*Таблица 1*

**ГИПЕРТИМНЫЙ ТИП - краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Гипертимные натуры всегда смотрят на жизнь оптимистически, им свойственна практически постоянная высокая активность и жажда деятельности.  **При не очень выраженной** **акцентуации** на первое место выступают положительные черты: хорошее настроение, высокая контактность, коммуникабельность, уверенность в себе, активное стремление к деятельности, впечатлениям, развлечениям, стремление к лидерству, организаторские способности.  **При ярко выраженной акцентуации** положительный прогноз снимается. Проявляются такие дезадаптивные качества как легкомыслие, отсутствие этических норм и чувства долга, раздражительность в кругу друзей и близких, склонность к азартным увлечениям, побегам, ранней половой жизни, алкоголю. | Вовлеченность подростка в разнообразные интересные для него виды деятельности.  Комфортно чувствует себя в группе сверстников, находя благоприятную среду для общения, выступая организатором интересных дел.  Необходимы условия для проявления инициативы подростка в четко обозначенных пределах дозволенного в поведении. При этом установленные ограничения и обязанности не должны блокировать потребность гипертимного подростка в проявлении своих мыслей, чувств, волевых проявлений. Установленные ограничения определяются безопасностью и благом самого подростка и окружающих. Их определение происходит в процессе аргументированной беседы с подростком на паритетных основаниях. | Воспитание в [условиях доминирующей гиперпротекции](http://www.psihdocs.ru/sudebno-pravovie-sredstva-borebi-protiv-separatizma-v-federati.html) или, напротив, в условиях безнадзорности.  Воспитание в атмосфере эмоционально и интеллектуально бедной семейной обстановки, условиях жестких взаимоотношений, эмоционального отвержения и семейных конфликтов.  Блокировка стремления к активной деятельности, к общению, к лидерству.  Жесткая дисциплина.  Монотонная неинтересная деятельность (например, на уроке), не дающая выхода типичным чертам гипертимного характера.  Ограничение круга общения, вынужденное одиночество.  Вынужденное безделие.  Отсутствие устойчивых познавательных, социальных и творческих интересов, увлечений.  Общекультурная и общеинтеллектуальная неразвитость. |

*Таблица 3*

**ЦИКЛОИДНЫЙ ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Данный тип чаще всего проявляется в старшем подростковом или юношеском возрасте. Его особенностью является периодическое (с фазой от нескольких дней до нескольких месяцев) колебание настроения и жизненного тонуса.  В период **подъема** циклоиду присущи черты гипертимного типа, за исключением легкомыслия и необязательности. Они коммуникабельны, имеют увлечения, с интересом работают в группе.  В период **спада** резко снижается контактность, подросток немногословен, пессимистичен, начинает тяготиться шумным обществом, хотя в конфликты вступает редко. Забрасываются увлечения, подросток становится унылым домоседом, теряет аппетит, ночью может страдать от бессонницы, а днем от сонливости. | Комфортно чувствует себя среди небольшого круга близких людей, которые его понимают и оказывают поддержку, особенно важно для циклоидов наличие длительных устойчивых привязанностей: увлечений, дружбы, любви.  Дополнительной психологической поддержкой для циклоида является любимое дело, увлечение, разделяемое и поддерживаемое взрослыми. Особенно важно это в период нахождения циклоида в фазе спада (дистимическая фаза). В этот период циклоидные подростки ищут уединения, общения с природой, искусством, стараются заняться любимым делом, пообщаться с близким другом. | Важно помнить, что циклоидный тип имеет выраженную биологическую "почву".  Провоцирующими факторами, без сомнения, могут выступать все типы неправильного воспитания в семье.  Субдепрессивность, дистимичность циклоидов могут иметь также дидактогенную причину.  В любом случае на состоянии циклоида негативно сказываются эмоциональные перегрузки, выполнение напряженной работы в [течение длительного времени](http://www.psihdocs.ru/prakticheskaya-rabota-po-discipline-osnovi-predprinimateleskoj.html), быстрое изменение условий и образа жизни (жизненного стререотипа), однообразность жизни (отсутствие разнообразных позитивных впечатлений).  Рекомендуется снижать уровень требований к циклоиду в момент, когда он находится в дистимической фазе - необходимость дополнительных усилий приводит к усилению астенизации, которая может вылиться в усиление субдепрессии. |

*Таблица 5*

**ЛАБИЛЬНЫЙ ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Ведущий чертой данного типа является крайняя изменчивость настроения, которое легко и быстро меняется вслед за обстоятельствами. Быстрота в перемене настроения сопровождается глубиной: от оптимизма до черного уныния, от радости до печали со слезами на глазах. Значительная глубина переживаний проявляется в мимике, позно-тонической активности; прямо проявляется в самочувствии, трудоспособности, коммуникабельности.  Однако преобладают периоды хорошего настроения, во время которых лабильный подросток общителен, легко приспосабливается к новому, отзывчив на просьбу о помощи, умеет сопереживать [проблемы своих близких и друзей как свои](http://www.psihdocs.ru/rukovodstvo-po-audiotransu-samogipnozu-gipnoterapii-izdanie-vt.html).  Лабильные подростки обладают развитой интуицией, легко улавливают отношение других к себе и отвечают адекватно. | Лабильные подростки комфортно чувствуют себя в кругу семьи, близких друзей, понимающих заботливых взрослых, которые принимают и любят их такими, какие они есть, прощая им непостоянство настроения, случайные аффективные вспышки, не имеющие, однако, ни глубокой агрессивной наполненности, ни напряженности.  Лабильные подростки очень верны в любви и дружбе, они стремятся к доверительному общению со значимыми для них взрослыми. Интуитивно чувствуют симпатию к себе, стараются ответить тем же. Напротив, явно чуждаются, теряются во взаимодействии с теми взрослыми, которые относятся к подростку безразлично или, тем более, с антипатией. | При воспитании в гармоничных семейных условиях провоцирующим лабильность фактором может быть общий инфантилизм, вызываемый чаще рецидивирующими простудными заболеваниями. Явно способствуют формированию лабильной акцентуации воспитание в условиях жестких взаимоотношений, маятниковое, противоречивое воспитание, воспитание в условиях повышенной моральной ответственности.  При сформированной акцентуации непереносимы: отвержение со стороны значимых лиц (близких, друзей, учителей), вынужденная разлука с ними; явная несправедливость, порицания, выговоры.  Унизительные нотации (даже правильные) со стороны взрослых глубоко переживаются подростком.  Чрезвычайно тяжело переживаются действительные неприятности и несчастья, которые могут привести к острым аффективным реакциям, реактивным депрессиям, тяжелым невротическим срывам (вплоть до суицидных попыток). |

*Таблица 7*

**АСТЕНО-НЕВРОТИЧЕСКИЙ ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Повышенная утомляемость, особенно при умственной работе, которая проявляется во всем внешнем виде подростка, на фоне развивающегося утомления могут происходить кратковременные аффективные вспышки (раздражение, гнев, слезы).  Типичной чертой является склонность к ипохондрии: подростки очень внимательно прислушиваются к своим телесным ощущениям, охотно лечатся, укладываются в постель, подвергаются осмотрам и обследованиям.  Психофизиологическому состоянию астено-невротиков присуща особая цикличность в течение суток, недели, четверти. Наибольшая стеничность (подъем) на 2-3 уроке, в начале учебной недели, в начале четверти. Это время для успеха.  Подростки этого типа очень амбивалентны: с одной стороны, это отношение к себе как к слабому, с другой – "Я все могу". | Наличие теплых заботливых отношений со стороны близких, комфортная, наполненная любовью и взаимным доверием атмосфера в семье.  Оптимистические установки в семье, ее эмоционально-интеллектуальное богатство, общие для членов семьи и увлечения.  Психологический комфорт астено-невротиков возрастает при наличии интеллектуальных, накопительских и эстетических хобби.  Астено-невротики тянутся к сверстникам, скучают без них, но в процессе общения быстро устают и ищут одиночества или общения с одним близким другом. В одиночестве стремятся пассивно отдохнуть, предаются различным мечтаниям, которые более или менее реальны, всегда имеют честолюбивый оттенок (“Я все могу”). | Воспитание в тревожно-мнительной атмосфере, в [культе болезней](http://www.psihdocs.ru/sotrudnichayushij-centr-voz-po-mejdunarodnoj-klassifikacii-bol.html). Воспитание по типу "кумир семьи". Маятниковое воспитание (я тебя люблю – я тебя ненавижу). Воспитание в условиях противоречивых требований, в условиях жестких взаимоотношений, в условиях эмоционального отвержения ребенка.  Непереносимы ситуации публичной неудачи, насмешки, издевательства более сильных и нахальных сверстников, т.к. астено-невротики честолюбивы и стремятся к успеху во всем, что для них значительно. Нежелательны события, провоцирующие ипохондричность (сомнения близких по поводу здоровья, внешнего вида подростка и т.п.).  Накопившаяся за определенный период усталость может выплеснуться раздражением, гневом, слезами в ответ на вроде бы безобидное замечание, легкую критику и т.п. (эффект "последней капли"). |

*Таблица 9*

**СЕНСИТИВНЫЙ ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Этот тип формируется довольно поздно (к 15-19 годам), но его ведущие черты могут ярко проявляться и в более раннем возрасте.  Сенситивные подростки чрезвычайно впечатлительны. Позже присоединяется чувство собственной недостаточности. Они обычно очень старательны, вежливы и дисциплинированы, но боятся проверок, экзаменов, публичных ответов (на которых, как правило, отвечают хуже, чем знают). Обычно таким подросткам присуща естественная внутренняя и внешняя культура, чувство прекрасного. Они альтруисты, сострадательны, умеют радоваться чужим удачам, чувство долга дополняется исполнительностью. Контактность ниже средней, в общении доброжелательны, вежливы, тактичны.  Редко конфликтуют, обиды хранят в себе, в играх и других видах деятельности предпочитают пассивную роль. | Наиболее комфортно чувствуют себя в кругу семьи и близких друзей, предаваясь интеллектуально-эстетическими видам деятельности, разведению цветов, домашних животных, рыбок, птиц, коллекционированию. Комфортно чувствует себя среди тех, кто разделяет их взгляды и увлечения, хотя и с другими весьма доброжелательны.  Детская привязанность к родным сохраняется надолго, поэтому они часто слывут "домашними детьми", т.к. терпимо и даже охотно подчиняются опеке взрослых, с [которыми сложились искренние](http://www.psihdocs.ru/jenshina-mate-v-iskusstve-xx-veka.html) доброжелательные взаимоотношения.  Любят и ценят все красивое в людях и природе. | Воспитание по типу эмоционального отвержения, в условиях гиперсоциальности. При управлении поведением ребенка через формирование чувства вины (в т.ч. и при проекции негативных качеств родителя). Сенситивные подростки, предъявляя высокие моральные требования к себе и другим, плохо чувствуют себя в ситуации шума, возни и потасовок на переменах, глубоко страдают от грубости, жесткости, циничности как сверстников, так и педагогов. Тем не менее, привыкнув к одному классу, не желают переходить в другой (даже лучший).  Стесняются отвечать перед классом, чтобы не сбиться, не вызвать смех или, напротив, не прослыть выскочкой.  Очень тяжело реагируют на ситуации, когда они становятся объектами насмешки или несправедливо подозреваются в неблаговидных поступках. Несправедливое обвинение может спровоцировать конфликт, депрессию, суицид. |

*Таблица 11*

**ПСИХАСТЕНИЧЕСКИЙ (ТРЕВОЖНО-ПЕДАНТИЧНЫЙ) ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Основной чертой данного типа акцентуации является тревожная мнительность, постоянный страх за себя и своих близких футуристического характера. Часто проявляется симбиотическая привязанность к матери или другому родственнику (неосознанный поиск защиты). Все остальные черты этого типа имеют компенсаторную природу (предохранение от неизбежных несчастий).  Данные подростки очень аккуратны, добросовестны, даже педантичны, рациональны, основательны. Но в то же время нерешительные, сомневающиеся в ситуации принятия решения (вплоть до неспособности это сделать). Поэтому негибки в поведении, замкнуты, эмоционально сдержаны. Нерешительность в делах часто компенсируется безапелляционностью в суждениях. Часто страдают различными навязчивостями. | Наличие теплых заботливых отношений в семье. Оптимистичные установки в семье, отсутствие завышенных требований друг к другу.  Отсутствие обязанностей и обязательств подростка по отношению к другим, требующих от него решительности, инициативы, находящихся на верхних пределах его интеллектуальных и психофизических возможностей.  Стабильные условия жизнедеятельности, четкая регламентированность требований к подростку со стороны окружения.  Уверенность подростка в том, что ему окажут поддержку и помощь в неожиданной нестандартной ситуации, не подавляя его инициативы, помогут принять правильное решение. | Воспитание в условиях эмоционально-бедных отношений, в тревожно-мнительной атмосфере, в ситуации повышенной социальной ответственности (завышенные поручения, требования, ожидания).  Пережитые в раннем детстве сильные страхи и гипертрофированный на этой почве инстинкт самосохранения. Подавление в [детстве активности](http://www.psihdocs.ru/razvitie-tvorcheskoj-aktivnosti-uchashihsya-na-urokah-i-vo-vne.html) и самостоятельности ребенка, формирование у него установки по отношению к себе как к слабому, неумелому, несведущему. Культ болезней в семье. Управление ребенком через формирование у него чувства вины. Непризнание его позитивных черт и заслуг.  При сформировавшейся акцентуации непереносимы: ситуации с непредсказуемым исходом, быстрой сменой действующих факторов; не поддающиеся планированию события; необходимость самому принять ответственное решение; ситуация завышенных требований и ожиданий по отношению к подростку со стороны взрослых. Подросток реагирует усилением тревоги, психоневротическими срывами. |

*Таблица 13*

**ШИЗОИДНЫЙ (ИНТРОВЕРТИРОВАННЫЙ) ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Наиболее яркими чертами подростков этого типа являются не окрашенные негативизмом замкнутость, отгороженность от окружающих, эмоциональная холодность, что делает их малопонятными для других. Часто отсутствуют видимые стремления установить близкие отношения складываются с трудом.  Очень часто такие подростки сосредоточены на идее совершенствования в какой-либо области, во всем хотят разобраться сами. Независимы от мнения окружающих, действуют самостоятельно, но без риска и опрометчивости. В "принятой" работе добросовестны, исполнительны, предпочитают индивидуальные виды деятельности. Снижен видимый интерес к противоположному полу (хотя истинное половое влечение часто весьма напряженно). Бедность мимики и жестикуляции. | Воспитание в условиях теплых заботливых отношений со стороны близких. Оптимистические установки в семье, ее эмоционально-интеллектуальное богатство, общие для членов семьи дела и увлечения. Условия общения не только в кругу семьи, но и с чужими людьми, взрослыми и сверстниками. Психологический комфорт интровертированных подростков возрастает при принятии взрослыми и поддержке их самых неожиданных увлечений (кроме опасных и асоциальных). Необходимо своевременное семейное – половое просвещение и воспитание.  Интровертированные подростки легко переносят и часто стремятся к одиночеству, заполненному чтением книг, фантазированием, хобби. Любят беседы на интересующие их темы со своими "единомышленниками". | Воспитание в условиях жестких взаимоотношений, в [условиях доминирующей гиперпротекции](http://www.psihdocs.ru/sudebno-pravovie-sredstva-borebi-protiv-separatizma-v-federati.html), в"маятниковых" условиях, в условиях изоляции, сопровождающейся эмоционально-психологической депривацией.  При сформировавшейся акцентуации происходит ее усиление в ответ на бурные аффективные реакции взрослых, длительные психотравмирующие ситуации.  Интровертированные подростки болезненно реагируют на неумелые грубые попытки взрослых проникнуть в их внутренний мир, вмешаться в их дела – неожиданно "выдают" резкую прямолинейную критику других без учета последствий для себя. Так же часто вступают в конфликт, если требования других противоречат их внутренним принципам.  Невыносимы для них ситуации длительного неформального общения в группах. Возможны срывы в ситуациях необходимости быстрого принятия решения. |

*Таблица 15*

**ЭПИЛЕПТОИДНЫЙ (ВОЗБУДИМЫЙ) ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| В основе всего комплекса черт возбудимого типа лежит несбалансированность возбуждения и торможения нервных процессов.  Типичное состояние для возбудимых – дисфория, состояние подавленности с угрюмой агрессивностью по отношению ко всему внешнему. В этом состоянии возбудимый подросток подозрителен, заторможен, интеллектуально-ригиден. Но, будучи в состоянии дисфории, подросток всегда склонен к аффективной вспыльчивости, немотивированной жесткости по отношению к более слабым.  Возбудимые подростки педантичны, корыстны, азартны. Стремятся к власти над людьми и гедонистическим удовольствиям. Иногда, попав под власть влечения, гнева, азарта, теряют контроль над собственным поведением. | Теплая, эмоционально и интеллектуально насыщенная обстановка в [семье и окружении подростка](http://www.psihdocs.ru/otnosheniya-v-semee-i-harakter-podrostka.html).  Удовлетворение разумных материальных, духовных и интеллектуальных потребностей и интересов подростка.  Доверительное, основанное на общности интересов взаимодействие подростка с родителями и значимыми взрослыми.  Уважительное отношение к личности подростка в сочетании с требовательностью, контролем его поведения и деятельности.  Наличие увлечений и обязанностей, дающих выход накапливающейся избыточной психофизической энергии возбудимого подростка: спорт, физический труд, туризм и т.п. | Воспитание в условиях жестких взаимоотношений, обычно сочетаемых с эмоциональным отвержением ребенка. Интеллектуальная бедность семейной среды. Особенно провоцирует развитие у ребенка возбудимых черт применение физических наказаний.  Возбудимый тип развивается на определенной биологической "почве", но именно неправильное воспитание в семье провоцирует проявление возбудимых черт, их фиксацию и развитие.  Непереносимые ситуации: ущемление интересов и личного достоинства подростка; безнадзорность; противодействие высокому уровню притязаний подростка; противодействие интенсивным желаниям и влечениям подростка; конфликт, например, напряженная, агрессивная атмосфера на уроке, а также во время любого взаимодействия; необходимость быстро высказаться. |

*Таблица 17*

**ИСТЕРОИДНЫЙ (ДЕМОНСТРАТИВНЫЙ) ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Ярко выраженный эгоцентризм, постоянное желание быть в центре внимания, желание произвести "впечатление". Если эта доминирующая установка демонстрантов подкрепляется общими или специальными способностями, возможна весьма продуктивная творческая деятельность. При отсутствии "дара" развитие демонстранта часто происходит по типично истероидному типу – привлечение к себе внимания, задействуя мотивы жалости, удивления, даже неприязни со стороны окружения.  При этом за демонстративным поведением мы, как правило, обнаружим прагматическое стремление к различным "выигрышам", к манипулированию людьми.  Для демонстрантов характерны коммуникабельность, развитость интуиции, высокая приспособляемость к людям. | Ситуация полного удовлетворения своих потребностей. Ситуации повышенного внимания к своей особе у членов группы или значимых лиц. При этом ярко наблюдается феномен поведенческой мимикрии –подросток ведет себя в достаточно строгом соответствии с ожиданиями окружающих. Для демонстративных подростков важна широкая сфера общения и возможность самовыражения. Если это самовыражение социально позитивно ориентировано, чаще всего реализуется нормальная линия развития личности. Тем не менее, приходится признать, что наиболее комфортная ситуация для демонстранта – это [возложение заботы о себе на других](http://www.psihdocs.ru/g-i-petrova-v-statee-aktualiziruetsya-antichnaya-praktika-zabo.html). Эгоистичность, несамостоятельность, внушаемость, истеричность – древняя форма приспособления слабых. | Воспитание по типу "кумир семьи", воспитание в условиях потворствующей гиперпротекции, воспитание в тревожно-мнительной атмосфере, в атмосфере культа болезней.  Тяжело переносят следующие ситуации: ситуацию снижения внимания к своей особе, "развенчания" мнимых достоинств и достижений. В этих условиях подростки раздражают окружающих своей продолжающейся самоуверенностью, высокими притязаниями, проявляющимися в форме бравады, хвастливой болтовни, девиантного поведения. В [связи с этим возникают самые](http://www.psihdocs.ru/kakovi-samie-moshnie-stremleniya.html) различные конфликты, в которых демонстративные подростки активно защищают сове "Я".  Иногда подросток видит выход во все более отклоняющемся поведении, вплоть до криминального, но все это демонстрация: "Помогите мне, а то я пропаду!"  Непереносима для них ситуация личной ответственности за трудоемкое "непрестижное" поручение – велика вероятность симуляции. |

*Таблица 19*

**НЕУСТОЙЧИВЫЙ ТИП – краткая характеристика**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Основные черты** | **Ситуации психологического комфорта** | **Провоцирующие факторы и непереносимые ситуации** |
| Ведущая особенность этого типа – патологическая слабость воли, что особенно ярко проявляется в учебе, трудовой деятельности, исполнении обязанностей, требований родных, старших, педагогов.  Неустойчивые подростки не уверены в себе, нерешительны, безынициативны, податливы случайным влияниям, подчиняемы, зависимы от лидера.  Неустойчивые подростки не обнаруживают напористости и в поиске развлечений. Плывут по течению, примыкая к более активным стеничным подросткам, склонны к злоупотреблению алкоголем, наркотиками.  Самооценка неадекватна (не способны к самоанализу, трезвой оценке собственных действий).  Отсутствует сложная мотивация поступков, к будущему равнодушны, внушаемы, ситуативно криминогенны. | Комфортно чувствуют себя в [группе сверстников](http://www.psihdocs.ru/osobennosti-vzaimootnoshenij-detej-starshih-doshkolenikov-v-gr.html), предаваясь праздности и бесцельным развлечениям. Склонны к нецелеустремленной криминогенности под влиянием внезапно возникших желаний, ситуации, давления группы или ее лидера.  В запущенных случаях, при попадании в компанию асоциальных сверстников, неустойчивые быстро приобретают вредные привычки и стереотипы девиантного поведения.  Личность неустойчивых в гораздо большей мере от непосредственного окружения, чем от себя самой.  Однако неустойчивый подросток достаточно комфортно чувствует себя в условиях полного, но не унижающегося личность, контроля со стороны взрослых. Такие условия могут обеспечить приемлемый уровень социализации неустойчивых. | Воспитание в условиях жестких взаимоотношений, в [условиях потворствующей гипоопеки](http://www.psihdocs.ru/organizaciya-pomoshi-postradavshim-v-usloviyah-chs.html), безнадзорности в условиях эмоционально бедной семейной среды.  Несмотря на то, что неустойчивый тип имеет явную биологическую почву, значительную роль в его формировании играет недостаток воспитывающего влияния на ребенка со стороны родителей и близких в раннем детстве. особенно опасен "откуп" незрелых родителей от собственного ребенка игрушками, вещами, развлечениями, отсутствием контроля.  Непереносимые ситуации:  базнадзорность;  отсутствие руководства жизнью подростка и требовательности;  подавляющая опека, унижающий личность контроль, подавление самостоятельных решений. |