

# Акцентуаци и характера (по А.Е. Личко)

## **Циклоидный тип акцентуации**

**характера** характеризуется

повышенной раздражительностью и склонностью к апатии. Подростки данного типа предпочитают находиться дома одни, вместо того, чтобы где-то бывать со сверстниками. Они тяжело переживают даже незначительные неприятности, на замечания реагируют крайне раздражительно. Настроение у них периодически меняется от приподнятого до подавленного (отсюда название данного типа).

При циклоидном типе акцентуации характера наблюдается наличие двух фаз :

- гипертимность - стойкое приподнятое настроение. Сопровождается повышенной профессиональной и личной активностью
- субдепрессии - состояние, при котором присутствует пониженное настроение, снижении работоспособности и пессимистической настрой.

Эти две фазы не выражаются резко, обычно кратковременны (1—2 недели) и могут перемежаться длительными перерывами. Человек с циклоидной акцентуацией переживает циклические изменения настроения, когда подавленность сменяется повышенным настроением. При спаде настроения такие люди проявляют повышенную чувствительность к укорам, плохо переносят публичные унижения. Однако они инициативны, жизнерадостны и общительны. Их увлечения носят неустойчивый характер, в период спада проявляется склонность забрасывать дела.

- в 16-19 лет, когда половое созревание завершается, возникает первая субдепрессивная фаза. Чаще она проявляется апатией и раздражительностью. С утра ощущается упадок сил, все валится из рук. То, что раньше давалось легко и просто, теперь требует невероятных усилий. Труднее становится учиться. Людское общество начинает тяготить. Шумные компании сверстников, ранее привлекавшие, теперь избегаются. Приключения и риск теряют всякую привлекательность. Прежде бойкие подростки теперь становятся унылыми домоседами. Падает аппетит, прежде любимые кушанья перестают вызывать удовольствие. Вместо свойственной выраженным депрессиям бессонницы нередко наблюдается сонливость.

# Сильная сторона

- инициативность
- жизнерадостность
- общительность в периоды хорошего настроения.

# 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).

# Конфликтные ситуации

- эмоциональное отвержение со стороны значимых для них людей;
- коренная ломка жизненных стереотипов.



# Педагогическая поддержка

- 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.

# Педагогическая поддержка

- 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.