Акцентуации характера. Психастенический.

Майорова Марина
Жукова Леся

Основные признаки:

- Главными чертами психастенического типа являются высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу и 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, опасающиеся будущего и ожидающие неудач. Защитой от постоянной тревоги за будущее становятся специально выдуманные приметы и ритуалы.

Сильные стороны:

- дисциплинированность,
- исполнительность,
- аккуратность,
- серьезность,
- добросовестность,
- рассудительность.

Слабые стороны:

- чувствительность к различного рода испытаниям, нерешительность, безынициативность, склонность к бесконечным рассуждениям, самокопание, наличие навязчивых идей и опасений.

Ахиллесова пята:

- ситуации, когда необходимо принять самостоятельные решения;
- ситуации быстрого 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.

Формы педагогической поддержки:

- Педагогическая помощь этому направлена на преодоление чувства нерешительности, иногда даже неполноценности, закомплексованности. 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. Сравнивать его нужно только с ним самим и хвалить за улучшение его собственных результатов.
- Благоприятными являются ситуации спокойной, заранее 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. Чаще хвалить за успехи, предоставлять возможность больше заниматься любимым делом.