

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №29

Итоговый индивидуальный проект
Исследование акцентуации характера у учащихся 11А класса

Автор: Маркевич Вероника,
обучающаяся 11А класса

Руководитель: Климчик Венера Аликовна,
педагог-психолог МБОУ СОШ №29

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	стр. 3-4
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА.	
1.1. Понятие характер, акцентуации характера	стр.4-6
1.2. Типы акцентуации по К.Леонгарду.	стр.6-16
1.3. Типы акцентуации по А.Е. Личко.	стр.16-21
ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА У УЧАЩИХСЯ 10-11 КЛАССОВ	
2.1. Организация и проведение исследования	стр. 21
2.2. Результаты диагностики акцентуации характера у учащихся МБОУ СОШ №29	стр.22-25
Заключение	стр. 25-26
Библиографический список	стр.26-27
Приложения	стр. 28-31

ВВЕДЕНИЕ

Обоснование выбора темы

«Трудный характер» – распространенное выражение. Часто под ним подразумевается характеристика человека, с наличием ярких и устойчивых проявлений личности, которые затрудняют его общение с окружающими. Речь идёт о так называемых акцентуациях характера, когда личностные особенности определяют весь стиль поведения человека и при этом возникают особые коммуникативные сложности. Акцентуации характера проявляются в любом возрасте, особенно ярко в подростковом. Затем постепенно сглаживаются, но при неблагоприятных обстоятельствах они закрепляются и становятся отличительной характеристикой взрослой личности [2].

Актуальность

Акцентуация характера - не патология, а свидетельство о наиболее яркой представленности черт характера. Распознавание акцентуаций на ранних этапах формирования человека способствует их смягчению и ослаблению. Если же своевременно не были устранены обстоятельства, способствующие появлению и развитию акцентуированных черт, то мы встречаемся с личностью трудной, проблемной. Тогда важно разобраться в особенностях акцентуаций характера данного конкретного человека, его сильных сторонах и ограничениях с тем, чтобы выстроить эффективные взаимоотношения с ним [2].

Цель – выявление акцентуации характера у учащихся 11А класса.

Задачи:

1. Изучить подходы к пониманию акцентуации характера;
2. Узнать основные проявления каждого типа акцентуации характера;
3. Выявить типы акцентуации характера у учащихся 11А класса;
4. Проанализировать данные, полученные в процессе исследования;
5. Разработать комплекс рекомендаций для обучающихся по нивелированию акцентуаций характера подростков.

Объект исследования: обучающиеся МБОУ СОШ №29 в возрасте 16-17 лет.

Предмет исследования: типы акцентуаций характера учащихся.

Гипотеза: Знание особенностей акцентуации своего характера позволяет учащимся более оптимально взаимодействовать с окружающими людьми, помогает становлению и развитию личности.

Для реализации поставленных задач и проверки гипотезы исследования были использованы следующие **методы исследования:**

- теоретические: теоретический анализ литературы, анализ и систематизация полученных данных;
- эмпирические: опросные методы (методика Г. Шмишека, К. Леонгарда. «Акцентуация характера личности»);
- вспомогательные методы: статистический и математический (интерпретация результатов исследования).

Практическая значимость: Проект может быть использован учащимися, родителями, классными руководителями в целях эффективного взаимодействия людей с разными типами акцентуацией характера.

Новизна работы проявляется в уровне обобщения материалов.

Продукт проекта: разработка мной индивидуальных рекомендации учащимся с ярко выраженными акцентуациями характера.

Срок работы над проектом: 1 год.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ АКЦЕНТУАЦИИ

1.1. Понятие характер, акцентуация характера

Характер – индивидуальное сочетание наиболее устойчивых, существенных особенностей личности, проявляющихся в поведении человека, в определенных отношениях к себе, к другим людям, к порученному делу, к вещам [2]. Характером называют своеобразное сочетание устойчивых психических особенностей человека, обуславливающих типичные для него индивидуальные способы поведения в определенных жизненных условиях и ситуациях. Своеобразие характера человека проявляется в системе его

отношений к действительности: к другим людям (общительность – замкнутость, тактичность – грубость); к делу (ответственность – недобросовестность, трудолюбие – ленность); к себе (скромность – бахвальство, гордость – униженность); к имуществу (щедрость – жадность, бережливость – расточительность)... [5]. Характер тесно связан с моралью, убеждениями и мировоззрением. Благодаря этой связи черты характера определяют социальную позицию индивида. Относительная устойчивость характера не исключает его высокой пластичности, что имеет большое значение для его целенаправленного формирования [5].

Характер – это те черты человека, которые могут быть ярко выраженными и переходить в крайний вариант нормы и быть уязвимым к психогенным воздействиям [2]. Результатом этого становится дисгармония личности. Следовательно, речь идёт об акцентуации характера. Это заострённые черты характера, которые несут определённые проблемы складу личности. Акцентуация – выделение, подчёркивание некоего свойства или признака на фоне прочих, его особенное развитие [4]. В психологии — несколько преувеличенное, но в рамках психологической нормы развитие неких психологических черт или особенностей субъекта.

Акцентуация характера – это крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены [5].

Понятие «акцентуация» впервые ввел немецкий психиатр и психолог, профессор неврологии неврологической клиники Берлинского университета Карл Леонгард, автор концепции *«акцентуированных личностей»*, которая послужила теоретической основой для создания личностного опросника, разработанного в 1970 году другим немецким психиатром и психологом – Г. Шмишеком. [2]. В наиболее лаконичном виде **акцентуацию** можно определить как дисгармоничное развитие характера, сильную выраженность его отдельных черт, что обуславливает повышенную уязвимость личности в отношении определенного рода воздействий. Акцентуация затрудняет адаптацию личности в некоторых специфических ситуациях. При этом важно

подчеркнуть, что избирательная уязвимость в отношении определенного рода воздействий, имеющая место при той или иной акцентуации, может сочетаться с хорошей или даже повышенной устойчивостью к другим воздействиям. Точно так же, адаптационные затруднения личности в некоторых специфичных ситуациях могут сочетаться с хорошими способностями к социальной адаптации в других ситуациях [2]. Карл Леонгард разработал известную классификацию акцентуаций личности, кроме того, широкое распространение имеет классификация акцентуаций характера известного детского психиатра, профессора, советского психиатра А.Е. Личко. Однако, и в том и другом подходе сохраняется общее понимание смысла акцентуаций [1]. В 1977 году А.Е. Личко предложил использовать более точный и узкий термин «акцентуация характера». Акцентуированные личности не являются патологией. Оно лишь характеризуется выделением ярких черт характера в ущерб другим чертам, из-за чего ухудшается взаимодействие с окружающей средой.

По мнению Леонгарда, акцентуации личности, прежде всего, проявляются в общении с другими людьми [4]. Подростковый возраст является периодом становления характера - в это время формируется большинство характерологических типов. Именно в этом возрасте акцентуации характера выступают наиболее ярко. У подростков от типа акцентуации характера зависит многое - особенности нарушений поведения, острых аффективных реакций и неврозов. Особенности характера при акцентуациях могут проявляться не постоянно, а лишь в определенных условиях, когда жизненная ситуация предъявляет повышенные требования к наиболее слабому звену характера, и почти не обнаруживаются в обычных условиях [5].

1.2. Типы акцентуации по К. Леонгарду.

Что же обозначают понятия «акцентуация» и «акцентуированная личность»? Согласно концепции Леонгарда, черты личности могут быть разделены на основные и дополнительные. Основных черт значительно

меньше, но они являются стержнем личности, определяют ее развитие и психическое здоровье [3]. При высокой степени выраженности (акцентуации) основные черты накладывают отпечаток на личность в целом. Соответственно, личности с высокой степенью выраженности основных черт называются акцентуированными. Важно подчеркнуть, что, хотя акцентуации и обладают тенденцией к переходу в патологические состояния, акцентуированные личности не являются патологическими. Леонгард отмечал, что в акцентуированных личностях потенциально заложены как возможности социально положительных достижений, так и социально отрицательный заряд. Легкая степень выраженности акцентуации, чаще всего, связана с положительными проявлениями личности, высокая – с отрицательными проявлениями. О патологии можно вести речь только в том случае, когда акцентуированная черта выражена в очень сильной степени и оказывает разрушительное воздействие на личность в целом [2]. Очень многое зависит от жизненных обстоятельств. Конечно, человек без намека на акцентуацию, вероятно, не склонен развиваться в сторону психической патологии, но столь же маловероятно, что он как-нибудь отличится и в положительную сторону. Если бы все черты были выражены средне, то и мы были бы похожи друг на друга. Однако каждый из нас несет отпечаток своей индивидуальности. Следовательно, в каждом из нас какие-то черты хоть немного, но акцентуированы [1].

Для понимания проблемы проекта необходимо узнать какие типы существуют и как их объясняют разные ученые.

Классификация К. Леонгарда базируется на десяти типах акцентуации таких как: 1) демонстративный, 2) педантический, 3) застревающий, 4) возбудимый, 5) гипертимический, 6) дистимический, 7) тревожный, 8) эмотивный, 9) циклотимический, 10) экзальтированный. [1].

- 1. Демонстративный тип.** Характеризуется повышенной способностью к вытеснению, демонстративностью поведения, живостью, подвижностью, легкостью в установлении контактов. Склонен к фантазерству, лживости и

притворству, направленным на приукрашивание своей персоны, авантюризму, артистизму, к позерству. Им движет стремление к лидерству, потребность в признании, жажда постоянного внимания к своей персоне, жажда власти, похвалы; перспектива быть незамеченным отягощает его. Он демонстрирует высокую приспособляемость к людям, эмоциональную лабильность (легкую смену настроений) при отсутствии действительно глубоких чувств, склонность к интригам (при внешней мягкости манеры общения). Отмечается беспредельный эгоцентризм, жажда восхищения, сочувствия, почитания, удивления. Обычно похвала других в его присутствии вызывает у него особо неприятные ощущения, он этого не выносит. Стремление к компании обычно связано с потребностью ощутить себя лидером, занять исключительное положение. Самооценка сильно далека от объективности. Может раздражать своей самоуверенностью и высокими притязаниями, сам систематически провоцирует конфликты, но при этом активно защищается. Обладая патологической способностью к вытеснению, он может полностью забыть то, о чем он не желает знать. Это расковывает его во лжи. Обычно лжет с невинным лицом, поскольку то, о чем он говорит, в данный момент, для него является правдой; по-видимому, внутренне он не осознает свою ложь, или же осознает очень неглубоко, без заметных угрызений совести.

Профессиональная деятельность: Люди с демонстративным типом акцентуации могут произносить блестящие, зажигательные, убедительные речи; умеют чувствовать аудиторию, способны увлечь других неординарностью мышления и поступков. Они прекрасно *подходят для выполнения представительских функций, проведения презентаций и своеобразной рекламы действий и идей.* Как правило, обладают широким спектром знаний во многих сферах деятельности, но, к сожалению, эти знания не отличаются глубиной [1].

Таким людям не хватает скрупулезности в работе, принципиальности, умения работать усердно и кропотливо, они не способны к длительной концентрации воли. В то же время жаждут повышенной оценки, стремятся показать свое

превосходство и практически никогда не осознают своих ошибок. Если сталкиваются с трудностями, то часто перекалывают их на плечи других. Могут использовать «бегство в болезнь» не только для того, чтобы привлечь к себе внимание и вызвать жалость, но и как способ уклонения от выполнения обязанностей, избегания трудностей. Демонстративные личности часто меняют место работы и профессию. Увольнение с работы, которая якобы является слишком тяжелой, сопровождается демонстрацией «истощения нервной системы», «переутомления», о которых объективно речь не идет [1].

2. Застревающий тип. Для людей этого типа характерна высокая устойчивость аффекта, то есть стойкость сильных эмоциональных переживаний [1]. Его характеризует умеренная общительность, занудливость, склонность к нравоучениям, неразговорчивость. Часто страдает от мнимой несправедливости по отношению к себе. В связи с этим проявляет настороженность и недоверчивость по отношению к людям, чувствителен к обидам и огорчениям, уязвим, подозрителен, отличается мстительностью, долго переживает происшедшее, не способен «легко отходить» от обид. Для него характерна заносчивость, часто выступает инициатором конфликтов. Самонадеянность, жесткость установок и взглядов, сильно развитое честолюбие часто приводят к настойчивому утверждению своих интересов, которые он отстаивает с особой энергичностью. Стремится добиться высоких показателей в любом деле, за которое берется и проявляет большое упорство в достижении своих целей [1]. Основной чертой является склонность к аффектам (правдолюбие, обидчивость, ревность, подозрительность), инертность в проявлении аффектов, в мышлении, в моторике.

Профессиональная деятельность: Такие люди отличаются способностью к длительному волевому напряжению. **Это неутомимые и целеустремленные труженики, обладающие чувством долга, принципиальные, требовательные к себе и другим, настойчивые и последовательные.** Их характеризует умеренная общительность, занудство, склонность к

нравоучениям. Почти всегда несговорчивы и не терпят возражений. Поэтому **переговорная деятельность им просто противопоказана** [1].

3. Педантичный тип. Характеризуется ригидностью, инертностью психических процессов, тяжестью на подъем, долгим переживанием травмирующих событий. В конфликты вступает редко, выступая скорее пассивной, чем активной стороной. В то же время очень сильно реагирует на любое проявление нарушения порядка. Пунктуален, аккуратен, особое внимание уделяет чистоте и порядку, скрупулезен, добросовестен, склонен жестко следовать плану, в выполнении действий нетороплив, усидчив, ориентирован на высокое качество работы и особую аккуратность, склонен к частым самопроверкам, сомнениям в правильности выполненной работы.

Свойственные им нерешительность и осторожность затрудняют принятие решений. Прежде чем что-либо сделать, они долго и тщательно все обдумывают, многократно перепроверяют. Им свойственны нежелание резких перемен и неспособность брать на себя ответственность [1].

Профессиональная деятельность: Это люди долга: если что-то пообещали — обязательно сделают, причем основательно и хорошо. **Из них получаются прекрасные бухгалтера, экономисты, финансисты.** Они незаменимы в работе, для выполнения которой требуется большая точность и аккуратность [1].

Люди с педантичным типом акцентуации на службе часто ведут себя как бюрократы, предъявляя к окружающим много формальных требований. Педантичные личности чрезвычайно постоянны. Они не любят менять работу, дорожат ею, любят свой коллектив, как правило, не очень стремятся к повышению по службе и могут проработать на одном месте всю жизнь. [1].

4. Возбудимый тип. Главной особенностью возбудимых личностей является импульсивность и инстинктивность поведения [1]. Недостаточная управляемость, ослабление контроля над влечениями и побуждениями сочетаются у людей такого типа с властью физиологических влечений. Ему характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость,

занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Раздражителен, вспыльчив, часто меняет место работы, неуживчив в коллективе. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков. Для него никакой труд не становится привлекательным, работает лишь по мере необходимости, проявляет такое же нежелание учиться. Равнодушен к будущему, целиком живет настоящим, желая извлечь из него массу развлечений. Повышенная импульсивность или возникающая реакция возбуждения гасятся с трудом и могут быть опасны для окружающих. Он может быть властным, выбирая для общения наиболее слабых.

В обычном состоянии — это заботливые, хозяйственные и добрые люди, готовые оказать любую помощь [1].

Профессиональная деятельность: Такие люди много внимания уделяют своему физическому здоровью в отличие от интеллектуального развития. Эта акцентуация проявляется особенно выраженным упрямством и напористостью преимущественно в физической работе, повышенным чувством соперничества, ревнивым и задиристым характером, склонностью к накоплению отрицательных эмоций с последующим взрывом аффекта. Поэтому на одном месте долго не задерживаются и отдают предпочтение работе, где являются сами себе начальниками. [1].

5. Гипертимический тип. Главной особенностью является преимущественное пребывание в приподнятом настроении. Они энергичны, бодры, жизнерадостны [1]. Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими [5]. Часто спонтанно отклоняются от первоначальной темы в разговоре. Везде вносят много шума, любят компании сверстников, стремятся ими командовать. Они почти всегда имеют очень хорошее настроение, хорошее самочувствие, высокий жизненный тонус,

нередко цветущий вид, хороший аппетит, здоровый сон, склонность к чревоугодию и иным радостям жизни. Это люди с повышенной самооценкой, веселые, легкомысленные, поверхностные и, вместе с тем, деловитые, изобретательные, блестящие собеседники; люди, умеющие развлекать других, энергичные, деятельные, инициативные. Большое стремление к самостоятельности может служить источником конфликтов. Им характерны вспышки гнева, раздражения, особенно когда они встречают сильное противодействие, терпят неудачу. На замечания реагируют бурно, но отходчивы и незлопамятны. Склонны к аморальным поступкам, повышенной раздражительности, прожектерству. Испытывают недостаточно серьезное отношение к своим обязанностям. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

Такие люди способны вести за собой, пользуются авторитетом, в коллективе бывают в центре внимания, обладают живым интеллектом. У них хорошо развиты волевые компоненты поведения, поэтому во всех проявлениях эти люди быстры: быстро думают, быстро говорят, быстро принимают решения.

Профессиональная деятельность: Для них подходят такие виды деятельности, где уместны инициатива, риск, решительность, скорость, но в то же время нет нужды решать проблемы, требующие осторожного и обдуманного подхода [1]. При многих положительных качествах гипертимическим личностям не хватает серьезности и постоянства, усердия, сосредоточенности и усидчивости. У них много идей, они за многое берутся, но мало что доводят до завершения. Таких людей тяготит одиночество, однообразие деятельности и обстановки, жесткая дисциплина и строгие правила [1].

6. Дистимический тип. Главная его особенность — сконцентрированность на мрачных, печальных сторонах жизни, пессимизм [1]. Люди этого типа отличаются серьезностью, даже подавленностью настроения, медлительностью, слабостью волевых усилий. Для них характерны пессимистическое отношение к будущему, заниженная самооценка, а также

низкая контактность, немногословность в беседе, даже молчаливость. Такие люди являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни. Они добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит и готовы им подчиниться, располагают обостренным чувством справедливости, а также замедленностью мышления. В общении с окружающими тактичны и справедливы, не эгоистичны. Обиды носят в себе, выхода эмоциям не дают [1].

Профессиональная деятельность: Для них характерна низкая контактность, немногословность в беседе. К обязанностям относятся очень добросовестно, с большой ответственностью. Работу выполняют аккуратно и тщательно. **Достигают высоких результатов там, где не требуется быстроты, энергичности, постоянного общения, принятия ответственных решений.** Обладают высокоразвитым чувством справедливости [1]. Во взаимоотношениях с руководством легко приспособляются, вырабатывают социально желательное поведение.

7. Тревожный тип. Представители этого типа акцентуации отличаются повышенной тревожностью, беспокойством по поводу возможных неудач, за свою судьбу и судьбу своих близких, причем без объективных для этого поводов. Такие люди обладают чувством долга, ответственности, высокими моральными и этическими качествами [1]. Людям данного типа свойственны низкая контактность, минорное настроение, робость, пугливость, неуверенность в себе, неумением постоять за себя. Дети тревожного типа часто боятся темноты, животных, страшатся оставаться одни. Они сторонятся шумных и бойких сверстников, не любят чрезмерно шумных игр, испытывают чувство робости и застенчивости, тяжело переживают контрольные, экзамены, проверки. Часто стесняются отвечать перед классом. Охотно подчиняются опеке старших, нотации взрослых могут вызвать у них угрызения совести, чувство вины, слезы, отчаяние. Чувство собственной неполноценности стараются замаскировать в самоутверждении через те виды деятельности, где

они могут в большей мере раскрыть свои способности. Свойственные им с детства обидчивость, чувствительность, застенчивость мешают сблизиться с теми, с кем хочется, особо слабым звеном является реакция на отношение к ним окружающих. Непереносимость насмешек, подозрения сопровождаются неумением постоять за себя, отстаять правду при несправедливых обвинениях. Редко вступают в конфликты с окружающими, играя в них в основном пассивную роль, в конфликтных ситуациях они ищут поддержки и опоры. Они обладают дружелюбием, самокритичностью, исполнительностью. Вследствие своей незащитности нередко служат «козлами отпущения», мишенями для шуток.

Профессиональная деятельность: Хорошо работают, если нет нервно-психических нагрузок. **Окажут наибольшую пользу как аналитики, консультанты или эксперты.** В меру выраженная тревожность не позволяет им уснуть при работе в условиях монотонных шумов и вибрации [1].

8. Циклотимный тип. Характеризуется сменой гипертимных и дистимных состояний. Поведение становится непредсказуемым, противоречивым, приподнятое настроение сменяется раздражительностью и агрессивностью [1]. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, скачка идей; печальные— подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми. В подростковом возрасте можно обнаружить два варианта циклотимической акцентуации: типичные и лабильные циклоиды. Типичные циклоиды в детстве обычно производят впечатление гипертимных, но затем проявляется вялость, упадок сил, то, что раньше давалось легко, теперь требует непомерных усилий. Прежде шумные и бойкие, они становятся вялыми домоседами, наблюдается падение аппетита, бессонница, или, наоборот, сонливость. На замечания реагируют раздражением, даже грубостью и гневом, в глубине души, однако, впадая при этом в уныние, глубокую депрессию, не исключены суицидальные

попытки. Учатся неровно, случившиеся упущения наверстывают с трудом, порождают в себе отвращение к занятиям. У лабильных циклоидов фазы смены настроения обычно короче, чем у типичных циклоидов. «Плохие» дни отмечаются более насыщенными дурным настроением, чем вялостью. В период подъема выражены желания иметь друзей, быть в компании. Настроение влияет на самооценку.

Профессиональная деятельность: В силу частой смены настроения у циклотимических личностей наблюдается слабый уровень работоспособности, поэтому им противопоказаны повышенные нагрузки. В работе у них наблюдается быстрое утомление и снижение творческой активности. **Они плохо работают в команде, для них предпочтительнее работа по индивидуальному (желательно гибкому) графику с персональной ответственностью [1].**

9. Экзальтированный тип. Яркая черта этого типа — способность восторгаться, восхищаться, а также — улыбочивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Эти чувства у них могут часто возникать по причине, которая у других не вызывает большого подъема, они легко приходят в восторг от радостных событий и в полное отчаяние — от печальных. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях они бывают как активной, так и пассивной стороной. Они привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, имеют чувство сострадания, хороший вкус, проявляют яркость и искренность чувств. Могут быть паникерами, подвержены сиюминутным настроениям, порывисты, легко переходят от состояния восторга к состоянию печали, обладают лабильностью психики. Даже при незначительных неудачах могут испытывать глубокое разочарование и прекращать начатые дела.

Профессиональная деятельность: В высказываниях экзальтированных личностей постоянно используются повышенные тона, яркие описания, красочные обороты. У них сильна тяга ко всему прекрасному. **Имеют**

хороший вкус: из них получаются хорошие художники, дизайнеры, оформители. Эти люди привязаны к друзьям и близким, альтруистичны, обладают чувством сострадания, проявляют яркость и искренность чувств. [1].

10. Эмотивный тип. Основной отличительной чертой эмотивных личностей является высокая чувствительность и глубокие реакции в области тонких эмоций [1]. Для них характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, болтливость, боязливость, глубокие реакции в области тонких чувств. Наиболее сильно выраженная черта— гуманность, сопереживание другим людям или животным, отзывчивость, мягкосердечность, сострадание чужим успехам. Они впечатлительны, слезливы, любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди. Подростки остро реагируют на сцены из фильмов, где кому-либо угрожает опасность, такие сцены могут вызвать у них сильное потрясение, которое долго не забудется и может нарушить сон. Редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплескиваются» наружу. Им свойственно обостренное чувство долга, исполнительность. Бережно относятся к природе, любят выращивать растения, ухаживать за животными

Профессиональная деятельность: Эмотивные личности хорошо работают там, где предполагается понимание человеческих эмоций [1]. Они очень чувствительны к мнению окружающих: любое резко сказанное слово может привести их в глубокое уныние. Самооценка также очень зависит от мнения окружающих. Отстаивать свои интересы совершенно не могут.

1.3. Типы акцентуации характера по А. Е. Личко.

А. Е. Личко считал более целесообразным изучать акцентуации у подростков, так как большинство из них формируется до подросткового возраста и ярче всего проявляется именно в этот период. Описания акцентуированных характеров он расширил за счёт информации о проявлениях акцентуаций у детей и подростков, изменении этих проявлений по мере взросления. А.Е. Личко предложил иную модель, чем Леонгард, в которую входят не только

типы акцентуаций характера (крайние варианты нормы), но и типы психопатий (патологических проявлений характера) [2].

Акцентуации А. Е. Личко рассматривал как пограничные между нормой и психопатией состояния. Соответственно, их классификация основана на типологии психопатий.

Перу А. Е. Личко принадлежат фундаментальные монографии «Подростковая психиатрия», «Психопатии и акцентуации характера у подростков», «Подростковая наркология».

А. Е. Личко выделил следующие типы акцентуаций: гипертимный, циклоидный, сенситивный, шизоидный, истероидный, конформный, психастенический, паранойяльный, неустойчивый, эмоционально-лабильный, эпилептоидный [4].

Гипертимный тип

Люди с этой акцентуацией – отличные тактики и плохие стратеги. Находчивы, предприимчивы, активны, легко ориентируются в быстро меняющихся ситуациях. Благодаря этому могут быстро улучшить своё служебное и общественное положение. Однако в отдалённом времени часто теряют положение из-за неумения продумывать последствия своих действий, участия в авантюрах и неправильного выбора товарищей.

Активны, общительны, предприимчивы, настроение всегда хорошее. Дети этого типа подвижны, непоседливы, часто проказничают. Невнимательные и слабо дисциплинированные, подростки этого типа учатся нестабильно. Часто возникают конфликты со взрослыми. Имеют множество поверхностных увлечений. Часто переоценивают себя, стремятся выделиться, заработать похвалу.

Циклоидный тип

Циклоидная акцентуация характера по Личко характеризуется высокой раздражительностью и апатичностью. Дети предпочитают находиться в одиночестве дома вместо игр в компании сверстников. Тяжело переживают любые неприятности, раздражаются в ответ на замечания. Настроение

меняется от хорошего, приподнятого, до угнетённого с периодичностью в несколько недель. В период подъёма они инициативны, жизнерадостны и общительны. При спаде настроения такие люди проявляют повышенную чувствительность к укорам, плохо переносят публичные унижения, проявляется склонность забрасывать дела.

При взрослении проявления этой акцентуации обычно сглаживаются, но у ряда лиц могут сохраняться или надолго застревать в одной стадии, чаще угнетённо-меланхоличной. Иногда наблюдается связь перемен настроения с временами года.

Сенситивный тип

Отличается высокой чувствительностью как к радостным, так и к пугающим или грустным событиям. Подростки не любят активных, подвижных игр, не проказничают, избегают больших компаний. С посторонними боязливы и стыдливы, производят впечатление замкнутых. С близкими знакомыми могут быть хорошими товарищами. Предпочитают общаться с людьми младше или старше их. Послушные, любят родителей.

Возможно развитие комплекса неполноценности или сложности с адаптацией в коллективе. Предъявляют высокие моральные требования к себе и коллективу. Имеют развитое чувство ответственности. Усидчивы, предпочитают сложные виды деятельности. Очень тщательно подходят к выбору друзей, предпочитают старших по возрасту.

Шизоидный тип

Подростки этого типа замкнуты, общению со сверстниками предпочитают одиночество или компанию старших. Демонстративно равнодушны и не интересуются общением с другими людьми. Не понимают чувств, переживаний, состояние окружающих, не проявляют сочувствия. Собственные чувства также предпочитают не проявлять. Сверстники часто не понимают их, и поэтому настроены к шизоидам враждебно.

Истероидный тип

Истероиды отличаются высокой потребностью во внимании к себе, эгоцентризмом. Демонстративны, артистичны. Не любят, когда в их присутствии уделяют внимание кому-то другому или хвалят окружающих. Имеется высокая потребность в восхищении со стороны окружающих. Подростки истероидного типа стремятся занять исключительное положение среди ровесников, обращать на себя внимание, влиять на окружающих. Зачастую становятся инициаторами различных мероприятий. При этом истероиды неспособны организовать окружающих, не могут стать неформальным лидером, заслужить авторитет у сверстников. Однако их чувства неглубоки, воля ослаблена, авторитет невысок, тем более, что они склонны к патологическому фантазированию и лжи.

Конформный тип

Дети и подростки конформного типа отличаются отсутствием собственного мнения, инициативы, критичности. Они охотно подчиняются группе или авторитетам. Их жизненный настрой можно охарактеризовать словами «будь как все». При этом такие подростки склонны к морализаторству и очень консервативны. Ради защиты своих интересов представители этого типа готовы на самые неблагоприятные поступки, и все эти поступки находят объяснение и оправдание в глазах конформной личности.

Психастенический тип

Подростки этого типа характеризуются склонностью к размышлениям, самоанализу, оценке поведения окружающих. Их интеллектуальное развитие опережает сверстников. Нерешительность у них сочетается с самоуверенностью, суждения и взгляды безапелляционны. В моменты, когда необходима особая осмотрительность и внимательность, они склонны к импульсивным поступкам. С возрастом этот тип мало изменяется. Часто у них возникают obsessions, служащие средством преодоления тревоги. Также

возможно употребление алкоголя или наркотиков. В отношениях мелочны и деспотичны, что мешает нормальному общению.

Паранойяльный тип

Не всегда типы акцентуации характера по Личко включают этот вариант акцентуации в силу его позднего развития. Основные проявления паранойяльного типа появляются к 30-40 годам. В детстве и подростковом возрасте для таких личностей характерна эпилептоидная или шизоидная акцентуация. Основная их черта – завышенная оценка своей личности, а соответственно наличие сверхценных идей о своей исключительности. От бредовых эти идеи отличаются тем, что воспринимаются окружающими как реальные, хотя и завышенные.

Неустойчивый тип

Подростки проявляют повышенную тягу к развлечениям, безделью. Отсутствуют интересы, жизненные цели, их не волнует будущее. Часто их характеризуют как «плывущих по течению». Неустойчивый тип характера определяет лень, нежелание вести трудовую или учебную деятельность. Данные люди имеют ярко выраженную тягу к развлечениям, праздному времяпровождению, безделью. Они общительны, открыты, услужливы. Эти люди часто попадают в сомнительные компании. Склоны к азартным играм. Употреблению алкоголя и наркотиков.

Эмоционально-лабильный тип

Дети непредсказуемы, с частыми и сильными перепадами настроения. Поводы для этих перепадов – незначительные мелочи (косой взгляд или неприветливая фраза). В периоды плохого настроения требуют поддержки близких. Хорошо чувствуют отношение к себе окружающих.

Эпилептоидный тип

В раннем возрасте такие дети часто плаксивы. В старшем – обижают младших, мучают животных, издеваются над теми, кто не может дать сдачи. Для них характерны властность, жестокость, самолюбие. В компании других детей стремятся быть не просто главным, а властителем. В группах, которыми они

управляют, устанавливают жестокие, самодержавные порядки. Однако их власть держится в значительной мере на добровольном подчинении других детей. Предпочитают условия жесткой дисциплины, умеют угодить руководству, завладеть престижными постами, которые дают возможность проявить власть, установить свои правила [4].

ГЛАВА II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА У УЧАЩИХСЯ МБОУ СОШ №29

2.1. Организация и проведение исследования

Целью исследования является изучение типов акцентуации характера у учащихся 11А класса.

Для диагностики акцентуации характера использовался опросник Шмишека-Леонгарда [2]. Тест состоит из 88 вопросов, десяти шкал, которые отражают десять акцентуаций характера. Шкалы теста отражают следующие особенности характера, называемые акцентуациями: демонстративный тип, педантичный тип, застревающий тип, возбудимый тип, гипертимный тип, дистимический тип, тревожно-боязливый тип, циклотимический тип, аффективно-экзальтированный тип, эмотивный тип.

Основные этапы исследования:

- Первый этап – подготовительный – включает анализ литературы по теме исследования, разработку целей и задач, гипотезы исследования, подготовку инструментария.
- Второй этап – основной – содержит непосредственно экспериментальное исследование с целью проверки гипотезы.
- Третий этап – заключительный – обобщение, анализ и систематизация результатов исследования, оформление результатов работы, формулирование выводов.

2.2. Результаты диагностики акцентуации характера у учащихся МБОУ СОШ №29

В диагностике акцентуации характера приняли участие учащиеся 11А класса в количестве десяти человек. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Процентное распределение акцентуаций характера учащихся

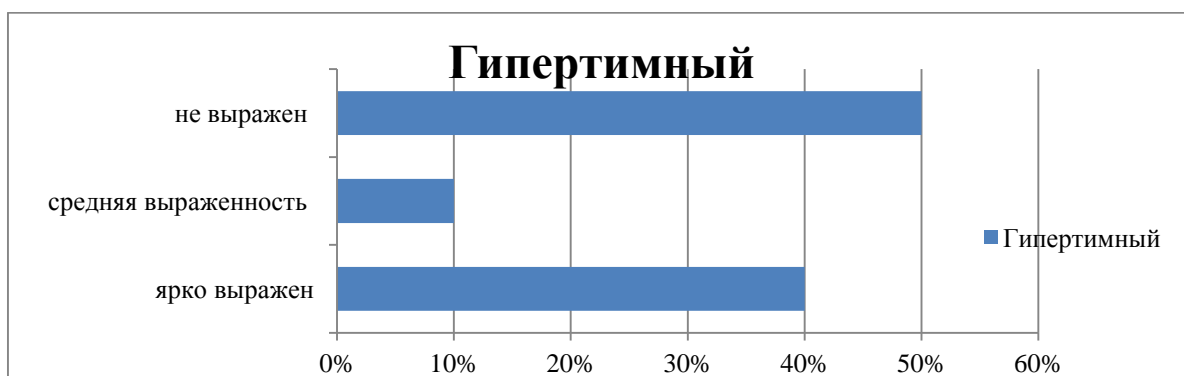
Уровень	Тип акцентуации									
	гипертимный	застревающий	эмоциональный	педантичный	тревожный	циклотимный	демонстративный	возбудимый	дистимный	экзальтированный
Нет акцентуации	50%	30%	50%	70%	100%	20%	80%	40%	20%	10%
Средняя степень (Есть тенденция)	10%	70%	50%	30%	0%	60%	20%	30%	70%	60%
Выраженная акцентуация	40%	0%	0%	0%	0%	20%	0%	30%	10%	30%

Анализируя таблицу 1, можно сделать вывод, что у учащихся выражены акцентуации гипертимного, экзальтированного, возбудимого, циклотимного, дистимного типа.

Результаты исследования акцентуации характера представлены в диаграммах 1-5.

Диаграмма 1.

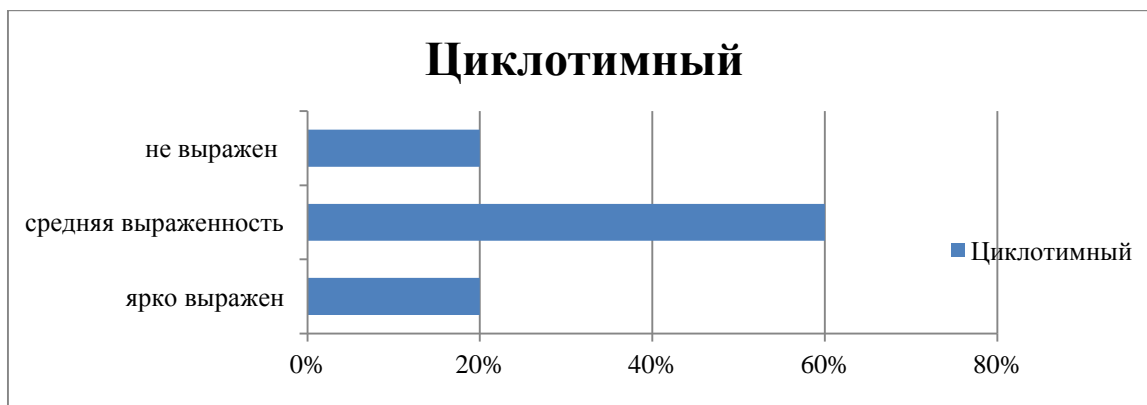
Гипертимный тип акцентуации характера



Анализируя диаграмму 1, можно заметить, что у 40% выражен гипертимный тип акцентуации характера. Людей этого типа отличает большая подвижность, общительность, болтливость, выраженность жестов, мимики, пантомимики, чрезмерная самостоятельность, склонность к озорству, недостаток чувства дистанции в отношениях с другими. Они трудно переносят условия жесткой дисциплины, монотонную деятельность, вынужденное одиночество.

Диаграмма 2.

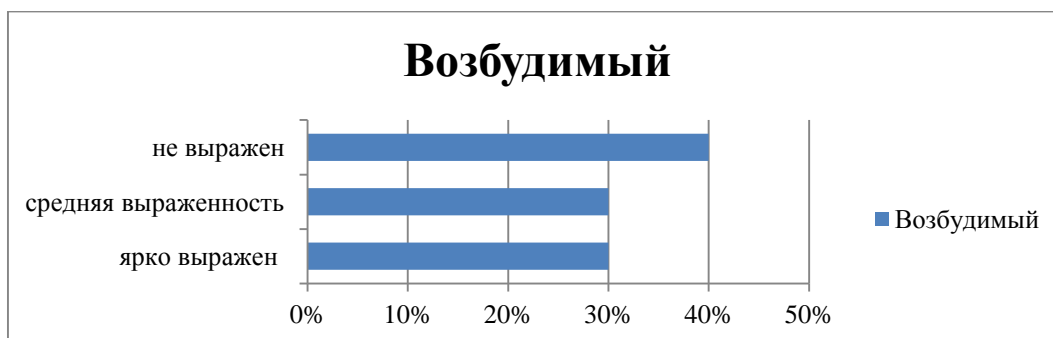
Циклотимный тип акцентуации характера



Анализируя диаграмму 2, можно заметить, что у 20% ярко выражен циклотимный тип акцентуации характера. Им свойственны частые периодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Радостные события вызывают у них картины гипертимии: жажда деятельности, повышенная говорливость, скачка идей; печальные— подавленность, замедленность реакций и мышления, так же часто меняется их манера общения с окружающими людьми.

Диаграмма 3.

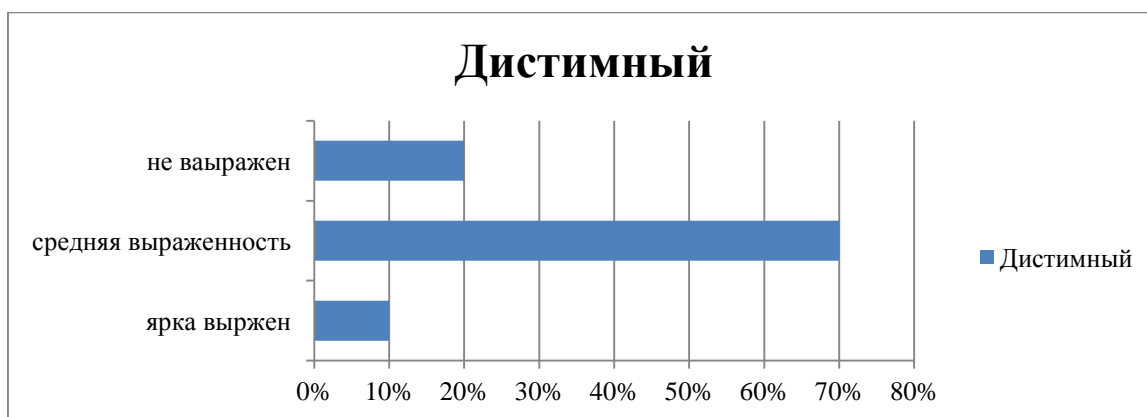
Возбудимый тип акцентуации характера



Как видно на диаграмме 3, возбудимый тип выражен у 30% испытуемых. Им характерна повышенная импульсивность, инстинктивность, грубость, занудство, угрюмость, гневливость, склонность к хамству и брани, к трениям и конфликтам, в которых сам и является активной, провоцирующей стороной. Отмечается низкая контактность в общении, замедленность вербальных и невербальных реакций, тяжеловесность поступков.

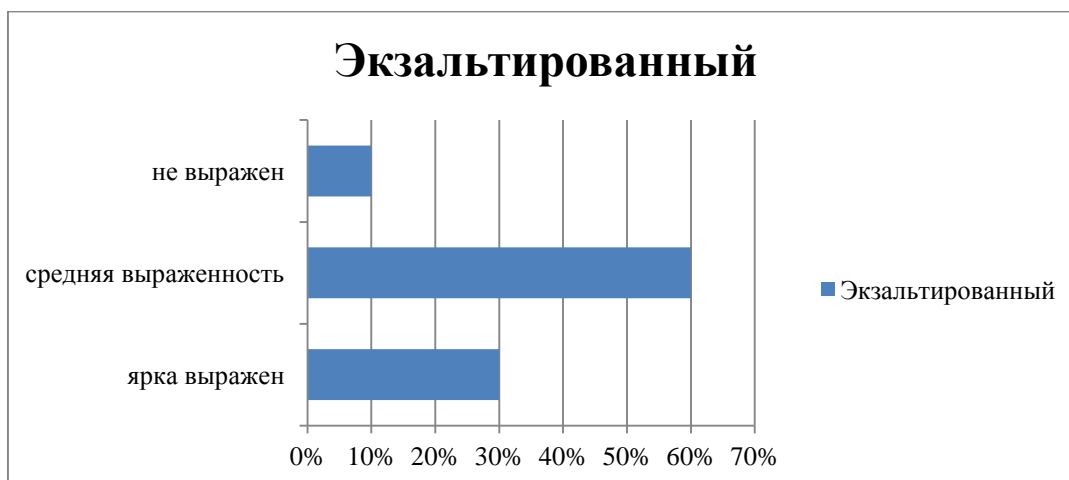
Диаграмма 4.

Дистимный тип акцентуации характера



У 10% выявлен дистимный тип акцентуации характера, что соответствует тому, что данные учащиеся являются домоседами, индивидуалистами; общества, шумной компании обычно избегают, ведут замкнутый образ жизни. Часто угрюмы, заторможены, склонны фиксироваться на теневых сторонах жизни, добросовестны, ценят тех, кто с ними дружит, и готовы им подчиняться, располагают обострённым чувством справедливости, а также замедленностью мышления.

Экзальтированный тип акцентуации характера



Анализируя диаграмму 5, можно заметить, что у 30% ярко выражен экзальтированный тип акцентуации характера. Яркая черта экзальтированного типа — способность восторгаться, восхищаться, а также — улыбчивость, ощущение счастья, радости, наслаждения. Им свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Такие люди часто спорят, но не доводят дела до открытых конфликтов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, с учётом поставленной цели и задач, изучая материал, мне удалось изучить теоретические подходы к исследованию акцентуаций, методику определения различных типов акцентуаций, подробную характеристику каждого типа.

Хотелось бы еще раз подчеркнуть, что классификация акцентуаций личности — это классификация не патологий, а крайних вариантов нормы, свидетельство о наиболее яркой представленности черт характера.

Анализ результатов проведенной методики позволил сформулировать следующий вывод: у учащихся 11А класса выражены акцентуации гипертимного, экзальтированного, возбудимого, циклотимного, дистимного типа.

Важно разобраться в особенностях акцентуаций характера данного конкретного человека, его сильных сторонах и ограничениях с тем, чтобы выстроить эффективные взаимоотношения с ним.

Проект может быть использован учащимися, родителями, классными руководителями. Изучение акцентуации характера подростка даёт реальную возможность педагогам предвидеть, прогнозировать в определенной степени его поведение в той или иной ситуации. Работа педагога и родителя с акцентуантом в основном заключается в коррекции или построении особого рода отношений акцентуанта с окружающими с учетом характера его акцентуации [5].

Таким образом, зная тип акцентуированной личности, можно предугадывать ее поведение. Если же вы проверяете себя, то по итогу получаете ориентиры для самосовершенствования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Акцентуации личности и их роль в профессиональной деятельности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://hrliga.com/index.php?module=profession&op=view&id=706>
2. Алексеева Е.А., Выбойщик И.В., Паршукова Л.П. Акцентуация характера: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2002. – 47 с http://www.al24.ru/wp-content/uploads/2013/09/выб_1.pdf
3. Бокова О.А. Критика обоснования профессиональных акцентуаций и перспективы их исследований. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kritika-obosnovaniya-professionalnyh-aktsentuatsiy-i-perspektivy-ih-issledovaniya/viewer>
4. Моисеева, Т. А. Акцентуированные черты характера. // Молодой ученый. — 2019. — № 4 (242). — С. 161-164. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://onevroze.ru/opisanie-tipov-akcentuacij-xaraktera-po-klassifikacii-lichko.html>

5. Рекомендации «Акцентуации характера у подростков». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/rekomendacii-akcentuacii-haraktera-u-podrostkov-646632.html>
6. Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<https://www.obrbratsk.ru/upload6/Шмишек%20Акцентуация%20хар.pdf>
7. Экзальтированный тип личности рекомендации: Аффективно-экзальтированный тип акцентуации характера. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vip-divan.su/raznoe/ekzaltirovannyj-tip-lichnosti-rekomendaczii-affektivno-ekzaltirovannyj-tip-akczentuaczii-haraktera.html>

Опросник Леонгарда – Шмишека (вариант для детей и подростков)

1. Ты обычно спокоен, весел?
2. Легко ли ты обижаешься, огорчаешься?
3. Легко ли ты плачешь?
4. Много ли раз ты проверяешь, нет ли ошибок в твоей работе?
5. Такой ли ты умный (сильный), как твои одноклассники?
6. Легко ли ты переходишь от радости к грусти и наоборот?
7. Любишь ли ты быть главным в игре?
8. Бывают ли дни, когда ты без всякой причины на всех сердишься?
9. Серьезный ли ты человек?
10. Бывает ли, что что-то тебе ужасно нравится?
11. Умеешь ли ты выдумывать новую игру?
12. Скоро ли ты забываешь, если ты кого-то обидел?
13. Считаешь ли ты себя добрым, умеешь ли сочувствовать?
14. Бросив письмо в почтовый ящик, проверяешь ли ты рукой, не застряло ли оно?
15. Стараешься ли ты быть лучшим в школе, в кружке, спортивной секции?
16. Когда ты был маленьким, боялся ли ты грозы, собак?
17. Считают ли тебя ребята чересчур аккуратным и старательным?
18. Зависит ли твое настроение от школьных и домашних дел?
19. Любят ли тебя все твои знакомые?
20. Бывает ли у тебя беспокойно на душе?
21. Тебе обычно немножко грустно?
22. Переживал ли ты горе, случалось ли тебе рыдать?
23. Тебе трудно оставаться на одном месте?
24. Борешься ли ты против несправедливости по отношению к тебе?
25. Стрелял ли ты когда-нибудь из рогатки в собак и кошек?
26. Раздражает ли тебя, если занавес или скатерть висят неровно? Стараешься ли ты её поправить?
27. Когда ты был маленький, ты боялся оставаться дома один?
28. Бывает ли так, что тебе весело или грустно без причины?
29. Ты один из лучших учеников в классе?
30. Легко ли ты сердишься?
31. Часто ли ты веселишься, дурачишься?
32. Чувствуешь ли ты себя иногда очень счастливым?
33. Умеешь ли ты развеселить ребят?
34. Можешь ли ты прямо сказать кому-нибудь то, что ты о нем думаешь?
35. Боишься ли ты крови?
36. Охотно ли ты выполняешь школьные поручения?
37. Заступаешься ли ты за тех, с кем поступили несправедливо?
38. Тебе неприятно войти в темную комнату?

39. Ты больше любишь медленную и точную работу, чем быструю и не такую точную?
40. Легко ли ты знакомишься с людьми?
41. Охотно ли ты выступаешь на утренниках или вечерах в школе?
42. Ты когда-нибудь убежал из дома?
43. Кажется ли тебе жизнь тяжелой?
44. Ты когда-нибудь расстраивался из-за ссоры с учителями или ребятами настолько, что не мог пойти в школу?
45. Можешь ли ты даже при неудаче посмеяться над собой?
46. Стараешься ли ты помириться, если кого-то обидел?
47. Любишь ли ты животных?
48. Бывало ли с тобой, что ты, уходя из дома, возвращался проверить, не случилось ли чего-нибудь?
49. Кажется ли тебе иногда, что с тобой или твоими родителями должно что-то случиться?
50. Твое настроение иногда зависит от погоды, как ты думаешь?
51. Трудно ли тебе отвечать в классе?
52. Можешь ли ты, если сердиться на кого-то, начать драться?
53. Нравится ли тебе быть среди ребят?
54. Если что-то тебе не удается, можешь ли ты отчаяться?
55. Можешь ли ты организовать игру, работу?
56. Упрямо (упорно) ли ты добиваешься цели, даже если встречаешь трудности?
57. Плакал ли ты когда-нибудь из-за грустного фильма или книги?
58. Бывает ли тебе трудно уснуть из-за каких-нибудь забот?
59. Подсказываешь ли ты, и даешь ли списывать?
60. Боишься ли ты пройти вечером один по темной улице?
61. Следишь ли ты за тем, чтобы каждая вещь на своем месте?
62. Бывает ли с тобой так, что ты ложишься спать с хорошим настроением, а просыпаешься с плохим?
63. Свободно ли ты чувствуешь себя с незнакомыми ребятами (в новом классе, лагере)?
64. Бывает ли у тебя головная боль?
65. Часто ли ты смеешься?
66. Если ты не уважаешь человека, можешь ли ты вести себя так, чтобы он этого не замечал?
67. Можешь ли ты сделать много разных дел за один день?
68. Бывают ли с тобой несправедливы?
69. Любишь ли ты природу?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяешь ли ты, заперта ли дверь, выключен ли свет?
71. Боязлив ли ты? Как ты считаешь?
72. Меняется ли твое настроение за праздничным столом?
73. Участвуешь ли ты в драматическом кружке (любишь ли ты читать со

сцены стихи)?

74. Мечтаешь ли ты?

75. Бывает ли, что ты думаешь о будущем с грустью?

76. Бывает ли у тебя неожиданные переходы от радости к тоске?

77. Умеешь ли ты развлечь гостей?

78. Подолгу ли ты сердишься, обижаешься?

79. Сильно ли ты переживаешь, если горе у твоих близких друзей?

80. Можешь ли ты из-за ошибки, помарки переписать страницу в тетради?

81. Считаешь ли ты себя недоверчивым?

82. Часто ли тебе снятся страшные сны?

83. Не бывало ли у тебя желания прыгнуть в окно или броситься под машину?

84. Становится ли тебе весело, если все вокруг веселые?

85. Если у тебя неприятности, можешь ли ты на время забыть о них, не думать о них постоянно?

86. Совершаешь ли ты неожиданные для себя поступки?

87. Чаще ты говоришь мало, чем много? Молчалив ли ты?

88. Мог бы ты, участвуя в драматическом кружке, настолько войти в роль, что при этом забыть, что ты не такой, как на сцене?

Обработка результатов:

1. гипертимный тип

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.

Б. Полученная сумма умножается на 3.

2. застревающий тип (ригидный)

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81 и число ответов «нет» на вопросы № 12, 46, 59.

Б. Полученная сумма умножается на 2.

3. эмотивный тип.

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79 и ответ «нет» на вопрос № 25.

Б. Полученная сумма умножается на 3.

4. педантичный тип

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83 и ответ «нет» на вопрос № 36.

Б. Полученная сумма умножается на 2.

5. тревожный тип

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82 и ответ «нет» на вопрос № 5.

Б. Полученная сумма умножается на 3.

6. циклотимный тип

А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.

Б. Полученная сумма умножается на 3.

7. демонстративный тип

- А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 85, 88 и ответ «нет» на вопрос № 51.
Б. Полученная сумма умножается на 2.

8. возбудимый тип (неуправляемый)

- А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86.
Б. Полученная сумма умножается на 3.

9. дистимный тип

- А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 9, 21, 43, 75, 87 и число ответов «нет» на вопросы № 31, 53, 65.
Б. Полученная сумма умножается на 3.

10. экзальтированный тип

- А. Суммируется число ответов «да» на вопросы № 10, 32, 54, 76.
Б. Полученная сумма умножается на 6.

13-18 – средняя степень выраженности свойства (тенденция к тому или иному типу акцентуации личности)

19-24 – признак акцентуации

Основные проявления каждого типа акцентуации характера [5], [7].

Тип акцентуации	Основные признаки	Сильные стороны	Слабые стороны	Конфликтные ситуации	Рекомендации	Предпочитаемая деятельность
Гипертимный тип.	С детства гипертимные подростки отличаются большей подвижностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношении ко взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников и стремятся командовать ими. Главная черта гипертимных подростков – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое	общительность, активность, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость, отсутствие внутренних конфликтов.	поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла).	-строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплинарным требованиям; -ограничение двигательной активности, вынужденное безделье; -резкое ограничение общения, одиночество. -однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы.	Необходимо создание таких условий, в которых может проявиться активность подростка. Поэтому основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения детских сил и энергии, т.е. идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, где требуется быстрота, разнообразие, находчивость. Особенно полезны занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта	работа, связанная с постоянным общением: организаторская деятельность, служба сбыта, спорт, театр и т.д.; склонны к смене профессий, места работы; не нравится работа, требующая точности, систематичности.

	<p>настроение. Всегда хорошее настроение, высокий жизненный тонус создают благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Избыточная уверенность в своих силах побуждает «показать себя», предстать перед окружающими в выгодном свете, прихвастнуть. Неудержимый интерес ко всему вокруг делает гипертимных подростков неразборчивыми в выборе знакомств. Контакт со случайными встречными не представляет для них проблемы. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они</p>				<p>можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины. Повседневная навязчивая опека, постоянные нравоучения и наставления, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. Беседы лучше вести в живом и быстром темпе, не задерживаясь долго на одной</p>	
--	--	--	--	--	--	--

	порой могут оказаться в неблагоприятной среде, попасть в асоциальную группу.				теме, чаще передавая инициативу в разговоре самому подростку (не любят, когда «мямят»)). Особое внимание нужно обращать на соблюдение дистанции, достаточной для продуктивного взаимодействия.	
Истероидный (демонстративный) тип.	Главная черта этого типа – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения. На худой конец предпочитается даже негодование или ненависть, направленные в свой адрес, но только не безразличие и равнодушие – только не перспектива остаться незамеченным.	упорство и инициативность, коммуникабельность и целеустремленность, находчивость и активность, хорошие организаторские способности, самостоятельность и готовность взять на себя руководство, энергичность (хотя истероид быстро выдыхается после выплеска энергии).	чувствительны к невниманию, потери комфорта, склонность к интригам и демагогии, лживость и лицемерие, задиристость и бесшабашность, необдуманный риск (но только в присутствии зрителей), учет только собственных желаний, явно завышенная самооценка, обидчивость (когда задевают его лично).	-ситуации, вольно или невольно задевающие самолюбие; -ситуации пусть даже некоторого равнодушия со стороны окружающих людей, а тем более сознательного игнорирования его личности (потребность привлечь к себе внимание может привести к попытке самоубийства);	Для установления контакта необходимо дать подростку почувствовать, что к нему испытывают интерес как к личности. Учитывая повышенную потребность во внимании, нужно найти формы, в которых эта потребность могла бы успешно удовлетворяться. Взаимодействие с подростком должно быть ровное, спокойное, деловое, без особого выделения. Исключить	работа с постоянно меняющимися кратковременными контактами, актерская деятельность.

	<p>Все остальные качества истериода питаются этой чертой. Желание привлекать к себе взоры, становится насущной потребностью. Ярко выраженная тенденция к вытеснению неприятных для него фактов и событий, лживость, фантазирование и притворство, используемые для привлечения к себе внимания, авантюристичность, тщеславие, «бегство в болезнь» при неудовлетворенной потребности в признании.</p>			<p>-критика достижений, таланта или способностей; -ограничение круга общения, вынужденное одиночество; -ситуации нелепого или смешного положения; -разоблачение, особенно публичное, его вымыслов, а тем более их высмеивание.</p>	<p>атмосферу обожания, необоснованного признания. Положительные оценки, поощрения должны даваться избирательно – только за реальные достижения и способности. Игнорировать всяческие попытки уклониться (например, используя болезнь) от работы.</p>	
<p>Психастенический тип</p>	<p>Главными чертами психастенического типа являются высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу и</p>	<p>дисциплинированность, исполнительность, аккуратность, серьезность, добросовестность, рассудительность.</p>	<p>чувствительность к различного рода испытаниям, нерешительность, безынициативность, склонность к бесконечным</p>	<p>-ситуации, когда необходимо принять самостоятельные решения; -ситуации быстрого</p>	<p>Педагогическая помощь этому направлена на преодоление чувства нерешительности, иногда даже неполноценности, закомплексованно</p>	<p>индивидуальные виды деятельности; не рекомендуются руководящие должности, профессии,</p>

	<p>постоянным сомнениям, тенденция к образованию ритуальных действий. В детстве робкие, пугливые, склонные к рассуждательству. В подростковом возрасте у них проявляется нерешительность, тревожная мнительность. Принять решение или сделать выбор – это для них самая трудная задача, причем даже после принятия решения вновь следуют долгие сомнения и раздумывания о правильности сделанного выбора. Люди этого типа – прирожденные пессимисты, опасющиеся будущего и ожидающие неудач. Защитой от постоянной тревоги за будущее становятся специально выдуманные</p>		<p>рассуждениям, самокопание, наличие навязчивых идей и опасений.</p>	<p>переключения с одного занятия на другое; -ситуации выполнения заданий без четких указаний и инструкций; -ситуации сильного беспокойства или страха; -ситуации критики самого подростка или его поведения; -ситуации длительных физических или психологических перегрузок.</p>	<p>сти. Необходимо помочь подростку освободиться от необоснованных сомнений и опасений, которые значительно осложняют его жизнь. Поэтому при общении не надо постоянно обращаться к его чувству ответственности, необходимо поддерживать любой положительный почин, ни в коем случае нельзя высмеивать или подавлять инициативу ребенка. Необходимо обеспечить ребенку ощущение успеха. Сравнить его нужно только с ним самим и хвалить за улучшение его собственных результатов. Благоприятными являются ситуации спокойной, заранее</p>	<p>связанные с большой ответственностью</p>
--	--	--	---	--	---	---

	приметы и ритуалы.				регламентированной работы, когда нет необходимости самостоятельно принимать ответственные решения. Однако следует поощрять решительные высказывания подростка, готовность самостоятельно принимать решения и в дальнейшем действовать в соответствии с ними. Чаше хвалить за успехи, предоставлять возможность больше заниматься любимым делом.	
Эпилептоидный тип.	Главными чертами эпилептоидного типа являются вязкость мышления, скрупулезная педантичность, склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, которая проявляется в виде аффектов, приступов гнева и	дисциплинированность, аккуратность, тщательность, бережливость (часто переходящие в излишний педантизм), надежность, пунктуальность, внимание к своему здоровью.	непереносимость длительного состояния внутреннего напряжения, чрезмерная требовательность к другим, жестокость, нечувствительность к чужому горю, бурное	-Ограничение самостоятельности; -Ущемление прав и интересов ребенка; -Замечания, задевающие самолюбие; -Проигрыши в игре;	Важно установить контакт, взаимопонимание с ребенком. Обстоятельность и неторопливость, чуткость и тактичность – вот что требуется от взрослого. Такой стиль общения позволяет сформировать у подростка социально	военизированные структуры, физический труд, ручной труд, атлетические виды спорта; работа, дающая гарантированный рост, ощущение независимости и возможность проявить себя.

	<p>ярости, конфликтности. Аффекты не только очень сильны, но и продолжительны – эпилептоид долго не может остыть. Повод для гнева может быть мал и ничтожен, но он всегда сопряжен хотя бы с незначительным ущемлением интересов. Лидерство проявляется стремлением властвовать над сверстниками (чего добиваются чаще всего физической силой). У таких детей замечается недетская бережливость ко всему «своему», любые попытки покуситься на их ребячью собственность могут вызывать крайне злобную реакцию.</p>		<p>реагирование против ущемления своих интересов.</p>	<p>-Обещания, которые остаются невыполненными; -Изменение устоявшихся порядков и правил; -Ограничение возможности проявить свой авторитет, свою власть над другими людьми.</p>	<p>приемлемую модель поведения. Контакт с подростком целесообразнее всего устанавливать вне периодов аффективного напряжения, побуждая его в начале беседы «выговориться» на одну из наиболее интересных для него тем. Очень важно такому подростку найти подходящее дело, которое отвлекает его от отрицательных эмоций, снимает напряжение, желательно привлекать к занятиям спортом. Хорошо помогает доброжелательное авансирование его будущих успехов, поощрение его реальных достижений, которые помогают подростку самоутвердиться.</p>	
--	--	--	---	--	--	--

					Можно поручать руководство небольшими группами. Так как у ребенка затруднено переключение с одного занятия на другое, вхождение в любую новую деятельность, то надо давать ему достаточно времени для включения в работу, не «дергать» и не торопить. Количество переключений следует по возможности уменьшить и не стоит делать слишком частых перерывов в занятиях.	
Лабильный тип	Главная черта лабильного типа – резкая смена настроений в зависимости от ситуации. Настроению присущи не только частые и резкие перемены, но и значительная их глубина. От настроения	общительность, добродушие, чуткость и привязанность, искренность и отзывчивость (в периоды приподнятого настроения).	раздражительность, вспыльчивость, ослабленный самоконтроль, склонность к конфликтам (в периоды подавленного настроения).	-ситуации сильной конкурентности; -ситуации ущемления чувства собственного достоинства; -ситуации полной дисгармонии его	Так как ярко выражена потребность в сочувствии и сопереживании, то желательно соответствующее эмпатийное поведение педагога. Как правило, проявлением эмоциональной	творческие занятия, сфера искусства, профессии, связанные с близостью к природе, медицина, воспитание и обучение.

	<p>данного момента зависят и самочувствие, и аппетит, и сон, и трудоспособность, и желание побыть одному или только вместе с близким человеком или же устремиться в шумное общество, в компанию, на люди. Лабильные подростки –«люди настроения» и от настроения у них все зависит. Лабильному типу свойственна преданная дружба, от друга они ждут понимания и способности выслушать их, когда им хочется «поплакаться в жилетку». Друг у таких детей обычно бывает один. Похвала таким детям совершенно не вредна, - она не приводит к заносчивости. Велика потребность в сопереживании.</p>			<p>настроению (всем весело, а он в это время страдает); -ситуации угрозы наказания, страха перед чем-либо или кем-либо; -эмоциональное отвержение со стороны значимых для него людей, -утрата близких или разлука с теми, к кому привязан.</p>	<p>отзывчивости, сочувствия и сопереживания можно достичь того, что не удастся сделать никакими другими способами и усилиями. Как правило, проявление эмпатии педагогом ведет к быстрому установлению доверительных отношений с подростком, но следует учитывать чрезвычайную эмоциональную чувствительность ребенка, и вследствие этого, высокую изменчивость настроения. Установление контакта возможно, если подросток видит доброжелательное отношение к себе, находит сочувствие. Обычно вслед за эмоциональным реагированием наступает</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>душевное расслабление, в таком состоянии ребенок становится доступным для продуктивного контакта.</p> <p>Особое внимание необходимо уделять их взаимоотношениям со сверстниками. Следует учитывать, что для него важны эмоциональная поддержка, сопереживание окружающих.</p> <p>Лабильный подросток легко выходит из подавленного состояния при ободрении, утешении и появлении приятной перспективы (пусть не всегда реальной).</p>	
Сензитивный тип	повышенная впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности.	доброта, спокойствие, внимательность к людям, чувство долга, высокая внутренняя	мнительность, пугливость, замкнутость, склонность к самобичеванию и самоуничижению,	-насмешки или подозрения в неблаговидных поступках; - недоброжелатель	Основной целью педагогической помощи является постепенное повышение	работа, не требующая широкого круга общения.

	<p>Подростков этого типа отличают чрезмерная чувствительность и высокие моральные требования к себе. В детстве они пугливы, стараются избегать чрезмерно подвижных игр, предпочтение отдают тихим играм или играм с малышами, очень замкнуты среди посторонних. Чрезвычайно привязаны к родным. У них рано формируется чувство долга, поэтому учатся они очень старательно, но побаиваются контрольных.</p>	<p>дисциплинированность, ответственность, добросовестность, самокритичность, повышенная требовательность к себе, стремление преодолеть свои слабые стороны.</p>	<p>растерянность в трудных ситуациях, повышенная обидчивость и конфликтность на этой почве. Внутренняя неуверенность в себе может компенсироваться внешней бравадой.</p>	<p>ное внимание или публичные обвинения.</p>	<p>самооценки, преодоление чувства собственной неполноценности.</p> <p>Нелегки для установления контакта, но естественная потребность поделиться своими затаенными переживаниями у них бывает достаточно сильна. Поэтому необходимо проводить многократные беседы с детальным разбором и анализом ситуаций, помогающие подросткам осознать свою мнительность и ложное чувство неполноценности.</p> <p>Важно создавать ситуации</p>	
--	---	---	--	--	--	--

					<p>самоутверждени я в тех сферах деятельности, где они могут проявить себя наиболее полно и естественно. Но вместе с тем следует помогать утверждаться и в тех сферах, где подросток чувствует себя наиболее слабым. Создавать ситуации, стимулирующие убежденность подростка в том, что он нужен другим. Необходимо дозировать нагрузки, поскольку дети с этим складом личности подвержены астенизации. Желательно оберегать от чрезмерно сильных впечатлений. При общении</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					противопоказаны чрезмерная опека, мелочный контроль за каждым шагом, каждой минутой.	
Неустойчивый тип	<p>Характеризуется безволием, которое отчетливо выступает, когда дело касается учебы, труда, исполнения обязанностей. В поиске развлечений также не обнаруживают напористости, а скорее плывут по течению. В детстве отличаются непослушанием, непоседливостью, всюду и во все лезут, но при этом трусливы, боятся наказания, легко подчиняются другим детям. Элементарные правила поведения усваиваются с трудом.</p> <p>Обычно у них нет желания учиться. Только при непосредственном и строгом контроле, нехотя подчиняясь, они</p>	<p>открытость, быстрота переключения в делах и общении, любопытство, общительность, доброжелательность.</p>	<p>безволие, тяга к пустому времяпрепровождению, болтливость, лень, хвастовство, безответственность, трусость</p>	<p>- жесткое подчинение дисциплинарным требованиям, - необходимость длительных усилий и концентрации сил на какой-то работе, - необходимость принимать конкретные решения и нести за них ответственность. - ограничение в общении с людьми, которые помогают развлекаться.</p>	<p>Оказание педагогической помощи подростку требует большого терпения, такта, систематичности и настойчивости. Ребенка нельзя оставлять без внимания, он должен быть всегда на виду (постоянный контроль). Необходим суровый, жестко регламентированный режим. Нельзя позволять уклоняться от выполнения порученного дела, исключать возможность уклоняться от работы, если заняты все. Необходимо наказывать за безделье. При организации воспитания целесообразно согласовывать</p>	<p>профессии, не требующие усилий, самостоятельно устанавливающие режим работы (работа «на дому», ж/д проводник, охранник и т.д).</p>

	<p>выполняют задания, всегда ищут случая отлынивать от занятий. Вместе с тем рано обнаруживается повышенная тяга к развлечениям, удовольствиям, праздности, безделью.</p>				<p>усилия педагогов и родителей. Только при постоянных и слаженных усилиях может быть получен положительный результат. Слабоволие является одной из основных черт неустойчивых. Именно слабоволие позволяет удержать их в обстановке сурового и жесткого регламентированного режима. Когда за ними непрерывно следят, не позволяют отлынивать от работы, когда безделье грозит суровым наказанием, а ускользнуть некуда, да и вокруг все работают – они на время смиряются. Но как только опека начинает ослабевать, они немедленно устремляются в</p>	
--	---	--	--	--	--	--

					ближайшую «подходящую компанию». Слабое место неустойчивых – безнадзорность, обстановка попустительства, открывающая просторы для праздности и безделья.	
Циклоидный тип	<p>чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом. В детстве циклоиды ничем не отличаются от сверстников, но с наступлением подросткового возраста у них возникает первая субдепрессивная фаза (субдепрессия - это маловыраженная депрессия, для которой характерны склонность к апатии, вялость, ощущение, что все валится из рук). В этот период циклоиды начинают тяготиться</p>	<p>инициативность, жизнерадостность, общительность в периоды хорошего настроения.</p>	<p>непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придиричivosti к окружающим (в периоды подъема настроения). Грусть, задумчивость, вялость, упадок сил, трудности в учебе и в жизни, раздражаемость компаниями сверстников (во время спада).</p>	<p>эмоциональное отвержение со стороны значимых для них людей; коренная ломка жизненных стереотипов.</p>	<p>Особенности взаимодействия с подростком зависят от фазы. При установлении контакта важно понять, что ребенок сейчас чувствует, как относится к себе и окружающим в данный момент. Только после этого можно начинать содержательную часть беседы.</p> <p>Если подросток находится в фазе спада, то целесообразнее просто оказать ему поддержку, помочь справиться с упадком сил; не стоит в это время пытаться</p>	<p>интересы зависят от цикла настроения. Склонны к разочарованию в профессии, смене места работы.</p>

	<p>обществом и компанией, у них резко снижается работоспособность. Серьезные неудачи в период субдепрессии могут вызвать аффективную реакцию и суицидальные попытки. Субдепрессивная фаза длится 2-3 недели, после чего настроение повышается, циклоиды становятся по поведению гипертимами и начинают наверстывать упущенное в период субдепрессивной фазы.</p>				<p>повлиять на него. Если же он находится в стадии подъема, то можно и нужно поговорить с ним о том, что ему следует делать, чтобы понимать свои особенности и больше контролировать себя.</p>	
<p>Астеноневротический тип</p>	<p>быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям и ипохондрии (повышенному вниманию к своему здоровью). С детства характерны признаки невропатии (капризность,</p>	<p>аккуратность, дисциплинированность, скромность, покладистость, исполнительность, дружелюбие, незлопамятность.</p>	<p>капризность, плаксивость, неуверенность в себе, вялость, забывчивость. Такие подростки робки, стеснительны, с явно заниженной самооценкой, не</p>	<p>повышенная требовательность, сравнение с другими детьми; ситуации грубо выраженных конфликтов, реальные неудачи, отрицательные</p>	<p>Основной целью педагогической помощи является создание ситуаций, в которых подросток может проявить уверенность, твердость, смелость. Маленькие успехи должны быть замечены. Иногда</p>	<p>работа, не требующая широкого круга общения. Интеллектуально – эстетическая деятельность</p>

	<p>ночные страхи, заикание), повышенная утомляемость, раздражительность. Такие дети раздражаются по любому поводу, но потом быстро раскисают. Дети с такой акцентуацией плохо переносят поездки в общественном транспорте, быстро устают от компании. Они не стремятся к близким отношениям из-за своей пугливости и неуверенности в себе, не проявляют инициативы. Круг друзей у них ограничен, прежде всего, из-за их внезапной раздражительности и частых капризов.</p>		<p>могут постоять за себя.</p>	<p>отзывы об их работе; ситуации внезапного физического и психического напряжения, ситуации, когда смеются над ее слабостями, ошибками, неумелыми действиями. изменение внешних обстоятельств, ломка стереотипов.</p>	<p>может быть оправданной и немного завышенная самооценка в целях повышения уверенности в себе. Нуждаются в похвале. Особенно важным является спокойная обстановка, доброжелательное отношение, продуманный режим труда и отдыха, разумное чередование нагрузок с тем, чтобы ребенок не переутомлялся, предоставление возможности быть одному. Аффективные вспышки возможны в условиях соревнования, когда подросток начинает понимать, что он не в состоянии стать победителем. Поэтому не следует создавать или провоцировать</p>	
--	--	--	--------------------------------	---	---	--

					ситуации соревнования.	
Шизоидный тип	отгороженность, замкнутость, интроверсия, эмоциональная холодность, проявляющиеся в отсутствии сопереживания, трудностях установления эмоциональных контактов; недостаток интуиции в процессе общения. Шизоидные черты проявляются раньше других - с раннего возраста такие дети предпочитают играть в одиночестве. Они тянутся к взрослым, где легче молчать и как бы оставаться наедине с собой. В подростковом возрасте у таких детей есть трудности с развитием эмпатии (сопереживание чужим радостям и печалям), они не умеют вступать в неформальные контакты, их	серьезность, несуетливость, немногословие, устойчивость интересов и постоянство занятий.	замкнутость, холодность, излишняя рассудочность.	установление неформальных эмоциональных контактов, насильственное вторжение в его внутренний мир; критика его образа жизни, его «системы».	Установление контакта представляет значительную трудность. Подросток часто совершенно не выносит попыток «залезть в душу». Поэтому при налаживании контакта следует избегать излишней настойчивости, напористости. В начале беседы целесообразно использовать прием «анонимного обсуждения», когда выбирается факт из жизни класса, школы и он обсуждается с ребенком, чтобы выяснить и уточнить основные жизненные позиции педагога и подростка. Основным признаком установления контакта служит момент, когда ребенок начинает	работа, не требующая широкого круга общения, интересы к теоретическим наукам, философским размышлениям, коллекционированию, шахматам, музыке, фантастике.

	<p>внутренний мир остается закрытым и непонятным для окружающих. Подросток может долго терпеть мелочную опеку в быту, подчиняться установленному для него распорядку жизни и режиму, но реагировать бурным протестом на малейшую попытку вторгнуться без позволения в мир его интересов, увлечений и фантазий. Любят подчеркивать свою независимость и самостоятельность .</p>				<p>говорить сам, по своей инициативе, подчеркивая свою точку зрения на ту или иную проблему. Останавливать его в этот момент не следует, так как, чем больше он говорит, тем больше раскрывает свой внутренний мир, тем легче направить дальнейшую часть разговора в нужное русло. Для развития коммуникативных способностей подростка необходимо включать его в различные групповые и коллективные формы деятельности.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ УЧЕНИКАМ 11А КЛАССА, СОЗДАНИЕ НА ОСНОВЕ ИХ ТИПОВ

Суслова Александра: дистимный тип акцентуации

Дистимный

1. Основные признаки: чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом. В детстве циклоиды ничем не отличаются от сверстников, но с наступлением подросткового возраста у них возникает первая субдепрессивная фаза (субдепрессия - это маловыраженная депрессия, для которой характерны склонность к апатии, вялость, ощущение, что все валится из рук). В этот период циклоиды начинают тяготиться обществом и компанией, у них резко снижается работоспособность. Серьезные неудачи в период субдепрессии могут вызвать аффективную реакцию и суицидальные попытки. Субдепрессивная фаза длится 2-3 недели, после чего настроение повышается, циклоиды становятся по поведению гипертимами и начинают наверстывать упущенное в период субдепрессивной фазы.
2. Сильные стороны: инициативность, жизнерадостность, общительность в периоды хорошего настроения.
3. Слабые стороны: непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придирчивости к окружающим (в периоды подъема настроения). Грусть, задумчивость, вялость, упадок сил, трудности в учебе и в жизни, раздражаемость компаниями сверстников (во время спада).
4. Конфликтные ситуации:
 - эмоциональное отвержение со стороны значимых для них людей;
 - коренная ломка жизненных стереотипов.
5. Рекомендации: Особенности взаимодействия с подростком зависят от фазы. При установлении контакта важно понять, что ребенок сейчас чувствует, как относится к себе и окружающим в данный момент. Только после этого можно начинать содержательную часть беседы. Если подросток находится в фазе спада, то целесообразнее просто оказать ему поддержку, помочь справиться с упадком сил; не стоит в это время пытаться повлиять на него. Если же он находится в стадии подъема, то можно и нужно поговорить с ним о том, что ему следует делать, чтобы понимать свои особенности и больше контролировать себя.
6. Предпочитаемая деятельность: интересы зависят от цикла настроения. Склонны к разочарованию в профессии, смене места работы.

Салий Марина – Гипертимный тип акцентуации:

Гипертимный

1. Основные признаки: С детства гипертимные подростки отличаются большой подвижностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношении ко взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников и стремятся командовать ими. Главная черта гипертимных подростков – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое настроение. Всегда хорошее настроение, высокий жизненный тонус создают благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Избыточная уверенность в своих силах побуждает «показать себя», предстать перед окружающими в выгодном свете, прихвастнуть. Неудержимый интерес ко всему вокруг делает гипертимных подростков неразборчивыми в выборе знакомств. Контакт со случайными встречными не представляет для них проблемы. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они порой могут оказаться в неблагоприятной среде, попасть в асоциальную группу.
2. Сильные стороны: общительность, активность, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость, отсутствие внутренних конфликтов.

3. Слабые стороны: поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла).
4. Конфликтные ситуации:
 - Строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплинарным требованиям;
 - ограничение двигательной активности, вынужденное безделье;
 - резкое ограничение общения, одиночество.
 - однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы;
5. Рекомендации:

Необходимо создание таких условий, в которых может проявиться активность подростка. Поэтому основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения детских сил и энергии, т.е. идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, где требуется быстрота, разнообразие, находчивость. Особенно полезны занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины.

Повседневная навязчивая опека, постоянные нравоучения и наставления, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. Беседы лучше вести в живом и быстром темпе, не задерживаясь долго на одной теме, чаще передавая инициативу в разговоре самому подростку (не любят, когда «мямят»). Особое внимание нужно обращать на соблюдение дистанции, достаточной для продуктивного взаимодействия.
6. Предпочитаемая деятельность: работа, связанная с постоянным общением: организаторская деятельность, служба сбыта, спорт, театр и т.д.; склонны к смене профессий, места работы; не нравится работа, требующая точности, систематичности.

Максимова Анастасия – возбудимый тип акцентуации:

Возбудимый

1. Основные признаки: Главными чертами эпилептоидного типа являются вязкость мышления, скрупулезная педантичность, склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, которая проявляется в виде аффектов, приступов гнева и ярости, конфликтности. Аффекты не только очень сильны, но и продолжительны – эпилептоид долго не может остыть. Повод для гнева может быть мал и ничтожен, но он всегда сопряжен хотя бы с незначительным ущемлением интересов. Лидерство проявляется стремлением властвовать над сверстниками (чего добиваются чаще всего физической силой). У таких детей замечается недетская бережливость ко всему «своему», любые попытки покуситься на их ребячью собственность могут вызывать крайне злобную реакцию.
2. Сильные стороны: дисциплинированность, аккуратность, тщательность, бережливость (часто переходящие в излишний педантизм), надежность, пунктуальность, внимание к своему здоровью.
3. Слабые стороны: непереносимость длительного состояния внутреннего напряжения, чрезмерная требовательность к другим, жестокость, нечувствительность к чужому горю, бурное реагирование против ущемления своих интересов.
4. Конфликтные ситуации:
 - Ограничение самостоятельности;
 - Ущемление прав и интересов ребенка;
 - Замечания, задевающие самолюбие;

- Проигрыши в игре;
- Обещания, которые остаются невыполненными;
- Изменение устоявшихся порядков и правил;
- Ограничение возможности проявить свой авторитет, свою власть над другими людьми.

Важно установить контакт, взаимопонимание с ребенком. Обстоятельность и неторопливость, чуткость и тактичность – вот что требуется от взрослого. Такой стиль общения позволяет сформировать у подростка социально приемлемую модель поведения. Контакт с подростком целесообразнее всего устанавливать вне периодов аффективного напряжения, побуждая его в начале беседы «выговориться» на одну из наиболее интересных для него тем. Очень важно такому подростку найти подходящее дело, которое отвлекает его от отрицательных эмоций, снимает напряжение, желательно привлекать к занятиям спортом. Хорошо помогает доброжелательное авансирование его будущих успехов, поощрение его реальных достижений, которые помогают подростку самоутвердиться. Можно поручать руководство небольшими группами. Так как у ребенка затруднено переключение с одного занятия на другое, вхождение в любую новую деятельность, то надо давать ему достаточно времени для включения в работу, не «дергать» и не торопить. Количество переключений следует по возможности уменьшить и не стоит делать слишком частых перерывов в занятиях.

5. Предпочитаемая деятельность: военизированные структуры, физический труд, ручной труд, атлетические виды спорта; работа, дающая гарантированный рост, ощущение независимости и возможность проявить себя.

Садыков Глеб – экзальтированный тип, гипертимный тип акцентуации:

Экзальтированный

1. Основные признаки: нарастание реакции – интенсивное и бурное. Экзальтированной личности одинаково легко получить восторг от малейшего приятного события и уйти в печаль от чего-то отрицательного. Любые их эмоции выражены ярко, искренне. Однако мотивируется экзальтация обычно тонкими внутренними побуждениями.
2. Сильные стороны: сильно развита эмпатия, личностям свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Они часто спорят, но редко доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной.
3. Слабые стороны: люди экзальтированного типа акцентуации порывисты, подвержены сиюминутным настроениям, панике. Даже при незначительных неудачах могут испытывать глубокое разочарование и прекращать начатые дела.
4. Конфликтные ситуации: незначительные неудачи
5. Рекомендации: Экзальтированная личность, прежде всего, должна научиться адекватно представлять те ситуации, которые считаются самыми уязвимыми. Не менее важно признать особенности строения своей нервной системы и подстраивать под них режим дня и стиль жизни. Неэффективные способы реагирования на разные ситуации можно научиться изменять благодаря включению волевого компонента.
6. Предпочитаемая деятельность: из них получаются хорошие художники, дизайнеры, оформители.

Гипертимный

1. Основные признаки: С детства гипертимные подростки отличаются большой подвижностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношении к взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников и стремятся командовать ими. Главная черта гипертимных подростков – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое настроение. Всегда хорошее настроение, высокий жизненный тонус создают благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Избыточная уверенность в своих

силах побуждает «показать себя», предстать перед окружающими в выгодном свете, прихвастнуть. Неудержимый интерес ко всему вокруг делает гипертимных подростков неразборчивыми в выборе знакомств. Контакт со случайными встречными не представляет для них проблемы. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они порой могут оказаться в неблагоприятной среде, попасть в асоциальную группу.

2. Сильные стороны: общительность, активность, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость, отсутствие внутренних конфликтов.
3. Слабые стороны: поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла).
4. Конфликтные ситуации:
 - Строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплинарным требованиям;
 - ограничение двигательной активности, вынужденное безделье;
 - резкое ограничение общения, одиночество.
 - однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы;
5. Рекомендации:

Необходимо создание таких условий, в которых может проявиться активность подростка. Поэтому основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения детских сил и энергии, т.е. идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, где требуется быстрота, разнообразие, находчивость. Особенно полезны занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины.

Повседневная навязчивая опека, постоянные нравоучения и наставления, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. Беседы лучше вести в живом и быстром темпе, не задерживаясь долго на одной теме, чаще передавая инициативу в разговоре самому подростку (не любят, когда «мямлят»). Особое внимание нужно обращать на соблюдение дистанции, достаточной для продуктивного взаимодействия.

6. Предпочитаемая деятельность: работа, связанная с постоянным общением: организаторская деятельность, служба сбыта, спорт, театр и т.д.; склонны к смене профессий, места работы; не нравится работа, требующая точности, систематичности.

Галанова Екатерина – экзальтированный, циклотимный, возбудимый типы личности:

Экзальтированный

1. Основные признаки: нарастание реакции – интенсивное и бурное. Экзальтированной личности одинаково легко получить восторг от малейшего приятного события и уйти в печаль от чего-то отрицательного. Любые их эмоции выражены ярко, искренне. Однако мотивируется экзальтация обычно тонкими внутренними побуждениями.
2. Сильные стороны: сильно развита эмпатия, личностям свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Они часто спорят, но редко доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной.
3. Слабые стороны: люди экзальтированного типа акцентуации порывисты, подвержены сиюминутным настроениям, панике. Даже при незначительных неудачах могут испытывать глубокое разочарование и прекращать начатые дела.
4. Конфликтные ситуации: незначительные неудачи
5. Рекомендации: Экзальтированная личность, прежде всего, должна научиться адекватно представлять те ситуации, которые считаются самыми уязвимыми. Не менее важно признать особенности строения своей нервной системы и подстраивать под них режим дня

и стиль жизни. Неэффективные способы реагирования на разные ситуации можно научиться изменять благодаря включению волевого компонента.

6. Предпочитаемая деятельность: из них получаются хорошие художники, дизайнеры, оформители.

Циклотимный

1. Основные признаки: чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом. В детстве циклоиды ничем не отличаются от сверстников, но с наступлением подросткового возраста у них возникает первая субдепрессивная фаза (субдепрессия - это маловыраженная депрессия, для которой характерны склонность к апатии, вялость, ощущение, что все валится из рук). В этот период циклоиды начинают тяготиться обществом и компанией, у них резко снижается работоспособность. Серьезные неудачи в период субдепрессии могут вызвать аффективную реакцию и суицидальные попытки. Субдепрессивная фаза длится 2-3 недели, после чего настроение повышается, циклоиды становятся по поведению гипертимами и начинают наверстывать упущенное в период субдепрессивной фазы.
2. Сильные стороны: инициативность, жизнерадостность, общительность в периоды хорошего настроения.
3. Слабые стороны: непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придирчивости к окружающим (в периоды подъема настроения). Грусть, задумчивость, вялость, упадок сил, трудности в учебе и в жизни, раздражаемость компаниями сверстников (во время спада).
4. Конфликтные ситуации:
 - эмоциональное отвержение со стороны значимых для них людей;
 - коренная ломка жизненных стереотипов.
5. Рекомендации:

Особенности взаимодействия с подростком зависят от фазы. При установлении контакта важно понять, что ребенок сейчас чувствует, как относится к себе и окружающим в данный момент. Только после этого можно начинать содержательную часть беседы.

Если подросток находится в фазе спада, то целесообразнее просто оказать ему поддержку, помочь справиться с упадком сил; не стоит в это время пытаться повлиять на него. Если же он находится в стадии подъема, то можно и нужно поговорить с ним о том, что ему следует делать, чтобы понимать свои особенности и больше контролировать себя.

6. Предпочитаемая деятельность: интересы зависят от цикла настроения. Склонны к разочарованию в профессии, смене места работы.

Эпилептоидный

1. Основные признаки: Главными чертами эпилептоидного типа являются вязкость мышления, скрупулезная педантичность, склонность к злобно-тоскливому настроению с накапливающейся агрессией, которая проявляется в виде аффектов, приступов гнева и ярости, конфликтности. Аффекты не только очень сильны, но и продолжительны – эпилептоид долго не может остыть. Повод для гнева может быть мал и ничтожен, но он всегда сопряжен хотя бы с незначительным ущемлением интересов. Лидерство проявляется стремлением властвовать над сверстниками (чего добиваются чаще всего физической силой). У таких детей замечается недетская бережливость ко всему «своему», любые попытки покуситься на их ребячью собственность могут вызывать крайне злобную реакцию.
2. Сильные стороны: дисциплинированность, аккуратность, тщательность, бережливость (часто переходящие в излишний педантизм), надежность, пунктуальность, внимание к своему здоровью.

3. Слабые стороны: непереносимость длительного состояния внутреннего напряжения, чрезмерная требовательность к другим, жестокость, нечувствительность к чужому горю, бурное реагирование против ущемления своих интересов.
4. Конфликтные ситуации:
 - Ограничение самостоятельности;
 - Ущемление прав и интересов ребенка;
 - Замечания, задевающие самолюбие;
 - Проигрыши в игре;
 - Обещания, которые остаются невыполненными;
 - Изменение устоявшихся порядков и правил;
 - Ограничение возможности проявить свой авторитет, свою власть над другими людьми.

Важно установить контакт, взаимопонимание с ребенком. Обстоятельность и неторопливость, чуткость и тактичность – вот что требуется от взрослого. Такой стиль общения позволяет сформировать у подростка социально приемлемую модель поведения. Контакт с подростком целесообразнее всего устанавливать вне периодов аффективного напряжения, побуждая его в начале беседы «выговориться» на одну из наиболее интересных для него тем. Очень важно такому подростку найти подходящее дело, которое отвлекает его от отрицательных эмоций, снимает напряжение, желательно привлекать к занятиям спортом. Хорошо помогает доброжелательное авансирование его будущих успехов, поощрение его реальных достижений, которые помогают подростку самоутвердиться. Можно поручать руководство небольшими группами. Так как у ребенка затруднено переключение с одного занятия на другое, вхождение в любую новую деятельность, то надо давать ему достаточно времени для включения в работу, не «дергать» и не торопить. Количество переключений следует по возможности уменьшить и не стоит делать слишком частых перерывов в занятиях.

5. Предпочитаемая деятельность: военизированные структуры, физический труд, ручной труд, атлетические виды спорта; работа, дающая гарантированный рост, ощущение независимости и возможность проявить себя.

Пашаева Оксана: экзальтированный, гипертимный типы акцентуации

Экзальтированный

1. Основные признаки: нарастание реакции – интенсивное и бурное. Экзальтированной личности одинаково легко получить восторг от малейшего приятного события и уйти в печаль от чего-то отрицательного. Любые их эмоции выражены ярко, искренне. Однако мотивируется экзальтация обычно тонкими внутренними побуждениями.
2. Сильные стороны: сильно развита эмпатия, личностям свойственна высокая контактность, словоохотливость, влюбчивость. Они часто спорят, но редко доводят дело до открытых конфликтов. В конфликтных ситуациях бывают как активной, так и пассивной стороной.
3. Слабые стороны: люди экзальтированного типа акцентуации порывисты, подвержены сиюминутным настроениям, панике. Даже при незначительных неудачах могут испытывать глубокое разочарование и прекращать начатые дела.
4. Конфликтные ситуации
 - Незначительные неудачи
5. Рекомендации: Экзальтированная личность, прежде всего, должна научиться адекватно представлять те ситуации, которые считаются самыми уязвимыми. Не менее важно признать особенности строения своей нервной системы и подстраивать под них режим дня и стиль жизни. Неэффективные способы реагирования на разные ситуации можно научиться изменять благодаря включению волевого компонента.

6. Предпочитаемая деятельность: из них получаются хорошие художники, дизайнеры, оформители.

Гипертимный

1. Основные признаки: С детства гипертимные подростки отличаются большой подвижностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношении к взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников и стремятся командовать ими. Главная черта гипертимных подростков – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое настроение. Всегда хорошее настроение, высокий жизненный тонус создают благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Избыточная уверенность в своих силах побуждает «показать себя», предстать перед окружающими в выгодном свете, прихвастнуть. Неудержимый интерес ко всему вокруг делает гипертимных подростков неразборчивыми в выборе знакомств. Контакт со случайными встречными не представляет для них проблемы. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они порой могут оказаться в неблагоприятной среде, попасть в асоциальную группу.
2. Сильные стороны: общительность, активность, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость, отсутствие внутренних конфликтов.
3. Слабые стороны: поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла).
4. Конфликтные ситуации:
 - Строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплинарным требованиям;
 - ограничение двигательной активности, вынужденное безделье;
 - резкое ограничение общения, одиночество.
 - однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы;
5. Рекомендации:

Необходимо создание таких условий, в которых может проявиться активность подростка. Поэтому основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения детских сил и энергии, т.е. идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, где требуется быстрота, разнообразие, находчивость. Особенно полезны занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины.

Повседневная навязчивая опека, постоянные нравоучения и наставления, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. Беседы лучше вести в живом и быстром темпе, не задерживаясь долго на одной теме, чаще передавая инициативу в разговоре самому подростку (не любят, когда «мямлят»). Особое внимание нужно обращать на соблюдение дистанции, достаточной для продуктивного взаимодействия.
6. Предпочитаемая деятельность: работа, связанная с постоянным общением: организаторская деятельность, служба сбыта, спорт, театр и т.д.; склонны к смене профессий, места работы; не нравится работа, требующая точности, систематичности.

Маркевич Вероника: Гипертимный, циклотимный типы личности

Гипертимный

1. Основные признаки: С детства гипертимные подростки отличаются большой подвижностью, чрезмерной самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком

чувства дистанции в отношении к взрослым. С первых лет жизни они везде вносят много шума, любят компании сверстников и стремятся командовать ими. Главная черта гипертимных подростков – почти всегда очень хорошее, даже приподнятое настроение. Всегда хорошее настроение, высокий жизненный тонус создают благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Избыточная уверенность в своих силах побуждает «показать себя», предстать перед окружающими в выгодном свете, прихвастнуть. Неудержимый интерес ко всему вокруг делает гипертимных подростков неразборчивыми в выборе знакомств. Контакт со случайными встречными не представляет для них проблемы. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они порой могут оказаться в неблагоприятной среде, попасть в асоциальную группу.

2. Сильные стороны: общительность, активность, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость, отсутствие внутренних конфликтов.
3. Слабые стороны: поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность на безудержный риск, грубость (но без всякого зла).
4. Конфликтные ситуации:
 - Строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплинарным требованиям;
 - ограничение двигательной активности, вынужденное безделье;
 - резкое ограничение общения, одиночество.
 - однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы;
5. Рекомендации:

Необходимо создание таких условий, в которых может проявиться активность подростка. Поэтому основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения детских сил и энергии, т.е. идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, где требуется быстрота, разнообразие, находчивость. Особенно полезны занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины.

Повседневная навязчивая опека, постоянные нравоучения и наставления, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. Беседы лучше вести в живом и быстром темпе, не задерживаясь долго на одной теме, чаще передавая инициативу в разговоре самому подростку (не любят, когда «мямлят»). Особое внимание нужно обращать на соблюдение дистанции, достаточной для продуктивного взаимодействия.

6. Предпочитаемая деятельность: работа, связанная с постоянным общением: организаторская деятельность, служба сбыта, спорт, театр и т.д.; склонны к смене профессий, места работы; не нравится работа, требующая точности, систематичности.

Циклотимный

1. Основные признаки: чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом. В детстве циклоиды ничем не отличаются от сверстников, но с наступлением подросткового возраста у них возникает первая субдепрессивная фаза (субдепрессия - это маловыраженная депрессия, для которой характерны склонность к апатии, вялость, ощущение, что все валится из рук). В этот период циклоиды начинают тяготиться обществом и компанией, у них резко снижается работоспособность. Серьезные неудачи в период субдепрессии могут вызвать аффективную реакцию и суицидальные попытки. Субдепрессивная фаза длится 2-3 недели, после чего настроение повышается, циклоиды становятся по поведению гипертимами и начинают наверстывать упущенное в период субдепрессивной фазы.

2. Сильные стороны: инициативность, жизнерадостность, общительность в периоды хорошего настроения.
3. Слабые стороны: непоследовательность, неуравновешенность, безразличие, вспышки раздражительности, чрезмерной обидчивости и придирчивости к окружающим (в периоды подъема настроения). Грусть, задумчивость, вялость, упадок сил, трудности в учебе и в жизни, раздражаемость компаниями сверстников (во время спада).
4. Конфликтные ситуации:
 - эмоциональное отвержение со стороны значимых для них людей;
 - коренная ломка жизненных стереотипов.
5. Рекомендации:

Особенности взаимодействия с подростком зависят от фазы. При установлении контакта важно понять, что ребенок сейчас чувствует, как относится к себе и окружающим в данный момент. Только после этого можно начинать содержательную часть беседы.

Если подросток находится в фазе спада, то целесообразнее просто оказать ему поддержку, помочь справиться с упадком сил; не стоит в это время пытаться повлиять на него. Если же он находится в стадии подъема, то можно и нужно поговорить с ним о том, что ему следует делать, чтобы понимать свои особенности и больше контролировать себя.
6. Предпочитаемая деятельность: интересы зависят от цикла настроения. Склонны к разочарованию в профессии, смене места работы.

Михнева Анна: *средняя* степень выраженности экзальтированного типа личности. Акцентуации характера нет.

Киселева Екатерина: *средняя* степень выраженности экзальтированного, циклотимного типов личности. Акцентуации характера нет.

Петелина Марина: *средняя* степень выраженности гипертимного, циклотимного типов личности. Акцентуации характера нет.