меланхолик — человек со слабой нервной системой, чувствителен к раздражителям, быстро утомляемый, очень эмоционален. Склонности к художественной деятельности, высокая эмпатия, сопереживание, способность заниматься творческой деятельностью. Медленная переключаемость психических реакций, неустойчивость внимания, склонность к рефлексии и самоанализу, высокая наблюдательность.



Альтернативная классификация

И. П. Павлов выделил еще три «чисто человеческих типа» высшей нервной деятельности:

Мыслительный;

Художественный;

средний.