

министерство образования и науки российской федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«МОСКОВСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

---

Институт детства  
Дефектологический факультет  
Кафедра инклюзивного образования и сурдопедагогики

# ТИПЫ ВЫСШЕЙ НЕРВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕМПЕРАМЕНТ

Выполнили студентки 307 группы  
Запольская Марина  
Борзых Юлия

Тип высшей нервной деятельности – это совокупность врождённых и приобретённых свойств нервной системы, определяющих характер взаимодействия организма с окружающей средой и находящих своё отражение во всех функциях организма.





В основе типа высшей нервной деятельности лежат индивидуальные особенности протекания в центральной нервной системе двух нервных процессов: возбуждения и торможения.

Согласно взглядам Ивана Петровича Павлова основными являются три свойства нервных процессов:

1. Сила процессов возбуждения и торможения (связана с работоспособностью нервных клеток).
2. Уравновешенность нервных процессов (связана с соотношением процессов возбуждения и торможения по их силе).
3. Подвижность процессов возбуждения и торможения (связана со способностью нервных процессов сменять друг друга).

# Сила процессов возбуждения и торможения

- ▶ **Сила процессов возбуждения** характеризуется: высокой работоспособностью; инициативностью; решительностью; смелостью; мужеством; упорством в преодолении жизненных трудностей; способностью решать без срывов нервной деятельности сложные ситуации.
- ▶ **Сила процессов торможения** характеризуется: самообладанием; терпеливостью; высокой способностью к сосредоточиванию, к дифференцированию допустимого, возможного от недопустимого и невозможного.
- ▶ **Слабость нервных процессов** характеризуется: низкой работоспособностью; повышенной утомляемостью; слабой выносливостью; нерешительностью в сложных ситуациях, и быстрым наступлением при этом невротических срывов; стремлением избегать трудности, препятствия, активной работы и напряжения; малой инициативностью; отсутствием настойчивости.

## Уравновешенность нервных процессов

- ▶ ***Уравновешенность нервных процессов*** характеризуется: ровным поведением и отношением к людям; сдержанностью; способностью к самообладанию, сосредоточенности, ожиданию; способностью легко и быстро засыпать; ровной речью, с правильной и выразительной интонацией.
- ▶ ***Неуравновешенность с преобладанием возбуждения*** характеризуется: повышенной впечатлительностью; нервозностью поведения, причём по сильному типу это выражается в склонности к крику, по слабому типу – в уходе в себя, в слезливости; беспокойным сном с частыми сновидениями кошмарного содержания; быстрой речью (скороговоркой).

# Подвижность процессов возбуждения и торможения

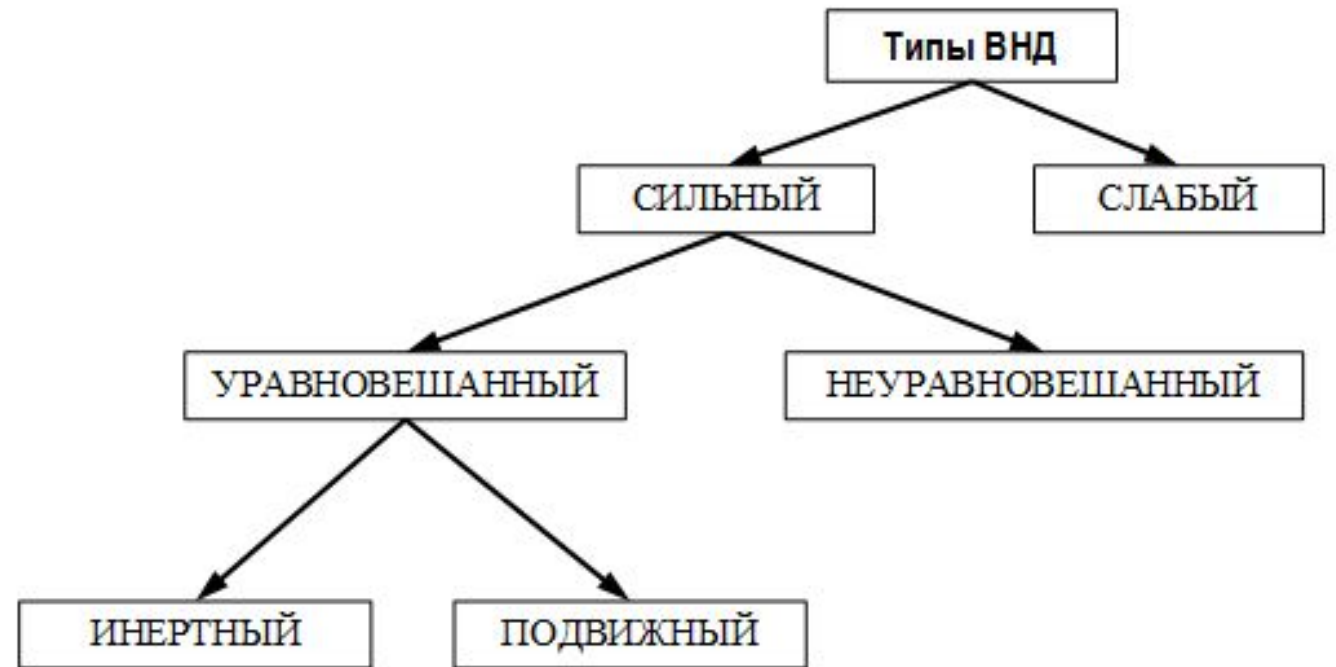
***Подвижность нервных процессов***  
характеризуется: достаточно лёгким и быстрым переходом к новому делу; быстрой переделкой привычек и навыков; лёгкостью засыпания и пробуждения.

***Инертность нервных процессов***  
характеризуется: трудностью перехода к новому делу и переделки привычек и навыков; трудностью пробуждения; спокойным сном со сновидениями без кошмаров; замедленной речью.

# Типы ВНД

На основе всевозможной комбинации трёх основных свойств нервных процессов происходит формирование большого разнообразия типов ВНД.

По классификации И.П.Павлова выделяют четыре основных типа ВНД, отличающихся по устойчивости к невротизирующим факторам и адаптивным свойствам.



*Сильный, неуравновешенный, («безудержный») тип* характеризуется сильными процессами возбуждения, которые преобладают над торможением. Это человек увлекающийся; с высоким уровнем активности; энергичный; вспыльчивый; раздражительный; с сильными, быстро возникающими эмоциями, ярко отражающимися в речи, жестах, мимике.



*Сильный, уравновешенный, подвижный (лабильный или живой) тип* отличается сильными процессами возбуждения и торможения, их уравновешенностью и способностью к лёгкой смене одного процесса другим. Это человек с большим самообладанием; решительный; преодолевающий трудности; энергичный; умеющий быстро ориентироваться в новой обстановке; подвижный; впечатлительный; с ярким выражением эмоций и лёгкой их сменяемостью.

*Сильный, уравновешенный, инертный (спокойный) тип* характеризуется сильными процессами возбуждения и торможения, их уравновешенностью, но низкой подвижностью нервных процессов. Это человек весьма работоспособный; умеющий сдерживаться; спокойный; медлительный; со слабым проявлением чувств; трудно переключающийся с одного вида деятельности на другой; не любит изменять свои привычки.

*Слабый тип* отличается слабыми процессами возбуждения и легко возникающими тормозными реакциями. Это человек слабовольный; унылый; тоскливый; с высокой эмоциональной ранимостью; мнительный; склонный к мрачным мыслям; с угнетённым настроением; замкнут; пуглив; легко поддаётся чужому влиянию.

Эти типы  
дея  
соо  
тем  
описанн

Свойства нервных процессов	Темпераменты (по Гиппократу)			
	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Меланхолик
Сила	Сильный	Сильный	Сильный	Слабый
Уравновешенность	Неуравновешенный, с преобладанием процесса возбуждения	Уравновешенный	Уравновешенный	—
Подвижность	—	Подвижный	Инертный	—



Наряду с указанными общими для человека и животных типами ВНД И. П.Павлов выделил специально человеческие типы (частные типы) на основе различного соотношения первой и второй сигнальных систем:



Художественный тип характеризуется незначительным преобладанием первой сигнальной системы над второй. Для представителей этого типа свойственно предметное, образное восприятие окружающего мира, оперируемое в тонких, умозрительных заключениях. Им свойственны как образные впечатления, так и абстрактные образы.

Мыслительный тип отличается преобладанием второй сигнальной системы над первой. Этому типу свойственно выраженная способность к абстрактному восприятию, оперируемое все окружающее в умозрительных заключениях. Им свойственны как образные впечатления, так и абстрактные образы.

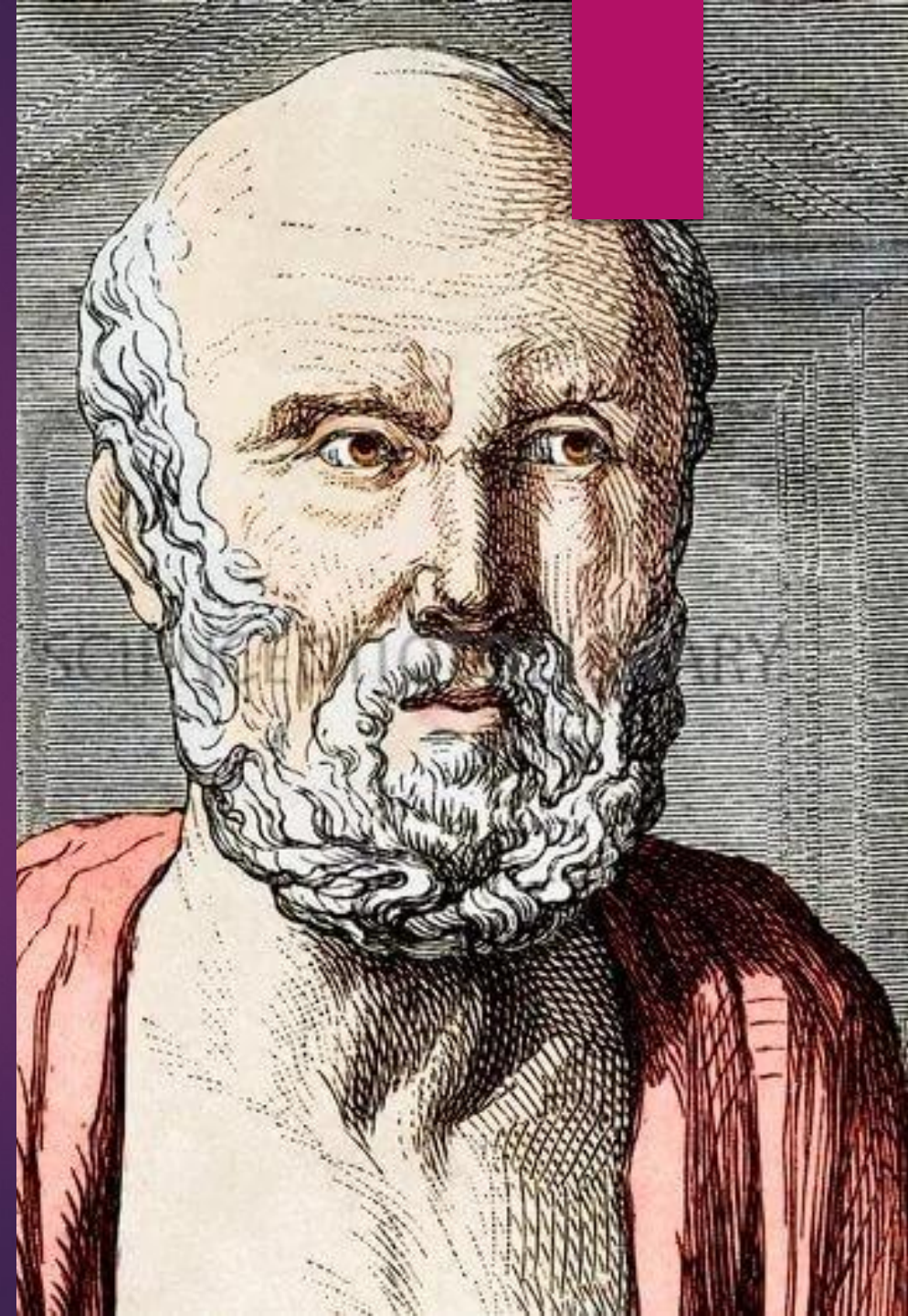


# Темперамент



Темперамент — природно обусловленная склонность индивида к определенному стилю поведения. В нем проявляются чувствительность индивида к внешним воздействиям, эмоциональность его поведения, импульсивность или сдержанность, общительность или замкнутость, легкость или затрудненность социальной адаптации.

Название темпераментов впервые ввел древнегреческий врач Гиппократ, который связывал виды темпераментов с преобладанием в организме человека различных жидкостей: крови (сангвис) — у сангвиника, желтой желчи (холэ) — у холерика, слизи (флегмы) — у флегматика и черной желчи (мелайна холэ) — у меланхолика.



# САНГВИНИК

Человек с повышенной реактивностью, но при этом активность и реактивность у него уравновешены. Способен быстро сосредоточиться, дисциплинирован, при желании может сдерживать проявление своих чувств и непроизвольные реакции. Ему присущи быстрые движения, гибкость ума, находчивость, быстрый темп речи, быстрое включение в новую работу. Высокая пластичность проявляется в изменчивости чувств, настроений, интересов, стремлений. Сангвиник легко сходится с новыми людьми, быстро привыкает к новым требованиям и обстановке. Без усилий не только переключается с одной работы на другую, но и в большей степени откликается на внешние впечатления, чем на субъективные образы и представления о прошлом и будущем, экстраверт.





# ХОЛЕРИК

Как и сангвиник отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью. Но у холерика реактивность явно преобладает над активностью, поэтому он не обуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда — большая устойчивость стремлений и интересов, большая настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания, он скорее экстраверт.



# ФЛЕГМАТИК

Флегматик обладает высокой активностью, значительно преобладающей над малой реактивностью, малой чувствительностью и эмоциональностью. Его трудно рассмешить и опечалить. Обычно у него бедная мимика, движения не выразительны и замедлены, так же как и речь. Он не находчив, с трудом переключает внимание и приспосабливается к новой обстановке, медленно перестраивает навыки и привычки. При этом он энергичен и работоспособен. Отличается терпеливостью, выдержкой, самообладанием. Как правило, он трудно сходится с новыми людьми, слабо откликается на внешние впечатления, интраверт.



# МЕЛАНХОЛИК

Человек с высокой чувствительностью и малой реактивностью. Повышенная чувствительность при большой инертности приводит к тому, что незначительный повод может вызвать у него слезы, он чрезмерно обидчив, болезненно чувствителен. Мимика и движения его невыразительны, голос тихий, движения бедны. Обычно он неуверен в себе, робок, малейшая трудность заставляет его опускать руки. Меланхолик неэнергичен и ненастойчив, легко утомляется и мало работоспособен. Ему присуще легко отвлекаемое и неустойчивое внимание, и замедленный темп всех психических процессов. Большинство меланхоликов — интроверты.



Совокупность свойств нервной деятельности, интегрирующихся в темпераменте, обуславливает ряд следующих психических особенностей индивида.

1. Скорость и интенсивность психических процессов, психическую активность, мышечно-моторную экспрессивность.
2. Преимущественную подчиненность повеления внешним впечатлениям — экстраверсия или преимущественная его подчиненность внутреннему миру человека, его чувствам, представлениям — интроверсия.
3. Пластичность, адаптированность к внешним изменяющимся условиям, подвижность стереотипов, их гибкость либо ригидность.
4. Чувствительность, сензитивность, восприимчивость, эмоциональная возбудимость, сила эмоций, их устойчивость. С эмоциональной устойчивостью связаны уровни тревожности и напряженности.

В отдельных видах темперамента происходит «смещение» рассмотренных качеств в индивидуальных пропорциях.

# Темперамент как врожденный тип психической саморегуляции:

Рассмотренные выше четыре вида темперамента обычно не бывают представлены в чистом виде. Люди, как правило, обладают смешанными темпераментами, но тот или иной вид темперамента преобладает. Теоретически разделяя темпераменты на четыре вида, следует различать индивидуальный тип темперамента и соответствующий ему комплекс особенностей высшей нервной деятельности. Так, в пределах слабого типа высшей нервной деятельности различаются несколько разновидностей по уравновешенности и подвижности нервных процессов.

Психические состояния, вызываемые различными жизненными обстоятельствами, в значительной мере зависят от типа темперамента человека. Однако его культура поведения зависит не от темперамента, а от воспитания. В зависимости от того, как человек относится к тем или иным явлениям, жизненным задачам, окружающим людям, он мобилизует соответствующую энергию, становится способным к длительным напряжениям, заставляет себя изменить скорость своих реакций и темп работы. Воспитанный и достаточно волевой холерик способен проявлять сдержанность, переключать внимание на другие объекты, хотя это ему дается с большим трудом, чем, например, флегматику.

Исследования Ивана Петровича Павлова (русский учёный, физиолог) показали, что свойства личности зависят от природной нейрофизиологической организации человека, но не определяются ею. В экспериментах И. П. Павлова было доказано, что нервная деятельность пластична, поддается изменениям. «Образ поведения человека и животного обусловлен не только прирожденными свойствами нервной системы, но и теми влияниями, которые падали и постоянно падают на организм во время его индивидуального существования, т. е. зависит от постоянного воспитания или обучения в самом широком смысле этих слов. И это потому, что рядом с указанными выше свойствами нервной системы непрерывно выступает и важнейшее свойство — высочайшая пластичность».

Исследование темперамента слабослышащих и глухих не проводилось, так как в данном случае нет специфических отличий от слышащих.



Новейшие данные исследования, выполненные под руководством Б. М. Теплова, В. Д. Небылицына, В. С. Мерлина, а также работы Л. И. Уманского, А. В. Пенской показали, что эта широко известная классификация людей по особенностям их нервной системы требует значительных уточнений. Так, В. С. Мерлин считает необходимым при изучении темпераментных свойств человека отдельно определять силу, степень возбуждательных и тормозных процессов эмоций и воли. Существенные поправки в ранее установленную классификацию типов высшей нервной деятельности внес В. Д. Небылицын. Продолжая многолетние исследования Б. М. Теплова и его сотрудников, В. Д. Небылицын ввел новый существенный признак нервной деятельности — динамичность. Это свойство выступает как «свойство нервной системы, определяющее ее способность к формированию реакций, адекватных условиям опыта... способность к «научению» в широком смысле этого слова...».



# Среди качеств темперамента особо выделяются также ригидность и пластичность.

*Ригидность* — инертность, консервативность, трудность переключаемости психической деятельности.

Существуют несколько видов ригидности:

сенсорная - пролонгирование ощущения после прекращения действия стимула;

моторная - трудность перестройки привычных движений;

эмоциональная - продолжение эмоционального состояния после прекращения эмоционального воздействия;

памяти - пересерверация, навязчивость образов памяти;

мышления - инерция суждений, установок, способов решения задач.

Качество, противоположное ригидности, — пластичность, гибкость,  
подвижность, адекватность.

К особенностям темперамента относится и такое психическое явление, как тревожность — напряженность, повышенная эмоциональная возбудимость в ситуациях, интерпретируемых индивидом в качестве угрожающих. Личности с повышенным уровнем тревожности склонны к поведению, неадекватному степени угрозы. Повышенный уровень тревожности вызывает стремление уйти от восприятия угрожающих событий, произвольно сужая поле восприятия в стрессогенной ситуации.

# Список литературы

- ▶ <http://www.braintools.ru/article/9554>
- ▶ <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/issledovanie-temperamenta.html>
- ▶ <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/temperament.html>
- ▶ <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/temperament-i-harakter.html>

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

